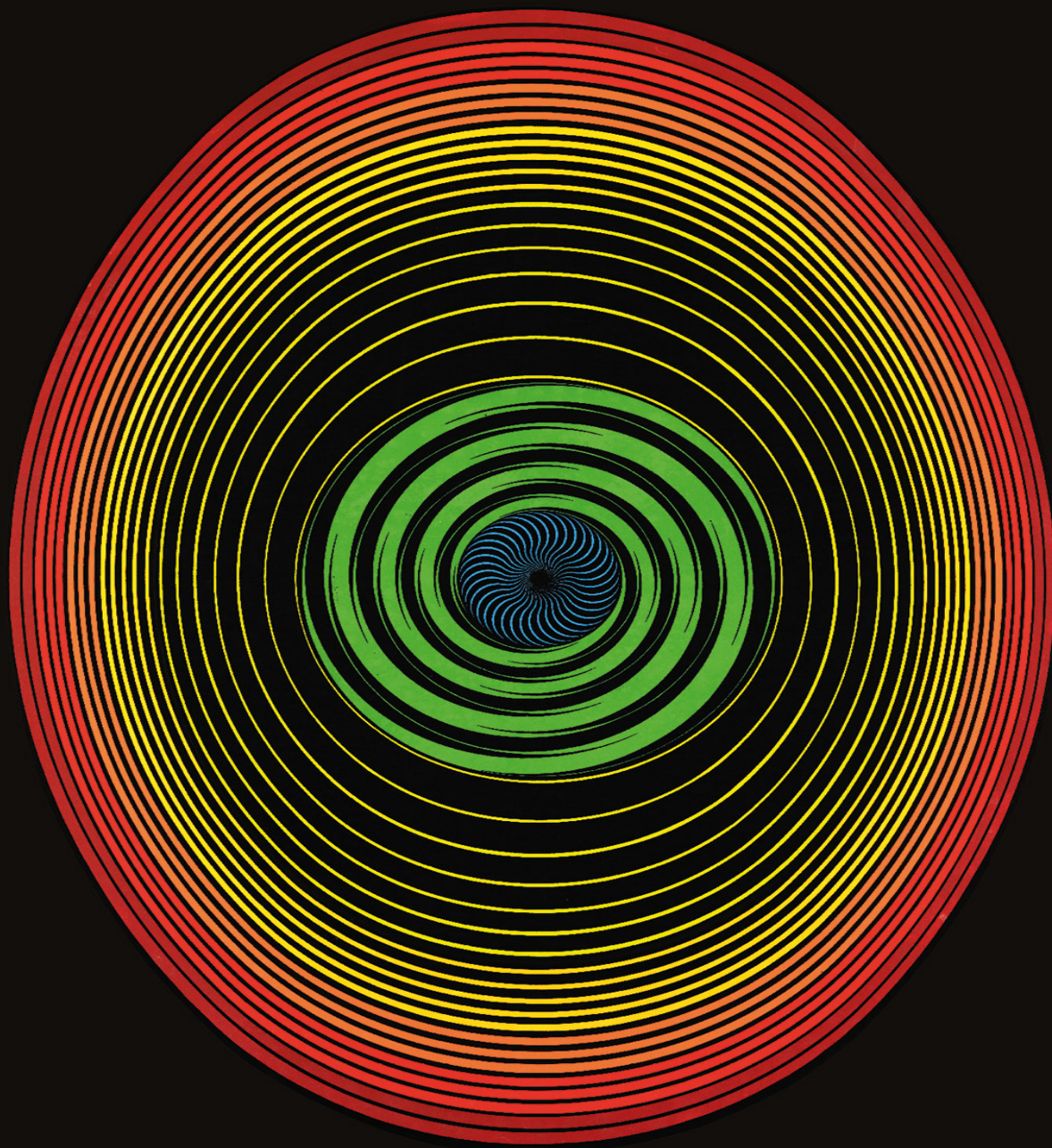


Michael Pollan



COME CAMBIARE LA TUA MENTE

Adelphi eBook

Table of Contents

[Frontespizio](#)

[Colophon](#)

[Dedica](#)

[COME CAMBIARE LA TUA MENTE](#)

[Prologo. Una nuova porta](#)

[1. Un rinascimento](#)

[2. Storia naturale Fatto di funghi](#)

[3. Storia La prima ondata](#)

[4. Diario di viaggio Un viaggio clandestino](#)

[5. Neuroscienze Il cervello e le sostanze psichedeliche](#)

[6. Il trip come trattamento Gli psichedelici nella psicoterapia](#)

[Epilogo. Elogio della diversità neurale](#)

[Glossario](#)

[Ringraziamenti](#)

[Bibliografia](#)

[Indice analitico](#)

Michael Pollan

Come cambiare la tua mente

Traduzione di Isabella C. Blum



Adelphi eBook

TITOLO ORIGINALE:

How To Change Your Mind

Quest'opera è protetta
dalla legge sul diritto d'autore
È vietata ogni duplicazione,
anche parziale, non autorizzata

In copertina: Disegno di Kasumasa Nagai,
apparso sulla copertina di «LIFE, Scienze Library», 1965

Le illustrazioni del Capitolo 5 sono tratte da G. Petri,
P. Expert, F. Turkheimer, R. Carhart-Harris,
D. Nutt, P. J. Hellyer, e F. Vaccarino,
Homological scaffolds of brain functional networks,
in «Journal of the Royal Society Interface», 2014

Prima edizione digitale 2019

© 2018 MICHAEL POLLAN

© 2019 ADELPHI EDIZIONI S.P.A. MILANO

www.adelphi.it

ISBN 978-88-459-8170-8

Per mio padre

COME CAMBIARE LA TUA MENTE

*The soul should always stand ajar.*¹
EMILY DICKINSON

PROLOGO UNA NUOVA PORTA

A metà del ventesimo secolo irrupero in Occidente due molecole nuove e singolari, composti organici con una spiccata somiglianza reciproca. Col tempo, avrebbero cambiato il corso della storia culturale, politica e sociale, come pure le storie personali dei milioni di persone che le introdussero nel proprio cervello. Il caso volle che l'emergere di questa chimica dirompente coincidesse con un'altra esplosione di portata storica a livello mondiale, quella della bomba atomica. Ci fu chi paragonò i due eventi e volle vedere un significato nella loro sincronia cosmica. Nuove energie straordinarie erano state liberate nel mondo; le cose non sarebbero state più le stesse.

La prima di queste molecole fu un'invenzione scientifica accidentale.² La dietilamide dell'acido lisergico, comunemente nota come LSD, fu sintetizzata da Albert Hofmann nel 1938, precedendo di poco la prima scissione d'un atomo di uranio da parte dei fisici. Hofmann – che lavorava per la casa farmaceutica svizzera Sandoz – stava cercando un farmaco che stimolasse la circolazione, non un composto psicoattivo: fu soltanto cinque anni dopo, quando ingerì per caso una minuscola quantità della nuova sostanza chimica, che capì d'aver creato qualcosa di potente, al tempo stesso terribile e meraviglioso.

La seconda molecola era in circolazione da migliaia di anni, benché nel mondo sviluppato nessuno ne fosse a conoscenza.³ Prodotta non da un chimico, ma da un piccolo fungo marrone poco appariscente, questa sostanza, in seguito divenuta nota come psilocibina, era stata usata per centinaia di anni come sacramento dalle popolazioni indigene del Messico e dell'America centrale. Dopo la conquista spagnola, l'uso del fungo – che gli Aztechi chiamavano *teonanácatl*, ovvero «carne degli dèi» – venne brutalmente represso dalla chiesa cattolica, e quindi spinto nella clandestinità. Nel 1955, dodici anni dopo la sintesi dell'LSD da parte di Albert Hofmann, R. Gordon Wasson, banchiere di Manhattan nonché micologo dilettante, assaggiò il fungo magico a Huautla de Jiménez, una città dello stato di Oaxaca nel Messico meridionale. Due anni dopo

pubblicò sulla rivista «Life» una descrizione di quindici pagine dei «funghi che inducono strane visioni», segnando così il momento in cui la notizia di una nuova forma di coscienza giunse per la prima volta al grande pubblico⁴ (nel 1957 la conoscenza dell'LSD era per lo più confinata alla comunità dei ricercatori e di coloro che si occupavano di salute mentale a livello professionale). Per molti anni la gente non colse l'entità di quanto era accaduto, ma la storia in Occidente era cambiata.

È difficile sovrastimare l'impatto di queste due molecole. L'avvento dell'LSD può essere messo in relazione con la rivoluzione che ebbe luogo negli studi sul cervello a partire dagli anni Cinquanta, quando gli scienziati scoprirono il ruolo dei neurotrasmettitori cerebrali. Il fatto che quantità di LSD nell'ordine dei microgrammi potessero indurre sintomi simili a quelli della psicosi ispirò la ricerca della base neurochimica di disturbi mentali precedentemente ritenuti di origine psicologica. Allo stesso tempo gli psichedelici trovarono spazio nella psicoterapia, dove furono usati per trattare vari disturbi tra cui l'alcolismo, l'ansia e la depressione. Per gran parte degli anni Cinquanta e al principio del decennio successivo, furono in molti, nell'*establishment* psichiatrico, a considerare l'LSD e la psilocibina come farmaci miracolosi.

L'avvento di questi due composti è legato anche, negli anni Sessanta, all'ascesa della controcultura e, forse soprattutto, ai suoi toni e al suo stile particolari. Per la prima volta nella storia i giovani disponevano di un rito di passaggio tutto loro: il «trip da acido». Invece di incorporare il giovane nel mondo adulto, come i riti di passaggio hanno sempre fatto, questo li faceva sbarcare in un territorio della mente della cui esistenza pochi adulti avevano la benché minima idea. L'effetto sulla società fu come minimo dirompente.

Alla fine degli anni Sessanta, comunque, le onde sismiche scatenate a livello sociale e politico da queste molecole sembrarono dissiparsi. Il lato oscuro degli psichedelici – *bad trips*, crolli psicotici, *flashbacks*, suicidi – cominciò a essere oggetto di un'enorme pubblicità negativa e a partire dal 1965 l'entusiasmo intorno a queste nuove sostanze lasciò il passo al panico morale. Con la stessa velocità con cui li avevano accolti, la cultura e l'*establishment*

scientifico adesso si rivoltarono bruscamente contro gli psichedelici. Alla fine del decennio queste sostanze – che in moltissimi luoghi erano state legali – furono messe al bando, e il loro uso venne spinto nella clandestinità. Sembrava che almeno una delle due bombe del ventesimo secolo fosse stata disinnescata.

Poi accadde qualcosa di inatteso e significativo. A partire dagli anni Novanta, lontano dagli sguardi della maggior parte di noi, un piccolo gruppo di scienziati, psicoterapeuti e cosiddetti psiconauti, nella convinzione che scienza e cultura avessero perso qualcosa di prezioso, decise di recuperarlo.

Oggi, dopo diversi decenni di repressione e abbandono, gli psichedelici sono nel pieno di un rinascimento. Una nuova generazione di scienziati, molti dei quali ispirati da esperienze personali con questi composti, sta verificando le loro potenzialità nella cura di problemi mentali come la depressione, l'ansia, i traumi e le dipendenze. Altri scienziati stanno usando gli psichedelici insieme ai nuovi strumenti di *brain-imaging* per esplorare i legami tra il cervello e la mente, nella speranza di svelare alcuni dei misteri della coscienza.

Un buon modo per comprendere un sistema complesso è quello di disturbarlo e poi di osservare che cosa succede. Disintegrando gli atomi, un acceleratore di particelle li costringe a svelare i loro segreti. Somministrando sostanze psichedeliche in dosi meticolosamente calibrate, i neuroscienziati possono disturbare profondamente, in soggetti volontari, la normale coscienza in stato di veglia, inducendo la dissoluzione delle strutture del sé e dando luogo a quella che può essere descritta come un'esperienza mistica. Mentre ciò accade, gli strumenti di *imaging* possono rilevare le alterazioni che interessano le attività e gli schemi di connettività cerebrali. Questo lavoro sta già svelando informazioni sorprendenti sui «correlati neurali» del senso del sé e dell'esperienza spirituale. Il vecchio cliché degli anni Sessanta, e cioè che gli psichedelici offrirono una chiave alla comprensione – e all'«espansione» – della coscienza non sembra più tanto assurdo.

Come cambiare la tua mente è la storia di questo rinascimento. Oltre che una storia pubblica, è però anche una storia molto personale, benché non sia cominciato in quella chiave. Forse era

inevitabile. Tutto quello che stavo imparando riguardo alla storia della ricerca sugli psichedelici narrata in terza persona mi faceva desiderare di esplorare questo nuovo paesaggio della mente anche in prima persona: capire come fossero in realtà le alterazioni della coscienza indotte da queste molecole; se avessero da insegnarmi qualcosa – e che cosa – sulla *mia* mente; e se potessero aggiungere qualcosa – e che cosa – alla mia vita.

Questa fu, per me, una svolta del tutto inaspettata. La storia delle sostanze psichedeliche che ho riassunto qui non è una storia che ho vissuto. Io sono nato nel 1955, a metà del decennio in cui gli psichedelici fecero la loro prima irruzione sulla scena americana; fu solo quando i miei sessant'anni si profilavano all'orizzonte, però, che presi seriamente in considerazione l'idea di provare per la prima volta l'LSD. Detto da un *baby boomer*, potrebbe suonare improbabile, una sorta di inadempienza ai miei doveri generazionali; d'altra parte, nel 1967 avevo soltanto dodici anni – troppo giovane per essere più che vagamente consapevole della «Summer of Love» o degli «Acid Tests» di San Francisco. A quattordici anni, l'unico modo che avevo per arrivare a Woodstock era che mi ci accompagnassero i miei genitori. Gran parte degli anni Sessanta li ho vissuti attraverso le pagine della rivista «Time». Quando l'idea di provare o meno l'esperienza di un trip affiorò nella mia consapevolezza cosciente, l'LSD aveva già completato la sua veloce parabola mediatica, passando da miracoloso farmaco psichiatrico a sacramento della controcultura e infine a entità distruttrice di giovani menti.

Dovevo essere alle medie quando uno scienziato riportò (erroneamente, come emerse poi) che l'LSD strapazzava i cromosomi; i media, senza esclusioni, come pure il mio professore di educazione sanitaria, si assicurarono che sentissimo tutto quel che c'era da sentire.⁵ Un paio d'anni dopo, Art Linkletter, il personaggio televisivo, cominciò a fare campagna contro l'LSD, che riteneva responsabile del suicidio di sua figlia, gettatasi dalla finestra di un appartamento. Si presumeva che l'LSD avesse qualcosa a che fare anche con gli omicidi di Manson. Quando, al principio degli anni

Settanta, entrai al college, ormai tutto quello che si sentiva sull'LSD sembrava studiato per terrorizzarti. Su di me funzionò: più che degli psichedelici anni Sessanta, sono un figlio del panico morale scatenato da queste sostanze.

Avevo poi anche dei motivi personali per stare alla larga dagli psichedelici: un'adolescenza dolorosamente segnata dall'ansia mi aveva lasciato qualche dubbio (condiviso da almeno uno psichiatra) su quanto fosse saldo il mio equilibrio. Quando arrivai al college mi sentivo più forte, ma l'idea di giocarmi la salute mentale con una sostanza psichedelica mi sembrava pessima.

Anni dopo, quasi trentenne, sentendomi più stabile, provai due o tre volte i funghi magici. Un amico mi aveva dato un vasetto di vetro pieno di *Psilocybe* secchi e grinzosi, e in un paio di occasioni memorabili io e Judith, allora mia compagna e oggi mia moglie, ne mandammo giù due o tre, affrontammo una breve ondata di nausea, e poi salpammo per quattro o cinque ore interessanti in compagnia l'uno dell'altra: un'esperienza che pareva una versione meravigliosamente enfatizzata della realtà familiare.

Gli *aficionados* degli psichedelici probabilmente la classificherebbero come un'«esperienza estetica» a basso dosaggio, più che un trip completo con disintegrazione dell'ego. Di sicuro non ci assentammo dall'universo conosciuto, né avemmo quella che qualcuno potrebbe mai chiamare un'esperienza mistica. Tuttavia, fu *davvero* interessante. Quello che ricordo, in particolare, è l'intensità straordinaria dei verdi dei boschi, e soprattutto la morbidezza del vellutato chartreuse delle felci. Fui preso da una potente compulsione a stare all'aria aperta, svestito, e il più lontano possibile da qualsiasi cosa fosse fatta di metallo o di plastica. Poiché eravamo da soli in campagna, fu fattibilissimo. Non ricordo molto di un trip successivo – un sabato a Riverside Park, a Manhattan –, salvo che fu molto meno godibile e spontaneo, con troppo tempo passato a chiederci se si capiva che eravamo fatti.

All'epoca non lo sapevo, ma la differenza tra queste due esperienze avute con la stessa sostanza dimostrava qualcosa di importante e di speciale sugli psichedelici: la fondamentale influenza del «set» e del «setting». Il «set» è l'atteggiamento mentale o l'aspettativa che uno immette nell'esperienza, mentre il «setting» è

l'ambiente in cui essa ha luogo. Rispetto ad altre sostanze, è raro che gli psichedelici producano due volte lo stesso effetto sulla stessa persona, giacché tendono ad amplificare qualsiasi cosa sia già in atto all'interno e all'esterno della sua testa.

Dopo quei due brevi trip, il vasetto con i funghi rimase per anni inviolato in fondo alla nostra dispensa. Il pensiero di dedicare un'intera giornata a un'esperienza psichedelica aveva finito per diventare inconcepibile. Impegnati con le nostre carriere nascenti, avevamo lunghi orari di lavoro, e quelle vaste distese di tempo libero consentite dal college (o dalla disoccupazione) erano diventate un ricordo. Adesso era disponibile un altro tipo di droga, diversissimo, decisamente più facile da introdurre nel tessuto di una carriera a Manhattan: la cocaina. Al confronto con la polvere bianca come la neve, i funghi marroni e rugosi sembravano privi di stile, imprevedibili ed eccessivamente esigenti. In un fine settimana, ripulendo gli armadietti della cucina, ci imbattermo nel vasetto dimenticato e lo gettammo nella spazzatura insieme alle spezie che avevano perso l'aroma e alle confezioni di cibo scaduto.

Avanti veloce di trent'anni: davvero vorrei non averlo fatto. Adesso pagherei per avere un intero vasetto pieno di funghi magici. Ho cominciato a chiedermi se quelle straordinarie molecole non siano forse sprecate nei giovani, se non abbiano da offrire di più in seguito, una volta che il cemento delle abitudini mentali e dei comportamenti quotidiani si è consolidato. Una volta Carl Jung scrisse che non è il giovane, ma la persona di mezza età ad aver bisogno di un'«esperienza del numinoso» che la aiuti a scendere a patti con la seconda metà della sua vita.

Arrivato sano e salvo al giro di boa dei cinquanta, la mia vita sembrava scorrere lungo solchi profondi ma confortevoli: un matrimonio lungo e felice, insieme a una carriera ugualmente lunga e gratificante. Come accade di solito, avevo sviluppato un insieme di algoritmi mentali in cui riporre una discreta fiducia per affrontare qualsiasi sfida la vita mi lanciasse, a casa o al lavoro. Che cosa mancava alla mia vita? Nulla che mi venisse in mente – nulla, cioè, finché non cominciarono ad arrivarci le notizie della nuova ricerca sugli psichedelici, notizie che mi spinsero a chiedermi se non avessi mancato di riconoscere il potenziale di queste molecole quale

strumento sia per comprendere la mente sia, potenzialmente, per cambiarla.

Ecco i tre eventi grazie ai quali mi persuasi che era proprio così.

Nella primavera del 2010 sulla prima pagina del «New York Times» comparve un servizio di John Tierney intitolato *Hallucinogens Have Doctors Tuning In Again*; vi si raccontava che alcuni ricercatori stavano somministrando a pazienti oncologici terminali forti dosi di psilocibina – il principio attivo dei funghi magici – per aiutarli ad affrontare la «sofferenza esistenziale» all'approssimarsi della morte.

Questi esperimenti, in corso simultaneamente alla Johns Hopkins, all'UCLA e alla New York University, non sembravano soltanto improbabili, ma folli. Di fronte a una diagnosi terminale, l'*ultima* cosa che avrei voluto fare era prendere una sostanza psichedelica, in altre parole, rinunciare al controllo sulla mia mente e poi, in quello stato psicologicamente vulnerabile, fissare dritto nell'abisso. Molti volontari, d'altra parte, riferivano che nell'arco di un singolo «viaggio» psichedelico guidato erano arrivati a riconsipire il modo di considerare il cancro e la prospettiva della fine. Diversi di loro dicevano d'essersi completamente liberati della paura della morte. Benché intriganti, le ragioni proposte per spiegare tale trasformazione erano anche un po' elusive. «Gli individui superano la propria identificazione primaria con il corpo e sperimentano stati non gravati dall'ego» erano le parole di uno dei ricercatori. «Fanno ritorno dal viaggio con una prospettiva nuova e una profonda accettazione».

Archiviai quella storia fino a uno o due anni dopo, quando io e Judith ci trovammo a una cena in una grande casa a Berkeley Hills, seduti intorno a un lungo tavolo insieme a una decina di persone; a un certo punto una donna, sul fondo, cominciò a parlare dei suoi trip con l'acido. Sembrava avere pressappoco la mia età e – venni a sapere – era un'illustre psicologa. In quel momento ero impegnato in un'altra conversazione, ma non appena i fonemi *l-s-d* giunsero fluttuando all'estremo del tavolo dov'ero seduto io, non potei fare a

meno, letteralmente, di mettere la mano all'orecchio e cercare di sintonizzarmi.

Al principio diedi per scontato che la donna stesse rivangando qualche aneddoto dei tempi del college, confezionandolo elegantemente. Non era così. Capii subito che il trip in questione aveva avuto luogo solo da qualche giorno o da qualche settimana, ed era uno dei primi che faceva. Tra gli astanti serpeggiò un'espressione di sorpresa. Lei e il marito, un programmatore in pensione, avevano trovato l'uso occasionale di LSD al tempo stesso intellettualmente stimolante e utile per il lavoro. In particolare, la psicologa credeva che le permettesse di comprendere il modo in cui i bambini piccoli percepiscono il mondo. Le loro percezioni non sono mediate da convenzioni e aspettative – *ci sono già passato, ho fatto in quel modo* – come lo è la percezione degli adulti; da adulti, spiegava, la nostra mente non si limita ad assorbire il mondo così com'è, ma formula su di esso ipotesi plausibili. Fare affidamento su queste ultime, fondate sull'esperienza passata, permette alla mente di risparmiare tempo ed energia, come quando, per esempio, sta cercando di capire che cosa possa essere, nel campo visivo, quel motivo frattale di punti verdi (probabilmente, le foglie di un albero). L'LSD sembra disabilitare queste modalità di percezione semplificate e abbreviate, ripristinando in tal modo, nella nostra esperienza della realtà, un'immediatezza e un senso di meraviglia infantili, come se stessi vedendo ogni cosa per la prima volta. (*Foglie!*)

Me ne uscii chiedendole se avesse in mente di scrivere tali idee, e questo attirò l'attenzione di tutti i commensali. Lei rise e mi lanciò un'occhiata che interpretai come un *Ma quanto sei ingenuo?* L'LSD è una sostanza inserita nella «Tabella 1», il che significa che lo stato la considera una sostanza d'abuso priva di qualsiasi uso medico riconosciuto. Di sicuro sarebbe stato dissennato da parte di una persona nella sua posizione ipotizzare, in uno scritto pubblicato, che gli psichedelici possano dare un contributo alla filosofia o alla psicologia, che in effetti possano essere uno strumento prezioso per esplorare i misteri della coscienza umana. La ricerca seria sugli psichedelici era stata più o meno bandita dall'università cinquant'anni prima, subito dopo il clamoroso fiasco dell'Harvard Psilocybin Project di Timothy Leary, nel 1963. Sembrava che

nemmeno Berkeley fosse pronta a tornare sul tema, quanto meno non ancora.

Infine, il terzo evento. La conversazione intorno alla tavola rinfrescò in me un vago ricordo del fatto che qualche anno prima qualcuno mi aveva inoltrato per e-mail un articolo scientifico riguardante la ricerca sulla psilocibina. In quel momento ero impegnato su altre cose, e non l'avevo nemmeno aperto, ma con una rapida ricerca del termine «psilocibina» ripescai istantaneamente l'articolo dalla pila virtuale delle e-mail scartate, accumulate nel mio computer. L'articolo mi era stato inviato da uno dei suoi coautori, una persona che non conoscevo e che rispondeva al nome di Bob Jesse; forse aveva letto qualcosa che avevo scritto sulle piante psicoattive e pensava che potessi essere interessato. L'articolo, scritto dallo stesso gruppo della Hopkins che stava somministrando la psilocibina ai pazienti oncologici, era stato appena pubblicato dalla rivista «Psychopharmacology». Per essere un lavoro scientifico sottoposto a *peer review*, aveva un titolo quanto mai insolito: *Psilocybin Can Occasion Mystical- Type Experiences Having Substantial and Sustained Personal Meaning and Spiritual Significance*,⁶ «la psilocibina può dar luogo a esperienze di tipo mistico con un significato personale e una portata spirituale importanti e prolungati».

Per quanto riguarda il termine «psilocibina», niente di che: a risaltare sulle pagine di una rivista di farmacologia erano piuttosto le parole «mistico» e «significato». Il titolo alludeva a quello che per la ricerca era un intrigante territorio di frontiera, apparentemente a cavallo di due mondi che ci siamo abituati a considerare inconciliabili: quello della scienza e quello della spiritualità.

Adesso – affascinato – mi gettai avidamente sull'articolo della Hopkins. Trenta volontari, che in precedenza non avevano mai fatto uso di psichedelici, avevano ricevuto una pillola contenente o psilocibina sintetica o un «placebo attivo» – metilfenidato, il principio attivo di Ritalin –, per far loro credere d'aver assunto lo psichedelico. Poi, assistiti per tutto il tempo da due terapeuti, si sdraiavano su un divano con una mascherina sugli occhi e ascoltavano della musica in cuffia (la mascherina e le cuffie incoraggiano un viaggio concentrato

verso l'interno). Dopo circa trenta minuti nella mente di chi aveva assunto la psilocibina cominciarono ad accadere cose straordinarie.

Lo studio dimostrava che dosi elevate di psilocibina potevano essere usate in condizioni di sicurezza e «dar luogo» regolarmente a un'esperienza mistica, descritta in genere come dissoluzione dell'ego seguita da un senso di fusione con la natura o con l'universo. Questo probabilmente non è una novità per chi assume sostanze psichedeliche o per i ricercatori che per primi le studiarono negli anni Cinquanta e Sessanta. Ma nel 2006, quando fu pubblicato l'articolo, non era del tutto ovvio né per la scienza moderna né per me.

Quello che era più straordinario, nei risultati riportati dall'articolo, è che i partecipanti consideravano l'esperienza con la psilocibina tra le più significative della propria vita, paragonabile «alla nascita di un primo figlio o alla morte di un genitore». Due terzi dei partecipanti collocarono la seduta tra le cinque «esperienze spiritualmente più significative» della loro vita; un terzo riteneva che si trattasse della *più significativa* di tali esperienze. A distanza di quattordici mesi queste valutazioni erano calate solo leggermente. I volontari riferirono di significativi miglioramenti – confermati da familiari e amici – «nel benessere personale e nella soddisfazione per la vita, insieme a un cambiamento positivo nel proprio comportamento».

Benché all'epoca nessuno lo sapesse, il rinascimento della ricerca sugli psichedelici oggi in corso cominciò sul serio dopo la pubblicazione di quell'articolo, che portò direttamente a una serie di studi – alla Hopkins e in diverse altre università – in cui la psilocibina era usata per curare condizioni diverse quali l'ansia e la depressione nei pazienti oncologici, la dipendenza dalla nicotina e dall'alcol, il disturbo ossessivo-compulsivo, la depressione e i disturbi del comportamento alimentare. Quello che colpisce, in tutta questa linea di ricerca clinica, è la premessa secondo cui il fattore chiave che induce un cambiamento nella mente forse non è, di per se stesso, l'effetto farmacologico della sostanza, ma il tipo di esperienza mentale cui essa dà luogo, che comporta la temporanea dissoluzione dell'ego.

Poiché non ero affatto sicuro di aver mai avuto una sola esperienza «significativa sul piano spirituale», e meno che mai di averne avute abbastanza da poter stilare una graduatoria, l'articolo del 2006 risvegliò la mia curiosità ma anche il mio scetticismo. Molti volontari descrivevano di aver avuto accesso a una realtà alternativa, a un «al di là» dove non si applicano le consuete leggi della fisica e dove varie manifestazioni di una coscienza cosmica, o del divino, si presentano come inconfondibilmente reali.

Trovavo tutto questo un po' difficile da accettare (non poteva trattarsi semplicemente di un'allucinazione indotta dalla sostanza?), ma al tempo stesso anche intrigante; una parte di me desiderava che fosse vero, di qualsiasi cosa esattamente si trattasse – il che mi sorprese, giacché non ho mai pensato a me stesso come a una persona particolarmente spirituale, e ancor meno mistica. Immagino che ciò dipenda in parte dalla mia visione del mondo, in parte dall'aver trascurato la questione: non ho mai dedicato molto tempo a esplorare percorsi spirituali e non ho ricevuto un'educazione religiosa. Di base, la mia prospettiva è quella del materialismo filosofico, convinto come sono che la materia sia la sostanza fondamentale dell'universo e che le leggi fisiche cui essa obbedisce debbano poter spiegare qualsiasi cosa succeda. Parto dal presupposto che la natura sia tutto ciò che esiste, e sono attratto dalle spiegazioni scientifiche dei fenomeni. Detto questo, sono anche sensibile alle limitazioni della prospettiva materialistascientifica, e credo che la natura (compresa la mente umana) conservi ancora misteri profondi nei cui confronti la scienza può a volte sembrare arrogante e mostrare un ingiustificato disprezzo.

Era possibile che una singola esperienza psichedelica – qualcosa che dipendeva soltanto dall'ingestione di una pillola o di un quadratino di carta assorbente – potesse intaccare di molto una tale prospettiva? Cambiare il modo in cui uno pensa alla morte? Modificare davvero, in maniera duratura, l'atteggiamento mentale?

Quell'idea mi irretì. Era un po' come se ti avessero mostrato – in una stanza familiare, la stanza della tua mente – una porta a cui, chissà come, non avevi mai fatto caso; e se delle persone in cui riponevi fiducia (scienziati!) t'avessero detto che dall'altra parte c'era

ad aspettarti tutto un altro modo di pensare – di essere! Non dovevi far altro che girare la maniglia ed entrare. Chi *non sarebbe* curioso? Magari non avevo intenzione di cambiare la mia vita, ma l'idea di imparare qualcosa di nuovo su di essa, e di accendere una luce nuova su questo vecchio mondo, cominciò a occupare i miei pensieri. Forse, nella mia vita, *mancava* effettivamente qualcosa, qualcosa che non avevo mai nemmeno nominato.

Sapevo già qualcosa di quelle porte, perché in precedenza avevo scritto a proposito delle piante psicoattive. Nella *Botanica del desiderio* ho esplorato relativamente a fondo quello che, con sorpresa, avevo scoperto essere un desiderio umano universale di alterare la coscienza. Non esiste una sola cultura sulla Terra (be', una sì)^z che non faccia uso di qualche pianta per modificare i contenuti della mente, non importa se al fine di guarire, per abitudine o come pratica spirituale. Il fatto che un desiderio così singolare e apparentemente maladattativo dovesse esistere accanto agli altri – per esempio quelli di nutrimento, bellezza e sesso, che in termini evolutivi hanno tutti una logica molto più ovvia – chiedeva a gran voce una spiegazione. La più semplice è che tali sostanze aiutino ad alleviare il dolore e la noia. D'altra parte, gli intensi sentimenti, come pure i tabù e i rituali complicati, sviluppati intorno a molte di queste specie psicoattive indicano che deve esserci qualcosa di più.

Appresi che gli esseri umani fanno da lungo tempo ampio uso di piante e funghi capaci di alterare drasticamente la coscienza, servendosene sia come strumenti per guarire la mente e per facilitare i riti di passaggio, sia come mezzo per comunicare con domini soprannaturali o mondi degli spiriti. In moltissime culture questi usi erano antichi e venerandi, ma io ipotizzai un'altra applicazione: arricchire l'immaginazione collettiva – la cultura – con le idee e le prospettive nuove che alcune particolari persone, quale che sia il luogo in cui sono andate, portano indietro con sé.

Ora che avevo sviluppato un apprezzamento razionale per il potenziale valore di queste sostanze psicoattive, potreste pensare che fossi più ansioso di provarle. Non sono sicuro di che cosa stessi aspettando: il coraggio, forse; oppure l'occasione propizia che una

vita indaffarata, vissuta principalmente sul versante giusto della legge, sembrava non offrire mai. Quando però cominciai a ponderare i possibili benefici di cui sentivo parlare, a fronte dei rischi, rimasi sorpreso nell'apprendere che le sostanze psichedeliche sono di gran lunga più temute che pericolose. Molti dei rischi tristemente noti o sono esagerati o sono leggenda. È praticamente impossibile morire per un'overdose di LSD o di psilocibina, per esempio, e nessuna delle due sostanze dà dipendenza. Dopo averle provate una volta, gli animali non cercano di procurarsi una seconda dose, e negli esseri umani l'uso ripetuto spoglia le sostanze del loro effetto.⁸ La possibilità che le esperienze terrificanti cui alcuni vanno incontro sotto l'effetto degli psichedelici gettino nella psicosi gli individui a rischio esiste, questo è vero, e perciò nessuno con un'anamnesi familiare o una predisposizione alla malattia mentale dovrebbe mai prenderli. Tuttavia, i ricoveri al pronto soccorso che vedono coinvolti gli psichedelici sono davvero rarissimi, e molti dei casi diagnosticati come crolli psicotici si rivelano poi meri attacchi di panico di breve durata.⁹

È anche vero che sotto l'effetto degli psichedelici la gente è incline a fare cose stupide e pericolose: camminare in mezzo al traffico, gettarsi da luoghi alti e, in rare occasioni, uccidersi. Secondo un'ampia indagine in cui venne chiesto ai consumatori di queste sostanze di parlare delle proprie esperienze, i «*bad trips*» sono molto reali e possono essere una delle «esperienze più difficili di una vita intera»;¹⁰ è tuttavia importante distinguere quello che può accadere quando l'uso ha luogo in situazioni non controllate, senza prestare attenzione al *set* e al *setting*, da quello che avviene in condizioni cliniche, dopo uno *screening* attento e sotto osservazione. Da quando – negli anni Novanta – la ricerca autorizzata sulle sostanze psichedeliche è ripresa, sono stati trattati quasi mille volontari, senza che sia stato segnalato un solo evento avverso serio.¹¹

Fu a quel punto che l'idea di «scuotere la palla di vetro con la neve», come un neuroscienziato descrisse l'esperienza psichedelica, cominciò a sembrarmi più attraente che spaventosa, pur conservando anche il secondo aspetto.

Dopo aver trascorso oltre mezzo secolo più o meno costantemente in sua compagnia, il sé – questa voce sempre presente nella testa, questo «io» incessantemente impegnato a commentare, interpretare, etichettare, perorare – diventa forse un po' *troppo* familiare. Qui non sto parlando di qualcosa di profondo come la conoscenza di sé: no, soltanto di come, con il passare del tempo, tendiamo a ottimizzare e a standardizzare le nostre risposte a qualsiasi cosa la vita ci presenti. Ciascuno di noi sviluppa le sue scorciatoie per inquadrare ed elaborare le esperienze quotidiane e risolvere i problemi, e benché questo sia indubbiamente adattativo – ci aiuta a fare ciò che dobbiamo con il minimo sforzo –, alla fine il processo diventa meccanico. Ci intorpidisce. I muscoli dell'attenzione si atrofizzano.

Le abitudini sono indubbiamente strumenti utili, giacché ci risparmiano la necessità di ricorrere a complesse operazioni mentali ogni volta che affrontiamo un compito o una situazione nuovi. D'altra parte, ci sollevano anche dal bisogno di restare svegli nei confronti del mondo: dal bisogno di fare attenzione, essere percettivi, pensare, e poi agire in maniera deliberata (in altre parole, in modo libero e non compulsivo). Per ricordare quanto le abitudini mentali ci rendano ciechi nei confronti dell'esperienza, basta fare un viaggio in un paese che non conosciamo. All'improvviso ci svegliamo! E quasi tutti gli algoritmi della vita quotidiana si riattivano, come partendo da zero. Ecco perché le varie metafore del viaggio, applicate all'esperienza psichedelica, sono tanto azzeccate.

Per quanto utili, questi efficaci meccanismi della mente adulta ci impediscono di vedere il presente. Saltiamo costantemente avanti, verso la cosa successiva. Ci accostiamo all'esperienza in modo molto simile a un programma di intelligenza artificiale: il nostro cervello traduce continuamente i dati del presente nei termini del passato, protendendosi indietro nel tempo a cercare esperienze rilevanti, e quindi usandole per formulare l'ipotesi migliore su come prevedere il futuro e orientarsi in esso.

Uno degli aspetti che fanno di viaggi, arte, natura, lavoro e alcune sostanze altrettante esperienze raccomandate è il modo in cui, nella loro forma migliore, esse bloccano ogni percorso mentale in avanti o all'indietro, immergendoci nel flusso d'un presente letteralmente

meraviglioso – là dove la meraviglia è esattamente il prodotto collaterale di quella prima visione non intralciata, di quell'osservazione virginale, alla quale il cervello adulto s'è ormai chiuso. (È terribilmente inefficiente!). Per la maggior parte del tempo, ahimè, mi trovo in un futuro prossimo, con il termostato psichico impostato su un lento sobbollire di anticipazione e, troppo spesso, di preoccupazione. L'aspetto positivo – ma anche quello negativo, in effetti – è che raramente mi sorprendo.

Mi sto sforzando di descrivere quella che credo sia la modalità di default della mia coscienza: funziona abbastanza bene, di sicuro fa il suo lavoro, ma... e se non fosse l'unico modo, o necessariamente il modo migliore, di sperimentare la vita? La premessa della ricerca sulle sostanze psichedeliche è che questo particolare gruppo di molecole sia in grado di darci accesso ad altre modalità di coscienza che potrebbero offrirci benefici specifici, siano essi terapeutici, spirituali o creativi. Di sicuro gli psichedelici non sono l'unica porta per accedere a queste altre forme di coscienza – e nelle pagine che seguono esplorerò alcune alternative non farmacologiche –, ma sembrano certamente una delle maniglie più facili da afferrare e girare.

Tutta l'idea di espandere il nostro repertorio di stati coscienti non è interamente nuova: l'induismo e il buddhismo ne sono permeati, ed esistono precedenti affascinanti anche nella scienza occidentale. William James, il pioniere della psicologia americana autore di *Le varie forme dell'esperienza religiosa*, si avventurò in questi territori più di un secolo fa e ne riemerse con la convinzione che la nostra comune coscienza in stato di veglia non sia «altro che un tipo speciale di coscienza, mentre tutto attorno ad essa, separate dal più trasparente degli schermi, vi sono forme potenziali di coscienza del tutto diverse».

Capii che qui James stava parlando della porta non aperta nella nostra mente. Per lui, il «tocco» che poteva spalancarla rivelando, dall'altra parte, questi territori, era l'ossido nitroso. (All'epoca i ricercatori avevano a disposizione anche la mescalina, il composto psichedelico estratto dal peyote, ma a quanto pare James ne aveva troppa paura per provarla).

«Nessuna visione dell'universo nella sua totalità può essere definitiva, quando lascia fuori queste altre forme di coscienza».

«In ogni caso», concludeva James, questi altri stati, la cui esistenza egli considerava reale come quella dell'inchiostro su questa pagina, «vietano una prematura chiusura dei conti che dobbiamo rendere alla realtà».¹²

La prima volta che lessi quella frase, capii che James mi aveva centrato benissimo: da materialista convinto e adulto di una certa età qual ero, avevo praticamente chiuso i miei conti con la realtà. Forse, era stato prematuro.

Bene, qui c'era un invito a riaprirli.

Se la comune coscienza in stato di veglia non è che uno dei diversi modi possibili di costruirsi un mondo, allora forse esiste un valore nel coltivare più generosamente quella che sono arrivato a considerare come diversità neurale. Con quest'idea, *Come cambiare la tua mente* si accosta al tema da diverse prospettive, impiegando diverse modalità narrative: quella della storia sociale e della storia della scienza; quella della storia naturale, del *memoir* e del giornalismo scientifico; e quella di studi di casi riguardanti volontari e pazienti. Nel mezzo del viaggio offrirò anche una descrizione della mia ricerca di prima mano (o forse dovrei parlare di esplorazione) nella forma d'una sorta di diario di un viaggio mentale.

Nel raccontare la storia della ricerca sugli psichedelici, passata e presente, non cercherò di essere esaustivo: il tema, riconducibile al tempo stesso alla scienza e alla storia sociale, è troppo vasto per essere compreso tra la prima e la quarta di copertina d'un unico libro. Invece di tentare di presentare ai lettori l'intero cast dei personaggi responsabili del rinascimento degli psichedelici, la mia narrazione segue un pugno di pionieri riconducibili a una particolare linea di ricerca scientifica, con l'inevitabile risultato che i contributi di molti altri sono trattati in modo sbrigativo. Sempre nell'interesse della coerenza narrativa, mi sono concentrato su certe sostanze ad esclusione di altre. Per esempio, c'è poco sulla MDMA (nota anche come ecstasy), che si sta mostrando molto promettente nel trattamento del disturbo post-traumatico da stress. Alcuni scienziati

annoverano la MDMA tra gli psichedelici, ma moltissimi altri non lo fanno, e io seguo loro. A livello cerebrale, la MDMA agisce infatti attraverso un diverso insieme di vie neurali e ha una storia sociale sostanzialmente diversa da quella dei cosiddetti psichedelici classici. Tra questi, mi concentrerò principalmente su quelli che stanno ricevendo maggiore attenzione dagli scienziati, in particolare la psilocibina e l'LSD; ciò significa che altri psichedelici, ugualmente interessanti e potenti ma più difficili da portare in laboratorio, come l'ayahuasca, avranno meno attenzione.

Un'ultima nota sulla terminologia. La classe di molecole a cui appartengono la psilocibina e l'LSD (ma anche la mescalina, la DMT e diverse altre) è stata nominata in vari modi da quando, sono ormai decenni, si imposero alla nostra attenzione. Al principio furono chiamate «allucinogeni». D'altra parte, fanno talmente tante altre cose (mentre le vere e proprie allucinazioni complete sono in realtà alquanto insolite) che ben presto gli scienziati si misero alla ricerca di termini più precisi ed esaurienti, una ricerca descritta nel terzo capitolo. Il termine «psichedelici», che qui userò più degli altri, ha tuttavia i suoi svantaggi.¹³ Accolto negli anni Sessanta, è gravato da una gran zavorra contro-culturale. Nella speranza di sfuggire a quelle associazioni, e di sottolineare le dimensioni spirituali di queste sostanze, alcuni ricercatori hanno proposto di chiamarle «enteogeni» – dal greco per «che genera il divino dentro». Questo mi sembra però troppo enfatico. Nonostante tutta la simbologia anni Sessanta, il termine «psichedelico», coniato nel 1956, è etimologicamente accurato. Derivato dal greco, significa semplicemente «che rende manifesta la mente»: proprio quello che queste straordinarie molecole hanno il potere di fare.

UN RINASCIMENTO

Ammesso che sia possibile datare con una certa precisione il moderno rinascimento della ricerca sugli psichedelici, il 2006 sarebbe un buon punto in cui collocarne l'inizio. Non che all'epoca questo fosse chiaro a molti: a segnare il mutamento storico non fu l'approvazione d'una legge, la cancellazione di qualche norma o l'annuncio di una scoperta; tuttavia, quando nel corso di quell'anno ebbero luogo tre eventi fra loro non collegati – il primo a Basilea, il secondo a Washington e il terzo a Baltimora –, chi aveva orecchie sensibili riuscì a percepire il suono del ghiaccio che cominciava a creparsi.

Il primo evento, rivolto simultaneamente al passato e al futuro come una sorta di cardine storico, fu il centenario della nascita di Albert Hofmann, il chimico svizzero che nel 1943 si accorse fortuitamente d'aver scoperto (cinque anni prima) la molecola psicoattiva divenuta poi nota come LSD. Fu un centenario insolito, in quanto il festeggiato era presente in carne e ossa. Mentre entrava nel suo secondo secolo, Hofmann sembrava straordinariamente in forma, fisicamente pieno di energie e mentalmente arguto, e fu in grado di prendere parte attiva alle celebrazioni: una festa di compleanno seguita da un simposio di tre giorni.¹⁴ La cerimonia d'apertura si tenne il 13 gennaio, due giorni dopo il centesimo compleanno di Hofmann (che sarebbe vissuto fino a 102 anni). Quando un uomo in abito scuro e cravatta – curvo e secco come un ramo, a malapena un metro e cinquanta – attraversò lentamente il palco e prese posto, le duemila persone che gremivano la sala del Centro Congressi di Basilea si alzarono ad applaudirlo. Erano andate a festeggiare lui e quella che il suo amico Walter Vogt, poeta e medico svizzero, aveva definito «la sola e unica *gioiosa* invenzione del ventesimo secolo».¹⁵ Per i convenuti non era un'iperbole: secondo uno degli scienziati americani presenti in sala, molti avevano finito per «venerare» Albert Hofmann, e l'evento aveva in effetti molti dei tratti caratteristici di una funzione religiosa.

Benché di fatto tutti, in quella sala, conoscessero a memoria la storia della scoperta dell'LSD, Hofmann fu invitato a recitare un'altra volta il mito della creazione (ha raccontato memorabilmente quella storia anche nel suo *memoir* del 1979, *LSD, il mio bambino difficile*). Quando era un giovane chimico, Hofmann lavorava in un dipartimento dei laboratori della Sandoz¹⁶ che, per scoprire nuovi farmaci, isolava composti dalle piante medicinali: in particolare, aveva il compito di sintetizzare, una per una, le molecole contenute negli alcaloidi prodotti dall'ergot, un fungo che può infettare i cereali – spesso l'avena –, causando a volte in chi consuma il pane che se ne ottiene qualcosa di simile alla follia o alla possessione (una teoria sui processi alle streghe di Salem attribuisce il comportamento delle donne sotto accusa proprio all'avvelenamento da ergot). D'altra parte, le levatrici usavano da tempo questo fungo per indurre il travaglio e per fermare le emorragie postpartum, perciò la Sandoz sperava di isolare dagli alcaloidi dell'ergot un farmaco commerciabile. Nell'autunno del 1938 Hofmann sintetizzò la venticinquesima molecola della serie, denominandola «dietilamide dell'acido lisergico», o – più brevemente – LSD-25. I test preliminari effettuati somministrando il composto agli animali non ebbero esito promettente (gli animali diventavano irrequieti, ma nulla più) e quindi la formula fu accantonata.

Rimase inutilizzata per cinque anni, fino a un giorno dell'aprile del 1943, quando, nel pieno della guerra, Hofmann ebbe il «singolare presentimento» che l'LSD-25 meritasse un secondo esame.¹⁷ E qui la sua descrizione prende una piega vagamente mistica. Di norma, spiegò, quando un composto non sembrava promettente e veniva scartato, era per sempre. Ma a Hofmann «piaceva la struttura chimica della molecola dell'LSD» e qualcosa in essa gli suggeriva che «questa sostanza potesse avere caratteristiche diverse da quelle stabilite nelle indagini iniziali». Quando sintetizzò l'LSD-25 per la seconda volta, si verificò un'altra misteriosa anomalia. Chissà come – nonostante le meticolose precauzioni che prendeva sempre quando lavorava con materiali tossici come l'ergot –, Hofmann doveva averne assorbita un po' attraverso la pelle, perché fu «costretto a interrompersi a causa di insolite sensazioni».

Andò a casa, si sdraiò su un divano e «in una condizione simile al sogno, a occhi chiusi ... riuscivo a scorgere un flusso ininterrotto di figure fantastiche, di forme straordinarie che rivelavano intensi giochi caleidoscopici di colore». E così, nella Svizzera neutrale, durante i giorni più bui della seconda guerra mondiale, ebbe luogo il primo trip di sempre con l'LSD: fu anche l'unico mai intrapreso in totale assenza di aspettative.

Affascinato, qualche giorno dopo Hofmann decise di condurre un esperimento su se stesso: una prassi non insolita a quell'epoca. Procedendo con quella che pensava essere massima cautela, ingerì 0,25 milligrammi (un milligrammo è un millesimo di grammo) di LSD disciolta in un poco d'acqua. Per qualsiasi altra sostanza, sarebbe stata una dose minima, ma – come emerse poi – l'LSD è uno dei composti psicoattivi più potenti mai scoperti, attivo a dosi nell'ordine dei microgrammi: ovvero di milionesimi di grammo. Questo fatto sorprendente avrebbe subito ispirato la ricerca, e poi la scoperta, dei recettori cerebrali e della sostanza chimica endogena – la serotonina – che, con un meccanismo chiave-serratura, li attiva, spiegando come mai un numero di molecole tanto piccolo potesse avere un effetto così profondo sulla mente. In questo, e in altri modi, la scoperta di Hofmann contribuì a inaugurare, negli anni Cinquanta, il moderno studio scientifico del cervello.

Adesso, mentre Hofmann precipita in quella che crede essere sicuramente follia irreversibile, ha luogo il primo *bad trip* da acido della storia.¹⁸ Dice quindi al suo assistente che deve tornare a casa, e giacché in tempo di guerra l'uso delle automobili è limitato, in qualche modo riesce a pedalare fino a casa in bicicletta e si stende su un divano mentre l'assistente chiama il medico (oggi, ogni anno, il 19 aprile, i fanatici dell'LSD celebrano la «giornata della bicicletta»). Hofmann racconta che «gli oggetti familiari e i mobili presero forme grottesche e sinistre. Erano in continuo movimento, animati, come spinti da un'irrequietezza interna». Assiste alla disintegrazione del mondo esterno e alla dissoluzione del proprio stesso io. «Un demone mi aveva sopraffatto, aveva preso possesso del mio corpo, dei miei pensieri, della mia anima. Balzai in piedi e urlai, cercando di liberarmene, sprofondai giù di nuovo, mi sentivo indifeso». Si convinse di essere sul punto di impazzire definitivamente, o forse

addirittura di stare morendo. «Il mio io era sospeso da qualche parte nello spazio e vedevo il mio corpo giacere morto sul divano».¹⁹ D'altra parte, quando arrivò e lo visitò, il medico trovò tutti i segni vitali – polso, pressione del sangue e respiro – perfettamente normali. L'unica indicazione di qualcosa fuori posto erano le pupille, estremamente dilatate.

Una volta esauriti gli effetti acuti, Hofmann provò la «sensazione di benessere» che spesso fa seguito a un'esperienza psichedelica, l'esatto opposto dei postumi d'una sbornia alcolica. Quando uscì in giardino, dopo una pioggia primaverile, «ogni cosa brillava e scintillava di una nuova luce. Sembrava che il mondo fosse stato creato di recente».²⁰ Da allora abbiamo appreso che l'esperienza con gli psichedelici è profondamente influenzata dalle aspettative di chi li assume; nessun'altra classe di sostanze farmacologicamente attive ha effetti più influenzabili. Poiché le esperienze di Hofmann con l'LSD sono le uniche di cui disponiamo non contaminate da descrizioni precedenti, è interessante notare che non presentano nessuna delle atmosfere orientali o cristiane che ben presto sarebbero diventate convenzionali. La sua esperienza di oggetti familiari che prendono vita e di un mondo che pare «creato di recente» – lo stesso momento d'estasi adamica che Aldous Huxley avrebbe descritto tanto intensamente una decina d'anni dopo in *Le porte della percezione* – sarebbe tuttavia diventata un luogo comune dell'esperienza psichedelica.

Hofmann fece ritorno dal suo trip convinto in primo luogo che fosse stata l'LSD a scoprire lui e non viceversa; e, in secondo luogo, che un giorno quella sostanza si sarebbe rivelata preziosa per la medicina e soprattutto per la psichiatria, forse offrendo ai ricercatori un modello della schizofrenia. Non gli venne mai in mente che il suo «bambino difficile», come avrebbe poi finito per considerare l'LSD, sarebbe divenuto anche una «droga per così dire di piacere» e una sostanza d'abuso.

Hofmann comunque arrivò anche a considerare l'adozione dell'LSD da parte della cultura giovanile negli anni Sessanta come una risposta comprensibile alla vacuità di quella che descriveva come una società materialista, industrializzata, spiritualmente impoverita, che aveva perso la sua connessione con la natura.

Questo maestro della chimica – forse la più materialistica di tutte le discipline – emerse dalla sua esperienza con l'LSD-25 convinto che quella molecola offrisse alla civiltà non solo un potenziale agente terapeutico, ma anche un balsamo spirituale, aprendo una crepa «nell'edificio della razionalità materialista» (per usare le parole del suo amico e traduttore, Jonathan Ott).²¹

Come moltissimi dopo di lui, il chimico brillante divenne una sorta di mistico che predicava un vangelo di rinnovamento spirituale e di riconnessione con la natura. Quel giorno del 2006, a Basilea, nel ricevere l'omaggio di un bouquet di rose, lo scienziato disse che «la sensazione di condividere lo stato di creatura con tutti gli esseri viventi penetra nella nostra coscienza in modo più completo e controbilancia gli insulsi sviluppi tecnologici e materialistici lasciandoci così tornare alle rose, ai fiori, alla natura, là dove noi apparteniamo». ²² Il pubblico proruppe in un applauso.

Un testimone scettico non avrebbe avuto tutti i torti a vedere nell'uomo minuto sul palco il fondatore di una nuova religione, e nel pubblico la sua congregazione. D'altra parte, se così fosse, si tratterebbe di una religione con una differenza significativa rispetto alle altre: di solito soltanto il fondatore e forse alcuni dei primi accoliti possono rivendicare il genere di autorità derivante dall'esperienza diretta del sacro. A chiunque arrivi in seguito tocca il brodino delle storie – al confronto, cosa di ben poca sostanza –, il simbolismo del sacramento e la fede: la storia attenua la potenza originale di tutto l'insieme, per il quale adesso occorre la mediazione di sacerdoti. La straordinaria promessa offerta dalla Church of Psychedelics – la Chiesa degli Psichedelici – è che chiunque, in qualsiasi momento, può avere accesso all'esperienza religiosa primaria attraverso il sacramento, in questo caso una molecola psicoattiva. La fede è superflua.

Benché in modo forse un po' incongruo, accanto alla corrente sotterranea spirituale della celebrazione ci fu anche la scienza: dopo i riti celebrativi per il compleanno di Hofmann, nel corso del simposio tenuto nel fine settimana ricercatori appartenenti a un ampio spettro di discipline – tra cui le neuroscienze, la psichiatria, la farmacologia, per arrivare agli studi sulla coscienza, e anche alle arti – analizzarono l'impatto di quell'invenzione chimica sulla società e

sulla cultura, insieme alla sua potenzialità di espandere la nostra comprensione della coscienza e di trattare diversi disturbi mentali difficili da gestire. In Svizzera e negli Stati Uniti erano stati approvati, o erano già in corso di svolgimento, alcuni progetti di ricerca per studiare gli effetti degli psichedelici negli esseri umani, e gli scienziati presenti al simposio manifestarono la speranza che la lunga interruzione della ricerca su queste sostanze potesse considerarsi finalmente conclusa. Tra chi lavora in questo campo, l'esuberanza irrazionale sembra essere un rischio professionale; nel 2006, però, c'erano buone ragioni per credere che il clima stesse effettivamente cambiando.

Il secondo evento spartiacque del 2006 si verificò soltanto cinque settimane dopo, quando la Corte Suprema degli Stati Uniti, con una decisione unanime scritta dal presidente di nuova nomina John G. Roberts Jr, stabilì che la UDV, una piccola setta religiosa che fa uso, come suo sacramento, di un tè allucinogeno chiamato ayahuasca,²³ potesse importare la bevanda negli Stati Uniti, benché contenente dimetiltriptamina (DMT), una sostanza inserita nella Tabella 1.²⁴ La pronuncia si basava sul Religious Freedom Restoration Act del 1993, una legge federale mirata a chiarire il diritto dei nativi americani di usare nelle loro cerimonie il peyote, come fanno da generazioni (diritto sancito dal dettato costituzionale, in particolare dal Primo Emendamento sulla libertà religiosa). La legge del 1993 afferma che il governo può interferire con le pratiche religiose di un individuo solo nel caso in cui abbia un «interesse superiore». Nel caso dell'UDV l'amministrazione Bush aveva argomentato che solo i nativi americani avessero il diritto di usare gli psichedelici come parte del loro culto religioso, in virtù della loro «peculiare relazione» con il governo, e che comunque anche nel loro caso quel diritto potesse essere limitato dallo stato.

Giustamente, la Corte respinse tale argomentazione, interpretando la legge del 1993 come intesa a negare al governo federale la facoltà di proibire a un gruppo religioso riconosciuto l'uso di sostanze psichedeliche nelle sue funzioni religiose, in assenza di un interesse superiore dello stato. È chiaro che questo include

gruppi religiosi piccoli e relativamente nuovi, specificamente organizzati intorno a un sacramento psichedelico – o a una «medicina vegetale», come gli *ayahuasqueros* chiamano il loro tè. La UDV è una setta spiritista cristiana fondata in Brasile nel 1961 da José Gabriel da Costa, un *seringueiro*, ispirato dalle rivelazioni sperimentate due anni prima, dopo aver ricevuto l'ayahuasca da uno sciamano dell'Amazzonia. La chiesa conta diciassettemila membri in sei paesi, ma all'epoca della pronuncia i membri americani erano soltanto centotrenta.

La decisione della Corte Suprema ispirò, in America, una sorta di risveglio religioso intorno all'ayahuasca. Oggi la chiesa ha circa cinquecentoventicinque membri americani, con comunità distribuite in nove sedi. Per rifornirle, l'UDV ha cominciato a coltivare alle Hawaii le piante necessarie alla preparazione del tè per poi inviarle, senza interferenze, ai gruppi sul continente. D'altra parte, negli anni successivi, sono cresciuti come funghi anche gli americani che, pur non appartenendo all'UDV, partecipano ai riti con l'ayahuasca – e probabilmente ogni sera da qualche parte in America hanno luogo decine, se non centinaia, di cerimonie (concentrate in modo particolare nella Bay Area di San Francisco e a Brooklyn). Almeno per ora i procedimenti penali per il possesso o l'importazione di ayahuasca sembrano essersi fermati.

Con la sua decisione del 2006 la Corte Suprema sembra aver aperto una via religiosa – forse uno stretto sentiero, comunque con solide fondamenta nella Carta dei Diritti – al riconoscimento legale delle sostanze psichedeliche, almeno quando vengono usate come sacramento da una comunità religiosa. Resta da vedere in quale misura quel sentiero sarà poi allargato, e in quanti lo percorreranno; e comunque viene da chiedersi che cosa faranno, il governo e la Corte, quando si presenterà un José Gabriel da Costa americano che cercherà di trasformare le proprie rivelazioni psichedeliche in una nuova religione determinata a usare, come suo sacramento, una sostanza chimica psicoattiva. La giurisprudenza della «libertà cognitiva», come la chiama qualcuno nella comunità psichedelica, è ancora esigua e limitata (alla religione); adesso però che era stabilita si era aperta una nuova crepa nell'edificio della guerra alla droga.

Dei tre eventi del 2006 che contribuirono a portare gli psichedelici fuori da un sonno durato decenni, quello che ebbe l'impatto di più vasta portata fu senz'altro la pubblicazione, quell'estate, su «Psychopharmacology», dell'articolo descritto nel Prologo – quello che Bob Jesse mi aveva inviato per e-mail ma che io non m'ero preso il disturbo di aprire. Anche questo evento aveva un'impronta distintamente spirituale, benché la sperimentazione descritta fosse il lavoro di uno scienziato rigoroso, che godeva di grande stima: Roland Griffiths. Figura quanto mai improbabile come ricercatore sugli psichedelici, Griffiths fu ispirato a studiare la capacità della psilocibina di indurre stati di «tipo mistico» in seguito a un'esperienza personale.

Il suo fondamentale articolo, *Psilocybin Can Occasion Mystical-Type Experiences Having Substantial and Sustained Personal Meaning and Spiritual Significance*, descriveva il primo studio clinico condotto in più di quarant'anni – se non in assoluto – allo scopo di esaminare gli effetti psicologici di una sostanza psichedelica seguendo un disegno sperimentale rigoroso, in doppio cieco, controllato verso placebo. La stampa riservò alla pubblicazione un piccolo torrente di reazioni in massima parte così entusiaste da far pensare che il panico morale sugli psichedelici, dilagato alla fine degli anni Sessanta, potesse aver finalmente esaurito il suo corso. Senza dubbio, il tenore positivo della copertura mediatica doveva molto al fatto che, dietro pressione di Griffiths, la rivista aveva invitato a commentare lo studio molti tra i più insigni ricercatori a livello mondiale attivi nella ricerca farmacologica – alcuni dei quali decorati sul campo della guerra alle droghe –, offrendo così ai giornalisti che si occuparono dello studio un'abbondante copertura ideologica.

Tutti i commentatori trattarono la pubblicazione come un evento di primissimo piano. Herbert D. Kleber, già vice di William Bennett – lo «zar antidroga» di George H.W. Bush e successivamente direttore della divisione sull'abuso di sostanze alla Columbia University –, elogiò lo studio per il suo rigore metodologico e riconobbe alla ricerca sugli psichedelici «importanti potenzialità terapeutiche», tali da «meritare il supporto dei NIH».²⁵ Charles «Bob» Schuster, che diresse il NIDA (National Institute on Drug Abuse) durante il mandato

di due presidenti repubblicani, osservò come il termine «psichedelico» implicasse un'esperienza in grado di espandere la mente, ed espresse la propria «speranza che questo articolo fondamentale si dimostri anche capace di “espandere il campo della ricerca”». ²⁶ Ipotizzò che questa «affascinante» classe di sostanze, e le esperienze spirituali da esse indotte, potessero dimostrarsi utili nel trattare le dipendenze.

L'articolo di Griffith e l'accoglienza che gli fu riservata servirono a rinforzare un'importante distinzione tra i cosiddetti psichedelici classici – psilocibina, LSD, DMT e mescalina – e le più comuni sostanze d'abuso, che hanno una tossicità dimostrata e possono dare dipendenza. L'*establishment* della ricerca farmacologica americana, come tale, aveva segnalato dalle pagine di una delle sue riviste di maggior prestigio che queste sostanze psichedeliche meritavano di essere trattate in modo molto diverso, avendo dimostrato, come scrisse un commentatore, «che se usate in modo appropriato ... possono produrre effetti notevoli, forse benefici, sicuramente meritevoli di ulteriori studi». ²⁷

La storia di come quest'articolo venne in essere getta una luce interessante sulla relazione tormentata tra la scienza e quell'altro campo di indagine umana che essa ha storicamente disprezzato e con il quale in genere non vuole avere nulla a che fare: la spiritualità. Nel progettare questo studio, la prima ricerca moderna sulla psilocibina, Griffith aveva infatti deciso di concentrarsi non su una potenziale applicazione terapeutica della molecola – la via intrapresa da altri ricercatori, nella speranza di riabilitare altre sostanze bandite, come l'MDMA –, ma sugli effetti spirituali dell'esperienza nei cosiddetti individui normali sani. A che serviva *quel tipo* di approccio?

In un editoriale che accompagnava l'articolo di Griffith, Harriet de Wit – psichiatra ed esperta di abuso di sostanze della University of Chicago – cercò di affrontare questa tensione, sottolineando come la ricerca di esperienze che «liberino dai vincoli della percezione e del pensiero normali in una ricerca di verità e illuminazione universali» sia un elemento costante della nostra umanità, che tuttavia ha «goduto di scarsa credibilità nel mondo scientifico tradizionale». Era giunto il momento, suggeriva de Wit, che la scienza «riconoscesse

queste straordinarie esperienze soggettive... anche se esse a volte implicano asserzioni su realtà ultime che sono al di là della portata della scienza». ²⁸

Con ogni probabilità Roland Griffiths è l'ultimo scienziato che immagineremmo coinvolto con gli psichedelici, il che di sicuro aiuta a spiegare il suo successo nel restituire rispettabilità scientifica alla ricerca su queste sostanze. Un metro e ottanta, secco come un chiodo, Griffiths, ultrasettantenne, è dritto al pari d'un fuso; l'unica cosa indisciplinata, in lui, è una zazzera bianca così folta che sembra aver chiuso la partita con il pettine senza vincitori né vinti. Almeno fintanto che non riesci a farlo parlare delle questioni più profonde, cosa che lo illumina, dà l'impressione di essere un emblema di morigeratezza, sobrietà, serietà e metodicità.

Nato nel 1944 e cresciuto in California a El Cerrito, nella Bay Area, Griffiths frequentò l'Occidental College dove si laureò in psicologia; quindi proseguì gli studi, specializzandosi in psicofarmacologia alla University of Minnesota. Qui, alla fine degli anni Sessanta, entrò sotto l'influenza di B.F. Skinner, il comportamentista radicale che contribuì a spostare l'attenzione della psicologia dall'esplorazione degli stati interiori e dell'esperienza soggettiva allo studio del comportamento osservabile e del modo in cui esso viene condizionato. Benché il comportamentismo non sia interessato a sondare le profondità della psiche umana, il suo approccio si dimostrò utilissimo per studiare comportamenti come l'uso di droghe e la dipendenza, che divennero poi la specialità di Griffiths. Le sostanze psichedeliche non ebbero alcun ruolo nella sua preparazione, a nessun livello, formale o informale che fosse. Quando entrò alla scuola di specializzazione, il famigerato programma di ricerca sulle sostanze psichedeliche avviato a Harvard da Timothy Leary era già naufragato nello scandalo: «dai miei mentori» disse Griffiths «veniva un chiaro messaggio, e cioè che quelle erano sostanze senza futuro».

Nel 1972, appena uscito dalla scuola di specializzazione, Griffiths fu assunto alla Johns Hopkins, dove è rimasto a lavorare lasciando la propria impronta sullo studio dei meccanismi della dipendenza in

un'ampia gamma di sostanze lecite e illecite, compresi gli oppiacei, i cosiddetti ipnotici sedativi (come il valium), la nicotina, l'alcol e la caffeina. Grazie ai fondi del National Institute on Drug Abuse, Griffiths fu tra i pionieri di quel genere di esperimento in cui un animale, spesso un babbuino o un ratto, ha a disposizione una leva che gli consente di autosomministrarsi diverse sostanze per via endovenosa: un potente strumento per studiare meccanismi quali il rinforzo, la dipendenza, le preferenze (*meglio il pranzo o dell'altra cocaina?*) e l'astinenza. I cinquantacinque articoli che ha pubblicato esplorando il potenziale d'abuso della caffeina hanno trasformato quel campo di studi e ci hanno indotto a considerare il caffè più come una droga che come un alimento, portando a inserire la «sindrome da astinenza da caffeina» nell'edizione più recente del *DSM-5: Manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali*. Nel 1994, quando compì cinquant'anni, Griffiths era un brillante scienziato ai vertici del suo campo di studi.

Quell'anno però la carriera di Griffiths prese una piega inaspettata in seguito a due incontri, entrambi all'insegna della serendipità. Il primo fu quando una persona amica lo introdusse al Siddha Yoga. Nonostante come scienziato avesse un orientamento comportamentista, Griffiths si era sempre interessato a quella che i filosofi chiamano fenomenologia – l'esperienza soggettiva della coscienza. Ai tempi della scuola di specializzazione aveva provato la meditazione, scoprendo però di «non riuscire a stare immobile senza andare del tutto fuori di testa. Tre minuti sembravano tre ore». Quando ci riprovò nel 1994, però, gli si «aprì qualcosa». Cominciò a meditare con regolarità, a partecipare a ritiri, e a esplorare diverse tradizioni spirituali orientali. Si ritrovò attratto «sempre più profondamente all'interno di questo mistero».

A un certo punto, durante questo percorso, Griffiths ebbe quello che descrive modestamente come «una curiosa sorta di risveglio» – un'esperienza mistica. Quando me ne accennò durante il nostro primo incontro nel suo studio, mi colse di sorpresa, così non diedi seguito alla cosa; anche dopo che ero arrivato a conoscerlo un po' meglio, però, Griffiths fu sempre riluttante a specificare che cosa fosse accaduto esattamente e io, non avendo mai avuto un'esperienza del genere, avevo difficoltà ad afferrare l'idea, quale

che fosse. Tutto quello che mi disse era che l'esperienza, verificatasi durante la meditazione, l'aveva messo in contatto con «qualcosa che andava decisamente oltre rispetto a una prospettiva materialista, qualcosa di cui proprio non posso parlare con i miei colleghi, perché implica metafore e assunti con i quali, come scienziato, mi sento davvero a disagio».

Con il passare del tempo, quanto stava apprendendo grazie alla meditazione sul «mistero della coscienza e dell'esistenza» finì per diventare, ai suoi occhi, più coinvolgente della scienza stessa. Cominciò a sentirsi un po' isolato: «Nessuna delle persone che mi erano vicine aveva alcun interesse a considerare quel genere di temi, riconducibili alla categoria dello spirituale; e con le persone religiose proprio non mi trovavo».

«Eccomi qua, sono un professore ordinario, pubblico all'impazzata, corro ai convegni importanti, e intanto penso a me come a un ciarlatano». Cominciò a perdere interesse per la ricerca intorno alla quale aveva organizzato tutta la sua vita. «Magari studiavo un nuovo ipnotico sedativo, imparavo qualcosa di nuovo sui recettori cerebrali, facevo parte di un'altra commissione dell'FDA, andavo a un'altra conferenza – e allora? Sul piano emozionale e intellettuale mi incuriosiva molto di più dove potesse condurre quest'altro percorso. La ricerca farmacologica cominciò a sembrarmi vuota. Al lavoro mi limitavo alla routine, essendo decisamente più interessato a tornarmene a casa la sera, a meditare». L'unico modo per trovare la motivazione necessaria a scrivere le richieste di finanziamento era di considerarlo un «progetto di servizio» a beneficio dei suoi studenti, prima e dopo il dottorato.

Nel caso della sua ricerca sulla caffeina, Griffiths era riuscito a incuriosirsi su una dimensione della propria esperienza – perché ogni giorno sentiva l'urgenza di bere caffè? – e a trasformarla in una linea di indagine scientifica produttiva. Ma non riusciva a trovare il modo per fare altrettanto con la curiosità sempre più profonda verso le dimensioni della coscienza dischiuse dalla meditazione. «Non mi venne mai in mente che potesse esserci un modo per studiarle scientificamente». Frustrato e annoiato, cominciò a prendere in considerazione l'idea di lasciare la scienza e di partire per un *ashram* in India.

Fu pressappoco in quel periodo che Bob Schuster, un vecchio amico e collega, direttore del National Institute on Drug Abuse da poco andato in pensione, gli telefonò per suggerirgli di parlare a Bob Jesse, un giovane che aveva recentemente conosciuto a Esalen. Jesse aveva organizzato un piccolo incontro tra ricercatori, terapeuti e studiosi di religione presso il leggendario centro di ritiro del Big Sur, per discutere il potenziale terapeutico e spirituale delle sostanze psichedeliche e le modalità di una loro eventuale riabilitazione. Lo stesso Jesse non era né un medico né uno scienziato, ma un informatico, allora vicepresidente del dipartimento Sviluppo commerciale della Oracle; la missione che s'era prefisso era di dar nuova vita alla scienza degli psichedelici, come strumento non tanto della medicina, quanto dello sviluppo spirituale.

Griffiths aveva raccontato a Schuster qualcosa sulla propria pratica spirituale e gli aveva confidato la crescente insoddisfazione nei confronti della ricerca farmacologica tradizionale.

«Dovresti parlare con questo ragazzo» gli disse Schuster. «Queste persone hanno delle idee interessanti sul lavoro con gli enteogeni» disse. «Può darsi che abbiate qualcosa in comune».

Quando sarà scritta la storia della seconda ondata della ricerca sulle sostanze psichedeliche, Bob Jesse verrà considerato come uno dei due *outsiders* – dilettanti, in effetti, e brillanti eccentrici – che in America si adoperarono senza risparmiarsi per farla decollare, spesso agendo dietro le quinte. Entrambi scoprirono la propria vocazione in seguito a esperienze psichedeliche trasformative grazie alle quali si erano convinti che tali sostanze avessero la potenzialità di guarire non solo gli individui, ma l'umanità intera, e che la via migliore verso la loro riabilitazione passasse attraverso un'indagine scientifica credibile. In molti casi questi ricercatori privi di una formazione canonica immaginarono per primi gli esperimenti e poi trovarono (e finanziarono) gli scienziati che li avrebbero condotti. Spesso i loro nomi figurano tra gli autori delle pubblicazioni, in genere nell'ultima posizione.

Dei due, Rick Doblin è coinvolto da più tempo ed è di gran lunga il più conosciuto. Doblin fondò la Multidisciplinary Association for

Psychedelic Studies (MAPS) in tempi ancora difficili: era il 1986, l'anno successivo alla messa al bando dell'MDMA, un periodo in cui le persone più sagge erano convinte che quella di riprendere la ricerca sugli psichedelici fosse una causa senza speranza.

Nato nel 1953, Doblin è come un cane col suo osso: ha cominciato a fare pressioni per modificare la posizione del governo sugli psichedelici poco dopo essersi laureato nel 1987, al New College in Florida. Dopo aver sperimentato, da studente universitario, prima l'LSD e successivamente l'MDMA, Doblin decise che la sua vocazione nella vita fosse di diventare un terapeuta psichedelico. In seguito alla messa al bando dell'MDMA nel 1985, però, quel sogno divenne irrealizzabile a meno che non fosse intervenuto un cambiamento delle leggi e delle normative federali; quindi pensò che nel frattempo avrebbe fatto bene a conseguire un dottorato in *public policy* alla Kennedy School di Harvard. Là acquisì la padronanza del complicato processo di autorizzazione dei farmaci controllato dalla FDA, e nella sua tesi pianificò il laborioso iter che la psilocibina e l'MDMA stanno ora seguendo verso l'approvazione.

Doblin è d'un candore disarmante, un uomo senza difese, disposto a parlare apertamente a un giornalista delle sue esperienze formative con gli psichedelici come pure di strategie e tattiche politiche. Come Timothy Leary, Doblin è il più felice dei combattenti, mai senza sorriso e sempre animato da un entusiasmo per il lavoro che non ti aspetteresti da un uomo che per tutta la sua vita adulta ha continuato a sbattere la testa contro lo stesso muro. A Belmont, in Massachusetts, Doblin lavora in uno studio dall'atmosfera dickensiana, ricavato nella soffitta della sua casa in stile coloniale e dallo sviluppo un po' incoerente. Siede a una scrivania coperta di pile precarie, alte fino al soffitto, di manoscritti, articoli di riviste, fotografie e memorabilia che coprono un periodo di oltre quarant'anni. Alcuni di questi oggetti commemorano i primi tempi della sua carriera, quando decise che il modo migliore per por fine ai conflitti settari fosse quello di inviare per posta a un gruppo di leader spirituali di livello mondiale delle compresse di MDMA, una sostanza nota per la sua capacità di abbattere le barriere interpersonali e accendere l'empatia. Più o meno nello stesso periodo trovò il modo di inviare un migliaio di dosi di MDMA anche ai militari sovietici

impegnati nei negoziati sul controllo degli armamenti con il presidente Reagan.

Per Doblin, ottenere l'approvazione dell'FDA per l'uso terapeutico degli psichedelici – approvazione che adesso ritiene essere in vista tanto per l'MDMA quanto per la psilocibina – è un mezzo per realizzare un fine più ambizioso e ancora più controverso: l'incorporazione degli psichedelici nella società e nella cultura americane, e non soltanto nella medicina. Questa, naturalmente, è la stessa strategia vincente seguita dalla campagna per la legalizzazione della marijuana, in cui la promozione degli usi terapeutici della cannabis ha cambiato l'immagine della sostanza, portando a una sua più generalizzata accettazione da parte del pubblico.

Non sorprende che questo tipo di discorsi iriti le persone più caute nella comunità (Bob Jesse è tra loro); d'altra parte Rick Doblin non è tipo da far passare in sordina la propria agenda e ancor meno da *prendere in considerazione* l'idea di un'intervista confidenziale. Questo gli ha procurato una grande attenzione da parte della stampa: poi, sulla misura in cui ciò aiuti la causa, si può discutere. Non c'è dubbio tuttavia che specie negli ultimi anni Doblin sia riuscito a ottenere l'approvazione e il finanziamento di importanti ricerche, soprattutto nel caso dell'MDMA, per molto tempo principale oggetto di interesse del MAPS. L'associazione ha sponsorizzato diversi piccoli studi clinici che hanno dimostrato il valore dell'MDMA nel trattare il disturbo post-traumatico da stress (PTSD). (Doblin adotta una definizione di «sostanze psichedeliche» molto ampia, tale da includervi anche l'MDMA e perfino la cannabis, benché il loro meccanismo d'azione a livello cerebrale sia diversissimo da quello dei classici psichedelici). Ad ogni modo, oltre che nella loro utilità per chi soffre di PTSD e altri disturbi – il MAPS sta sponsorizzando, all'UCLA, uno studio clinico che comporta il trattamento con l'MDMA di adulti autistici –, Doblin crede appassionatamente nel potere degli psichedelici di migliorare l'umanità svelando una dimensione spirituale della coscienza che tutti noi condividiamo, a prescindere dalle nostre convinzioni religiose o dalla loro assenza. «Il misticismo» gli piace dire «è l'antidoto al fondamentalismo».

Rispetto a Rick Doblin, Bob Jesse è un monaco. Non c'è nulla, in lui, di disordinato o imprudente. Teso, diffidente nei confronti della stampa, incline a scegliere le parole con le pinze, Jesse – che adesso ha passato i cinquanta – preferisce lavorare lontano dagli occhi del pubblico, possibilmente nell'unica stanza di una baita sulle aspre colline a nord di San Francisco, dove vive da solo, senza allacciamenti salvo che per una connessione veloce a internet.

«Bob Jesse è come il burattinaio» mi disse Katherine MacLean, una psicologa che dal 2009 al 2013 ha lavorato nel laboratorio di Roland Griffiths. «È il visionario che opera dietro le quinte».

Seguendo le meticolose istruzioni di Jesse, mi diressi in auto dalla Bay Area verso nord, giungendo infine al termine di una stretta strada polverosa in una contea che mi ha chiesto di non nominare. Parcheggiai all'inizio d'una stradina e oltrepassai i segnali di «proprietà privata – divieto d'accesso» seguendo un sentiero che mi portò al suo pittoresco accampamento sulla cima di una collina. Mi sentivo come se stessi andando a far visita a un mago. La sua casetta ordinata è stretta per due persone, così Jesse ha sistemato fuori, tra rocce e abeti, alcuni comodi divani, poltrone e sedie. Ha anche costruito una cucina all'aperto e – su una sporgenza rocciosa con vista spettacolare dei monti – una doccia esterna, dando così al campo l'aria d'una casa in cui esterno e interno si erano scambiate le parti.

Passammo buona parte d'una giornata di inizio primavera nel suo salotto all'aperto, sorseggiando un infuso di erbe e discutendo della sua campagna, assai più discreta, per restituire rispettabilità agli psichedelici: un piano generale in cui Roland Griffiths ha un ruolo cruciale. «Sono un po' a disagio con la macchina fotografica,» esordì «quindi per cortesia niente scatti o registrazioni di alcun genere».

Jesse è un uomo dal fisico compatto e slanciato, con una chioma squadrata di capelli grigi cortissimi, e occhiali rettangolari montati a giorno, di un'eleganza priva di ostentazione. Sorride di rado e ha qualcosa della freddezza che io associo ai tecnici e agli ingegneri, anche se di tanto in tanto ti sorprende con un'emozione improvvisa cui fa immediatamente seguire una didascalia: «Forse ha notato che pensare a quell'argomento mi ha inumidito un po' gli occhi. Mi lasci

spiegare perché...». Non solo sceglie le parole con grandissima cura, ma insiste affinché anche tu faccia altrettanto; così, per esempio, quando io utilizzai senza riflettere l'espressione «uso ricreazionale», lui mi fermò a metà della frase. «Forse dovremmo riesaminare quel termine. In genere viene utilizzato per banalizzare un'esperienza. Ma perché? Nel suo significato letterale, la parola "ricreazione" implica qualcosa di decisamente non banale. Ci sarebbe molto altro da dire, ma teniamo questo argomento per un'altra volta. Prego, vada avanti». I miei appunti mostrano che Jesse interruppe la conversazione divagando cinque o sei volte.

Jesse è cresciuto vicino a Baltimora e poi ha frequentato la Johns Hopkins, dove ha studiato scienze informatiche e ingegneria elettrotecnica. Tra i venti e i trent'anni ha lavorato per un lungo periodo ai Bell Labs, facendo ogni settimana il pendolare da Baltimora al New Jersey. In quegli anni fece *coming out*, e persuase la direzione dell'azienda a riconoscere il primo gruppo di dipendenti lesbiche e gay (all'epoca la AT&T, la casa madre, aveva qualcosa come trecentomila dipendenti). In seguito convinse la direzione dell'AT&T ad alzare una bandiera arcobaleno sulla sede centrale durante la settimana del Gay Pride e a inviare una delegazione alla parata. Questo risultato influenzò la sua formazione politica, mostrandogli quanto fosse importante lavorare dietro le quinte senza fare rumore o pretendere riconoscimenti.

Nel 1990 Jesse si trasferì nella Bay Area alla Oracle, diventando il suo dipendente numero 8766: benché non fosse uno dei primi, fu assunto abbastanza presto da poter acquisire una quota delle azioni della compagnia. Non passò molto tempo prima che la Oracle mandasse il proprio contingente alla parata del Gay Pride di San Francisco, e dopo le garbate pressioni esercitate da Jesse sui dirigenti più anziani, divenne una delle prime aziende, tra quella nella lista Fortune 500, a offrire *benefits* ai partner dei propri dipendenti all'interno di coppie dello stesso sesso.

Inizialmente la curiosità di Jesse per gli psichedelici era stata risvegliata alle superiori, durante una lezione di scienze dedicata alle droghe. Quella particolare classe di sostanze – gli dissero (correttamente) – non dava luogo a dipendenza fisica o psicologica; il suo insegnante proseguì descrivendone poi gli effetti, comprese le

alterazioni della coscienza e della percezione visiva, che Jesse trovò intriganti. «Capivo che qui c'era più di quello che ci stavano raccontando» ricordò. «Così, presi nota mentalmente». Solo molto tempo dopo, però, sarebbe stato pronto a verificare di persona che cosa fossero gli psichedelici. Perché? Mi rispose in terza persona: «Forse, un ragazzino gay che non aveva ancora fatto *coming out* temeva quello che poteva affiorare abbassando la guardia».

Dopo i vent'anni, nel periodo passato ai Bell Labs, Jesse entrò a far parte, a Baltimora, di un gruppo di amici che decisero di sperimentare gli psichedelici in modo quanto mai ponderato: c'era sempre qualcuno che rimaneva «con i piedi per terra» nel caso in cui suonasse il campanello o uno di loro avesse bisogno di aiuto, e le dosi venivano aumentate gradualmente. Fu durante uno di questi esperimenti del sabato pomeriggio, in un appartamento a Baltimora, che Jesse, adesso venticinquenne e con una forte dose di LSD in corpo, ebbe una potente «esperienza non duale», che si sarebbe dimostrata trasformativa. Gli chiesi di descrivermela, e dopo qualche tentennamento – «Spero che taglierà le parti sensibili» – procedette con cautela a raccontarmi la storia.

«Ero supino, sdraiato sotto un ficus benamina» ricorda. «Sapevo che sarebbe stata un'esperienza potente. E arrivò il momento in cui quel poco che ancora ero cominciò a scivolar via. Persi completamente la consapevolezza di essere sul pavimento, in un appartamento a Baltimora; non ero in grado di dire se i miei occhi fossero aperti o chiusi. Quello che si svelò di fronte a me era, in mancanza di una parola migliore, uno spazio, ma non il nostro concetto ordinario di spazio, solo la pura consapevolezza di un dominio senza forma e privo di contenuto. E in quel dominio entrò un'entità celeste, che era l'emergere del mondo fisico. Come il big bang, ma senza l'esplosione o la luce accecante. La nascita dell'universo fisico. In un certo senso fu drammatico – forse la cosa più importante mai avvenuta nella storia del mondo – eppure semplicemente accadde».

Gli chiesi dove fosse, lui, in tutto questo.

«Io ero un osservatore diffuso. Coesteso con quell'emergere». A questo punto lo informai che mi stava perdendo. Lunga pausa. «Sto esitando perché le parole sono un abito scomodo; sembrano troppo

limitanti». Ovviamente, l'ineffabilità è un aspetto caratteristico dell'esperienza mistica. «La consapevolezza trascende ogni particolare modalità sensoriale» mi spiegò, senza essermi d'aiuto. Era spaventoso? «Non c'era terrore. Solo rapimento e soggezione». Pausa. «Mm. Forse un po' di paura».

Da qui in avanti Jesse osservò (o come volete dire) la nascita di... tutto, nel dispiegamento di una sequenza epica che inizia con la comparsa della polvere cosmica e porta alla formazione delle stelle e poi dei sistemi solari, seguita dall'emergere della vita; da lì, l'arrivo di «quelli che chiamiamo esseri umani», poi l'acquisizione del linguaggio e lo sviluppo della consapevolezza, «fino al mio stesso sé, qui, in questa stanza, circondato dai miei amici. Avevo ripercorso tutto tornando esattamente dov'ero. Quanto tempo era passato – tempo dell'orologio? Non ne avevo idea.

«Per me, quello che spicca è soprattutto la qualità della consapevolezza che sperimentai, qualcosa di completamente distinto da ciò che sono arrivato a considerare come “Bob”. Dove si colloca, nella prospettiva delle cose, questa consapevolezza espansa? Nella misura in cui considero veridica quell'esperienza – cosa della quale non sono ancora sicuro –, essa mi dice che la coscienza è primitiva rispetto all'universo fisico: di fatto, lo precede». Adesso pensava che la coscienza esistesse al di fuori del cervello? Non era sicuro. «Passare dall'essere sicurissimi che sia vero l'opposto» – che la coscienza sia il prodotto della nostra materia grigia – «al non esserne certi è però un cambiamento di prospettiva immenso». Gli chiesi se fosse d'accordo con un'affermazione, che avevo letto, del Dalai Lama: l'idea che i cervelli creino la coscienza – un'idea accettata senza discutere da molti scienziati – «è un assunto metafisico, non un fatto scientifico».

«Bingo» disse Jesse. «E per uno con il mio orientamento» – agnostico, innamorato della scienza – «questo cambia tutto».

Ecco che cosa non capisco di un'esperienza come quella di Bob Jesse: perché mai uno dovrebbe darle credito? Non capisco perché non la si archivi semplicemente come «sogno interessante» o «fantasia indotta da una droga». Insieme alla sensazione di

ineffabilità, la convinzione che ti sia stata svelata una qualche profonda verità oggettiva è tuttavia un aspetto caratteristico dell'esperienza mistica, a prescindere dal fatto che sia stata indotta dall'assunzione di una sostanza, dalla meditazione, dal digiuno, dalla flagellazione o dalla deprivazione sensoriale. William James diede un nome a questa convinzione: qualità noetica.²⁹ Le persone credono che sia stato loro confidato un segreto profondo dell'universo, e non è possibile smuoverle da quella convinzione. Come scriveva James, «I sogni non possono resistere a questa prova».³⁰ Senza dubbio è per questo che alcuni tra coloro che hanno un'esperienza di questo tipo proseguono fondando religioni, cambiando il corso della storia o, molto più spesso, quello della propria vita. La chiave, qui, è in quel «senza dubbio».

Per spiegare un tale fenomeno posso pensare a un paio di modi, nessuno dei due del tutto soddisfacente. La spiegazione più lineare, e tuttavia anche la più difficile da accettare, è che questa sia semplicemente la verità: lo stato alterato di coscienza ha svelato alla persona una verità che tutti noi altri, imprigionati come siamo nella normale coscienza dello stato di veglia, proprio non possiamo vedere. Per la scienza, tuttavia, questa spiegazione è problematica; quale che sia la percezione, infatti, non la può verificare con i suoi consueti strumenti: si tratta di un racconto aneddótico, come tale privo di valore. La scienza nutre uno scarso interesse, ed è poco tollerante, nei confronti della testimonianza individuale: è curioso come in questo sia molto simile a una religione organizzata, la quale ha anch'essa grandi difficoltà a dar credito alla rivelazione diretta. Vale tuttavia la pena di sottolineare che esistono casi in cui la scienza non ha altra scelta se non quella di fare affidamento sulla testimonianza individuale – per esempio nello studio della coscienza soggettiva che, essendo inaccessibile ai nostri strumenti scientifici, può essere descritta soltanto da chi la sperimenta. Qui, la fenomenologia coincide con i dati fondamentali. Quando però si accertano verità riguardanti il mondo *esterno* alla nostra testa, la situazione è diversa.

Il problema, nel dar credito alle esperienze mistiche, è proprio che esse sembrano spesso cancellare la distinzione tra dentro e fuori, allo stesso modo in cui la «consapevolezza diffusa» di Bob Jesse

sembrava essere sua, e al tempo stesso esistere fuori di lui. Il che ci indica la seconda possibile spiegazione della sensazione noetica: quando il nostro senso di un «io» soggettivo si disintegra, come spesso accade in un'esperienza psichedelica indotta da elevate dosi di sostanza (e anche nella meditazione da parte di meditatori esperti), diventa impossibile distinguere tra quello che è soggettivamente e oggettivamente vero. Chi rimane a esercitare il dubbio, se non è il tuo io?

Negli anni che seguirono quel primo, potente viaggio psichedelico, Bob Jesse ebbe una serie di altre esperienze che modificarono il corso della sua vita. Nei primi anni Novanta viveva a San Francisco; fu quindi coinvolto nell'ambiente dei *raves* e scoprì che anche l'«effervescenza collettiva» dei migliori raduni – quelli passati tutta la notte a ballare, con o senza «materiali» psichedelici – poteva dissolvere la «dualità soggetto-oggetto» e aprire nuove prospettive spirituali. Cominciò a esplorare varie tradizioni spirituali, dal buddhismo al quaccherismo e alla meditazione, e si accorse che le sue priorità nella vita andavano gradualmente modificandosi. «Cominciai a pensare che passare del tempo su quel genere di cose poteva effettivamente essere di gran lunga più importante e appagante di quello che avevo fatto fino ad allora» come ingegnere informatico.

Durante un periodo sabbatico dal suo lavoro presso la Oracle (che avrebbe lasciato per sempre nel 1995), Jesse fondò un'organizzazione non profit che chiamò Council on Spiritual Practices (CSP), con lo scopo di «rendere l'esperienza diretta del sacro più accessibile a un maggior numero di persone». Il sito web minimizza l'interesse dell'organizzazione nel promuovere gli enteogeni – il termine che Bob Jesse preferisce usare al posto di «psichedelici» –, tuttavia descrive la propria missione in termini allusivi: «... identificare e sviluppare approcci all'esperienza religiosa primaria utilizzabili efficacemente in condizioni di sicurezza». Il sito web (csp.org) offre un'eccellente bibliografia riguardante la ricerca sugli psichedelici e fornisce regolari aggiornamenti sul lavoro in corso alla Johns Hopkins. Il CSP ha inoltre avuto un ruolo importante

nel sostenere la causa dell'UDV che nel 2006 portò alla decisione della Corte Suprema.

Il Council on Spiritual Practices evolvse da un'esplorazione sistematica – cui Jesse mise mano subito dopo il suo trasferimento a San Francisco – della letteratura sugli psichedelici e della comunità psichedelica nella Bay Area. Con il suo stile molto ponderato, un po' ossessivo e premurosamente educato, Jesse prese contatto con i numerosi «anziani esperti di psichedelici» della regione – il nutrito cast di personaggi che erano stati profondamente coinvolti nella ricerca e nella terapia negli anni precedenti: prima che la maggior parte delle sostanze fosse messa al bando nel 1970, in seguito all'approvazione del Controlled Substances Act e all'inserimento dell'LSD e della psilocibina nella Tabella 1, come sostanze con un elevato potenziale d'abuso e nessun impiego terapeutico riconosciuto. C'era anche James Fadiman, lo psicologo formatosi a Stanford che aveva svolto ricerche pionieristiche su psichedelici e risoluzione di problemi all'International Foundation for Advanced Study di Menlo Park, fino a quando, nel 1966, la FDA fermò il lavoro del suo gruppo. (Nei primi anni Sessanta la ricerca sugli psichedelici svolta a Stanford era pari a quella in corso a Harvard – solo che non aveva un personaggio della potenza d'un Timothy Leary che ne parlasse all'esterno). Poi c'era il collega di Fadiman, Myron Stolaroff: dapprima insigne ingegnere elettrotecnico della Silicon Valley e alto dirigente dell'Ampex, l'azienda produttrice di dispositivi per la registrazione su supporto magnetico, era stato poi spinto da un trip con l'LSD ad abbandonare l'ingegneria (proprio come Bob Jesse) per una carriera di ricercatore e terapeuta con gli psichedelici. Jesse entrò anche nella cerchia delle amicizie più strette di Sasha e Ann Shulgin, leggendarie figure della Bay Area che ogni settimana organizzavano cene per una comunità di terapeuti, scienziati e altre persone interessate agli psichedelici. (Sasha Shulgin, che è morto nel 2014, era un brillante chimico con una licenza della DEA – la Drug Enforcement Administration – che lo autorizzava alla sintesi di nuovi composti psichedelici, cosa che egli fece, realizzandone una quantità prodigiosa. Fu anche il primo a sintetizzare l'MDMA da quando, nel 1912, era stata brevettata dalla Merck e poi dimenticata. Avendone comprese le proprietà psicoattive, fece conoscere il

cosiddetto empatogeno agli psicoterapeuti della Bay Area: solo in seguito essa divenne la droga da discoteca nota come «ecstasy»). Jesse fece anche amicizia con Huston Smith, lo studioso di religione comparata, la cui mente s'era aperta al potenziale spirituale degli psichedelici quando nel 1962, come istruttore/lettore del MIT, partecipò da volontario al Good Friday Experiment, emergendone convinto che non vi fosse differenza tra esperienze mistiche indotte da sostanze e quelle di altro tipo.

Grazie a questi «anziani» e ai suoi stessi studi, Jesse cominciò a portare alla luce il ricco corpus della prima ondata di ricerca sugli psichedelici, del quale la scienza aveva in larga misura perduto le tracce. Apprese così che sulla terapia con sostanze psichedeliche, prima del 1965, era stato pubblicato più di un migliaio di studi scientifici che avevano coinvolto oltre quarantamila soggetti.³¹ A partire dagli anni Cinquanta e fino ai primi anni Settanta i composti psichedelici erano stati usati, spesso con risultati impressionanti, per curare condizioni diverse quali l'alcolismo, la depressione, il disturbo ossessivo-compulsivo e l'ansia dei malati terminali. Secondo gli standard moderni, tuttavia, pochi di quegli studi erano adeguatamente controllati, e alcuni erano stati compromessi dall'entusiasmo dei ricercatori coinvolti.

Ancor più interessanti per Bob Jesse erano le prime ricerche sulla capacità degli psichedelici di contribuire a quello che, con un'espressione efficace, definì «il miglioramento delle condizioni delle persone sane». In tali «soggetti normali sani» erano stati effettuati studi sulla creatività artistica e scientifica come pure sulla spiritualità: il più famoso di questi fu il Good Friday Experiment (noto anche come Marsh Chapel Experiment) condotto nel 1962 da Walter Pahnke, uno psichiatra e religioso che stava lavorando alla sua tesi di dottorato a Harvard, sotto la guida di Timothy Leary.³² In questo esperimento in doppio cieco, nel corso di una funzione del venerdì santo officiata alla Marsh Chapel, nel campus della Boston University, venti studenti di teologia ricevettero una capsula contenente una polvere bianca: in dieci casi si trattava di psilocibina e in dieci di un «placebo attivo», in particolare niacina, sostanza che produce una sensazione di formicolio. Otto dei dieci studenti che avevano ricevuto la psilocibina – contro uno soltanto nel gruppo di

controllo – riferirono una potente esperienza mistica (distinguerli non era difficile, il che svuotava un po' di senso il concetto del doppio cieco: i soggetti che avevano assunto il placebo se ne stavano seduti tranquilli nei loro banchi, mentre gli altri erano sdraiati o vagavano per la cappella, borbottando cose come «Dio è ovunque» e «Oh, la Gloria!»). Secondo Pahnke le esperienze di coloro che avevano ricevuto la psilocibina erano «indistinguibili» dalle classiche esperienze mistiche descritte in letteratura, «se non identiche» ad esse. Huston Smith era d'accordo. «Prima del Good Friday Experiment» disse a un intervistatore nel 1996 «non avevo mai avuto un incontro personale diretto con Dio».³³

Nel 1986 Rick Doblin condusse un *follow-up* del Good Friday Experiment, nel quale rintracciò e intervistò tutti gli studenti di teologia che avevano ricevuto la psilocibina alla Marsh Chapel, tranne uno.³⁴ Per la maggior parte, i soggetti riferirono che l'esperienza aveva riplasmato in modo profondo e duraturo la loro vita e il loro lavoro. Doblin riscontrò tuttavia gravi difetti nel rapporto pubblicato da Pahnke, che aveva ommesso di menzionare come diversi partecipanti, nel corso della loro esperienza, avessero affrontato stati d'ansia acuti. In un caso – dopo che il soggetto era fuggito dalla cappella dirigendosi verso Commonwealth Avenue, convinto di essere stato prescelto per annunciare la venuta del Messia – era stato necessario usare mezzi di contenzione e praticare un'iniezione di torazina, un potente antipsicotico.

In questa e in una seconda revisione critica di un esperimento sull'incidenza di recidive nel carcere di stato di Concord, condotto sotto la supervisione di Timothy Leary, Doblin aveva sollevato preoccupanti interrogativi sulla qualità della ricerca effettuata nel contesto dello Psilocybin Project di Harvard, insinuando che l'entusiasmo degli sperimentatori avesse invalidato i risultati riportati.³⁵ Se si desiderava che quella ricerca ricominciasse e fosse presa sul serio, concludeva Jesse, si doveva condurla in modo decisamente più rigoroso e obiettivo. Nondimeno i risultati del Good Friday Experiment erano molto intriganti e, come Bob Jesse e Roland Griffiths avrebbero ben presto deciso, valeva la pena tentare di replicarli.

Bob Jesse passò i primi anni Novanta a riesumare le conoscenze sulle sostanze psichedeliche andate perdute nel momento in cui la ricerca ufficiale era stata bloccata, e quella che ufficiale non era aveva imboccato la via della clandestinità. In questo, Jesse era un po' come quegli studiosi del Rinascimento che riscoprirono il mondo perduto del pensiero classico nei manoscritti nascosti nei monasteri. Nel suo caso, però, era passato molto meno tempo e quindi quei saperi persistevano sia nella mente di persone ancora viventi come James Fadiman, Myron Stolaroff e Willis Harman (un altro ingegnere della Bay Area convertitosi alla ricerca sugli psichedelici), alle quali bastava dunque chiedere; sia nelle pubblicazioni custodite in biblioteche e banche dati, dove bastava cercare. Comunque, se esiste un moderno analogo del monastero medioevale dove il pensiero classico era stato salvato dall'oblio, un luogo dove la fiammella della conoscenza sugli psichedelici venne tenuta accesa con grande cura nel corso dei suoi anni bui, è probabile che quel posto sia Esalen, il leggendario centro di ritiro nel Big Sur, in California.

Arroccato su una scogliera che domina il Pacifico, come fosse aggrappato a stento al continente, l'Esalen Institute fu fondato nel 1962 e da allora ha rappresentato, in America, un centro di gravità per il cosiddetto «movimento del potenziale umano», fungendo da capitale officiosa della New Age. Nel corso degli anni vi furono sviluppati e insegnati moltissimi metodi terapeutici e spirituali, compreso il potenziale terapeutico e spirituale delle sostanze psichedeliche. A partire dal 1973 Stanislav Grof – *émigré* ceco e psichiatra, nonché uno dei pionieri della psicoterapia coadiuvata dall'LSD – lavorò come studioso interno dell'istituto, dove peraltro già da anni conduceva dei seminari. Grof, che ha guidato migliaia di sedute con l'LSD, in un'occasione predisse che le sostanze psichedeliche «avrebbero rappresentato per la psichiatria quello che il microscopio è per la biologia o il telescopio per l'astronomia. Questi strumenti rendono possibile lo studio di importanti processi che in circostanze normali non sono accessibili all'osservazione diretta». ³⁶ Al fine di scrutare attraverso quel microscopio, in centinaia andarono a Esalen, spesso per partecipare a laboratori guidati da

Grof e rivolti a psicoterapeuti che desideravano inserire le sostanze psichedeliche nella propria prassi clinica. Molti, se non la maggior parte, dei terapeuti e delle guide che adesso svolgevano questo lavoro in clandestinità appresero la loro arte ai piedi di Stan Grof nella Big House di Esalen.

Non è noto con certezza se a Esalen tale attività sia continuata anche dopo la messa al bando dell'LSD, ma se così fosse non sarebbe sorprendente: il luogo è in una posizione a tal punto remota, ai confini del continente, da sembrare fuori dalla portata delle leggi federali. Almeno ufficialmente, però, quei seminari terminarono quando l'LSD divenne illegale. Grof cominciò a insegnare invece una tecnica, denominata «respirazione ologica», per indurre uno stato di coscienza psichedelico senza uso di sostanze, tramite una respirazione profonda, rapida e ritmica solitamente accompagnata da musica percussiva ad alto volume. Il ruolo di Esalen nella storia degli psichedelici, però, non si esaurì con la loro messa al bando: divenne il luogo in cui coloro che speravano di reintrodurre quelle molecole nella cultura – sia come aiuto terapeutico, sia come strumento di sviluppo spirituale – si incontravano per organizzare le loro campagne.

Nel gennaio del 1994 Bob Jesse riuscì a farsi invitare a una di quelle riunioni a Esalen. Dopo una cena del venerdì sera dagli Shulgin, mentre dava una mano con i piatti, Jesse venne a sapere che un gruppo di terapeuti e scienziati si sarebbe riunito a Big Sur per discutere le prospettive di riprendere la ricerca sugli psichedelici. Stando ad alcuni segnali, la porta che Washington aveva sbarrato alla ricerca verso la fine degli anni Sessanta era forse sul punto di riaprirsi, anche se solo d'uno spiraglio: Curtis Wright, un nuovo responsabile alla FDA (guarda caso, ex studente di Roland Griffiths alla Hopkins), aveva reso noto che i protocolli di ricerca sugli psichedelici sarebbero stati trattati come tutti gli altri – giudicati sulla base del loro valore. Verificando questa nuova ricettività, uno psichiatra della University of New Mexico di nome Rick Strassman aveva chiesto e ricevuto l'autorizzazione per studiare gli effetti fisiologici della DMT, un potente composto psichedelico presente in molte piante. Quel piccolo studio fu il primo esperimento effettuato

su una sostanza psichedelica, con autorizzazione federale, dagli anni Settanta: a posteriori, un evento spartiacque.

Più o meno nello stesso periodo Rick Doblin e Charles Grob, uno psichiatra dell'UCLA, erano riusciti a persuadere il governo ad approvare la prima sperimentazione su esseri umani con la MDMA. (Grob è stato uno dei primi psichiatri a perorare la causa della reintroduzione degli psichedelici nella psicoterapia; in seguito ha condotto il primo studio clinico moderno sulla psilocibina nei pazienti oncologici).³⁷ L'anno prima della riunione a Esalen (a cui Grob e Doblin parteciparono entrambi) David Nichols, chimico e farmacologo della Purdue University, fondò l'Heffter Research Institute (così nominato in onore del chimico tedesco che identificò la mescalina nel 1897), con l'allora improbabile ambizione di finanziare una seria scienza degli psichedelici (da allora l'istituto ha contribuito a finanziare molti moderni studi sulla psilocibina). Al principio degli anni Novanta, quindi, alcuni segnali, qua e là, lasciavano sperare che stessero maturando le condizioni per una ripresa della ricerca sulle sostanze psichedeliche. La piccola comunità che aveva tenuto vivo quel sogno durante gli anni bui stava cominciando, in modo discreto ed esitante, a organizzarsi.

Malgrado in quella comunità fosse un nuovo arrivato, per giunta né uno scienziato né un terapeuta, Jesse chiese di poter partecipare all'incontro a Esalen, offrendosi di rendersi utile – anche versando da bere, se necessario. Gran parte della riunione fu assorbita da discussioni sulle potenziali applicazioni mediche delle sostanze psichedeliche, come pure sull'esigenza di ricerche di base nel campo delle neuroscienze. Jesse rimase colpito dal fatto che venisse prestata pochissima attenzione al potenziale spirituale di questi composti. Lasciò l'incontro con questa convinzione: «Bene: qui c'è spazio di manovra. Speravo che una di quelle persone avrebbe raccolto la palla per giocarsela, invece erano tutti impegnati altrimenti. Perciò decisi di prendere un'aspettativa dalla Oracle». Nell'arco di un anno fondò il Council on Spiritual Practices che nel gennaio del 1996 avrebbe convocato una propria riunione a Esalen, con lo scopo di aprire un secondo fronte nella campagna per riportare alla vita gli psichedelici.

L'incontro a Esalen ebbe luogo, in modo appropriato, nella Maslow Room, una sala che prendeva il nome dallo psicologo i cui scritti sulla gerarchia delle esigenze umane sottolineavano l'importanza, nell'autorealizzazione, delle «esperienze picco». La maggior parte dei quindici partecipanti era costituita da «anziani esperti di psichedelici», terapeuti e ricercatori come James Fadiman, Willis Harman e Mark Kleiman, allora esperto di politiche in tema di droghe presso la Kennedy School (dove era stato *tutor* di Rick Doblin per la sua tesi); e da figure religiose come Huston Smith, fratel David Steindl-Rast e Jeffrey Bronfman, capo della chiesa UDV in America (ed erede del patrimonio della Seagram's, la grandissima compagnia di distillazione di alcolici). Saggiamente, però, Jesse decise di invitare anche un *outsider*: Charles «Bob» Schuster, che durante la presidenza di Ronald Reagan e di George H.W. Bush era stato direttore del National Institute on Drug Abuse. Jesse non lo conosceva bene: si erano parlati brevemente solo una volta, a un congresso. Ma da quell'incontro Jesse aveva riportato la sensazione che Schuster potesse essere disposto ad accettare un invito.

Perché, esattamente, Bob Schuster – figura di punta nell'*establishment* accademico che sosteneva la guerra alla droga – dovesse essere aperto all'idea di andare a Esalen a discutere il potenziale spirituale delle sostanze psichedeliche era un mistero, almeno finché non ebbi l'opportunità di parlare con la sua vedova, Chris-Ellyn Johanson, anche lei ricercatrice nel campo delle sostanze d'abuso. Johanson mi dipinse il quadro di un uomo profondamente curioso e dagli interessi straordinariamente ampi.

«Bob era fin troppo aperto» mi disse con una risata. «Parlava con chiunque». Come molte persone all'interno del NIDA, Schuster sapeva benissimo che le sostanze psichedeliche mal si adattano al profilo delle sostanze d'abuso; gli animali, se hanno la possibilità di scegliere, non se le autosomministrano più di una volta; inoltre, gli psichedelici classici hanno una tossicità straordinariamente bassa. Chiesi a Johanson se il marito ne avesse mai fatto uso personalmente; Roland Griffiths mi aveva detto di ritenerlo possibile («Bob era un musicista jazz,» mi aveva spiegato «perciò non ne sarei affatto sorpreso»). Ma Johanson mi disse di no: «Era decisamente molto curioso, ma credo che avesse troppa paura; noi

eravamo gente da Martini». Le chiesi se fosse un uomo spirituale. «No davvero, anche se credo che gli sarebbe piaciuto esserlo».

Jesse, che non era affatto sicuro di come Schuster avrebbe preso l'incontro, fece in modo che condividesse la camera con Jim Fadiman, che è psicologo e al quale aveva dato istruzioni affinché lo tenesse d'occhio. «Il giorno dopo, di mattina presto, Jim venne a cercarmi e mi disse: "Bob, missione compiuta. Hai trovato un essere umano che è una perla"».

Stando al racconto di sua moglie, Schuster si godette moltissimo il soggiorno a Esalen. Partecipò a un *drum circle* organizzato da Jesse – non te ne vai da Esalen senza aver fatto cose di quel genere –, e rimase meravigliato della facilità con cui riusciva e scivolare in uno stato di *trance*. Diede però anche alcuni fondamentali contributi alle discussioni del gruppo. Dissuase Jesse dal lavorare con l'MDMA, che riteneva tossica per il cervello e che ormai s'era guadagnata una cattiva reputazione come droga da discoteca. Sugerì anche che la psilocibina fosse una candidata per la ricerca molto migliore dell'LSD, più che altro per motivi politici: essendo molto meno nota, non era gravata dalla zavorra culturale e politica dell'LSD.

Alla fine di quell'incontro, il gruppo di Esalen s'era accordato su una breve lista di obiettivi, alcuni dei quali modesti – redigere un codice etico per le guide spirituali – e altri più ambiziosi: «Effettuare ricerche impeccabili, alla luce del sole, presso un'istituzione con ricercatori inattaccabili» e, idealmente, «farlo senza alcun ricorso al pretesto del trattamento clinico».

«Non eravamo sicuri che fosse possibile» mi disse Jesse, ma lui e i suoi colleghi credevano che «sarebbe stato un grande errore se tutto si fosse ridotto alla medicalizzazione». Perché un errore? Perché sostanzialmente, più che ai loro problemi mentali, Bob Jesse era interessato al benessere spirituale degli individui: all'uso degli enteogeni per far star meglio le persone sane.

Poco dopo l'incontro a Esalen, Schuster diede quello che si sarebbe poi rivelato il suo più importante contributo: parlò a Bob Jesse del suo vecchio amico Roland Griffiths e glielo descrisse esattamente come «il ricercatore inattaccabile» che Jesse stava cercando, «uno scienziato di prim'ordine».

Jesse ricorda le parole di Schuster: «Roland si è sempre dedicato con tutto se stesso a ogni cosa che ha fatto, compresa la meditazione. Pensiamo che l'abbia cambiato». Griffiths aveva confidato a Schuster la sua crescente insoddisfazione nei confronti dell'attività scientifica e il suo interesse, sempre più profondo, per il genere di «questioni fondamentali» che affioravano nella prassi meditativa. Schuster allora chiamò Griffiths per parlargli del giovane appena conosciuto a Esalen, spiegandogli che avevano in comune un interesse per la spiritualità e suggerendo che dovessero incontrarsi. Dopo uno scambio di e-mail, Jesse prese un aereo diretto a Baltimora per pranzare con Griffiths a Bayview, nella cafeteria del campus, dando inizio a una serie di conversazioni e incontri che alla fine li avrebbe portati a collaborare nello studio su psilocibina ed esperienza mistica condotto alla Johns Hopkins nel 2006.

Nel puzzle, e nel gruppo scientifico, mancava tuttavia ancora un pezzo. La maggior parte delle sperimentazioni condotte da Griffiths in passato aveva coinvolto babbuini e altri primati non umani. Poiché la sua esperienza clinica con gli esseri umani era invece molto più limitata, comprese la necessità di coinvolgere nel progetto un terapeuta esperto, un «clinico specializzato», come diceva lui. Qualche anno prima Bob Jesse aveva conosciuto per caso a un convegno sulle sostanze psichedeliche uno psicologo che corrispondeva al profilo e per giunta viveva a Baltimora. Circostanza ancor più fortunata, con ogni probabilità lo psicologo in questione, Bill Richards, è la persona tuttora vivente che negli anni Sessanta e Settanta maturò la maggiore esperienza come guida di viaggi psichedelici – con la possibile eccezione di Stan Grof (insieme al quale aveva peraltro lavorato). In effetti fu Bill Richards a somministrare, nella primavera del 1977, l'ultima dose legale di psilocibina a un americano, al Maryland Psychiatric Research Center dello Spring Grove State Hospital. Nei decenni successivi Richards aveva praticato una psicoterapia più convenzionale nella sua residenza a Windsor Hills, un quartiere di Baltimora immerso nel

verde, pazientemente in attesa che il mondo cambiasse idea consentendogli di tornare a lavorare con gli psichedelici.

«A ben vedere,» mi disse la prima volta che ci incontrammo nello studio di casa sua «queste sostanze sono in circolazione da almeno cinquemila anni, sono riemerse molte volte e molte volte sono state represses: questa non è che una fase del ciclo. I funghi però continuano a crescere, e alla fine la ricerca riprenderà. Almeno spero». Nel 1988, quando ricevette la telefonata di Bob Jesse e subito dopo incontrò Roland Griffiths, quasi non riusciva a credere alla buona sorte. «Fu una grande emozione».

Bill Richards – un uomo che ha passato i settanta ed è di una giovialità fuori dal comune – rappresenta un ponte tra le due ere della terapia psichedelica. Richards – a cui Walter Pahnke fece da testimone di nozze – ha lavorato a stretto contatto con Stan Grof a Spring Grove e andò a Millbrock (NY) a visitare Timothy Leary, che vi era approdato una volta esiliato da Harvard. Benché abbia lasciato il Midwest mezzo secolo fa, ha conservato l'accento del Michigan rurale dove è nato nel 1940; oggi sfoggia un pizzetto bianco, ha una risata sonora e contagiosa, e conclude molte delle sue frasi con un allegro «capisci?», forte e chiaro.

Laureato in psicologia e in teologia, Richards ebbe la sua prima esperienza psichedelica nel 1963, quando studiava teologia a Yale. Mentre stava trascorrendo l'anno accademico in Germania, all'Università di Göttingen, si ritrovò attratto dal dipartimento di Psichiatria, dove venne a sapere di un progetto di ricerca su una sostanza chiamata psilocibina.

«Non avevo idea di che cosa fosse, ma due miei amici avevano partecipato al progetto e avevano avuto esperienze interessanti». Uno di loro, il cui padre era stato ucciso durante la guerra, era regredito all'infanzia e s'era ritrovato seduto in braccio a lui. L'altro aveva avuto allucinazioni di soldati delle SS che marciavano lungo la strada. «Non avevo mai avuto un'allucinazione come si deve,» mi disse Richards ridacchiando «e stavo cercando di capire alcuni aspetti della mia infanzia. A quei tempi consideravo la mia mente come un laboratorio di psicologia, e quindi decisi di offrirmi volontario.

«Questo accadeva prima che venisse compresa l'importanza del *set* e del *setting*. Fui portato in una stanza nel seminterrato, mi fecero un'iniezione e mi lasciarono lì da solo». Di sicuro la ricetta per un *bad trip*, ma l'esperienza di Richards fu esattamente l'opposto. «Mi sentii immerso in questa fantasmagoria di immagini incredibilmente dettagliate, simili ad architetture islamiche, con scritte in arabo, che non conoscevo affatto. E poi, chissà come, io stesso persi la mia consueta identità e *divenni* quei motivi squisitamente elaborati. E tutto quello che posso dire è che si manifestò l'eterna luce della coscienza mistica. La mia consapevolezza fu inondata di amore, bellezza e pace, ben oltre qualsiasi cosa avessi mai conosciuto o immaginato possibile. "Rapimento", "splendore" e "gratitudine" erano le sole parole appropriate».

Le descrizioni di queste esperienze suonano sempre un po' deboli, almeno se confrontate con l'impatto emotivo che stanno cercando di comunicare; per essere un evento che ti trasforma la vita, le parole usate possono sembrare banali. Quando lo accennai a Richards, lui sorrise. «Provi a immaginare un uomo delle caverne trasportato nel bel mezzo di Manhattan. Vede gli autobus, i telefoni cellulari, i grattacieli, gli aeroplani. E poi lo rispediamo nella sua caverna. Che racconterà della sua esperienza? "Era grande, meraviglioso, faceva tanto rumore". Non ha il vocabolario per "grattacielo", "ascensore", "telefono cellulare". Forse ha una percezione intuitiva del fatto che nella scena c'è una sorta di ordine o di significato. Ma ci sono parole, di cui avremmo bisogno, che ancora non esistono. Abbiamo cinque matite colorate, quando ci servirebbero cinquantamila sfumature diverse».

Nel mezzo del suo viaggio, uno degli interni di psichiatria si fermò nella stanza per dargli un'occhiata, chiedendogli di mettersi seduto in modo da potergli controllare i riflessi. Mentre l'interno gli colpiva il tendine patellare con il martelletto di gomma, Richards ricorda di aver provato «compassione per lo stato infantile della scienza. Gli scienziati non avevano alcuna idea di quello che realmente stava accadendo nel mio mondo esperienziale interiore, della sua ineffabile bellezza o della sua potenziale importanza per tutti noi».

Qualche giorno dopo l'esperienza Richards tornò al laboratorio e chiese «Che cosa mi avete dato? Come si chiama?»

«Il resto della mia vita – sono note marginali!».

Eppure, dopo che diverse altre sedute non produssero un'ulteriore esperienza mistica, Richards cominciò a chiedersi se non avesse forse esagerato la portata di quel primo trip. Qualche tempo dopo arrivò all'università Walter Pahnke, fresco del lavoro di dottorato con Timothy Leary a Harvard, e i due divennero amici. (Quando erano entrambi in Germania, fu Richards a far fare il primo trip psichedelico a Pahnke che, a quanto pare, a Harvard non aveva mai preso LSD o psilocibina, temendo che potessero compromettere l'obiettività del Good Friday Experiment). Pahnke suggerì a Richards di riprovare, ma in una stanza con luci soffuse, piante e musica, e utilizzando una dose più alta. Ancora una volta Richards ebbe «un'esperienza incredibilmente profonda. Capii di non aver esagerato su quel primo trip, in realtà ne avevo dimenticato l'80 per cento».

«Non ho mai dubitato della validità di queste esperienze» mi disse Richards. «Questo era il regno della coscienza mistica di cui parlò Shankara, di cui scrisse Plotino, o san Giovanni della Croce e Meister Eckhart. Ed è quello cui alludeva Abraham Maslow con le sue "esperienze picco", benché lui riuscisse ad arrivarci senza fare uso di sostanze». Richards proseguì gli studi di psicologia con Maslow alla Brandeis University. «Quello di Abe era un misticismo ebraico naturale: per avere un'esperienza mistica gli bastava stendersi in giardino. Le sostanze psichedeliche sono per quelli di noi che non hanno simili talenti innati».

Richards emerse da quei primi viaggi psichedelici con tre convinzioni incrollabili. La prima è che l'esperienza del sacro descritta sia dai grandi mistici, sia da chi intraprende viaggi con alte dosi di psichedelici è la medesima ed è «reale» – in altre parole, non è solo frutto dell'immaginazione.

«Se, nella coscienza, ti spingi abbastanza in profondità, o abbastanza lontano, ti imbatti nel sacro. Non è qualcosa che generiamo noi: sta lì in attesa di essere scoperto. E questo accade costantemente, ai non credenti come ai credenti». La seconda convinzione è che – non importa se indotte da sostanze o con altri mezzi – queste esperienze di coscienza mistica sono con ogni

probabilità la base originaria della religione (in parte è per questo motivo che, secondo Richards, gli psichedelici dovrebbero entrare nella formazione di uno studente di teologia). La terza convinzione, infine, è che la coscienza è una proprietà dell'universo, non del cervello. Su questo punto è d'accordo con Henri Bergson, il filosofo francese che concepiva la mente umana come una sorta di radoricevente, in grado di sintonizzarsi su frequenze di energia e informazione esistenti fuori di essa. «Se volessi trovare la bionda che ha letto il notiziario l'altra sera,» spiega Richards ricorrendo a un'analogia «non andresti a cercarla dentro al televisore». Come il cervello umano, il televisore è necessario, ma non sufficiente.

Alla fine degli anni Sessanta, quando terminò la specializzazione, Richards trovò lavoro come *research fellow* allo Spring Grove State Hospital, fuori Baltimora, dove – lontano dal clamore e dall'attenzione che circondavano Timothy Leary – si stava silenziosamente dispiegando una storia della ricerca sugli psichedelici controfattuale e quanto mai improbabile. In effetti questo è un caso in cui la forza della narrazione di Leary ha deformato la percezione della storia, al punto che molti di noi sono convinti che non vi sia stata alcuna seria ricerca sugli psichedelici né prima del suo arrivo a Harvard, né dopo il suo licenziamento. Invece, fino al momento in cui, nel 1977, Bill Richards somministrò la psilocibina al suo ultimo volontario, Spring Grove condusse attivamente (e senza particolari controversie) un ambizioso programma di ricerca su queste sostanze – in gran parte finanziato dal National Institute of Mental Health – su pazienti schizofrenici, soggetti con dipendenza da alcol o altre sostanze, pazienti oncologici che lottavano con l'ansia, religiosi, professionisti che lavoravano nel campo della salute mentale e pazienti con gravi disturbi della personalità. Tra i primi anni Sessanta e la metà del decennio successivo diverse centinaia di pazienti e volontari ricevettero la terapia psichedelica a Spring Grove. In molti casi i ricercatori ottennero risultati eccellenti in studi ben disegnati, regolarmente pubblicati su riviste che – come «JAMA» e «Archives of General Psychiatry» – prevedevano la procedura di *peer review*. (Roland Griffiths è dell'idea che molte di quelle ricerche fossero «discutibili», ma Richards mi disse che «quegli studi non erano scadenti come probabilmente insinuano

persone come Roland»). Colpisce constatare quanta parte del lavoro oggi in corso alla Hopkins, alla NYU e in altre sedi fosse stato anticipato a Spring Grove; a ben vedere, è difficile trovare una sperimentazione contemporanea sugli psichedelici che non sia stata già eseguita nel Maryland negli anni Sessanta o Settanta.

Almeno al principio, la ricerca sugli psichedelici svolta a Spring Grove godette di un grande supporto pubblico. Nel 1965 CBS News trasmise un «servizio speciale», della durata di un'ora e in termini elogiativi, sul lavoro dell'ospedale con gli alcolisti, intitolato *LSD: The Spring Grove Experiment*. La reazione al programma fu talmente positiva che l'Assemblea generale del Maryland istituì, nel campus dello Spring Grove State Hospital, un centro dedicato alla ricerca denominato Maryland Psychiatric Research Center. Stan Grof, Walter Pahnke e Bill Richards furono ingaggiati per guidarlo, insieme a diverse decine di altri terapeuti, psichiatri, farmacologi e personale di supporto. Ugualmente difficile da credere oggi è il fatto che, come mi raccontò Richards, «ogni volta che assumevamo qualcuno, gli facevamo un paio di sedute con l'LSD nel contesto della formazione. Eravamo autorizzati! Altrimenti come facevi a essere sensibile a ciò che accadeva nella mente del paziente? Vorrei che potessimo farlo alla Hopkins».

Il fatto che a Spring Grove, per buona parte degli anni Settanta, sia continuato un programma di ricerca tanto ambizioso indica che la storia della repressione della ricerca sugli psichedelici è un po' più complicata di come farebbe pensare la versione convenzionale. Se è vero che alcuni progetti – per esempio le sperimentazioni sulla creatività di Jim Fadiman a Palo Alto – ricevettero da Washington l'ordine di chiudere, ad altri programmi di ricerca che avevano finanziamenti a lungo termine fu invece consentito di proseguire fino all'esaurimento dei fondi. Invece di fermare tutta la ricerca, come molti di coloro che si interessano agli psichedelici credono sia accaduto, il governo si limitò a rendere più difficile l'ottenimento delle autorizzazioni, e il flusso dei finanziamenti a poco a poco si esaurì. Con il passare del tempo i ricercatori scoprirono poi che, oltre a superare tutti gli ostacoli burocratici e finanziari, dovevano anche superare la «prova dello scherno»: come reagivano i colleghi quando raccontavi che stavi facendo degli esperimenti con l'LSD? A

metà degli anni Settanta le sostanze psichedeliche erano ormai diventate, per la scienza, un motivo di imbarazzo: non perché fossero un fallimento, ma perché erano andate identificandosi con la controcultura e con scienziati caduti in disgrazia come Timothy Leary.

E invece, nella ricerca sugli psichedelici condotta a Spring Grove alla fine degli anni Sessanta e gli inizi dei Settanta, non c'era proprio nulla di imbarazzante: in quel momento Spring Grove sembrava il futuro. «Pensavamo che fosse la frontiera più incredibile della psichiatria» ricorda Richards. «Eravamo tutti lì seduti intorno al tavolo delle riunioni a parlare di come avremmo formato le centinaia, se non migliaia, di terapeuti necessari per quel lavoro. (E, guardi, oggi stiamo avendo di nuovo la stessa conversazione!). C'erano congressi internazionali sulla ricerca con le sostanze psichedeliche, e avevamo colleghi in tutta Europa che svolgevano un lavoro simile. Quel campo di studi stava decollando. Alla fine, però, le forze sociali ebbero la meglio su di noi».

Nel 1971 Richard Nixon dichiarò che Timothy Leary, un professore di psicologia ormai finito, era «l'uomo più pericoloso d'America». Le sostanze psichedeliche stavano alimentando la controcultura, e la controcultura stava fiaccando la disponibilità della gioventù americana a combattere. L'amministrazione Nixon cercò quindi di renderla inoffensiva attaccando la sua infrastruttura neurochimica.

La repressione della ricerca sugli psichedelici fu inevitabile? Tra i ricercatori che ho intervistato molti ritengono che sarebbe stato possibile evitarla se quelle sostanze non fossero uscite dai laboratori – circostanza di cui, a ragione o a torto, molti ritengono chiaramente responsabili le «buffonate», il «comportamento scorretto» e il «proselitismo» di Timothy Leary.

Stanislav Grof crede che, nell'America degli anni Sessanta, gli psichedelici abbiano liberato lo «spirito dionisiaco» costituendo in tal modo, per i valori puritani del paese, una minaccia da respingere (mi disse anche di credere che la stessa cosa possa accadere di nuovo). Roland Griffiths sottolinea che la nostra non è la prima cultura a sentirsi minacciata dagli psichedelici: se R. Gordon Wasson dovette riscoprire i funghi magici in Messico, fu perché gli spagnoli

ne avevano soffocato l'uso in modo efficacissimo, ritenendoli pericolosi strumenti del paganesimo.

«Il che ci dice qualcosa d'importante su quanto le culture siano riluttanti a esporsi ai cambiamenti cui questo genere di composti può dar luogo» mi disse la prima volta che ci incontrammo. «L'autorità che scaturisce dall'esperienza mistica primaria è tale che può costituire una minaccia per le strutture gerarchiche preesistenti».

Ad Annapolis, a metà degli anni Settanta, la ricerca sull'LSD in corso a Spring Grove – gran parte della quale finanziata dallo stato – era ormai diventata una patata bollente politica. Nel 1975 la Rockefeller Commission che indagava sulla CIA svelò che a Fort Detrick, nel Maryland, anche l'agenzia aveva condotto sperimentazioni con l'LSD nel contesto di un progetto per il controllo della mente denominato MK-Ultra (un memorandum³⁸ interno emesso dalla Commissione esponeva concisamente in questi termini l'obiettivo dell'agenzia: «È possibile ottenere il controllo su un individuo al punto che eseguirà i nostri comandi contro la sua volontà e anche contro fondamentali leggi della natura, come quella di autoconservazione?»). Emerse che la CIA stava somministrando l'LSD a dipendenti del governo e a civili senza che i diretti interessati ne fossero a conoscenza; almeno una persona era morta. La notizia che i contribuenti del Maryland stavano finanziando anche la ricerca sull'LSD esplose immediatamente in uno scandalo, e a quel punto le pressioni affinché la ricerca sugli psichedelici in corso a Spring Grove fosse chiusa divennero ineluttabili.

«Di lì a poco, mi ritrovai da solo con due segretarie» ricordò Richards. «E poi, tutto finì».

Oggi Roland Griffiths, che raccolse il filo della ricerca lasciato cadere quando l'attività a Spring Grove terminò, si meraviglia del fatto che la prima ondata di studi sugli psichedelici, pur così promettente, si fosse conclusa per ragioni che non avevano nulla a che fare con la scienza. «Abbiamo finito per demonizzare questi composti. Riesce a pensare a un'altra area della scienza considerata così pericolosa, a tal punto un tabù, da chiudere per decenni la relativa ricerca? È una cosa senza precedenti nella scienza

moderna». E lo è anche, forse, la quantità di conoscenza scientifica che venne cancellata, come se nulla fosse.

Nel 1998 Griffiths, Jesse e Richards cominciarono a lavorare al progetto di uno studio pilota liberamente ispirato al Good Friday Experiment. «Non era uno studio di psicoterapia» puntualizza Richards. «Era pensato per determinare se la psilocibina potesse indurre un'esperienza trascendentale. Il fatto che fossimo riusciti a ottenere l'autorizzazione per somministrarla a persone sane normali è un tributo alla lunga storia di grande autorevolezza di Roland, alla Hopkins come a Washington». Nel 1999 il protocollo venne approvato, ma solo dopo essere passato attraverso cinque livelli di revisione alla Hopkins, come pure alla FDA e alla DEA (alla Hopkins molti colleghi di Griffiths erano scettici in merito alla proposta, preoccupati che la ricerca sugli psichedelici potesse mettere a repentaglio i finanziamenti federali; uno mi disse che c'erano «persone al dipartimento di Psichiatria e in generale nell'istituto che mettevano in discussione la ricerca, perché questa classe di composti si porta dietro un'enorme zavorra dagli anni Sessanta»).

«Noi confidavamo nel fatto che i membri di tutte quelle commissioni si sarebbero comportati da buoni scienziati» mi disse Richards. «Con un po' di fortuna, magari ce n'era anche qualcuno che aveva provato i funghi al college!». Roland Griffiths divenne il ricercatore principale della sperimentazione, Bill Richards il responsabile clinico e Bob Jesse continuò a lavorare dietro le quinte.

«Ricordo come fosse oggi la prima seduta che condussi dopo quella lunga interruzione di ventidue anni» rievocò Richards. Ero con lui alla Hopkins, nella stanza delle sedute, io sul divano dove i volontari si sdraiavano durante i loro trip, e Richards sulla poltrona da cui ha osservato e guidato, a partire dal 1999, più di un centinaio di viaggi con la psilocibina. Più che di un laboratorio, la stanza ha l'atmosfera di uno studio o di un soggiorno, con un comodo divano, dipinti vagamente spirituali alle pareti, una scultura del Buddha su un tavolino, e scaffali che sostengono un enorme fungo in pietra e vari altri oggetti spirituali non riconducibili a religioni particolari, insieme al piccolo calice nel quale i volontari ricevono le loro pillole.

«C'è questo tizio steso sul divano, proprio dove siede lei

ora, con le lacrime che gli scorrono sul viso, e io sto pensando a come quest'esperienza sia assolutamente magnifica e pregnante. A quanto sia *sacra*. Come è possibile che sia mai stata illegale? È come se dichiarassimo illegale entrare nelle cattedrali gotiche, o i musei, o i tramonti!

«Onestamente, non sapevo se questo mi sarebbe più ricapitato nella vita. E guardi dove siamo adesso: la ricerca alla Hopkins ormai è in corso da quindici anni: cinque di più rispetto a quella condotta a Spring Grove».

Nel 1999 sui settimanali pubblicati nell'area di Baltimora e di Washington cominciò a comparire un annuncio al tempo stesso strano e intrigante, intitolato «Ti interessa la vita spirituale?».

«Ritorna la ricerca universitaria sugli enteogeni (indicativamente, sostanze come il peyote e i funghi sacri che evocano il divino). Un ambito di studi che comprende la farmacologia, la psicologia, il potenziamento della creatività e la spiritualità. Per verificare la possibilità di partecipare in piena riservatezza a progetti di ricerca sugli enteogeni, chiama il numero verde 1-888-585-8870. www.csp.org».

Non molto tempo dopo Bill Richard e Mary Cosimano – un'assistente sociale, consulente e orientatrice scolastica che Richards aveva ingaggiato come aiuto nella conduzione delle sedute psichedeliche – somministrarono della psilocibina a un americano, la prima dose legale in ventidue anni. Da allora il gruppo della Hopkins ha condotto oltre trecento sedute con la psilocibina, lavorando su popolazioni diverse: individui normali sani, persone che praticavano la meditazione da molto tempo o che si erano appena accostate ad essa, pazienti oncologici, fumatori desiderosi di smettere e guide spirituali e religiose. Ero curioso di procurarmi un riscontro su quelle esperienze dalla prospettiva di tutte quelle diverse tipologie di volontari, ma soprattutto di quel primo gruppo di individui normali sani: sia perché avevano partecipato a uno studio che si sarebbe rivelato storicamente importante, sia perché immaginavo che sarebbero stati i più simili... a me. Com'è avere un'esperienza

autorizzata legalmente, guidata da professionisti, con una dose elevata di psilocibina, in circostanze di comfort ottimale?

In verità, i volontari dei primi esperimenti non erano *esattamente* come me, perché dubito che io all'epoca leggendo l'annuncio sarei andato oltre quel «Ti interessa la vita spirituale?». Nel gruppo originario non c'erano atei incalliti, e le interviste con una buona decina di loro indicano che molti, se non la maggior parte, partecipavano allo studio con inclinazioni spirituali di vario grado. C'era una «terapeuta energetica», un tale che aveva compiuto tutto il cammino di Iron John, un ex frate francescano, e un'erborista. C'erano anche un fisico e un professore di filosofia, rispettivamente interessati allo zen e alla teologia. Roland Griffiths ammise: «Eravamo concentrati sull'effetto spirituale e stavamo distorcendo le condizioni iniziali dello studio [in quella direzione]».

Detto questo, Griffiths fece di tutto per controllare l'«effetto aspettativa» nel disegno sperimentale. In parte ciò era dovuto al suo scetticismo sul fatto che una sostanza potesse dar luogo allo stesso tipo di esperienza mistica che lui aveva avuto con la meditazione: «Questo per Bill è senz'altro vero, mentre per me è ipotetico. Quindi dovevamo controllare i preconcetti di Bill». Tutti i volontari erano «nuovi» all'uso degli allucinogeni – non li avevano mai presi – e quindi non avevano alcuna idea di come fosse la psilocibina; inoltre nessuno di loro né chi li monitorava sapeva, in ogni sessione, se a essere somministrata era la psilocibina o un placebo – e nemmeno se quest'ultimo fosse inattivo oppure uno psicofarmaco scelto tra una mezza dozzina di possibilità: di fatto, si trattava di metilfemidato, e in seguito emerse che in quasi un quarto dei casi gli osservatori formularono ipotesi sbagliate sul contenuto della pillola somministrata a un volontario.

Perfino a distanza di anni dalle esperienze che avevano vissuto nelle sperimentazioni, i volontari che ho incontrato ne parlavano diffusamente, ricordandole in modo intenso e dettagliato: le interviste duravano ore. Avevano grandi storie da raccontare; per molti s'era trattato delle esperienze più significative della loro vita, ed era chiaro che erano felicissimi di riviverle per me nei particolari: sia di persona, sia via Skype o al telefono. Ai volontari era stato anche chiesto di scrivere, subito dopo averla vissuta, una relazione sulla loro

esperienza, e tutti quelli che intervistai condivisero volentieri con me quegli appunti – letture strane e affascinanti.

Parecchi di loro riferivano di aver avuto, all'inizio, episodi di paura e ansia intense prima di arrendersi all'esperienza, come incoraggiano a fare le guide. Queste ultime operano seguendo una serie di «istruzioni di volo» preparate da Bill Richards in base alle centinaia di viaggi psichedelici che ha seguito. Le guide esaminano le istruzioni insieme ai volontari durante le otto ore di preparazione dedicate a ognuno prima di cominciare il viaggio.

Le istruzioni di volo consigliano alle guide di usare mantra come «Fidati della traiettoria» e «Fidati, lasciati andare, apriti». Alcune guide amano citare John Lennon: «Spegni la mente, rilassati e abbandonati alla corrente».³⁹

Ai volontari viene detto che potranno sperimentare la «morte/trascendenza dell'ego o del sé quotidiano», ma che questo è «sempre seguito dalla Rinascita/dal Ritorno nel mondo dello spazio e del tempo normali. La via più sicura per tornare alla normalità è affidarsi incondizionatamente alle esperienze emergenti». Le guide sono istruite affinché ricordino ai volontari che non saranno mai lasciati soli e che durante il viaggio non devono preoccuparsi del corpo perché le guide sono lì per controllarlo. Se, dicono, ti sembra di «morire, fondere, dissolverti, esplodere, impazzire eccetera – va' avanti». Si chiede poi ai volontari: «Se vedi una porta che cosa fai? Se vedi una scala, che cosa fai?». Ovviamente, le risposte giuste sono «la apro» e «salgo».

Questa meticolosa preparazione implica che probabilmente l'effetto dell'aspettativa è in una certa misura inevitabile. Dopo tutto, i ricercatori stanno preparando i volontari a un'esperienza di prima grandezza che comporta la morte e la rinascita, e ha un potenziale trasformativo. «Sarebbe irresponsabile *non* avvertire i volontari che queste cose possono accadere» sottolineò Griffiths quando gli chiesi se i suoi soggetti venissero «predisposti» a un certo tipo di esperienza. Uno di essi – il fisico – mi raccontò che anche il «questionario sull'esperienza mistica» che compilava dopo ogni seduta insinuava delle aspettative; «desidero moltissimo vedere alcune delle cose cui allude il questionario» scrisse dopo una seduta deludente nella quale forse aveva assunto il placebo. «Vedere ogni

cosa viva e connessa, affrontare il vuoto, o qualche incarnazione della divinità – cose di quel genere». In questo senso, e non solo, sembra che l'esperienza con la psilocibina alla Hopkins sia generata non soltanto da questa potente molecola, ma anche da fattori quali la preparazione e le aspettative del volontario, l'esperienza e la visione del mondo delle guide, le istruzioni di volo di Bill Richards, l'allestimento della stanza, la concentrazione verso l'interno facilitata dalla mascherina sugli occhi e dalla musica (e anche dal tipo di musica, gran parte della quale suona al mio orecchio spiccatamente religiosa) e, benché forse non gli piacerebbe sentirselo dire, le idee di chi mette a punto il disegno sperimentale.

La grande suggestionabilità dell'esperienza indotta dalle sostanze psichedeliche è una delle loro caratteristiche definitorie, perciò in un certo senso non sorprende che alla Hopkins moltissimi volontari del primo gruppo abbiano avuto potenti esperienze mistiche: l'esperimento era stato disegnato da tre uomini che nutrivano un marcato interesse per gli stati mistici della coscienza (allo stesso modo, non sorprende che nessuno dei ricercatori europei da me intervistati abbia osservato nei propri soggetti esperienze mistiche numerose come quelle riscontrate dai colleghi americani). Nondimeno, resta il fatto che anche con tutta quella preparazione i soggetti trattati con il placebo non avevano il tipo di esperienze che, uno dopo l'altro, i volontari mi descrissero come le più pregnanti o significative della loro vita.

Di solito, non appena il volontario prende la sua pillola dal calice, ma prima che avverta qualsiasi effetto, Roland Griffiths passa nella stanza ad augurargli buon viaggio. Spesso Griffiths usa una particolare metafora che ha impressionato molto i volontari con cui ho parlato. «Pensa a te stesso come a un astronauta lanciato nello spazio» ricordava d'avergli sentito dire Richard Boothby, un professore di filosofia che quando partecipò come volontario alle sperimentazioni della Hopkins aveva da poco passato la cinquantina. «Andrai là fuori per assorbire tutto e farti coinvolgere in tutto quello che troverai, ma puoi star tranquillo che noi saremo qui a tenere d'occhio la situazione. Pensa a noi come al controllo missione da Terra. Ti copriamo noi».

Per l'astronauta scagliato nello spazio i sussulti del decollo e lo sforzo al momento dell'uscita dal campo gravitazionale terrestre possono essere un vero tormento – addirittura terrificanti. Diversi volontari descrivono d'aver cercato disperatamente di resistere mentre sentivano il proprio senso del sé disintegrarsi rapidamente. Brian Turner, che all'epoca del suo viaggio era un fisico quarantaquattrenne che lavorava per un *contractor* militare (con accesso a informazioni segrete), la mette in questi termini:

«Sentii il mio corpo dissolversi a partire dai piedi, finché non scomparve tutto tranne il lato sinistro della mascella. Fu veramente spiacevole; mi rimaneva solo qualche dente e la parte inferiore della mascella. Sapevo che se se ne fossero andati anche quelli, sarei finito. Poi mi ricordai che cosa mi avevano detto: ogni volta che ti imbatti in qualcosa di spaventoso, vagli incontro. Così, invece di aver paura di morire, m'incuriosii su quello che stava accadendo. Non cercai più di evitare la morte. Invece di ritrarmi dall'esperienza, cominciai a interrogarla. In questo modo tutta la situazione si dissolse in una piacevole sensazione fluttuante, e per un po' io divenni la musica».

Subito dopo si ritrovò «in una grande caverna dove tutte le mie passate relazioni pendevano come ghiaccioli: la persona che stava seduta vicino a me in seconda elementare, gli amici delle superiori, la mia prima ragazza, erano tutti lì, chiusi nel ghiaccio. Faceva molto freddo. Uno alla volta, pensai a ciascuno di essi, ricordando ogni dettaglio della nostra relazione. Fu una rivisitazione – qualcosa che aveva a che fare con la traiettoria della mia vita. Tutte quelle persone avevano fatto di me ciò che ero diventato».

Amy Charnay, nutrizionista ed erborista fra i trenta e i quarant'anni, arrivò alla Hopkins dopo un periodo di crisi. Appassionata di corsa, stava studiando l'ecologia delle foreste quando cadde da un albero fratturandosi una caviglia e mettendo così fine sia alla carriera sportiva, sia a quella in scienze forestali. Al principio del suo viaggio Amy si sentì sopraffatta da ondate di paura e senso di colpa.

«La visione che avevo proveniva dall'Ottocento e io ero su un palco. Due persone vicino a me mi stavano facendo scivolare un cappio intorno al collo mentre una folla stava a guardare

rallegrandosi per la mia morte. Mi sentivo completamente impregnata di senso di colpa, terrorizzata. Mi trovavo in uno scenario infernale. E ricordo che Bill mi chiese “Che sta succedendo?”.

«Sto provando un gran senso di colpa». Bill rispose: “È un’esperienza umana molto comune”, e con quelle parole tutta la scena dell’impiccagione si frammentò in pixel e poi scomparve, per essere sostituita da una straordinaria sensazione di libertà e interconnessione. Questo per me fu immenso. Capii che se riuscivo nominare e ammettere un sentimento, se riuscivo a confessarlo a qualcuno, quello se ne andava. Ora che sono un po’ più vecchia e saggia, sono in grado di farlo da sola».

Dopo un po’ Charnay si ritrovò a volare intorno al mondo e nel tempo in groppa a un uccello. «Ero abbastanza consapevole per sapere che il mio corpo era sul divano, tuttavia lo stavo abbandonando, e sperimentavo tutto questo in prima persona. Mi ritrovai da qualche parte, in un *drum circle* con una tribù indigena: mi stavano guarendo, ma allo stesso tempo ero anche la guaritrice. Questa per me fu un’esperienza molto profonda. Non avendo quel patrimonio tradizionale [di guaritrice] avevo sempre pensato di essere una ciarlatana a praticare la medicina con le erbe; questo invece mi fece capire che ero connessa alle piante e alle persone che le usano, non importa se per eseguire rituali, per esperienze psichedeliche o per farsi un’insalata!».

In una seduta successiva Charnay rientrò in connessione con un suo ragazzo di quand’era adolescente, morto a diciannove anni in un incidente stradale. «Tutt’a un tratto c’è una parte di Phil che vive nella mia spalla sinistra. Non ho mai avuto un’esperienza del genere, ma era molto reale. Non so perché lui sia giallo e viva nella mia spalla sinistra – e che cosa significa –, ma non mi interessa. Lui è di nuovo insieme a me». Queste riconessioni con i morti non sono insolite. Richard Boothby, il cui figlio ventitreenne si era tolto la vita l’anno prima dopo anni di tossicodipendenza, mi disse: «Per me Oliver era più presente adesso di quanto fosse mai stato prima».

La suprema importanza di arrendersi all’esperienza, per quanto spaventosa o bizzarra sia, viene enfatizzata nelle sedute preparatorie ed è una parte importantissima nei viaggi di molte persone e anche al di là di essi. Boothby, il filosofo, prese a cuore il

consiglio e scoprì di poter usare quell'idea come una specie di strumento per plasmare l'esperienza in tempo reale. Scrisse:

«Ben presto cominciai a percepire che gli effetti della sostanza rispondono in modo notevole alla mia determinazione soggettiva. Se – nel rispondere all'intensità dell'intera esperienza che va amplificandosi – comincio a entrare in tensione per via dell'ansia, tutta la scena sembrava in qualche modo irrigidirsi. Ma se poi, consapevolmente, ricordo a me stesso di rilassarmi, di abbandonarmi all'esperienza, l'effetto è impressionante. Lo spazio in cui mi sembra di trovarmi, che è già enorme, all'improvviso si spalanca ulteriormente, e le forme ondulanti davanti ai miei occhi paiono esplodere in nuovi e ancor più stravaganti motivi. Continuavo ad avere la schiacciante sensazione che l'infinito fosse moltiplicato per un altro infinito. Mentre mi riportava a casa in auto, scherzai con mia moglie dicendole che mi sentivo come se fossi stato ripetutamente risucchiato nel buco del culo di Dio».

Boothby ebbe qualcosa di molto simile a una classica esperienza mistica, anche se probabilmente è stato il primo, nella lunga schiera di mistici occidentali, a entrare nel regno divino attraverso quella particolare apertura.

«Nel profondo di questo delirio elaborai d'essere in punto di morte oppure – cosa decisamente bizzarra – d'essere già morto. Tutti gli appigli sicuri a un senso della realtà in cui poter confidare erano svaniti. *Perché non pensare che io sia morto? E se questo è il morire, riflettevo, allora che sia. Come potrei oppormi?*

«A questo punto, nel momento di massima profondità dell'esperienza, sentii collassare, una sull'altra, tutte le categorie organizzatrici degli opposti – sogno e veglia, vita e morte, dentro e fuori, sé e altro da sé ... La realtà sembrava ripiegarsi su se stessa, implodere in una sorta di estatica catastrofe della logica. Nel mezzo di quell'uragano allucinatorio, tuttavia, stavo vivendo una misteriosa esperienza dell'ultra-sublime. E ricordo che continuavo a ripetere a me stesso "Nulla conta, nulla più conta. Adesso ho capito! Non c'è nulla che conti"».

E poi tutto finì.

«Nelle ultime ore la realtà cominciò – lentamente e senza sforzo – a ricucirsi e a ricomporsi. Insieme a una musica corale

particolarmente trascinate, ebbi la percezione incredibilmente commovente ed esultante di un risveglio, come se dopo una lunga notte tormentosa stesse sorgendo un nuovo giorno».

Mentre intervistavo Richard Boothby e gli altri volontari, stavo leggendo, sperando di orientarmi, la descrizione degli stati mistici nel libro di William James, *Le varie forme dell'esperienza religiosa*. In effetti gran parte di quello che James aveva da dire in merito mi aiutò a mantenere la rotta in mezzo al torrente di parole e immagini che andavo raccogliendo. Prima di addentrarsi nella discussione degli stati mistici della coscienza, James ammette: «... la mia particolare indole mi taglia fuori quasi interamente dal godimento degli stati mistici».⁴⁰ *Quasi* interamente: quello che James sapeva sugli stati mistici l'aveva scoperto non soltanto dalle letture, ma anche dalle sue esperienze con le droghe, tra cui l'ossido nitroso.

Invece di tentare di definire una cosa difficile da cogliere come l'esperienza mistica, James ci offre quattro «segni» grazie ai quali è possibile riconoscerne una. Il primo – e, secondo lui, «il più ovvio» – è l'ineffabilità. «Chi è soggetto a una tale esperienza, afferma immediatamente che esso [lo stato mistico] oltrepassa le possibilità d'espressione, e che nessuna descrizione adeguata del suo contenuto può esser resa in parole».⁴¹ Con la possibile eccezione di Boothby, tutti i volontari con i quali ho parlato a un certo punto disperavano di poter trasmettere la potenza di quello che avevano vissuto nella sua interezza, per quanto ci provassero con grande determinazione. «Avrebbe dovuto esserci» era il consueto ritornello.

Il secondo segno di James è la qualità noetica: «... gli stati mistici sembrano essere, per quelli che ne fanno esperienza, anche stati di conoscenza ... Sono illuminazioni, rivelazioni piene di significato e d'importanza ... e, come regola, portano con sé un curioso senso di autorità per il tempo successivo».⁴²

A ogni volontario da me intervistato, l'esperienza aveva fornito più risposte che domande e – fatto curioso per quello che dopo tutto è l'effetto di una droga – tali risposte avevano una qualità straordinariamente robusta e durevole. Secondo John Hayes, uno psicoterapeuta sulla cinquantina che fu uno dei primi volontari alla

Hopkins, «sembrava che mi si stessero svelando dei misteri, e d'altro canto tutto pareva familiare, come se qualcuno mi stesse ricordando cose che già conoscevo. Ebbi la percezione d'essere iniziato a dimensioni dell'esistenza completamente ignorate dai più, comprendenti la netta percezione tanto del carattere illusorio della morte, intesa come una porta che varchiamo per entrare in un altro piano dell'esistenza, quanto del fatto che scaturiamo da un'eternità alla quale faremo ritorno».

Il che è abbastanza vero, suppongo, ma per chi sta avendo un'esperienza mistica una visione del genere assume la forza di una verità rivelata.

Molte delle singole intuizioni colte nel corso di un viaggio psichedelico si trovano quindi in equilibrio sulla lama di un rasoio, tra profondità e banalità assoluta. Boothby, un intellettuale con un senso dell'ironia molto sviluppato, aveva difficoltà a esprimere in parole le profonde verità sull'essenza della condizione umana che gli si erano rivelate nel corso di uno dei suoi viaggi con la psilocibina:

«A volte mi hanno quasi messo in imbarazzo, come se dessero voce a una visione cosmica del trionfo dell'amore che uno associa sarcasticamente alle tipiche ovvietà dei biglietti d'auguri. Ad ogni modo, le fondamentali intuizioni che mi si sono presentate durante la seduta sembrano ancora, in massima parte, convincenti».

E qual era l'intuizione fondamentale del professore di filosofia? «L'amore vince tutto».

James accenna alla banalità di queste intuizioni mistiche parlando di «quel senso fattosi più profondo di una massima o di una formula che occasionalmente ci passa per la mente. "L'ho sentito ripetere per tutta la vita" esclamiamo "ma prima d'ora non mi sono mai reso conto pienamente del suo significato"». ⁴³ Il viaggio mistico sembra offrire un'istruzione superiore nel campo dell'ovvio. Nondimeno, l'individuo emerge dall'esperienza con una nuova interpretazione di queste ovvietà; ciò che prima era meramente conosciuto adesso è sentito, e assume l'autorevolezza d'una convinzione profondamente radicata. Inoltre, spessissimo, quella convinzione riguarda la suprema importanza dell'amore.

Karin Sokel, una *life coach* e terapeuta energetica sulla cinquantina, descrisse un'esperienza «che ha cambiato tutto e mi ha

aperto profondamente». Al climax del suo viaggio ebbe un incontro con una divinità che chiamava se stessa «I am», *io sono*. In sua presenza, ricorda Sokel, «ogni mio singolo *chakra* era sul punto di esplodere. E poi c'era questa luce, la luce pura dell'amore e del divino, e quella luce era con me, e non occorrevo parole. Ero in presenza di questo amore divino, puro e assoluto, e mi stavo fondendo con esso, in quest'esplosione di energia ... solo a parlarne mi sento scorrere l'elettricità nelle dita. Come se fosse penetrato in me. Il nucleo del nostro essere, ora lo so, è amore. Al picco dell'esperienza stavo letteralmente tenendo tra le mie mani il volto di Osama bin Laden, lo guardavo negli occhi, sentivo amore puro emanare da lui, e gliene offrivo a mia volta. Il nucleo non è malvagio, è amore. Ho avuto la stessa esperienza con Hitler, e poi con qualcuno della Corea del Nord. Quindi credo che noi siamo divini. Questa non è una cosa intellettuale, è una consapevolezza nel profondo».

Chiesi a Sokel che cosa la rendesse così sicura che non si fosse trattato di un sogno o di una fantasia indotta dalla droga – un suggerimento che contrastava con il senso noetico che gli dava lei. «Non era un sogno. Era una cosa reale – come questa conversazione. Non l'avrei nemmeno capita se non avessi avuto l'esperienza diretta. Adesso è cablata nel mio cervello e quindi mi posso connettere ad essa – e lo faccio spesso».

James allude a quest'ultimo punto quando discute il terzo segno della coscienza mistica, che è la «transitorietà». Perché sebbene lo stato mistico non possa essere sostenuto a lungo, le sue tracce persistono «e, da una volta all'altra, sono suscettibili di continui sviluppi in ciò che è sentito come un'esperienza di ricchezza interiore e d'importanza».⁴⁴

Il quarto e ultimo segno, nella classificazione di James, è l'essenziale «passività» dell'esperienza mistica. «Il mistico si sente come se la sua volontà fosse sospesa e perfino, talvolta, come se fosse afferrato e tenuto in suo potere da una potenza superiore».⁴⁵ Questa sensazione, di essersi temporaneamente arresi a una forza superiore, spesso lascia al soggetto l'impressione di essere stato trasformato in modo permanente.

I viaggi con la psilocibina intrapresi dai volontari della Hopkins che ho intervistato risalgono per la maggior parte a dieci o quindici anni prima, eppure i loro effetti erano ancora intensamente percepiti, in alcuni casi su base quotidiana. «La psilocibina ha risvegliato la mia compassione amorevole e la mia gratitudine in un modo che non avevo mai sperimentato prima» mi raccontò una psicologa che non vuole essere nominata, quando le domandai degli effetti duraturi. «Fiducia, Abbandono, Apertura, ed Essere sono stati, per me, i punti di riferimento di quell'esperienza. Adesso, invece di limitarmi a credere in queste cose, io le conosco». Aveva fatto delle istruzioni di volo di Bill Richards un manuale di vita.

Richard Boothby fece in larga misura la stessa cosa, trasformando la propria comprensione intuitiva dell'abbandono in una sorta di etica:

«Durante la mia seduta, quest'arte del rilassamento divenne essa stessa la base di un'immensa rivelazione, giacché all'improvviso mi apparve chiaro che qualcosa nello spirito di quel rilassamento – nel raggiungimento di un'apertura di spirito perfetta, fiduciosa e amorevole – è l'essenza stessa e lo scopo della vita. Il nostro compito nella vita consiste precisamente in una forma di abbandono della paura e delle aspettative, un tentativo di donarsi esclusivamente all'impatto del presente».

John Hayes, lo psicoterapeuta, emerse dall'esperienza con il suo «senso del concreto destabilizzato» e sostituito dalla convinzione «che esista un'altra realtà dietro a quella della percezione ordinaria. Essa ispirò la mia cosmologia – il fatto che dietro a questo mondo ce n'è un altro». Hayes la raccomanda in modo particolare alle persone di mezza età per le quali, come suggeriva Carl Jung, l'esperienza del numinoso può essere utile nel far fronte alla seconda parte della vita. Hayes aggiunse «non la raccomanderei ai giovani».

Il viaggio di Charnay alla Hopkins non soltanto consolidò il suo impegno nei confronti della medicina erboristica (adesso lavora nella California Settentrionale, per un produttore di integratori), ma la rese anche più determinata nella decisione di divorziare dal marito. «Adesso, per me, era tutto chiarissimo. Uscii dalla seduta e mio marito arrivò a prendermi in ritardo. Questo era il nostro tema ricorrente. Siamo persone proprio diverse. Quel giorno ero distrutta,

e avevo bisogno che lui fosse puntuale». Tornando a casa, in auto, gli comunicò la notizia – e non s'è più guardata indietro.

Ascoltare queste persone mentre descrivono i cambiamenti che i viaggi con la psilocibina hanno ispirato nella loro vita significa chiedersi se la stanza della Hopkins dove hanno luogo le sedute non sia una sorta di «laboratorio di trasformazione umana», come me la descrisse Mary Cosimano, la guida che probabilmente ha passato là dentro più tempo di chiunque altro. «Adesso» mi disse un volontario «penso alla mia vita in termini di prima e dopo la psilocibina». All'indomani della sua esperienza Brian Turner, il fisico, lasciò il lavoro con il *contractor* militare e si trasferì in Colorado per studiare lo zen. Prima della psilocibina aveva fatto meditazione, ma «adesso ero motivato, perché avevo avuto un assaggio della meta»; forte di un'anteprima delle nuove modalità di coscienza che potevano renderglisi disponibili, era disposto ad affrontare il duro lavoro dello zen.

Turner è oggi un monaco ordinato, tuttavia fa ancora il fisico e lavora per un'azienda che produce laser a elio-neon. Gli ho chiesto se avverta qualche tensione tra la scienza e la pratica spirituale. «Non percepisco una contraddizione. D'altra parte, quello che accadde alla Hopkins ha influenzato la mia fisica. Capisco che esistono alcuni ambiti nei quali, semplicemente, la scienza non penetrerà. Può condurci fino al big bang, ma non può portarci oltre. Per guardare là dietro occorre un diverso tipo di apparato».

Questi racconti aneddotici di trasformazione personale trovano un robusto sostegno in uno studio di *follow-up* eseguito sul primo gruppo di soggetti normali sani osservati alla Hopkins. Katherine MacLean, una psicologa del gruppo della Hopkins, ha analizzato a fondo i dati dell'indagine condotta su cinquantadue volontari – comprese le interviste di *follow-up* ad amici e familiari da loro designati – e ha scoperto che in molti casi l'esperienza con la psilocibina aveva portato a modificazioni durature della personalità.⁴⁶ In particolare, i volontari che avevano avuto «esperienze mistiche complete» (secondo i criteri del Pahnke-Richard Mystical Experience Questionnaire) mostravano, oltre a un miglioramento duraturo del benessere, un aumento a lungo termine nel tratto della personalità definito come «apertura all'esperienza». L'apertura mentale – che è

uno dei cinque tratti usati dagli psicologi per valutare la personalità (gli altri quattro sono la coscienziosità, l'estroversione, l'amicalità e la stabilità emotiva) – comprende l'apprezzamento e la sensibilità estetici, la fantasia e l'immaginazione, e anche la tolleranza nei confronti dei punti di vista e dei valori altrui; consente inoltre di prevedere la creatività in campo artistico e scientifico, come pure, presumibilmente, una certa disponibilità a prendere in considerazione idee agli antipodi rispetto a quelle della scienza corrente. Cambiamenti tanto pronunciati e durevoli nella personalità degli adulti sono rari.

Questi mutamenti verso una maggiore apertura, tuttavia, non erano confinati ai volontari degli esperimenti condotti alla Hopkins; anche le guide raccontano di essere state trasformate – a volte in modo sorprendente – dall'aver assistito a quei viaggi. Nel periodo in cui ha lavorato alla Hopkins, Katherine MacLean ha guidato decine di sedute: «All'inizio propendevo per l'ateismo;» mi ha detto «ma poi cominciai a vedere ogni giorno, nel mio lavoro, cose che erano agli antipodi rispetto a quella posizione. Mentre guidavo i viaggi con la psilocibina, il mio mondo diventava sempre più imperscrutabile».

Durante la mia ultima intervista con lui, verso la fine di un rilassato *brunch* domenicale al museo d'arte moderna di Baltimora, Richard Boothby mi guardò con un'espressione in cui si mescolavano un fervore quasi evangelico sui «tesori» che aveva intravisto alla Hopkins, e una buona dose di compassione per il suo interlocutore, ancora nuovo agli allucinogeni.

«Non la biasimo per la sua invidia».

Gli incontri con i volontari della Hopkins mi avevano effettivamente lasciato con una certa invidia, ma anche con molte più domande che risposte. Come intendiamo valutare le «visioni» che queste persone portano con sé dai loro viaggi psichedelici? Che genere di autorevolezza dovremmo riconoscer loro? Da dove proviene il materiale che costituisce questi sogni a occhi aperti o, come li chiamò un volontario, questi «film intrapsichici»? Dall'inconscio? Dalla suggestione esercitata dalle guide e dal *setting* dell'esperimento? Oppure, come credono molti volontari, da qualche

parte «là fuori» o «al di là»? Ai fini della nostra comprensione della mente umana o dell'universo, qual è il *significato* ultimo di questi stati mistici della coscienza?

In Ronald Griffiths gli incontri con i volontari per lo studio del 2006 riaccessero la passione per la scienza, lasciandogli tuttavia anche un profondo rispetto verso tutto quello che la scienza ignora – verso quelli che gli piace chiamare «i misteri».

«Per me i dati ottenuti [da quelle prime sedute] erano ... non voglio usare la parola stupefacenti, ma – in termini di significato profondo e di importanza spirituale a lungo termine di questi effetti – il genere di cose che stavamo vedendo non aveva precedenti. Ho somministrato moltissime sostanze a moltissime persone, e quello che si ottiene è un'esperienza indotta da sostanze. L'unicità degli psichedelici sta nel significato che scaturisce dall'esperienza».

Nondimeno, quanto è reale quel significato? Lo stesso Griffiths è agnostico, ma straordinariamente aperto, anche riguardo ai racconti di prima mano dei suoi volontari a proposito di un «al di là», o comunque lo definiscano. «Sono disposto ad ammettere che queste esperienze possano, o meno, essere vere» mi disse. «La parte emozionante sta nell'usare gli strumenti disponibili per esplorare ed esaminare questo mistero».

Non tutti i suoi colleghi sono altrettanto aperti. Durante uno dei nostri incontri, mentre facevamo colazione nella veranda della sua casetta a un piano, in un sobborgo di Baltimora, Griffiths accennò a un suo collega della Hopkins, un insigne psichiatra di nome Paul McHugh, che liquidava l'esperienza psichedelica come null'altro che una forma di «delirium tossico». Mi esortò a cercare McHugh su Google.

«I medici si imbattono in questo stato della mente strano e particolare nei pazienti affetti da patologie epatiche, renali o polmonari avanzate, nelle quali i prodotti tossici si accumulano nell'organismo e fanno al cervello e alla mente esattamente quello che fa loro l'LSD» aveva scritto McHugh nel recensire su «Commentary» un libro che parlava dell'Harvard Psilocybin Project.⁴⁷ «L'intensità della percezione cromatica, la fusione delle sensazioni fisiche, le allucinazioni, il disorientamento e la perdita del senso del tempo, le esaltazioni e i terrori deliranti che vanno e vengono

suscitando sentimenti e comportamenti imprevedibili – sono tutti sintomi tristemente familiari sui quali, in ospedale, i medici sono chiamati ogni giorno a intervenire».

Griffiths ammette la possibilità che quello che sta osservando sia una qualche forma di psicosi temporanea, e ha in mente di verificare l'ipotesi del delirium in una sperimentazione imminente; nutre tuttavia seri dubbi sul fatto che quella diagnosi descriva accuratamente quanto accade ai suoi volontari. «I pazienti con delirium lo considerano davvero spiacevole,» sottolinea «e di sicuro a distanza di mesi non diranno: “Caspita, è stata una delle esperienze più fantastiche e significative della mia vita”».

William James si scontrò con questi problemi di autenticità nella sua discussione sugli stati mistici della coscienza e giunse alla conclusione che la portata di tali esperienze sia, e debba essere, «assolutamente autoritativ[a] per i soggetti che vi sono sottoposti», ma che non esista ragione alcuna perché noi altri si debba «accettarne acriticamente le rivelazioni». ⁴⁸ D'altra parte, secondo lui, la stessa possibilità che gli esseri umani sperimentino questi stati della coscienza doveva essere rilevante ai fini della nostra comprensione della mente e del mondo: «... l'esistenza degli stati mistici rovescia assolutamente la pretesa degli stati non mistici di essere i soli e ultimi arbitri di ciò che possiamo credere». ⁴⁹ Queste forme alternative di coscienza potrebbero «nonostante tutte le perplessità, essere uno stadio indispensabile nel nostro avvicinamento alla pienezza finale della verità». ⁵⁰ In tali esperienze, nelle quali «la mente si elev[a] a un punto di vista più ampio», ⁵¹ James individuava cenni di una grandiosa «riconciliazione» metafisica: «è come se gli opposti del mondo, la cui contraddittorietà e conflittualità danno origine a tutte le nostre difficoltà e preoccupazioni, fossero fusi in unità». ⁵² Tale unità ultima, sospettava, non era mero delirio.

Roland Griffiths oggi dà l'impressione di uno scienziato profondamente – o piuttosto: nuovamente – impegnato nella sua ricerca. «Le ho descritto di quando cominciai a praticare la meditazione, di come mi fossi sentito distaccato dalla mia vita

professionale e avessi pensato di abbandonarla del tutto. Direi che adesso sono di nuovo coinvolto, più integrato di quanto sia stato mai. Sono più interessato alle questioni ultime, alle verità esistenziali e al senso di benessere, compassione e amore che scaturisce da queste pratiche. Adesso sto portando questi doni in laboratorio. Ed è meraviglioso».

Ogni mattina, a far alzare dal letto Roland Griffiths, è l'idea che adesso sia possibile accostarsi agli stati della coscienza utilizzando gli strumenti della scienza. «Come fenomeno scientifico, se puoi creare una condizione in cui il 70 per cento delle persone dirà di aver avuto una delle esperienze più significative della sua vita... be', da scienziato questo è davvero incredibile». Per lui, la portata del risultato del 2006 sta nell'aver dimostrato che «adesso possiamo fare degli studi prospettici» sugli stati mistici della coscienza «perché siamo in grado di indurli con un elevato grado di probabilità. È così che la scienza acquista slancio». Griffiths crede che il lavoro sulla psilocibina abbia aperto all'esplorazione scientifica tutta una nuova frontiera della coscienza umana. «Mi descriverei come un bambino in un negozio di caramelle».

La scommessa che Ronald Griffiths fece con la sua carriera, quando nel 1998 decise di dedicarsi all'indagine sugli psichedelici e sull'esperienza mistica, ha già dato frutti. Un mese prima della nostra colazione Griffiths aveva ricevuto l'Eddy Award dal College on Problems of Drug Dependence: forse, in questo campo, il premio alla carriera più prestigioso. Tutti i sostenitori della sua candidatura avevano citato, come uno dei suoi contributi più degni di nota, il lavoro con gli psichedelici. Dopo la pubblicazione dell'articolo del 2006, la portata di quella ricerca si è ampliata significativamente; quando visitai la Hopkins l'ultima volta, nel 2015, c'erano circa venti persone impegnate su vari studi con le sostanze psichedeliche. Dai tempi di Spring Grove non c'era più stato un così importante sostegno istituzionale allo studio di queste molecole, e in precedenza un istituto con la reputazione della Hopkins non aveva mai dedicato tante risorse a quello che, dopo tutto, è lo studio degli stati mistici della coscienza.

Il laboratorio della Hopkins è sempre molto interessato all'esplorazione della spiritualità e del «miglioramento delle persone

sane», e infatti sono in corso studi nei quali la psilocibina viene somministrata a persone che praticano la meditazione da lungo tempo e a guide religiose e spirituali; l'effetto trasformativo dell'esperienza mistica ha tuttavia ovvie implicazioni terapeutiche che il laboratorio sta pure indagando. Gli studi completati indicano che la psilocibina – o, piuttosto, lo stato mistico da essa indotto – può essere un utile trattamento sia per la dipendenza (uno studio pilota sull'abbandono del fumo ha ottenuto un tasso di successo dell'80 per cento, senza precedenti),⁵³ sia per la sofferenza esistenziale che spesso debilita chi affronta la diagnosi di una malattia terminale. Quando ci siamo incontrati l'ultima volta, Griffiths si stava accingendo a inoltrare per la pubblicazione un articolo sui notevoli risultati ottenuti dal suo laboratorio nella sperimentazione con la psilocibina per il trattamento dell'ansia e della depressione nei pazienti oncologici; lo studio aveva rilevato uno dei più cospicui effetti da trattamento mai dimostrati per un intervento psichiatrico. La maggioranza dei volontari che avevano avuto un'esperienza mistica riferiva che la propria paura della morte era molto diminuita o completamente scomparsa.

Ancora una volta affiorano interrogativi difficili sul significato e l'autorevolezza da riconoscere a tali esperienze, soprattutto quelle che sembrano indurre a credere che la coscienza non sia confinata nel cervello e che possa in qualche modo sopravvivere alla nostra morte. Anche a domande di questo tipo, d'altra parte, Griffiths si accosta con mente aperta e curiosa. «La fenomenologia di queste esperienze ha capacità di riorganizzazione e convinzione così profonde, che a tal proposito sono disposto a sostenere l'esistenza di un mistero che non riusciamo a comprendere».

È chiaro che Griffiths ha fatto molta strada dal rigido comportamentismo cui un tempo si ispirava la sua visione scientifica; l'esperienza di stati alternativi di coscienza – sia i propri, sia quelli dei suoi volontari – lo ha aperto a possibilità sulle quali pochi scienziati avrebbero il coraggio di parlare esplicitamente.

«Che cosa accade dunque, dopo la morte? Mi basta l'un per cento [di incertezza]. Non riesco a pensare a nulla di più interessante di quello che potrò o meno scoprire nel momento in cui morirò. Quello è l'interrogativo più interessante». Per questa ragione spera con

tutto il cuore di non essere investito da un autobus, ma di avere abbastanza tempo per «assaporare» l'esperienza senza la distrazione del dolore. «Secondo il materialismo occidentale, l'interruttore viene premuto in posizione off, e questo è quanto. Ma ci sono moltissime altre descrizioni. Potrebbe essere un inizio! Non sarebbe meraviglioso?».

A questo punto Griffith invertì le parti cominciando a farmi domande sul mio atteggiamento spirituale – domande alle quali ero del tutto impreparato.

«Quanto è sicuro che non vi sia nulla dopo la morte?» mi chiese. Esitai, ma lui insistette. «Quante sono, secondo lei, le probabilità che vi sia qualcosa dopo la morte? In percentuale?».

«Oh, non saprei» farfugliai. «Il due o il tre per cento?». Ancora adesso non so proprio da dove mi fosse venuta quella stima, ma Griffiths ne approfittò. «È moltissimo!». Così io invertii nuovamente le parti, e posi a lui la stessa domanda.

«Non so se voglio risponderle» disse ridendo, lanciando un'occhiata al mio registratore. «Dipende dalla veste in cui mi trovo».

Dunque Roland Griffith aveva più di una veste! Io capii di averne una soltanto, il che mi fece provare un po' d'invidia.

Rispetto a molti scienziati – o se è per questo anche a molti tipi spirituali –, Roland Griffiths possiede una dose assai generosa di quella che Keats, riferendosi a Shakespeare, descriveva come «capacità negativa», ovvero la capacità di esistere in mezzo all'incertezza, ai misteri e al dubbio senza cercare assoluti, siano essi quelli della scienza o della spiritualità. «Dire che sono convinto al cento per cento di una visione del mondo materialistica non ha molto più senso di affermare che la versione letterale della Bibbia mi convince al cento per cento».

Durante il nostro ultimo incontro, una cena in un bistrot del suo quartiere a Baltimora, cercai di coinvolgerlo in una discussione sull'apparente conflitto tra scienza e spiritualità. Gli chiesi se fosse d'accordo con E.O. Wilson, il quale ha scritto che tutti noi, a un certo punto, dobbiamo scegliere: la via della scienza o la via della spiritualità. Griffiths però non ritiene che le due modalità di conoscenza siano mutuamente esclusive, ed è poco paziente con gli assolutisti schierati sull'uno o sull'altro versante di quel presunto

spartiacque. Piuttosto, spera che le due modalità possano ispirarsi a vicenda e correggere i rispettivi difetti, come pure, in quello scambio, aiutarci a formulare i grandi interrogativi che abbiamo di fronte e forse a dar loro una risposta. Gli lessi allora una lettera di Huston Smith, lo studioso di religione comparata che nel 1962 aveva preso parte come volontario al Good Friday Experiment di Walter Pahnke. Smith l'aveva scritta a Bob Jesse poco prima della pubblicazione del fondamentale articolo di Griffiths del 2006; Jesse l'aveva poi condivisa con me.

«La sperimentazione alla Johns Hopkins mostra – dimostra – che in condizioni di laboratorio controllate la psilocibina può dar luogo ad autentiche esperienze mistiche. Si serve della scienza, in cui la modernità ripone fiducia, per minare il secolarismo della modernità. Nel farlo ci offre niente di meno che la speranza in una risacralizzazione del mondo naturale e sociale, in un risveglio spirituale che è la nostra miglior difesa non soltanto dalla mancanza di sensibilità umana, ma anche dal fanatismo religioso. E lo fa a dispetto di tutti i pregiudizi non scientifici incorporati nelle nostre attuali leggi sulle droghe».

Mentre leggevo ad alta voce la lettera di Smith, il volto di Griffiths si aprì a un sorriso: chiaramente commosso, non ebbe molto da aggiungere – a parte un «Che meraviglia».

2
STORIA NATURALE
FATTO DI FUNGHI

Alla fine del mio primo incontro con Roland Griffiths – il colloquio nel suo studio alla Johns Hopkins dove mi coinvolse su temi quali la sua personale esperienza mistica, la mia valutazione delle probabilità di una vita dopo la morte, e il potenziale della psilocibina di cambiare la vita delle persone – lo scienziato si alzò dalla scrivania, distendendo la sua figura allampanata, e allungò una mano nella tasca dei calzoni per prendere una medaglietta.

«Un piccolo regalo per lei» spiegò. «Ma prima deve rispondere a una domanda».

«In questo momento» riprese, agganciandomi con un contatto oculare privo di esitazione, «lei è consapevole di essere consapevole?». Perplesso, rimasi a riflettere imbarazzato per un lungo istante e poi risposi affermativamente. Doveva essere la risposta giusta, perché Griffiths mi porse la medaglia. Su una faccia c'era un quartetto di *Psilocybe cubensis* – alti, sottili e flessuosi – una delle specie di funghi magici più comuni. Sull'altra faccia c'era una citazione di William Blake che, come notai in seguito, allineava elegantemente l'approccio dello scienziato e quello del mistico: «Il vero metodo della conoscenza è l'esperimento».

Sembra che l'estate precedente Roland Griffiths fosse andato per la prima volta al Burning Man (*ne avevo già sentito parlare?*) e, quando venne a sapere che nella città temporanea non può esserci passaggio di denaro ma solo scambio di doni, si era fatto fare le medaglie con i funghi per avere qualcosa di adatto da offrire o barattare. Adesso regala quelle «monete» come dono d'addio ai volontari che partecipano al programma di ricerca. Griffiths mi aveva sorpreso ancora una volta. O due. In primo luogo perché aveva partecipato al festival di arte-e-psichedelici nel deserto del Nevada; e in secondo luogo perché nella scelta del suo dono aveva trovato appropriato onorare il fungo della psilocibina.

Per certi versi, una medaglietta con il fungo era perfettamente logica: dopo tutto, la molecola con cui Griffiths e colleghi lavoravano

da quindici anni deriva da un fungo. Fino agli anni Cinquanta – quando venne scoperto nel Messico meridionale, dove gli indios Mazatechi usavano segretamente, da prima della conquista spagnola, «la carne degli dei» a scopi terapeutici e divinatori – il fungo e il suo composto psicoattivo rimasero sconosciuti alla scienza. Nondimeno, a parte il soprammobile in ceramica sullo scaffale nella stanza delle sedute, nel laboratorio le cose che ricordano i «funghi magici» sono poche, ammesso che ve ne siano. Nessuna delle persone con cui ho parlato alla Hopkins fece mai cenno a un fatto alquanto sorprendente, e cioè che le esperienze riferite dai volontari, le esperienze che avevano cambiato loro la vita, erano riconducibili all'azione di un composto chimico presente in natura – in un fungo.

Nel contesto del laboratorio può essere facile perdere di vista questa sorpresa: oggi tutti gli scienziati impegnati nella ricerca sugli psichedelici lavorano esclusivamente con psilocibina di sintesi (il primo a identificare, sintetizzare e nominare il composto psicoattivo del fungo, verso la fine degli anni Cinquanta, fu Albert Hofmann, il chimico svizzero che scoprì l'LSD). I volontari, quindi, ingeriscono una pillolina bianca preparata in laboratorio, e non una manciata di funghi grinzosi dal sapore sgradevole. I loro viaggi si svolgono in un paesaggio sanitario popolato, in senso figurato, da uomini e donne in camice bianco. Suppongo che questo sia l'effetto consueto prodotto dalla scienza moderna: un effetto che genera distanza, in questo caso esacerbato dal desiderio specifico di allontanare la psilocibina dalle sue radici (piuttosto, dovrei dire «miceli») avviluppate nei mondi della controcultura degli anni Sessanta, dello sciamanesimo dei nativi americani e, forse, della natura stessa. Perché è là – nella natura – che ci imbattiamo nel mistero d'un funghetto marrone capace di alterare la coscienza degli animali che lo mangiano. Anche l'LSD, è facile dimenticarlo, era stata ottenuta da un fungo, l'ergot o *Claviceps purpurea*. In un modo o nell'altro, per qualche motivo, questi funghi straordinari, oltre alle spore, generano significati nella mente umana.

Nel corso dei giorni che ho trascorso gironzolando nei laboratori della Hopkins e delle ore passate a intervistare persone sui loro viaggi con la psilocibina, diventai sempre più curioso di esplorare

quest'altro territorio – in altre parole, la storia naturale di questi funghi e dei loro strani poteri. Dove crescevano, e come? Perché hanno evoluto la capacità di produrre un composto chimico a tal punto simile alla serotonina (un neurotrasmettitore) da poter passare la barriera ematoencefalica e prendere temporaneamente il controllo del cervello mammaliano? Si tratta forse di una sostanza chimica di difesa sintetizzata per avvelenare i mangiatori di funghi? Sembrerebbe la spiegazione più diretta, tuttavia è indebolita dal fatto che il fungo produce gli allucinogeni quasi esclusivamente nel «corpo fruttifero», cioè nella parte che è più *felice* di farsi mangiare. Trae forse qualche beneficio dal poter alterare la mente degli animali che lo mangiano?⁵⁴

C'erano poi anche gli interrogativi più filosofici posti dall'esistenza di un fungo che, negli esseri umani, era in grado non soltanto di alterare la coscienza ma anche di dar luogo a un'esperienza mistica profonda. Questo dato di fatto può essere letto in due modi completamente diversi. Secondo la prima interpretazione, la capacità della psilocibina di alterare la mente depone a favore di una visione della coscienza e della spiritualità risolutamente materialistica, giacché i cambiamenti osservati possono essere ricondotti in modo diretto alla presenza di una sostanza chimica, la psilocibina. Che cosa può esserci di più materiale di una sostanza chimica? Considerando l'azione degli psichedelici, si potrebbe ragionevolmente concludere che, negli ominidi, gli dèi non siano altro che costruzioni dell'immaginazione indotte chimicamente.

Eppure, e questo è sorprendente, la maggior parte di coloro che hanno avuto tali esperienze non vede affatto le cose in questo modo. Anche i più laici emergono dai loro viaggi convinti dell'esistenza di qualcosa che trascende un'interpretazione materialistica della realtà: una sorta di «aldilà». Non che costoro neghino una base naturalistica di tale rivelazione; semplicemente, la interpretano in modo diverso.

Se l'esperienza di trascendenza è mediata da molecole che scorrono tanto nel nostro cervello quanto nel mondo naturale di piante e funghi, allora forse la natura non è muta come ci ha raccontato la Scienza; e lo «Spirito», comunque lo si definisca, esiste *là fuori* – in altre parole, è immanente nella natura, proprio

come hanno creduto innumerevoli culture premoderne. Quello che a me (spiritualmente povero) sembrava costituire una buona argomentazione a favore del *disincanto* del mondo, nella mente di chi ha avuto più esperienze psichedeliche diventa una prova irrefutabile del suo fondamentale incanto. Carne degli dèi, in effetti.

Qui c'era dunque un curioso paradosso. Lo stesso fenomeno che offriva una spiegazione materialistica della credenza spirituale e religiosa regalava un'esperienza talmente potente da convincere chi la viveva dell'esistenza di una realtà non materiale – convincimento che è la base stessa della credenza religiosa.

Speravo che facendo conoscenza con gli LBM psicoattivi alla base di questo paradosso (nel gergo dei micologi, LBM sta per «*little brown mushrooms*», piccoli funghi marroni) fosse possibile chiarire la questione o forse, in un modo o nell'altro, farla svanire. Ero già un discreto cercatore di funghi, sicuro di saper identificare – con un livello di fiducia tale da mangiare quello che trovavo – alcune specie commestibili (cantarelli, morchelle, trombette dei morti e porcini). D'altra parte, tutti i miei maestri mi avevano detto che, per complessità e rischi, il mondo degli LBM era ben più scoraggiante: molte delle specie potenzialmente letali, se non la maggior parte, sono LBM. Forse però con una guida esperta avrei potuto aggiungere un paio di *Psilocybe* al mio repertorio di cercatore di funghi e, nel processo, cominciare a studiare il mistero della loro esistenza e dei loro inquietanti poteri.

Non ho mai avuto alcun dubbio su chi potesse essere per me la guida migliore in questa ricerca, sempre che fosse disponibile: Paul Stamets, un micologo dello stato del Washington che ha letteralmente scritto la storia del genere *Psilocybe* nella sua autorevole guida *Psilocybin Mushrooms of the World*, pubblicata nel 1996. Stamets ha identificato e descritto lui stesso, su una rivista che sottopone i materiali da pubblicare a *peer review*, quattro nuove specie di *Psilocybe*, compreso *P. azureus*, che prende il nome da suo figlio Azureus⁵⁵ ed è la specie più potente finora conosciuta. Benché sia uno dei micologi più stimati, Stamets lavora completamente al di fuori dell'ambiente accademico, non è laureato,

autofinanzia gran parte della propria ricerca⁵⁶ e ha, sul ruolo dei funghi nella natura, idee decisamente eccentriche rispetto alle posizioni scientifiche correnti; idee che – come sarà felicissimo di confidarvi – derivano da intuizioni offertegli dai funghi stessi grazie a uno studio attento e alla loro regolare ingestione.

Conosco Stamets da anni, anche se non benissimo e sempre mantenendo una distanza che, lo confesso, è stata dettata da una certa diffidenza. Le sue asserzioni stravaganti sui poteri dei funghi e le discutibili vanterie sulle sue ricerche micologiche con istituzioni come la DARPA (la Defence Advanced Research Projects Agency) del Pentagono e i NIH (i National Institutes of Health) fanno necessariamente entrare in funzione – a ragione o, come spesso accade nel suo caso, a torto – il rivelatore di frottole del giornalista.

Nel corso degli anni ci siamo ritrovati ad alcuni degli stessi convegni, quindi ho avuto diverse occasioni di ascoltare le sue presentazioni, costituite da un seducente (e spesso brillante) miscuglio di scienza serissima e di speculazioni visionarie, nel quale molte volte è difficile discernere la linea di confine tra i due territori. La *TED talk* che ha tenuto nel 2008, rappresentativa del suo stile, conta oltre quattro milioni di visualizzazioni online.

Nato nel 1955 a Salem, in Ohio, Stamets è un omone irsuto, con la barba e un'aria da orso; non fui sorpreso nell'apprendere che in passato aveva lavorato come boscaiolo nella regione del Pacifico Nordoccidentale. In scena, di solito, indossa quello che sembra un cappello di feltro in stile alpino ma che, come lui stesso vi spiegherà, è fatto in Transilvania usando l'*amadou*: lo strato interno spugnoso di *Fomes fomentarius*, noto anche come «fungo dell'esca», un poliporo che cresce su diverse specie di alberi morti o morenti. L'*amadou* è un materiale infiammabile che nell'antichità era utilizzato per accendere e trasportare fuochi. Ötzi, l'uomo del Similaun vissuto cinquemila anni fa e ritrovato nel 1991 mummificato in un ghiacciaio alpino, aveva con sé una borsa in cui teneva un pezzo di *amadou*. Grazie alle sue proprietà antimicrobiche, *Fomes fomentarius* era usato anche per fasciare ferite e conservare il cibo. Stamets è a tal punto immerso nel mondo dei funghi, che spesso va in giro portandone uno in testa.

I funghi sono il regno dei viventi meno compreso e meno apprezzato. Benché indispensabili per la salute del pianeta (in quanto riciclatori di materia organica e produttori di suolo), sono vittime non soltanto della nostra indifferenza, ma anche di un'ostilità profondamente radicata, una micofobia che, secondo Stamets, è una forma di «razzismo biologico». Se non teniamo conto della loro reputazione di avvelenatori, questo nostro atteggiamento è sorprendente, giacché in termini genetici siamo più vicini al regno dei funghi che a quello delle piante: proprio come noi, infatti, i funghi vivono grazie all'energia che le piante captano dal sole. Stamets dedica tutto il suo lavoro a riparare a questo torto, prestando ai funghi la propria voce e dimostrando la loro potenziale capacità di risolvere molti problemi del pianeta. Il titolo della sua conferenza più seguita, e il sottotitolo del suo libro del 2005, *Mycelium Running*, è infatti «How Mushrooms Can Help Save the World»: in che modo i funghi possono contribuire a salvare il mondo. Alla fine della sua presentazione quest'affermazione non suona più come un'iperbole.

Ricordo ancora la prima volta in cui sentii Stamets parlare di «micorisanamento»: il termine indica l'uso di funghi per bonificare aree inquinate e risolvere problemi di scorie industriali. In natura, uno dei ruoli dei funghi consiste nella scissione di molecole organiche complesse: senza di loro, la Terra sarebbe diventata da tempo un cumulo immenso e inabitabile di piante e animali morti ma non decomposti. Quando, nel 1989, la *Exxon Valdez* si incagliò a largo della costa dell'Alaska, sversando milioni di litri di greggio nello stretto di Prince William, Stamets riprese la vecchia idea di utilizzare i funghi per degradare le scorie delle industrie petrolchimiche. Mostrò la diapositiva di un ammasso di fanghiglia nera untuosa prima che venisse inoculato con le spore di *Pleurotus*, e poi una seconda immagine dello stesso ammasso ottenuta quattro settimane dopo, quando s'era ridotto d'un terzo ed era coperto da una fitta coltre di *Pleurotus* bianchi come la neve. Fu al tempo stesso una performance teatrale e un'impresa alchemica che non avrei dimenticato tanto presto.

D'altra parte, le ambizioni di Stamets per il regno fungino vanno ben oltre la conversione in suolo arabile della fanghiglia formata dal

greggio. Nella sua visione, in effetti, non esiste un solo problema medico o ecologico che i funghi non possano aiutarci a risolvere.

Cancro? È stato dimostrato che un estratto prodotto da Stamets con *Trametes versicolor* – il cosiddetto fungo «coda di tacchino» – aiuta i pazienti oncologici stimolandone il sistema immunitario (Stamets afferma di averlo usato per aiutare sua madre, che aveva un cancro al seno di stadio IV).

Bioterrorismo? Dopo l'11 settembre il programma Bioshield del governo federale commissionò lo *screening* di centinaia di rari ceppi fungini, presenti nella collezione di Stamets, scoprendone diversi dotati di una forte attività contro il virus della SARS, del vaiolo, dell'herpes e dell'influenza aviaria e suina (se tutto questo sembrasse implausibile, basti ricordare che i funghi producono anche sostanze antibatteriche come la penicillina).

Collasso degli alveari (*colony collapse disorder*, CCD)? Dopo aver osservato le api visitare una catasta di legna per sbocconcellare un micelio, Stamets ha identificato diverse specie fungine in grado di aumentare la loro resistenza alle infezioni e al CCD.

Infestazioni da insetti? Qualche anno fa Stamets brevettò un «micopesticida»: il micelio mutante di una specie di *Cordyceps* che, una volta ingerito dalle formiche carpentiere [*Camponotus* sp.], colonizza il loro corpo e le uccide, non senza averle prima indotte chimicamente ad arrampicarsi in un luogo situato in alto; a questo punto, dalla testa della formica fuoriesce un fungo che libera le sue spore nel vento.

La seconda o la terza volta che osservai Stamets mostrare un video di *Cordyceps* mentre giocava quel suo tiro diabolico a una formica – prendere possesso del suo corpo, farle eseguire i suoi ordini e poi far esplodere dal suo cervello un corpo fruttifero disseminando così i propri geni – pensai che lui stesso aveva molte cose in comune con quel povero insetto. Certo, i funghi non lo hanno ucciso e probabilmente lui conosce i loro trucchi abbastanza bene da evitare quel destino. È anche vero, però, che la vita di quest'uomo – il suo cervello! – è stata completamente sequestrata dai funghi; si è dedicato alla loro causa, prestando loro la sua voce proprio come il Lorax del Dr. Seuss si fa portavoce degli alberi. Dissemina spore fungine in lungo e in largo, aiutandole – con un

ordine postale, o con la semplice forza del suo entusiasmo – a espandere enormemente il loro areale e a diffondere il loro messaggio.

Credo che Paul Stamets non troverebbe nulla da obiettare su ciò che sto dicendo. Nel suo libro scrive che i miceli – reti biancastre estesissime, simili a tele di ragno, fatte di filamenti unicellulari denominati ife, grazie alle quali i funghi si muovono seguendo tortuose traiettorie attraverso il suolo – sono intelligenti e formano una «membrana senziente» e «la rete nervosa della natura». Il titolo del suo libro, *Mycelium Running*, può essere letto in due modi. In effetti, il micelio corre sempre, è sempre in movimento – *is always running* – attraverso il terreno, dove svolge un ruolo critico nella formazione dei suoli, nel conservare piante e animali in buona salute, e nel tenere unita tutta la foresta. D'altra parte, secondo Stamets, i miceli stanno anche conducendo lo spettacolo – *are running the show*: quello della natura in generale e, come un software neurale, quello della mente di certe creature, lui compreso – come sarebbe il primo a confermarvi. «I funghi ci stanno recapitando un messaggio della natura» si compiace di dire. «È un richiamo che io sto ascoltando».

Nondimeno, è risultato che perfino alcune delle sue idee più fantasiose hanno un fondamento scientifico. Ormai da anni Stamets parla dell'estesissima rete di miceli presente nel suolo come dell'«internet naturale della Terra»: una rete di comunicazioni modulare, ridondante, ramificata in modo complesso, capace di autoriparazione, che collega molte specie su enormi distanze (l'organismo più grande esistente sulla Terra non è una balena o un albero, ma un fungo dell'Oregon, un'*Armillaria* estesa su un raggio di 3,9 chilometri). Stamets sostiene che queste reti miceliali siano in un certo senso «coscienti»: consapevoli del loro ambiente, e in grado di rispondere agli stimoli di conseguenza. Quando sentii per la prima volta queste idee, pensai che nella migliore delle ipotesi fossero metafore fantasiose; negli anni successivi, però, ricerche scientifiche sempre più numerose hanno indicato che sono molto più di semplici metafore. Esperimenti con i mixomiceti, o «funghi mucilluginosi», hanno dimostrato che questi organismi sono in grado di orientarsi all'interno di labirinti percependo la localizzazione del nutrimento e

crescendo in quella direzione. In una foresta, i miceli fungini *connettono* gli alberi che la costituiscono,⁵⁷ attraverso le radici, non soltanto fornendo loro nutrienti, ma servendo da mezzo per trasmettere informazioni sulle minacce ambientali e permettere agli alberi di inviare sostanze nutrienti selettivamente ad altri alberi.⁵⁸ Una foresta è un'entità di gran lunga più complessa, sociale e intelligente di quanto pensassimo, e a organizzare la società arborea sono proprio i funghi.

Le idee e le teorie di Stamets si sono rivelate assai più solide e praticabili di quanto avrei mai immaginato. Qui stava l'altra ragione per la quale ero impaziente di passare un po' di tempo con lui. Ero curioso di scoprire in che modo l'esperienza personale con la psilocibina avesse influenzato il suo pensiero e il lavoro di tutta la sua vita. D'altra parte – ora che aveva un'azienda di successo, deteneva otto o nove brevetti intestati a suo nome, e collaborava con istituzioni come la DARPA, i NIH e il Lawrence Livermore National Laboratory – non ero del tutto sicuro che fosse disposto a parlare apertamente della psilocibina, e meno che mai ad accompagnarmi a cercare i funghi. Nelle interviste e nelle conferenze più recenti che mi riuscì di trovare online parlava raramente della psilocibina e spesso, negli elenchi delle sue pubblicazioni, ometteva di menzionare la sua guida. Soprattutto, aveva appena ricevuto prestigiose onorificenze dalla Mycological Society of America e dalla American Association for the Advancement of Science (AAAS). A quanto pare, Paul Stamets aveva messo la testa a posto. Pessimo tempismo, per me.

Fortunatamente, mi sbagliavo. Quando contattai Stamets nella sua casa di Kamilche, nello stato del Washington, e gli raccontai quello che avevo in mente, non avrebbe potuto essere più disponibile e cooperativo. Parlammo a lungo dei funghi contenenti psilocibina, e fu subito chiaro che per lui rimanevano un tema di grande interesse. Sapeva tutto degli studi in corso alla Hopkins; anzi, gli scienziati coinvolti lo avevano consultato quando, all'inizio, cercavano una fonte di psilocibina. La mia impressione fu che, con la ripresa della ricerca universitaria legittima, Stamets si sentisse più a suo agio nel riaprire quel particolare capitolo della sua vita; accennò al fatto che stava per aggiornare la guida sulla psilocibina del 1996. L'unica nota d'attrito, nella conversazione, arrivò quando mi riferii

alla psilocibina usando, senza farci caso, l'espressione slang, e gli chiesi di andare in cerca di 'shrooms.

«Odio quella parola, la odio davvero» disse quasi solennemente adottando il tono di un genitore che rimprovera il figlio sboccato.

La parola in questione non è più uscita dalle mie labbra.

Alla fine della telefonata Stamets mi aveva già invitato da lui, nello stato del Washington, sulla Little Skookum Inlet alla base della Olympic Peninsula. Con cautela, gli chiesi se potevo andare a trovarlo in un periodo in cui gli *Psilocybe* fruttificassero. «Per lo più sono già venuti e se ne sono andati» mi disse. «Ma se arriva subito dopo il Ringraziamento, e c'è il tempo giusto, posso portarla sulla foce del Columbia, nell'unico luogo al mondo in cui *Psilocybe azurescens* è stato trovato costantemente». Menzionò il nome del parco dove li aveva trovati in passato, e mi disse di prenotare una iurta; poi aggiunse: «Probabilmente è meglio che non faccia il mio nome».

Nelle settimane che precedettero il mio viaggio lessi con attenzione la guida di Stamets, nella speranza di prepararmi alla ricerca. Sembra che esistano oltre duecento specie di *Psilocybe*, distribuite in tutto il mondo; non è chiaro se sia sempre stato così, o se i funghi abbiano seguito le orme degli animali tanto entusiasticamente interessati a loro (secondo Stamets, gli esseri umani fanno uso a scopo sacramentale dei funghi contenenti psilocibina da almeno settemila anni.⁵⁹ A volte però li ingeriscono anche gli animali, per ragioni che rimangono oscure).

Gli *Psilocybe* sono saprofiti, traggono cioè sostentamento da escrementi e materia vegetale morta. Abitano in territori disturbati e molto spesso spuntano negli habitat creati da catastrofi ecologiche come frane, inondazioni, tempeste ed eruzioni vulcaniche. Approfittano anche delle catastrofi ecologiche causate dalla nostra specie: deforestazione, apertura di strade, passaggio di bulldozer – e agricoltura (diverse specie colonizzano il letame dei ruminanti e fruttificano su di esso). Curiosamente, o forse *neanche tanto*, la specie più potente non cresce in ambienti naturali, ma in città e paesi; la predilezione di questi organismi per gli habitat disturbati

dalla nostra presenza ha consentito loro di spostarsi in lungo e in largo «seguendo flussi di detriti», compresi quelli prodotti da noi. In anni recenti la prassi della pacciamatura con trucioli di legno ha espanso enormemente l'areale di alcune robuste specie di *Psilocybe*, un tempo confinate nella regione del Pacifico Nordoccidentale. Adesso prosperano in tutti i luoghi frutto di pianificazione: giardini delle periferie, vivai, parchi cittadini, cimiteri, piazzole di sosta lungo le autostrade, carceri, campus universitari e perfino, come ama sottolineare Stamets, i terreni dove sorgono tribunali e stazioni di polizia. «I funghi del genere *Psilocybe* e la civiltà umana» scrive «continuano a coevolvere».⁶⁰

Uno penserebbe quindi che questi funghi debbano essere facili da trovare. In effetti, in seguito alla pubblicazione di un mio articolo che parlava della ricerca sulla psilocibina, uno studente mi informò che dopo le piogge di dicembre è possibile trovare *Psilocybe* nel campus di Berkeley, dove insegno. «Guardi in mezzo ai trucioli di legno» mi consigliò. Non appena mi misi a studiare le fotografie della guida di Stamets, però, cominciai a disperare di riuscire mai a identificare un qualsiasi fungo del genere *Psilocybe* – e meno che mai di imparare a distinguere una specie dall'altra.

A giudicare dalle immagini, il genere è costituito da una gran quantità di funghetti marroni, per la maggior parte del tutto anonimi. Al confronto le specie commestibili con le quali avevo familiarità erano distinte tra loro come i tulipani dalle rose, o i barboncini dagli alani. Certo, tutti gli *Psilocybe* hanno le lamelle, ma questo non è di grande aiuto, perché le hanno anche migliaia di altri funghi. Dopo le lamelle, quindi, c'è una sconcertante quantità di caratteristiche da individuare, non tutte condivise all'interno del genere. Alcuni *Psilocybe* avevano, in cima al cappello, una piccola protuberanza simile a un capezzolo, che si chiama umbone; in altri mancava. Alcuni erano «viscidi»: quando si bagnano sono scivolosi o untuosi, il che conferisce loro un aspetto lucente. Altri erano spenti e opachi; alcuni, come *P. azurescens*, avevano il colore delle caramelle mou. Molti *Psilocybe*, ma non tutti, sfoggiano una «cuticola» di materiale gelatinoso che ricopre come un condom il cappello e può essere scollata da esso. Forse il mio vocabolario sui funghi andava ampliandosi; la mia sicurezza stava tuttavia rapidamente venendo

meno, proprio come quei funghi che, nell'arco di una giornata, si decompongono riducendosi a una chiazza nerastra.

Quando arrivai al quarto capitolo, «Errori di identificazione: pericoli», ero già pronto a gettare la spugna. «Con i funghi, gli errori di identificazione possono risultare fatali» esordisce Stamets, prima di mostrare la fotografia di uno *Psilocybe stuntzii* che cresce gomito a gomito con un indistinguibile trio di *Galerina autumnalis*: insignificanti funghetti che, se ingeriti, «possono dar luogo a una morte atroce». ⁶¹

Nondimeno, se da un lato Stamets insiste nel raccomandare estrema circospezione ai dilettanti che sperano di identificare *Psilocybe*, dall'altro fornisce al cercatore di funghi che non si è lasciato scoraggiare del tutto quella che lui stesso chiama «la regola stametsiana»: una triplice verifica che – come più o meno ci assicura – può evitare il disastro e la morte. ⁶²

«Come faccio a sapere se un fungo appartiene a una specie che produce psilocibina oppure no?».

«Se un fungo con le lamelle ha spore d'un colore compreso tra il bruno violaceo e il nero, e se la carne vira al bluastro quando viene manipolata, è molto probabile che il fungo in questione appartenga a una specie produttrice di psilocibina». Questo è decisamente un grosso aiuto, anche se non mi dispiacerebbe qualcosa di più categorico di quel «molto probabile». Poi Stamets puntualizza facendoci riflettere: «Benché io non conosca eccezioni a questa regola, non significa che non ve ne siano».

Dopo aver imparato a memoria la regola stametsiana, cominciai a raccogliere LBM dotati di lamelle e dall'aspetto promettente – nei giardini dei miei vicini, sulla strada per andare al lavoro, nel parcheggio della banca – e poi a strofinarli un po' per vedere se viravano al nero e al blu. Il pigmento blu è in effetti la prova della presenza di psilocina ossidata, uno dei due principali componenti psicoattivi presenti in uno *Psilocybe* (l'altro è la psilocibina, che nell'organismo si scinde in psilocina). Per determinare se il fungo in questione avesse spore bruno-violacee o nere, cominciai a prendere delle impronte: si taglia il cappello di un fungo e lo si pone con le lamelle in giù su un foglio di carta bianca (oppure nera, se si ha ragione di credere che il fungo abbia spore bianche). Nell'arco di

qualche ora, il cappello libera le sue microscopiche spore che formeranno sul foglio un bel disegno delicato (qualcosa che ricorda il segno d'un bacio dato con il rossetto); a quel punto si può tentare di determinare se l'impronta sia bruno-violacea o nera – oppure color ruggine, nel qual caso è probabile che si abbia tra le mani una *Galerina* letale.

Certe cose è forse meglio impararle di persona, e non da un libro. Stabili quindi che prima di prendere una qualsiasi decisione irreversibile avrei dovuto attendere, e passare un po' di tempo in compagnia del mio Virgilio micologico.

Al momento della mia visita Paul Stamets abitava sulla Little Skookum Inlet insieme alla moglie e socia Dusty Yao e ai due grossi cani Plato e Sophie, in un'ampia casa nuova costruita, dentro e fuori, con l'equivalente d'una piccola foresta di meravigliosi cedri e abeti di Douglas. Come molte specie di funghi, anche Stamets ha un appassionato attaccamento per gli alberi e il legno. Arrivai da loro di venerdì; la nostra prenotazione al campeggio partiva dalla domenica sera, e quindi avemmo la maggior parte del fine settimana per parlare di *Psilocybe*, mangiare (altri tipi di) funghi, visitare le strutture della Fungi Perfecti, e camminare in compagnia dei cani nei boschi circostanti e lungo la costa; poi, la domenica mattina, puntammo a sud, verso il confine con l'Oregon, per andare in cerca di «azzies» (*P. azurescens*).

La casa era stata costruita grazie ai funghi, mi spiegò Stamets, lanciandosi nel racconto della sua storia prima ancora che cominciassi a disfare lo zaino. Sorgeva sul sito di una vecchia, traballante fattoria che, all'epoca in cui Stamets vi si trasferì, stava pian piano soccombendo a un'infestazione di formiche carpentiere. Stamets si accinse allora a trovare una soluzione micologica al problema. Sapeva esattamente quale specie di *Cordyceps* avrebbe potuto spazzar via la colonia di formiche ma... lo sapevano anche loro: ispezionavano scrupolosamente ogni membro che rientrava alla base per rilevare la presenza di spore di *Cordyceps*, e tagliavano immediatamente la testa a qualsiasi formica le avesse su di sé, gettandone poi il corpo lontano dalla colonia. Stamets aggirò le

difese delle formiche giocando d'astuzia: selezionò un *Cordyceps* mutante a sporulazione ritardata. Mise un poco del suo micelio in una tazzina delle bambole di sua figlia, che lasciò poi sul pavimento della cucina, e durante la notte rimase a guardare mentre un corteo di formiche portava il micelio nel nido, avendolo scambiato per una fonte di cibo sicura. Quando il fungo produsse infine le sue spore, era già all'interno della colonia e le formiche erano ormai spacciate. *Cordyceps* colonizzò i loro tessuti e inviò i propri corpi fruttiferi nelle loro teste, dove poi esplodevano. Era troppo tardi per salvare la fattoria, ma con il ricavato della vendita del brevetto per il fungo mutante Stamets riuscì a costruire questo ben più grande monumento alla genialità micologica.

La casa era spaziosa e confortevole; io avevo un'intera zona letto, al piano di sopra, tutta per me. Il soggiorno, dove trascorremmo buona parte di un piovoso fine settimana dicembrino, aveva un soffitto altissimo, da cattedrale, un grande camino a legna e, dall'altra parte, a incombere sulla stanza, lo scheletro d'un orso delle caverne alto oltre due metri. Sopra il camino è appeso un quadro di Albert Hofmann; in alto, sotto gli spioventi, un grosso vetro rotondo colorato raffigura «l'universalità dell'archetipo del micelio»: un complicato intreccio di linee azzurre su un cielo notturno, dove le linee rappresentano al tempo stesso i miceli, le radici, i neuroni, internet e la materia oscura.

Sulle pareti delle scale che dal soggiorno portano di sopra sono esposti disegni, fotografie e ricordi, tutti incorniciati, compreso un diploma firmato da Ken Kesey e Neal Cassady che attesta il riuscito completamento di uno degli «Acid Tests» dei Merry Pranksters; diverse fotografie scattate in foreste primarie, di Dusty in posa con impressionanti esemplari di funghi; e una stampa grottesca e molto colorata di Alex Grey, il decano degli artisti psichedelici americani. La stampa è la sua interpretazione della cosiddetta teoria della scimmia drogata, la *stoned ape theory*, raffigurante un ominide primitivo dall'aspetto elettrizzato, con uno *Psilocybe* stretto in mano, mentre un turbine di astrazioni gli si riversa fuori dalla fronte e dalla bocca. L'unica ragione per cui riuscii a trarre un senso da quell'immagine è che qualche giorno prima avevo ricevuto un'e-mail in cui Stamets faceva riferimento alla teoria in questione: «Voglio

discutere l'elevata probabilità che la Stoned Ape Theory, presentata la prima volta da Roland Fischer e poi divulgata /riformulata da Terence McKenna, possa essere vera: [il fatto cioè che l'ingestione di psilocibina] abbia causato un rapido sviluppo del cervello degli ominidi verso il pensiero analitico e il legame sociale. Sa che ventitré specie di primati (compresi gli esseri umani) consumano funghi e sono in grado di distinguere quelli "buoni" da quelli "cattivi"?».

Non lo sapevo. Ma quella breve, ellittica e-mail prefigurò perfettamente il tenore del mio weekend con Stamets, mentre cercavo di assorbire un torrente di dati e speculazioni sui funghi, torrente impossibile da guardare senza essere sbattuti qua è là, proprio come su un fiume in piena. La concezione del mondo di Stamets, dal punto di vista del fungo, può risultare abbacinante nella sua radiosità, ma dopo un po' può anche darti un senso di claustrofobia, come soltanto gli autentici monomaniaci o gli autodidatti sanno fare – e Stamets è entrambe le cose. Con queste persone, il sottotesto è sempre quello: *tutto è connesso*. Nella fattispecie, a connettere tutto il possibile e l'immaginabile sono i miceli fungini.

Ero curioso di scoprire in che modo Stamets avesse acquisito la sua visione micocentrica del mondo e in particolare quale ruolo potessero avervi avuto i funghi contenenti psilocibina. Ultimo di cinque figli, Stamets è cresciuto in Ohio a Columbiana, una cittadina non lontano da Youngstown. L'azienda del padre andò a gambe all'aria quando lui era piccolo, e la famiglia «passò molto velocemente dalle stelle alle stalle». Il padre cominciò a bere molto, e Paul prese a considerare come modello di ruolo il fratello maggiore John.

Di cinque anni più grande di lui, John era un aspirante scienziato – in seguito avrebbe ricevuto una borsa di studio in neurofisiologia – e aveva uno «splendido laboratorio nel seminterrato»: un regno che per Paul era l'idea stessa di paradiso, ma nel quale raramente era ammesso. «Pensavo che tutte le case avessero un laboratorio, e quindi ogni volta che andavo a casa di un amico gli chiedevo dove fosse il suo e non capivo perché invece mi indicassero sempre il bagno».⁶³ Conquistare l'approvazione di John divenne una forza motivatrice nella vita di Paul, e questo forse spiega il valore che

attribuisce al riconoscimento della sua ricerca da parte della scienza ufficiale. Sei mesi prima della mia visita John era morto di infarto e, per coincidenza, in quello stesso giorno Paul venne a sapere dell'onorificenza concessagli dall'AAAS. La morte del fratello era una perdita dalla quale non si era ancora ripreso.

John aveva parlato al fratello quattordicenne dei funghi magici e quando poi andò a Yale lasciò a casa un libro, *Altered States of Consciousness*, che colpì Paul profondamente. Pubblicato con la curatela dello psicologo Charles T. Tart, il libro – un mattone – è un'antologia di scritti eruditi su stati mentali non comuni e copre tutto lo spettro che si estende dal sogno all'ipnosi, alla meditazione e agli stati psichedelici. La ragione per cui il volume produsse un'impressione così duratura su Stamets, però, non aveva tanto a che fare con il suo contenuto, benché stimolante, quanto con le reazioni che scatenò in alcuni adulti.

«Il mio amico Ryan Snyder volle che glielo prestassi. I suoi genitori erano molto conservatori. Una settimana dopo, quando gli dico che lo rivoglio indietro, lui si irrigidisce e rimanda. Passa un'altra settimana, glielo richiedo, e lui finalmente confessa quel che è accaduto: “I miei genitori l'hanno trovato e l'hanno bruciato”».

«*Hanno bruciato il mio libro?!?* Quello per me fu un momento chiave. Vidi gli Snyder come il nemico che cercava di reprimere l'esplorazione della coscienza. Ma se erano informazioni così potenti, al punto che si erano sentiti in obbligo di distruggerle, allora erano informazioni che adesso dovevo avere. Perciò ho con loro un debito di gratitudine».

Stamets andò al Kenyon College dove, da matricola, ebbe «una potente esperienza psichedelica» che orientò il corso della sua vita. Da quando ha memoria, Stamets era stato intralciato da una balbuzie che lo metteva in grave difficoltà. «Per me era un grosso problema. Tenevo sempre lo sguardo basso, sul pavimento, perché avevo paura che la gente attaccasse discorso. In effetti, una delle ragioni per cui sono diventato tanto bravo a cercare i funghi è che ero abituato a guardare in terra».

Un pomeriggio di primavera, verso la fine del suo primo anno, mentre camminava da solo sulla cima boscosa delle colline che dominavano il campus, Stamets mangiò un'intera bustina di funghi,

forse dieci grammi, pensando che fosse una dose appropriata (quattro grammi è già moltissimo). Mentre la psilocibina saliva, Stamets vide una quercia particolarmente bella e decise di arrampicarsi. «Mentre mi arrampico sull'albero, salgo letteralmente sempre più in alto, e lei sale sempre di più». Proprio in quel momento il cielo comincia a oscurarsi, e un temporale illumina l'orizzonte con i fulmini. La tempesta ora si avvicina, si alza il vento e l'albero comincia a ondeggiare.

«Mi vengono le vertigini, ma non posso scendere, sono troppo fatto, e così metto le braccia attorno al tronco e mi aggrappo, abbracciandolo stretto. L'albero diventa l'*axis mundi*, radicandomi alla terra. "Questo è l'albero della vita" pensavo; si stava espandendo nel cielo, connettendomi all'universo. E poi ho questo pensiero: mi colpirà un fulmine! Cadevano a intervalli di pochi secondi uno dall'altro, ora qui, poi là, tutt'attorno a me. Sull'orlo dell'illuminazione, sto per essere fulminato. Questo è il mio destino! Per tutto il tempo sono infradiciato da una pioggia tiepida. Adesso sto piangendo, c'è liquido dappertutto, e io mi sento anche tutt'uno con l'universo.

«E poi dico a me stesso, se sopravvivo a tutto questo, quali sono i miei problemi? Paul, mi dissi, tu non sei stupido, ma la balbuzie ti sta ostacolando. Non riesci a guardare le donne negli occhi. Che dovrei fare? *Smetti adesso di balbettare* – quello divenne il mio mantra. *Smetti adesso di balbettare*, continuai a ripetermi.

«Alla fine la tempesta cessò. Io scesi dall'albero, tornai a piedi nella mia stanza e andai a dormire. Quella fu l'esperienza più importante della mia vita fino a quel momento, ed ecco perché: il mattino dopo, mentre cammino sul marciapiede, mi viene incontro una ragazza da cui mi sentivo attratto. Era decisamente fuori dalla mia portata. Cammina verso di me, e dice: "Ciao Paul. Come va?". Io la guardo e dico: "Sto alla grande". Senza tartagliare! E da quel momento praticamente non ho più balbettato.

«Ed è stato allora che ho capito di voler studiare questi funghi».

In un tempo straordinariamente breve Stamets si trasformò in uno dei maggiori esperti di *Psilocybe* del paese. Nel 1978, all'età di

ventitré anni, pubblicò il suo primo libro, *Psilocybe Mushrooms and Their Allies*, «I funghi *Psilocybe* e i loro alleati», dove per «loro alleati» intendeva noi: l'animale che aveva fatto più di qualsiasi altro per diffondere i loro geni e il loro vangelo planetario, cosa che ora Stamets considerava la sua missione.

Stamets ricevette la sua formazione micologica non al Kenyon, che abbandonò dopo un anno, ma all'Evergreen State College di Olympia, nello stato del Washington, che a metà degli anni Settanta era un nuovo college sperimentale, dove gli studenti potevano mettere a punto un proprio piano di studi personalizzato. Un giovane professore di nome Michael Beug, laureato in chimica ambientale, accettò di prendere Stamets sotto la sua ala, insieme ad altri due studenti ossessionati dai funghi e ugualmente promettenti: Jeremy Bigwood e Jonathan Ott. Benché lo stesso Beug non avesse una formazione da micologo, loro quattro insieme – con l'aiuto di un microscopio elettronico e di un'autorizzazione della DEA che Beug era riuscito in qualche modo a procurarsi – dominavano la materia. Così attrezzati, i quattro orientarono la propria attenzione su un genere che di solito gli altri specialisti sceglievano di far passare sotto silenzio, non senza imbarazzo.

Illegali dal 1970, all'epoca i funghi contenenti psilocibina interessavano principalmente la controcultura, in quanto alternativa più delicata e naturale all'LSD; su di loro si sapeva tuttavia pochissimo per quanto riguardava habitat, distribuzione, ciclo vitale o potenza. Si riteneva che fossero originari del Messico meridionale, dove R. Gordon Wasson li aveva «scoperti» nel 1955. Negli anni Settanta la maggior parte della psilocibina in circolazione negli Stati Uniti era ormai importata dall'America Latina o veniva coltivata da spore provenienti da specie latinoamericane, principalmente *P. cubensis*.

Il gruppo dell'Evergreen conseguì diversi risultati degni di nota: identificò e pubblicò tre nuove specie contenenti psilocibina, perfezionò i metodi per coltivare i funghi al chiuso, e sviluppò tecniche per misurare i loro livelli di psilocina e psilocibina. Forse però il suo contributo più importante fu quello di spostare l'attenzione di coloro che erano interessati a *Psilocybe* dal Messico meridionale alla regione del Pacifico Nordoccidentale. Stamets e colleghi

stavano trovando nuove specie di funghi contenenti psilocibina dappertutto, e continuavano a pubblicare i loro risultati. «Potevi quasi sentire l'asse della Terra inclinarsi verso questo angolo di mondo». Ovunque andassi nel Pacifico Nordoccidentale, ricorda Stamets –, potevi vedere nei campi coltivati e nei prati persone che seguivano strane traiettorie mentre erano curve in quello che lui chiama «l'inchino della psilocibina».

Durante questo periodo la regione del Pacifico Nordoccidentale emerse come un nuovo centro di gravità della cultura psichedelica americana, e l'Evergreen State College rappresentò *de facto* il suo *hub* intellettuale e al tempo stesso il suo dipartimento di ricerca e sviluppo. A cominciare dal 1976 Stamets e i suoi colleghi dell'Evergreen organizzarono una serie di convegni sui funghi, oggi diventati leggendari, mettendo insieme le stelle delle due componenti del mondo psichedelico – quella dotata di credenziali scientifiche e quella amatoriale; durante la mia prima sera a casa sua Stamets riesumò alcuni VHS dell'ultimo di quei convegni, tenutosi nel 1999. Il video era stato girato da Les Blank ma, come spesso accadeva con le riprese di questi raduni psichedelici, nessuno riusciva mai a montare il materiale grezzo, e quindi il filmato rimaneva in una forma incompiuta.

«Convegno» probabilmente è un termine che non rende giustizia a quello che stava scorrendo sul televisore di Stamets. Guardammo diversi partecipanti – individuai il dottor Andrew Weil, meglio noto per i suoi libri sulla medicina olistica; il chimico psichedelico Sasha Shulgin e sua moglie Ann; e il micologo del Giardino Botanico di New York, Gary Lincoff – arrivati con grande ostentazione a bordo di un bus scolastico dipinto con disegni psichedelici e pilotato da Ken Kesey (il bus si chiamava Farther, successore di Further, il bus originale dei Merry Prankster, che evidentemente non teneva più la strada). Benché i lavori somigliassero più a una festa dionisiaca che a un convegno, ci furono alcuni interventi seri. Jonathan Ott fece una bellissima conferenza sulla storia degli «enteogeni», termine che lui stesso aveva contribuito a coniare. Ripercorse la storia del loro uso remoto nei misteri eleusini dei greci, passando per l'«inquisizione farmocratica», quando i conquistatori spagnoli soffocarono i culti dei funghi mesoamericani, e poi avanti fino alla «riforma degli

enteogeni», che è in corso da quando R. Gordon Wasson scoprì che quei culti erano sopravvissuti in Messico. Parlando, fece anche un marginale riferimento al «sacramento placebo» dell'eucarestia cattolica.

Seguiva il filmato di un grande ballo in costume con insistenti primi piani di una gigantesca zuppiera di punch corretto con decine di diversi tipi di funghi psichedelici. Stamets mi indicò diversi micologi ed etnobotanici insigni tra i partecipanti alla festa; molti di loro erano travestiti da particolari tipi di funghi: *Amanita muscaria*, champignon, eccetera. Lo stesso Stamets vi compariva vestito da orso.

Quando guardi riprese non montate di gente in costume, in trip da funghi, che balla maldestramente sulla musica di un gruppo reggae, te ne basta una piccola dose, perciò dopo qualche minuto congedammo la tv con un gestaccio. Chiesi a Stamets delle prime edizioni del convegno, alcune delle quali sembravano presentare una proporzione leggermente più interessante tra materiali intellettuali e feste dionisiache. Nel 1977, per esempio, Stamets ebbe l'opportunità di ospitare due dei suoi eroi: Albert Hofmann e R. Gordon Wasson, il cui articolo del 1957 sulla rivista «Life» – quello dove descriveva il primo viaggio con la psilocibina effettuato da un occidentale: il suo – contribuì al lancio della rivoluzione degli psichedelici in America.

Stamets accennò al fatto che collezionava copie originali di quel numero di «Life», che di tanto in tanto compaiono su eBay e nei mercatini delle pulci, e mentre salivo di sopra per andare a letto, quella sera, ci fermammo nel suo studio, così potei dargli un'occhiata. Il numero era datato 13 marzo 1957, e sulla copertina c'era Bert Lahr che posava per l'obiettivo in tight e bombetta, come per una foto segnaletica. A spiccare su tutto, però, sempre in copertina, c'erano queste parole riferite al celebre articolo di Wasson: «Scoperti funghi che inducono strane visioni». Stamets mi disse che potevo prenderne una copia, e io me la portai a letto.

Dalla prospettiva odierna è difficile credere che a far conoscere la psilocibina in Occidente sia stato un vicepresidente della J.P. Morgan dalle pagine d'una rivista a grande diffusione di proprietà di

Henry Luce: sarebbe difficile inventarsi due personaggi più radicati nell'*establishment*. Nel 1957, però, le sostanze psichedeliche non erano ancora per nulla colpite dallo stigma culturale e politico che, dieci anni dopo, avrebbe condizionato il nostro atteggiamento nei loro confronti. All'epoca, l'LSD non era conosciuta al di fuori della cerchia ristretta dei medici che vedevano in essa un potenziale farmaco miracoloso per le malattie psichiatriche e la dipendenza da alcol.

Il caso volle che il fondatore e direttore di Time-Life, Henry Luce, insieme alla moglie Clare Boothe Luce, avesse una conoscenza personale delle sostanze psichedeliche, e che i due condividessero l'entusiasmo delle *élites* mediche e culturali che le avevano abbracciate negli anni Cinquanta.⁶⁴ Nel 1964, a una riunione del suo staff, Luce raccontò che lui e la moglie avevano preso l'LSD «con la supervisione di un medico»; Claire Boothe Luce ricordava che durante il suo primo trip, negli anni Cinquanta, aveva visto il mondo «con gli occhi di un bambino felice e pieno di talento».⁶⁵ Prima del 1965, quando poi nei confronti dell'LSD esplose il panico morale, le pubblicazioni di Time-Life erano entusiaste sostenitrici degli psichedelici, e Luce sovrintendeva personalmente alla copertura data dalle sue riviste all'argomento.

Perciò, quando si rivolse a «Life» con la sua storia, R. Gordon Wasson non avrebbe potuto bussare a una porta più recettiva. «Life» gli offrì un generoso contratto che, oltre alla principesca somma di ottomilacinquecento dollari, gli garantiva l'ultima parola sull'editing dell'articolo, insieme al controllo di titoli e didascalie.⁶⁶ Specificava inoltre che il testo di Wasson avrebbe incluso «una descrizione di sensazioni e fantasie sperimentate sotto l'influenza dei funghi».⁶⁷

A letto, quella sera, mentre sfogliavo la rivista, il mondo del 1957 mi parve un pianeta lontano – benché ci avessi vissuto, sia pure soltanto da bambino di due anni. I miei genitori erano abbonati a «Life» e quindi probabilmente quel numero rimase in soggiorno, nella grande pila di riviste, per un bel pezzo della mia infanzia. Nel 1957 «Life» era un medium di massa, con una distribuzione di 5,7 milioni di copie.⁶⁸ In *Seeking the Magic Mushrooms* leggiamo che «un banchiere newyorkese si reca sulle montagne messicane per

partecipare ad antichissimi rituali, nei quali gli indios masticano strani funghi che inducono visioni»;⁶⁹ l'articolo si apriva con una fotografia a colori, a tutta pagina, di una donna mazateca che rigirava un fungo sui fumi d'un fuoco – e proseguiva per non meno di quindici pagine. Il titolo è il primo riferimento conosciuto ai «funghi magici», un'espressione che, a quanto pare, non venne coniata da un *hippie* strafatto ma da un titolista di Time-Life.

«Abbiamo masticato e ingerito questi funghi dal sapore sgradevole, abbiamo avuto visioni, e siamo emersi dall'esperienza rapiti» racconta Wasson, un po' emozionato, nel primo paragrafo. «Eravamo venuti da lontano per assistere a un rito con i funghi ma non ci aspettavamo nulla di impressionante come il virtuosismo delle *curanderas* [le guaritrici] e gli sbalorditivi effetti dei funghi. [Il fotografo] e io siamo stati i primi uomini bianchi nella storia a mangiare i funghi divini, rimasti per secoli un segreto di alcune popolazioni indie che vivevano lontane dal mondo, nel Messico meridionale».

Wasson prosegue poi con l'improbabile racconto di come uno del suo stampo – «uno che di professione fa il banchiere» – fosse finito a mangiare funghi magici nel seminterrato di una casa dal tetto di paglia, con il pavimento in terra battuta e le pareti di *adobe*, in un paese dello stato di Oaxaca talmente sperduto da poter essere raggiunto solo dopo undici ore di trekking a dorso di mulo sulle montagne.

La storia comincia nel 1927, durante la luna di miele di Wasson sui monti Catskill. In occasione di una passeggiata pomeridiana nei boschi autunnali, Valentina – la sua sposa russa, una pediatra – individuò un'area piena di funghi selvatici, davanti ai quali «si inginocchiò in atteggiamento adorante». Wasson non sapeva nulla di «quelle putride, infide escrescenze», così quando Valentina gli propose di cucinarglieli per cena si allarmò e si rifiutò di consumarli. «Appena sposato,» scriveva Wasson «pensavo che la mattina dopo mi sarei svegliato vedovo».

Lui e la moglie si incuriosirono sui motivi che portavano due culture ad assumere atteggiamenti così diametralmente opposti verso i funghi. Si imbarcarono subito in un progetto di ricerca per comprendere le origini della «micofobia» e della «micofilia», termini

introdotti dallo stesso Wasson. Conclusero che per retaggio culturale ogni popolazione indoeuropea è micofobica (per esempio gli anglosassoni, i celti e gli scandinavi) o micofila (i russi, i catalani e gli slavi) e spiegarono così i potenti sentimenti su entrambi i versanti: «Non era forse probabile che, molto tempo fa, molto prima che iniziasse la storia scritta, i nostri antenati avessero adorato un fungo divino? Questo spiegherebbe l'aura di soprannaturale in cui tutti i funghi sembrano immersi».⁷⁰ Ai Wasson si presentò poi la successiva domanda logica – «Che genere di fungo era venerato un tempo? E perché?» –, e con quell'interrogativo per le mani intrapresero una trentennale ricerca per scoprire il fungo divino. Speravano di ottenere evidenze a sostegno dell'audace teoria sviluppata da Wasson, teoria che l'avrebbe tenuto occupato fino alla morte: e cioè che nel genere umano l'impulso religioso fosse stato inizialmente innescato dalle visioni indotte da un fungo psicoattivo.

Da importante uomo della finanza qual era, R. Gordon Wasson aveva le risorse e le conoscenze per arruolare nella sua ricerca ogni genere di esperti e studiosi. Tra questi c'era il poeta Robert Graves, che condivideva l'interesse dei coniugi Wasson per il ruolo dei funghi nella storia e in particolare nelle comuni origini dei miti e delle religioni mondiali. Nel 1952 Graves inviò a Wasson un ritaglio, tratto da una rivista farmaceutica, che faceva riferimento a un fungo psicoattivo usato dagli indios mesoamericani nel sedicesimo secolo. L'articolo era basato sulla ricerca effettuata in America centrale da Richard Evans Schultes, un etnobotanico di Harvard che studiava gli usi delle piante e dei funghi psicoattivi nelle culture indigene. Gli allievi di Schultes, professore assai stimato, ricordano che usava cerbottane in aula e teneva un cestino di peyote fuori dal suo studio a Harvard; un'intera generazione di etnobotanici americani si è formata con lui: per citarne alcuni, Wade Davis, Mark Plotkin, Michael Balick, Tim Plowman e Andrew Weil. Insieme a Wasson, Schultes fa parte d'un gruppo di personaggi il cui ruolo nel portare gli psichedelici in Occidente è stato poco riconosciuto; in realtà, letteralmente, alcuni dei primi semi di quel movimento si trovavano nell'erbario di Harvard fin dagli anni Trenta: più di un quarto di secolo prima che Timothy Leary mettesse piede al campus. Fu Schultes infatti il primo a identificare il *teonanácatl*, il fungo sacro degli Aztechi

e dei loro discendenti; come pure l'*ololiuqui*, i semi di *Rivea corymbosa*, contenenti un alcaloide molto affine all'LSD, e usati dagli Aztechi come sacramento.

Fino a questo punto, nella loro ricerca del fungo divino, i Wasson avevano guardato all'Asia; Schultes riorientò la loro indagine, indirizzandoli nelle Americhe, dove alcuni rapporti frammentari di missionari e antropologi indicavano che probabilmente, negli sperduti villaggi di montagna del Messico meridionale, sopravviveva un antico culto imperniato sui funghi.

Nel 1953 Wasson fece il primo di dieci viaggi in Messico e in America centrale, diversi dei quali nel villaggio di Huautla de Jiménez, tra le remote montagne di Oaxaca, dove secondo uno dei suoi informatori – un missionario – c'erano guaritori che facevano uso di funghi. Al principio, i locali avevano tenuto la bocca cucita: alcuni dissero a Wasson di non aver mai sentito parlare dei funghi, oppure che non erano più usati, o ancora che la pratica sopravviveva soltanto in qualche altro villaggio remoto.

La loro reticenza non sorprende. L'uso sacramentale dei funghi psicoattivi era stato tenuto segreto agli occidentali per quattrocento anni, cioè da poco dopo la conquista spagnola, quando venne spinto nella clandestinità. Il miglior resoconto disponibile di quella pratica è del prete missionario spagnolo Bernardino de Sahagún, che nel sedicesimo secolo descrisse l'uso dei funghi in una funzione religiosa azteca:

«Mangiavano i funghi prima dell'alba, con miele; e prima dell'alba bevevano anche cacao. Quando l'effetto dei funghi che mangiavano con il miele iniziava, cominciano a ballare, alcuni cantavano, alcuni piangevano ... Alcuni non si curavano di cantare, ma sedevano nelle loro stanze, e rimanevano pensosi. Certi vedevano in una visione che stavano morendo, e piangevano; e altri vedevano in una visione che erano divorati da qualche belva selvaggia; taluni vedevano in una visione che stavano facendo prigionieri in guerra ... altri ancora vedevano in una visione che stavano commettendo adulterio e che per questo la loro testa sarebbe stata fracassata ... Poi, quando l'ubriacatura dei funghi era passata, si parlavano l'un l'altro delle visioni che avevano avuto».⁷¹

Gli spagnoli cercarono di annientare i vari culti dei funghi, considerandoli, a ragione, una minaccia mortale per l'autorità della chiesa. Uno dei primi preti che Cortés portò in Messico per convertire gli Aztechi dichiarò che i funghi erano la carne «del demonio che essi veneravano, e ... con questo cibo amaro essi ricevevano il loro dio crudele in comunione».⁷² Gli indios venivano interrogati e torturati affinché confessassero quella pratica, e le pietre-fungo – molte delle quali erano sculture alte una trentina di centimetri, in basalto lavorato – furono distrutte. In quella che fu una prima battaglia nella guerra contro la droga – o, per essere più precisi, nella guerra contro certe piante e certi funghi – l'Inquisizione accusò decine di nativi americani di crimini che coinvolgevano il peyote e la psilocibina. Nel 1620 la chiesa cattolica romana dichiarò che l'uso delle piante per la divinazione era «un atto di superstizione condannato in quanto opposto alla purezza e all'integrità della nostra Santa Fede Cattolica».⁷³

Non è difficile capire perché la chiesa dovesse reagire con tanta violenza all'uso sacramentale dei funghi. All'orecchio degli spagnoli il significato della parola in lingua nahuatl per «fungo» – carne degli dèi – dovette suonare come una sfida diretta al sacramento cristiano, naturalmente inteso anch'esso come carne degli dèi, o piuttosto dell'unico Dio. Eppure, il sacramento con i funghi godeva di un vantaggio innegabile rispetto alla versione cristiana. Per credere che consumare il pane e il vino dell'eucaristia desse al fedele un accesso al divino – accesso che doveva comunque essere mediato da un prete e dalla liturgia – occorreva un atto di fede. Confrontiamo ora questo sacramento con quello degli Aztechi: un fungo psicoattivo che garantiva a chiunque lo mangiasse un accesso diretto e non mediato al divino – a visioni d'un altro mondo, d'un regno degli dèi. Chi aveva dunque il sacramento più potente? Come un indio mazateco disse a Wasson, i funghi «ti portano là dove dimora Dio».⁷⁴

La chiesa cattolica romana probabilmente fu la prima istituzione a riconoscere appieno la minaccia che una pianta psichedelica comportava per la sua autorità; di sicuro, però, non sarebbe stata l'ultima.

La notte tra il 29 e il 30 giugno del 1955 R. Gordon Wasson sperimentò in prima persona i funghi sacri.⁷⁵ Durante il suo terzo viaggio a Huautla aveva persuaso María Sabina, mazateca sessantunenne e stimata *curandera* del villaggio, a lasciare che lui e il suo fotografo non soltanto assistessero, ma prendessero anche parte a una cerimonia a cui nessun forestiero aveva mai partecipato. La *velada*, così era chiamata, si svolse dopo il calar del sole, davanti a un semplice altare «adorno di immagini cristiane», nel seminterrato della casa d'un funzionario locale che Wasson aveva arruolato alla causa. Per proteggerne l'identità, Wasson chiamò Sabina «Eva Mendez», scorgendo «nella sua espressione una spiritualità che ci colpì immediatamente». Dopo aver pulito i funghi e averli passati sul fumo purificante d'un incenso, Sabina porse a Wasson una tazza che ne conteneva sei coppie; li chiamava «i bambinelli». Avevano un sapore orrendo: «... amaro, con un persistente odore di rancido». Tuttavia, «non avrei potuto essere più felice: era il culmine di sei anni di ricerca».

Le visioni «erano di colori brillanti, sempre armoniose. Cominciarono con motivi ad arco, angolari, come quelli che potrebbero decorare dei tappeti, o dei tessuti, o una carta da parati ... Poi evolsero in palazzi con chiostrì, portici, giardini – palazzi splendenti decorati di pietre semipreziose. Quindi vidi un animale mitologico trainare un cocchio regale». E così via.

I taccuini originali di Wasson sono custoditi nella biblioteca botanica di Harvard. Con una grafia ordinata ma un po' stravagante, prese nota con cura della tempistica di quella sera, a partire dal suo arrivo (8.15) all'ingestione dei funghi (10.40), fino allo spegnimento dell'ultima candela (10.45).

A quel punto la grafia di Wasson si disintegra. Alcune frasi appaiono ora capovolte, e le descrizioni di quello che provava e vedeva vanno gradualmente frantumandosi:

«Nausea mentre la visione si distorce. Toccare il muro – fa sembrare che il mondo delle visioni si sbricioli. Luce da sopra e da sotto la porta – la luna. Il tavolo assume nuove forme – creature, un grande carro da processione, motivi architettonici di colori splendenti. Nausea. Nessuna fotografia una volta che [illeggibile] ci colse.

«Architettonico

«Occhi fuori fuoco – le candele, le vediamo doppie

«Splendore orientale – Alhambra – carro

«Tavolo trasformato

«Confronto visione e realtà – tocco il muro».

«Le visioni non erano confuse o esitanti» scrive. Anzi, «mi sembravano più reali di qualsiasi cosa avessi mai visto con i miei occhi». A questo punto il lettore comincia ad avvertire la mano letteraria di Aldous Huxley esercitare una certa pressione sulla prosa e sulle percezioni di Wasson. «Sentivo che adesso stavo vedendo in modo distinto, mentre la visione consueta ci offre una prospettiva imperfetta». Le porte della percezione di Wasson si erano spalancate: «Stavo guardando gli archetipi, le idee platoniche, alla base delle immagini imperfette della vita quotidiana». Leggere Wasson dà la sensazione di assistere, davanti ai propri occhi, alla graduale cristallizzazione delle convenzioni ancora fresche e malleabili della narrazione psichedelica. È difficile dire se Aldous Huxley sia stato l'inventore di questi tropi o soltanto il loro stenografo; da qui in avanti, però, essi ispirano tutto il genere, come pure l'esperienza. «Per la prima volta la parola estasi assunse un significato reale» ricorda Wasson. «Per la prima volta non riguardava lo stato mentale di qualcun altro».

Da quell'esperienza personale, Wasson concluse che la sua ipotesi di lavoro, ovvero che l'esperienza religiosa avesse radici nei funghi psichedelici, fosse giustificata. «Nel passato evolutivo dell'uomo ... deve essere arrivato un momento in cui egli scoprì il segreto dei funghi allucinogeni. Per come la vedo io, il loro effetto su di lui non poté che essere profondo, un detonatore di nuove idee. I funghi gli rivelarono infatti mondi estesi, nello spazio e nel tempo, al di là dei suoi orizzonti noti – perfino mondi in un diverso piano dell'essere, un paradiso e forse un inferno ... Ci si arrischia al punto di chiedersi se non possano aver seminato, nell'uomo primitivo, l'idea stessa di un Dio».

Qualsiasi cosa si pensi di quest'idea, vale la pena di sottolineare che quando arrivò a Huautla Wasson l'aveva già ben salda in mente, e che per confermarla era disposto a qualche leggera distorsione dei vari elementi della sua esperienza laggiù. Mentre lui desidera che

noi vediamo María Sabina come una figura religiosa e la sua cerimonia come qualcosa di simile a quella che chiama «Santa Comunione», la *curandera* vedeva invece se stessa in modo del tutto diverso. Cinquecento anni prima, i funghi potevano benissimo essere serviti da sacramento, ma ormai, nel 1955, molti Mazatechi erano cattolici devoti, e li usavano non quale componente di un cerimoniale religioso ma per rituali di guarigione e divinazione, per trovare persone e oggetti importanti smarriti. Wasson lo sapeva perfettamente, e infatti per avere accesso alla cerimonia ricorse all'espedito cui ricorse: disse a María Sabina di essere preoccupato per suo figlio, rimasto a casa, e di volere informazioni su dove si trovasse e come stesse (cosa abbastanza inquietante, ricevette in entrambi i casi quelle che al suo ritorno a New York si rivelarono informazioni accurate). Wasson stava distorto una complessa pratica indigena per adattarla a una teoria preconcepita, fondendone i significati storici e quelli contemporanei. Anni dopo, Sabina disse a un intervistatore che «prima di Wasson nessuno prendeva i funghi semplicemente per incontrare Dio. Li abbiamo sempre presi per curare gli ammalati». ⁷⁶ Uno dei più duri critici di Wasson, lo scrittore inglese Andy Letcher, disse sarcasticamente che «per trovare Dio, Sabina – come tutti i bravi cattolici – andava a messa». ⁷⁷

L'articolo di Wasson su «Life» fu letto da milioni di persone (compreso un professore di psicologia, di nome Timothy Leary, incamminato sulla via che l'avrebbe portato a Harvard). La sua storia raggiunse poi altri dieci milioni di persone quando fu condivisa da *Person to Person*, seguitissimo programma di notizie della CBS, ⁷⁸ e nei mesi successivi diverse altre riviste ⁷⁹ – compresa «True: The Man's Magazine» – pubblicarono racconti in prima persona di viaggi con i funghi magici (*The Vegetable That Drives Men Mad*), viaggi per i quali lo stesso Wasson procurava i funghi (ne aveva portato dal viaggio una scorta, e conduceva cerimonie nel suo appartamento a Manhattan). Di lì a poco l'American Museum of Natural History di New York allestì una mostra sui funghi magici. ⁸⁰

Poco dopo la pubblicazione dell'articolo su «Life», Wasson fece recapitare alcuni esemplari di funghi messicani ad Albert Hofmann, in Svizzera, per farli analizzare. Nel 1958 Hofmann isolò e nominò i due composti psicoattivi – la psilocibina e la psilocina – e ottenne poi la psilocibina di sintesi utilizzata nell'attuale ricerca;⁸¹ sperimentò inoltre personalmente i funghi. «Un'insolita trasformazione del mondo esterno» scrisse «si manifestò dopo trenta minuti dall'ingestione. Ogni cosa cominciò ad assumere un'impronta messicana».⁸² Nel 1962 Hofmann si unì a Wasson in uno dei suoi ritorni a Huautla, durante il quale diede a María Sabina la psilocibina sotto forma di pillola.⁸³ Lei ne prese due e dichiarò che effettivamente contenevano lo spirito del fungo.⁸⁴

Non passò molto tempo perché migliaia di altre persone – comprese, alla fine, celebrità come Bob Dylan, John Lennon e Mick Jagger – trovassero la via di Huautla e arrivassero alla porta di María Sabina.⁸⁵ Per lei e per il suo villaggio, tutta quell'attenzione fu rovinosa. In seguito Wasson si ritenne responsabile di «aver scatenato sulla deliziosa Huautla un'ondata del più spregevole sfruttamento commerciale», come scrisse nel 1970 in un dolente articolo d'opinione pubblicato dal «New York Times».⁸⁶ Huautla era diventata una mecca – dapprima *beatnik*, poi *hippie* – e i funghi sacri, che in precedenza erano stati un segreto sorvegliato e protetto, adesso erano venduti alla luce del sole lungo le strade. I vicini di María Sabina la incolpavano di quello che stava accadendo al villaggio; la sua casa venne bruciata e per un breve periodo lei fu incarcerata. Avvicinandosi alla fine della vita, non provava altro che rimpianto per aver condiviso i funghi divini dapprima con R. Gordon Wasson e, quindi, con il mondo. «A partire dal momento in cui sono arrivati gli stranieri per cercare Dio» disse a un visitatore «i *bambini sacri* hanno perso la loro purezza. Hanno perso la loro forza, li hanno corrotti. Ormai non servono più».⁸⁷

Il mattino dopo, quando scesi al piano terra, Paul Stamets era in soggiorno intento a sistemare la sua collezione di pietre-fungo su un tavolino. Avevo letto di questi manufatti, ma non ne avevo mai visto o tenuto in mano uno – erano oggetti notevoli: blocchi di basalto

sbozzati, di varie forme e dimensioni. Alcuni erano semplici, e somigliavano a funghi giganteschi; altri avevano un treppiede o una base con quattro punti d'appoggio, e altri ancora avevano una figura intagliata sul gambo (o stipite). Migliaia di queste pietre furono distrutte dagli spagnoli, ma duecento sono sopravvissute e Stamets ne possiede sedici. La maggior parte delle pietre-fungo superstiti è stata rinvenuta sugli altopiani guatemaltechi, spesso dai contadini quando arano i campi; alcune risalgono almeno al 1000 a.C.

Mentre portava le pesanti sculture, una per una, dal loro armadio al tavolino, dove le dispose con grandissima cura, Stamets aveva l'aria di un chierichetto: le maneggiava con la solennità che compete a oggetti sacri insostituibili. Pensai che Paul Stamets è il degno erede di R. Gordon Wasson (anche Wasson collezionava pietre-fungo, e vidi alcuni dei suoi pezzi a Harvard): condivide la sua cosmologia radicalmente micocentrica e – ovunque guardi – ravvisa evidenze della centralità dei funghi psicoattivi nella cultura, nella religione e nella natura. Il suo laptop è pieno zeppo di immagini di *Psilocybe* scattate non soltanto in natura (è un fotografo superbo), ma tratte anche da pitture rupestri, petroglifi nordafricani, motivi architettonici delle chiese medioevali e motivi islamici, alcuni dei quali ricordano la forma dei funghi oppure, con la loro geometria frattale, le esperienze che essi rendono possibili. Confesso che, per quanto provassi, spesso non riuscivo a vedere i funghi incombenti nelle immagini. Senza dubbio, i funghi stessi avrebbero potuto aiutarmi.

E questo ci porta alla teoria della scimmia drogata di Terence McKenna, l'epitome di tutte le speculazioni micocentriche, che Stamets aveva voluto accertarsi di discutere con me. Benché la lettura non sostituisca l'ascolto di McKenna che espone la sua tesi,⁸⁸ lui stesso l'ha riassunta in *Il nutrimento degli dei* (1992): i funghi *Psilocybe* offrirono agli ominidi nostri antenati «accesso alle sfere di potere sovranaturale»,⁸⁹ «catalizzarono l'emergenza della autoconsapevolezza umana»,⁹⁰ e «ci portarono fuori dalla mente animale, nel mondo del linguaggio articolato e dell'immaginazione».⁹¹ Quest'ultima ipotesi, sull'invenzione del linguaggio, si fonda sul concetto di sinestesia, ovvero sulla fusione dei sensi indotta, come è noto, dalle sostanze psichedeliche: sotto l'influenza della psilocibina,

i numeri possono assumere colori, i colori attaccarsi ai suoni, e così via. Il linguaggio, sostiene McKenna, rappresenta un caso particolare di sinestesia in cui suoni altrimenti privi di significato si legano a concetti. Di qui, la scimmia drogata: consegnandoci i doni del linguaggio e dell' autoriflessione, i funghi psilocibinici fecero di noi quel che siamo, trasformando il primate nostro antenato in *Homo sapiens*.

La teoria della scimmia drogata non è realmente suscettibile di verifica o confutazione. Era altamente improbabile che il consumo dei funghi da parte dei primi ominidi lasciasse tracce nella documentazione fossile: i funghi sono infatti costituiti da tessuti molli e possono essere mangiati freschi, senza richiedere strumenti o metodi di lavorazione particolari che possano essere arrivati a noi. McKenna non spiega mai veramente in che modo il consumo dei funghi psicoattivi possa aver influenzato l'evoluzione biologica – in altre parole, come possa aver selezionato modificazioni a livello genomico. Sarebbe stato più semplice per lui sostenere – come fece Wasson – l'influenza dei funghi psicoattivi sull'evoluzione *culturale*; evidentemente, però, i funghi avevano progetti più ambiziosi per la mente di Terence McKenna, il quale era peraltro più che felice di adeguarsi.

Negli ultimi anni prima che McKenna morisse, Stamets divenne suo buon amico, e dopo la sua morte (a cinquantatré anni, per un tumore al cervello) ha raccolto il testimone della scimmia drogata, esponendo la teoria in molte sue conferenze. Stamets riconosce la difficoltà di dimostrarla in modo convincente, tuttavia ritiene «alquanto probabile» che la psilocibina «sia stata fondamentale nell'evoluzione umana». Che cosa c'è, mi chiedevo, in questi funghi e nell'esperienza che essi promuovono nella mente degli esseri umani, che accende questo genere di stravaganze e convinzioni intellettuali?

Le storie di mico-evangelisti come McKenna si leggono come racconti di conversione, in cui alcuni individui, che hanno provato il potere di questi funghi in prima persona, emergono dall'esperienza convinti che essi siano il *primum movens* – che siano dèi, o qualcosa del genere – in grado di spiegare tutto. La loro missione profetica diventa chiara: portare al mondo questa novella!

Adesso consideriamo tutto questo dal punto di vista del fungo: quello che probabilmente inizia come un accidente biochimico si trasforma poi in un'ingegnosa strategia per ampliare l'areale e l'abbondanza della specie, conquistando la fervente devozione di un animale come *Homo sapiens*: una creatura geniale che viaggia molto (e parla bene!). Nella visione di McKenna è stato il fungo stesso ad aiutare la formazione del tipo di mente – dotata degli strumenti del linguaggio e animata dall'immaginazione – che meglio poteva promuovere i suoi interessi. Che ingegno diabolico! Nessuna meraviglia che Stamets sia convinto della loro intelligenza.

La mattina dopo, prima che caricassimo le auto per il nostro viaggio verso sud, Stamets aveva in serbo per me un altro regalo. Eravamo nel suo studio e stavamo osservando alcune immagini sul suo computer, quando estrasse dallo scaffale una pila di cappelli d'amadou. «Guarda se ce n'è uno che ti va bene». Quasi tutti i cappelli di fungo erano troppo grandi per me, ma alla fine ne trovai uno che calzava comodamente sulla mia testa, così ringraziai Stamets del regalo. Il cappello era sorprendentemente soffice e quasi senza peso, d'altra parte mi sentivo un po' scemo con un fungo in testa, quindi lo riposi con cura nel mio bagaglio.

La domenica mattina, di buonora, ci dirigemmo in auto verso la costa del Pacifico e poi a sud in direzione del fiume Columbia, fermandoci a far provviste per il pranzo e il campeggio a Long Beach, una località turistica. Poiché era la prima settimana di dicembre, la cittadina era sonnolenta e decisamente poco incline alla conversazione. Stamets mi chiese di non pubblicare l'esatta posizione del luogo in cui andammo in cerca di *Psilocybe azurescens*. Quello che posso dire è che l'ampia foce del Columbia è costeggiata da tre parchi – Fort Stevens, Cape Disappointment e il Lewis and Clark National Historical Park – e noi ci fermammo in uno di essi. Stamets, che viene qui da anni in cerca di *azzies*, aveva la vaga paranoia d'essere riconosciuto da un ranger; quindi, mentre io sbrigavo la registrazione all'ingresso e prendevo una mappa con le indicazioni per la nostra iurta, lui rimase in macchina.

Appena scaricata e sistemata l'attrezzatura, c'infilammo gli stivali e partimmo in cerca di funghi. Il che in realtà significava semplicemente andarsene in giro con gli occhi puntati a terra, disegnando traiettorie inconcludenti nella macchia, tra le dune e nelle aree erbose vicine alle iurte. Adottammo la postura dell'«inchino della psilocibina»: curvi, salvo per il fatto che alzavamo la testa ogni volta che sentivamo arrivare un'auto. Nella maggior parte dei parchi statali la raccolta dei funghi è vietata, ed essere in possesso di funghi psilocibinici è un reato statale e federale.

Il cielo era coperto, con una temperatura di poco inferiore ai 10 °C: mite per questi luoghi così a nord sulla costa del Pacifico, nel mese di dicembre, quando può essere freddo, umido e burrascoso. Praticamente, avevamo il parco tutto per noi. Era un paesaggio stupendo, deserto, con alberi di pino abbassati e inclinati dai venti che soffiano dall'oceano, spiagge sabbiose assolutamente piatte e sconfinite, cosparse di legni portati dalla corrente e di giganteschi tronchi trascinati a riva dalle onde, gettati qua e là come bastoncini dello shangai. Quei tronchi erano in qualche modo sfuggiti all'industria del legname, per poi scendere lungo il Columbia verso valle: dalle foreste primarie distanti centinaia di chilometri a monte, fino qui.

Stamets sospetta che originariamente *Psilocybe azurescens* possa essere uscito dalla foresta all'interno della polpa di quei tronchi, e che poi abbia trovato la sua strada qui, sulla foce del Columbia – finora l'unico luogo in cui la specie sia mai stata avvistata. Qualche micelio si sarà insinuato nelle fibre del legno, stabilendocisi e stringendo con l'albero una relazione simbiotica. Stamets crede che il micelio funzioni come una sorta di sistema immunitario per il suo ospite arboreo, secernendo composti antibatterici, antivirali e insetticidi che proteggono l'albero dalle malattie e dagli organismi nocivi, e assicurandosi in cambio habitat e nutrimento.

Mentre camminavamo descrivendo sulle dune erbose figure a otto e spirali sempre più ampie, Stamets sostenne un incessante chiacchiericcio micologico; una cosa bella dell'andar in cerca di funghi è che non devi preoccuparti di spaventarli e farli scappare con il suono della voce. Di tanto in tanto si fermava per mostrarmene

uno. Gli LBM sono notoriamente difficili da identificare, ma Stamets aveva quasi sempre a portata di mano il nome latino binomio e qualche informazione interessante. A un certo punto mi porse una *Russula*, spiegandomi che era buona da mangiare. Mi limitai a prenderne un bocconcino dal cappello rossastro, per poi sputarlo fuori tant'era piccante. Evidentemente, offrire ai neofiti quella *Russula* particolare è un vecchio rituale, una forma di nonnismo micologico.

Vidi moltissimi LBM che potevano essere o meno funghi magici: continuavo a interrompere Stamets per identificarli, e ogni volta gli toccò di sgonfiarmi il palloncino – azzerare la speranza d'aver infine trovato l'ambita preda. Dopo una o due ore di ricerche infruttuose, lui stesso si chiese se non fossimo andati in cerca di *azzies* a stagione troppo inoltrata.

Poi, tutt'a un tratto, con un sussurro teatrale perfettamente udibile e carico di eccitazione, esclamò: «Trovato uno!». Io accorsi, chiedendogli di lasciarlo dov'era, in modo che potessi vedere dove e come cresceva: cosa che, speravo, mi avrebbe consentito di «farmi l'occhio», come dicono i cercatori. Una volta che registriamo sulla retina le caratteristiche visive dell'oggetto che stiamo cercando, è molto più probabile che esso poi risalti, spiccando nel campo visivo (e infatti il nome tecnico di questo fenomeno è «effetto pop-out»).

Era un bel funghetto dal cappello color caramello, liscio e leggermente lucido. Stamets me lo lasciò cogliere: aveva una presa sorprendentemente tenace e, quando lo estirpai, si portò dietro un po' di terreno, detrito fogliare e un piccolo groviglio di micelio d'un bianco brillante. «Strofina il gambo» mi suggerì Stamets; lo feci, e nel giro di qualche minuto, dove avevo sfregato, affiorò una tinta bluastro. «Quella è la psilocina». Non mi sarei mai aspettato di *vedere* letteralmente la sostanza chimica di cui avevo letto tanto.

Il fungo era cresciuto a un tiro di sasso dalla nostra iurta, proprio al limitare d'un posto auto. Stamets dice che, come molte specie di funghi contenenti psilocibina, «gli *azzies* sono organismi che vivono in habitat ecologicamente marginali. Guarda dove siamo: ai margini del continente, al margine di un ecosistema, al margine della civiltà; e, ovviamente, questi funghi ci portano ai margini della coscienza». A questo punto Stamets, che quando si tratta di funghi è un tipo

serio, lanciò la prima battuta che gli avessi sentito fare: «Sai, tra le migliori specie indicatrici di *Psilocybe azurescens* ci sono i camper». Ovviamente non siamo i primi ad andare in cerca di funghi in questo parco, e chiunque ne raccolga uno si lascia dietro una nuvola invisibile di spore; secondo Stamets, questa è l'origine dell'idea della polvere di fata. È probabile che molte di quelle scie finiscano in corrispondenza d'un campeggio, di un'automobile o d'un camper.

Quel pomeriggio trovammo sette *azzies*, anche se quando dico «trovammo» in realtà intendo dire che li trovò *lui*; io ne scovai uno soltanto, e anche in quel caso non ero del tutto certo che fosse uno *Psilocybe* finché Stamets non mi fece un sorriso e il gesto del pollice in su. Potrei giurare che avesse esattamente lo stesso aspetto di una mezza dozzina di altre specie in cui mi imbattei. Con pazienza, Stamets mi fece da guida nella morfologia dei funghi, e il giorno dopo la mia fortuna era aumentata, e trovai – senza aiuto – quattro piccole bellezze color caramello. Non chissà che bottino, certo; ma Stamets aveva detto che anche uno soltanto di quei funghi poteva assicurare una spedizione psichedelica importante.

Quella sera posammo con cura i nostri sette funghi su un tovagliolo di carta e li fotografammo prima di metterli a seccare davanti alla stufetta della iurta. Nell'arco di qualche ora l'aria calda aveva trasformato un fungo già in partenza insignificante in un minuscolo rimasuglio raggrinzito grigio-azzurro, a cui sarebbe stato facile non far proprio caso. L'idea che qualcosa di così scialbo potesse avere effetti simili era difficile da credere.

Da tempo non vedevo l'ora di provare un *azzie*; prima che la sera finisse, però, Stamets aveva raffreddato il mio entusiasmo: «Trovo che *azurescens* sia fin *troppo* forte» mi disse mentre eravamo in piedi, fuori dalla iurta, a bere una birra vicino al focolare. Una volta calata la notte eravamo andati in auto sulla spiaggia a caccia di cannicchi con l'aiuto dei fari; adesso li stavamo rosolando sul fuoco con delle cipolle.

«Senza contare che gli *azzies* hanno un possibile effetto collaterale che alcune persone trovano spiacevole».

Davvero?

«Paralisi transitoria» rispose lui diretto. Mi spiegò che alcune persone, sotto l'effetto degli *azzies* si ritrovano incapaci di muovere i

muscoli per un po' di tempo. Cosa che può essere tollerabile se ti trovi in un posto sicuro, suggerì Stamets, «ma se sei all'aperto, e il tempo volge al freddo e sta per piovere? Potresti morire di ipotermia». Decisamente non una grande pubblicità per *P. azureus*, soprattutto se proveniente da chi aveva scoperto la specie e l'aveva nominata. Tutt'a un tratto avevo molta meno fretta di provarne uno.

La domanda su cui continuai a tornare, quel weekend, è questa: perché mai un fungo dovrebbe prendersi il fastidio di produrre una sostanza chimica che ha un effetto così drastico sulla mente degli animali che lo mangiano? Questa particolare sostanza che cosa fa, ammesso che faccia qualcosa, per il fungo? Si potrebbe costruire, per questo fenomeno, una spiegazione quasi-mistica, come hanno fatto Stamets e McKenna: entrambi ipotizzano che la natura comunichi con noi servendosi del linguaggio della neurochimica, e che con la psilocibina stia cercando di dirci qualcosa di importante. Questa, però, mi sembra più un'idea poetica che una teoria scientifica.

La migliore risposta che sono riuscito a trovare mi arrivò qualche settimana dopo, dal chimico Michael Beug, professore di Paul Stamets all'Evergreen State College. Quando lo contattai per telefono a casa sua, nel Columbia River Gorge, quasi 260 chilometri a monte del campeggio, Beug disse che si era ritirato dall'insegnamento e che di recente non aveva passato molto tempo a pensare a *Psilocybe*; tuttavia trovava intrigante la mia domanda.

Gli chiesi se vi sia ragione di credere che la psilocibina rappresenti, per il fungo, una difesa chimica: la difesa contro malattie e organismi nocivi è in effetti la funzione più comune dei cosiddetti metaboliti secondari prodotti per esempio dalle piante. Fatto curioso, molte tossine vegetali non uccidono direttamente gli organismi nocivi, ma spesso agiscono come psicostimolanti e come veleni, ed è per questo che ci serviamo di molte di esse per alterare la coscienza. Ma perché le piante non uccidono sul colpo i loro predatori? Forse perché se lo facessero selezionerebbero rapidamente la resistenza; creare scompiglio nelle reti

neurotrasmettitoriali del predatore, invece, può distrarlo o, meglio ancora, portarlo a intraprendere comportamenti rischiosi che con ogni probabilità ne abbrevieranno la vita. Pensate a un insetto ubriaco che si comporti in modo tale da attirare l'attenzione di un uccello affamato.

Beug però sottolineò che se la psilocibina fosse davvero una sostanza chimica di difesa, «il mio ex allievo Paul Stamets ci avrebbe messo le mani da tempo, e avrebbe trovato il modo di usarla come antifungino, antibatterico o insetticida». In effetti Beug aveva testato i livelli di psilocibina e psilocina presenti nei funghi, e aveva scoperto che nel micelio – cioè nella parte dell'organismo che, probabilmente, andrebbe maggiormente protetta – queste sostanze sono presenti solo in quantità minuscole. «Invece, si trovano nei corpi fruttiferi: a volte in concentrazioni superiori al due per cento del peso secco!»: una quantità straordinaria, in una parte dell'organismo la cui difesa non è una priorità.

Anche se la psilocibina presente nei funghi fosse comparsa come «accidente metabolico», il fatto che nel corso dell'evoluzione della specie non sia stata eliminata indica che debba aver offerto qualche beneficio. «La mia migliore ipotesi» afferma Beug «è che i funghi produttori della maggior quantità di psilocibina venissero mangiati più degli altri, e quindi le loro spore fossero più ampiamente disseminate».

Mangiati da chi, o da che cosa? E perché? Sappiamo, spiega Beug, che molti animali – per esempio cavalli, bovini e cani – consumano funghi contenenti psilocibina. Pare che alcuni, come le mucche, non risentano dei loro effetti, ma molti altri sembrano godere di un'occasionale alterazione dello stato di coscienza. Beug ha l'incarico di raccogliere le segnalazioni di avvelenamenti da funghi per conto della North American Mycological Association e nel corso degli anni ha letto resoconti di cavalli in trip nei loro recinti, e di cani che «puntavano ai funghi *Psilocybe* e sembravano avere allucinazioni». Sappiamo anche di diverse specie di primati (senza contare la nostra) che traggono piacere dai funghi psichedelici. Presumibilmente, gli animali che apprezzano gli stati alterati della coscienza hanno contribuito a diffondere la psilocibina in lungo e in largo. «Tendenzialmente, sarebbero stati favoriti i ceppi di una

specie produttrice di maggiori (e non di minori) quantità di psilocina e di psilocibina: ceppi che quindi a poco a poco si sarebbero diffusi».

Consumati in piccole dosi, i funghi psichedelici potevano benissimo aumentare la *fitness* degli animali, potenziandone l'acuità sensoriale e forse la concentrazione. Una revisione critica pubblicata nel 2015 sul «Journal of Ethnopharmacology» riportava che in tutto il mondo i membri di diverse tribù danno da mangiare piante psichedeliche ai propri cani per migliorarne l'abilità nella caccia.⁹²

D'altra parte, si penserebbe che gli animali in trip con dosi più elevate di funghi psichedelici debbano trovarsi in netto svantaggio per la sopravvivenza, e senza dubbio molti effettivamente lo sono. In pochi casi particolari, però, gli effetti *possono* avere un qualche valore adattativo: non solo per i singoli individui ma probabilmente anche per il gruppo e addirittura per la specie.

Qui ci avventuriamo in un territorio altamente speculativo e leggermente scivoloso, guidati da Giorgio Samorini, un etnobotanico italiano. In un libro intitolato *Animali che si drogano*, Samorini ipotizza che in periodi di crisi o di rapido cambiamento ambientale il fatto che alcuni individui abbandonino le proprie consuete risposte condizionate, e azzardino qualche comportamento radicalmente nuovo e diverso, può essere utile alla sopravvivenza del gruppo. Proprio come nel caso delle mutazioni genetiche, la maggior parte di queste novità si dimostrerà deleteria e sarà eliminata dalla selezione naturale. Le leggi della probabilità suggeriscono d'altra parte che alcuni nuovi comportamenti potrebbero rivelarsi utili, aiutando l'individuo, il gruppo e forse la specie ad adattarsi ai rapidi cambiamenti in corso nell'ambiente.

Samorini lo chiama «fattore di deschematizzazione».⁹³ Nell'evoluzione di una specie vi sono circostanze in cui i vecchi modelli non sono più utili, mentre le percezioni e i comportamenti potenzialmente innovativi e rivoluzionari, a volte ispirati dagli psichedelici, offrono forse migliori possibilità di adattamento. Possiamo visualizzarla come una fonte di variazione, neurochimicamente indotta, all'interno di una popolazione.

È difficile leggere la bella teoria di Samorini senza pensare alla nostra stessa specie e alle difficili circostanze in cui versiamo oggi. *Homo sapiens* potrebbe essere giunto a uno di quei periodi di crisi

che richiedono una qualche deschematizzazione mentale e comportamentale. Non potrebbe essere proprio per *questo* che la natura ci ha inviato le molecole psichedeliche adesso?

A Paul Stamets un'idea del genere non sembrava minimamente forzata. Mentre eravamo intorno al focolare, con la luce calda sfarfallante sulle nostre facce e la cena che sfrigolava nel tegame, Stamets mi parlò di quello che i funghi gli hanno insegnato sulla natura. Era espansivo, eloquente, grandioso e, a volte, correva decisamente il rischio di rompere i fastidiosi legami con la plausibilità. Ci eravamo fatti qualche birra e, benché non avessimo toccato la nostra piccola scorta di *azzies*, avevamo fumato un po' d'erba. Stamets si dilungò sull'idea della psilocibina come messaggero chimico iniatoci dalla Terra, e su come noi, grazie al dono della coscienza e del linguaggio, siamo stati eletti ad ascoltare il suo richiamo e ad agire prima che sia troppo tardi.

«Le piante e i funghi sono intelligenti, vogliono che noi ci prendiamo cura dell'ambiente, e ce lo comunicano in un modo che noi possiamo capire». Perché noi? «Noi esseri umani siamo gli organismi bipedi più numerosi in circolazione, e quindi alcune piante e alcuni funghi sono particolarmente interessati a ottenere il nostro supporto. Credo che abbiano una coscienza e cerchino costantemente di orientare la nostra evoluzione parlandoci in un linguaggio biochimico. Dovremmo soltanto essere più bravi ad ascoltare».

Questi erano ritornelli che gli avevo sentito ripetere in moltissime interviste e conferenze. «I funghi mi hanno insegnato l'interconnessione di tutte le forme di vita e la matrice molecolare che tutti noi condividiamo» spiegava in un altro. «Io non mi sento più dentro questo involucro di vita umana che si chiama Paul Stamets. Io sono parte del flusso di molecole che scorrono attraverso la natura. Per un certo tempo mi è stata data una voce, mi è stata data una coscienza, ma io sento di essere parte di questo *continuum* di polvere stellare in cui sono nato e al quale tornerò alla fine di questa vita». Stamets somigliava molto ai volontari che incontrai alla Hopkins e che avevano avuto esperienze mistiche complete,

persone il cui senso del sé come individui era stato incorporato in un tutto più ampio – una forma di «coscienza unitiva» che, nel caso di Stamets, lo aveva accolto nella rete della natura, come suo non troppo umile servitore.

«Io credo che gli *Psilocybe* mi abbiano offerto nuove intuizioni che possono consentirmi di contribuire a orientare e accelerare l'evoluzione fungina, così da metterci in condizioni di trovare delle soluzioni ai nostri problemi». Soprattutto in un periodo di crisi ecologica, ipotizza, non possiamo permetterci di aspettare che l'evoluzione, procedendo al suo passo normale, presenti in tempo utile queste soluzioni. Che abbia dunque inizio la deschematizzazione.

Mentre Stamets parlava e parlava io non potevo fare a meno di immaginare il folle dipinto di Alex Grey della scimmia drogata, con i pensieri che volavano fuori dalla testa pelosa, come altrettanti tornado. Moltissimo di quello che Stamets ha da dire si muove sull'orlo di uno strapiombo pericolosamente stretto, in equilibrio tra gli alti voli speculativi dell'autodidatta e i ritornelli ripetuti la sera tardi dal tipo eccentrico e strafatto, che alla fine spediscono a letto chiunque sia a portata d'orecchio. Ma proprio quando stavo cominciando a perdere la pazienza per le sue divagazioni e a sentire il richiamo del mio sacco a pelo da dentro la iurta, lui imboccò una svolta – o forse fui io a farlo – e all'improvviso le sue profezie micologiche mi apparvero in una luce più magnanima.

Il giorno prima, Stamets mi aveva offerto una visita ai laboratori e alle camere di crescita della Fungi Perfecti, l'azienda che fondò appena uscito dal college. Nascosto nella foresta sempreverde a quattro passi da casa sua, il complesso della Fungi Perfecti consiste di una serie di lunghe costruzioni in metallo, bianche, che sembrano capanni Quonset o piccoli hangar. Fuori ci sono pile di trucioli di legno, funghi scartati e mezzi di coltura. Parte degli edifici ospita le camere di coltura dove Stamets coltiva specie commestibili e di interesse medico; altri contengono i suoi laboratori di ricerca, con ambienti puliti e cappe a flusso laminare in cui riproduce i funghi isolati da colture tissutali e conduce i suoi esperimenti. Sulle pareti dello studio sono appesi, incorniciati, diversi suoi brevetti. Quello che osservai in questi edifici, in mezzo al fiume di parole, era un sano

memorandum: per quanto sia un gran chiacchierone, Stamets non è *soltanto* quello. È anche un grande uomo d'azione, un ricercatore e un imprenditore di successo che si serve dei funghi per offrire contributi originali in ambiti straordinariamente vari, dalla medicina e dal recupero ambientale all'agricoltura, alle scienze forestali e perfino alla sicurezza nazionale. Stamets è, di fatto, uno scienziato – benché di un tipo particolare.

Esattamente di che tipo si trattasse non lo capii del tutto fino a qualche settimana dopo, quando mi capitò di leggere una meravigliosa biografia di Alexander von Humboldt, il grandissimo scienziato tedesco (e collega di Goethe) vissuto nel primo Ottocento che rivoluzionò la nostra interpretazione del mondo naturale. Humboldt credeva che solo con i nostri sentimenti, i nostri sensi e la nostra immaginazione – in altre parole con le facoltà della nostra soggettività umana – potremo penetrare i segreti della natura. «Ovunque la natura parla all'uomo con una voce familiare al suo animo».⁹⁴ C'è un ordine, una bellezza, a organizzare il sistema della natura – un sistema che Humboldt, dopo aver brevemente considerato il nome «Gaia», scelse di chiamare «Cosmos»; d'altra parte, quel sistema non ci si sarebbe mai rivelato se non fosse stato per l'immaginazione umana, che naturalmente è di per se stessa un prodotto della natura, cioè di quello stesso sistema che ci permette di comprendere. Per Humboldt, la moderna idea dello scienziato che cerca di osservare la natura con perfetta oggettività, come se lo facesse da un punto di osservazione esterno ad essa, sarebbe stata un anatema. «Io sono identico alla natura».⁹⁵

Se Stamets è uno scienziato, come io credo che sia, è uno scienziato di stampo humboldtiano, il che fa di lui una sorta di atavismo. Non intendo insinuare che il suo contributo sia dello stesso ordine di quello di Humboldt. Anche Stamets, però, è un dilettante nel senso migliore del termine, autodidatta, senza titoli e spensieratamente disposto a violare i confini disciplinari. Anch'egli è un naturalista e un inventore esperto, e vanta al suo attivo diversi brevetti e la scoperta di nuove specie. Anch'egli ascolta la voce della natura, ed è la sua immaginazione – per quanto spesso folle – a consentirgli di vedere dei sistemi, per esempio ciò che accade sotto i nostri piedi in una foresta, dove gli altri non li hanno colti. Sto

pensando, per esempio, all'«internet della Terra», alla «rete neurale della natura» e al «sistema immunitario della foresta»: tre metafore dagli echi romantici contro le quali sarebbe sciocco scommettere.

Quello che mi colpisce, sia di Stamets sia di molti dei cosiddetti scienziati romantici (per esempio Humboldt e Goethe, Joseph Banks, Erasmus Darwin, e io ci inserirei anche Thoreau), è come la natura sembri più viva, nelle loro mani, di quanto sarebbe ben presto diventata in quelle più fredde degli scienziati (una parola coniata solo nel 1834) di professione; questi ultimi, più specializzati, a poco a poco portarono la scienza al coperto, e sempre più spesso osservarono la natura attraverso strumenti che consentivano di scrutarla su scale dimensionali invisibili all'occhio umano. Tutto ciò diede luogo a sottili cambiamenti nell'oggetto di studio – in effetti, lo resero *più* oggetto.

Invece di considerare la natura come un insieme di oggetti discreti, gli scienziati romantici – e tra loro io includo Stamets – vedevano una fitta rete di soggetti, ciascuno dei quali agiva sull'altro nella grande coreografia che avrebbe poi preso il nome di coevoluzione. «Tutto è interazione e reciprocità» diceva Humboldt.⁹⁶ Questi scienziati riuscivano a cogliere la coreografia di quelle soggettività perché si ponevano nella prospettiva della pianta, dell'animale, del microrganismo, e del fungo – prospettive che dipendono tanto dall'immaginazione quanto dall'osservazione.

Sospetto che per noi moderni il salto di immaginazione sia diventato più difficile. La nostra scienza e la nostra tecnologia ci incoraggiano a muovere esattamente nella direzione opposta, spingendoci a trattare la natura e tutte le specie diverse dalla nostra come altrettanti oggetti. Di certo dobbiamo ammettere la potenza pratica di questo approccio che tanto ci ha dato, ma allo stesso tempo dovremmo riconoscerne il prezzo materiale e spirituale. E comunque quella prospettiva più antica e incantata può ancora ripagare, come fa (per citare solo un piccolo esempio) quando permette a Paul Stamets di immaginare che se le api amano visitare le cataste di legna è per autocurarsi sbocconcellando un micelio saprofito che sintetizza proprio il composto antimicrobico di cui l'alveare necessita per sopravvivere: un dono che il fungo scambia

con... con che cosa? Qualcosa che attende ancora di essere immaginato.

Coda

Probabilmente vi chiederete che cosa ne sia stato degli *azzies* che Stamets e io trovammo durante quel weekend. Molti mesi dopo, nel pieno di una settimana estiva trascorsa nella casa del New England dove abitavamo un tempo – un luogo pieno di ricordi –, li mangiai con Judith. Presi due bicchieri, sbriciolai due funghetti in ciascuno di essi, e poi ci versai sopra dell'acqua calda per fare un tè; Stamets mi aveva raccomandato di «cuocere» i funghi per distruggere i composti che possono disturbare lo stomaco. Judith e io bevemmo una mezza tazza per uno, mandando giù sia il liquido, sia i frammenti del fungo. Mentre aspettavamo che la psilocibina salisse, le proposi di fare una passeggiata sulla strada sterrata vicina a casa.

Dopo soltanto una ventina di minuti, però, Judith mi disse che stava «sentendo delle cose», nessuna delle quali piacevole. Non voleva più camminare, mi disse; adesso però distavamo almeno un chilometro e mezzo da casa. Mi disse che la sua mente e il suo corpo sembravano allontanarsi andando alla deriva; e poi aggiunse che la mente le era volata via dalla testa per posarsi sugli alberi, come un uccello o un insetto.

«Devo tornare a casa e sentirmi al sicuro» mi disse, adesso con una certa urgenza. Cercai di rassicurarla mentre rapidamente invertimmo la direzione aumentando il passo. Faceva caldo e l'aria era densa di umidità. Lei disse: «Proprio non mi va di incontrare qualcuno». La rassicurai che non sarebbe successo. Io mi sentivo ancora più o meno me stesso, ma può darsi che il disagio di Judith mi impedisse di sentire i funghi; qualcuno doveva essere pronto ad agire normalmente se un vicino avesse accostato l'auto abbassando il finestrino per fare due chiacchiere, prospettiva che stava rapidamente prendendo le proporzioni di un incubo. In effetti, poco prima di arrivare di nuovo alla nostra casa-base – adesso la percepivamo entrambi così – individuammo il pickup di un vicino

venire verso di noi e, come bambini che l'hanno fatta grossa, ci accucciammo tra gli alberi, finché non passò.

Judith andò dritta al divano del soggiorno, dove si stese con le tende tirate; io invece, visto che ancora non sentivo un granché, andai in cucina a finire la mia tazza di tè ai funghi. Ero un po' preoccupato per Judith, ma una volta arrivata al divano, il suo umore si rasserenò e mi disse che stava bene.

Non riesco a capire il suo desiderio di stare al chiuso. Io uscii e mi sedetti per un po' in veranda, ascoltando i suoni del giardino, che all'improvviso si intensificarono e divennero molto forti, come se qualcuno avesse alzato il volume. L'aria era immobile, ma i suoni sconclusionati degli insetti in volo, e il ronzio digitale dei colibrì, si levarono generando una cacofonia che non avevo mai sentito prima. Cominciò a darmi sui nervi, finché non decisi che sarei stato meglio se avessi considerato piacevoli quei suoni – e, tutt'a un tratto, lo divennero veramente. Sollevei un braccio e poi un piede e, benché non avessi voglia di muovere un muscolo, notai con sollievo di non essere paralizzato.

Ogni volta che chiudevo gli occhi, immagini caotiche irrompevano come se l'interno delle mie palpebre fosse stato uno schermo. I miei appunti registrano: *Motivi frattali, tunnel che si tuffano nel fogliame, rampicanti come liane formano reti*. Quando cominciai a sentirmi salire il panico per il mancato controllo sul campo visivo, scoprii che per ripristinare un senso di semi-normalità non dovevo far altro che aprire gli occhi. Aprire o chiudere gli occhi era un po' come cambiare canale. Pensai «Sto imparando a gestire questa esperienza».

Nel corso di quel pomeriggio d'agosto molto accadde o sembrò accadere; qui però voglio concentrarmi soltanto su un elemento di quell'esperienza, perché ha a che fare con gli interrogativi che, almeno per me, la psilocibina sembra sollevare a proposito della natura e del posto che noi occupiamo in essa. Decisi che volevo uscire a piedi, e andare nel posto dove scrivo, una piccola struttura che mi ero costruito io stesso venticinque anni fa, in quella che è adesso un'altra vita, e che contiene moltissimi ricordi. In quella piccola stanza – seduto davanti a una grande finestra che dava su uno stagno e sul giardino di casa nostra – avevo scritto due libri e mezzo (compreso quello in cui parlo della sua stessa costruzione).

Tuttavia, ero ancora vagamente preoccupato per Judith, e quindi, prima di vagabondare allontanandomi troppo da casa, rientrai a controllare. Era distesa sul divano, con un panno freddo bagnato sugli occhi. Stava bene. «Sto avendo queste interessantissime visioni» mi disse: qualcosa che aveva a che fare con le macchie sul tavolino che prendevano vita, vorticando, trasformandosi e sollevandosi dalla superficie in un modo irresistibile. Chiari di voler essere lasciata in pace per sprofondare sempre più in quelle immagini – Judith è una pittrice. Mi venne in mente l'espressione «gioco parallelo»: per il resto del pomeriggio, quello sarebbe stato.

Uscii, sentendomi instabile come avessi avuto gambe di gomma. Il giardino risuonava di attività, le libellule tracciavano complicati disegni in aria, i semi della *Macleaya cordata* producevano, mentre passavo loro vicino, un crepitio simile a quello dei serpenti a sonagli, la flox profumava l'aria con la sua dolce intensa fragranza, e l'aria stessa era così palpabilmente densa che doveva essere guadata. Durante l'attraversamento del giardino la parola *poignance* – pathos, intensità emotiva – mi assalì insieme al suo significato, e sarebbe poi riaffiorata più tardi. Forse perché non abitiamo più qui, e questo giardino – dove trascorremmo tante estati, prima come una coppia e poi come una famiglia, e che allora sembrava così intensamente *presente* – adesso apparteneva, di fatto, a un passato irrecuperabile. Era come se un ricordo prezioso non fosse stato soltanto richiamato alla memoria, ma fosse effettivamente tornato alla vita, in una reincarnazione al tempo stesso magnifica e crudele. Straziante era anche la fugacità di questo momento nel tempo, la maturità d'un giardino del New England alla fine di agosto, proprio sul punto di svoltare l'angolo della stagione. Come una notte senza nubi prima dell'alba, ben presto e senza avvertimento, suoni, fiori e profumi sarebbero finiti, con l'arrivo del gelo letale. Mi sentivo emotivamente esposto, senza difese.

Quando alla fine arrivai allo studio, mi stesi sul divano letto: una cosa che non avevo mai avuto il tempo di fare in tutti gli anni in cui avevo lavorato lì tanto alacramente. Gli scaffali della libreria erano stati svuotati, e il luogo aveva un'aria abbandonata e un po' triste. Da dove mi trovavo disteso, potevo vedere, sopra le dita dei miei piedi, la zanzariera e, al di là di quella, il graticcio di un pergolato

strettamente intrecciato con quella che ormai era una vecchia, veneranda ortensia rampicante, una *Hydrangea petiolaris*. L'avevo piantata decenni prima, nella speranza di creare proprio quel genere di veduta, intricata e avviluppata. Mentre la luce del sole del tardo pomeriggio la illuminava da dietro riversandosi dentro, le sue belle foglie rotonde riempivano completamente lo spazio della finestra, così che io guardavo fuori sul mondo attraverso una sorta di fresca garza verde. Mi sembrava che fossero le foglie più belle che avessi mai visto. Era come se stessero emanando una loro propria luminosità verde e soffusa. Guardar fuori sul mondo, per così dire, attraverso i loro occhi, sembrava una specie di privilegio: come se le foglie bevessero gli ultimi sorsi di luce solare, trasformando quei fotoni in nuova materia. *La prospettiva della pianta sul mondo* – ecco cos'era, e sul serio! Ma le foglie mi restituivano anche lo sguardo, fissandomi con quella loro espressione perfettamente benevola. Potevo percepire la loro curiosità e quello che, ne ero certo, era un atteggiamento di completa benevolenza verso di me e il mio genere. (Devo dire che so bene quanto tutto questo suoni folle? Sì!).

Mi sentivo come se fossi entrato per la prima volta in stretto contatto con una pianta; e come se certe idee, che avevo da tempo pensato e sulle quali avevo scritto – idee che avevano a che fare con la soggettività di altre specie e sul modo (che noi siamo troppo autoreferenziali per apprezzare) in cui esse agiscono su di noi –, avessero assunto la concretezza del sentimento e della realtà. Io guardavo, attraverso gli spazi negativi formati dalle foglie dell'ortensia, l'acero rosso in mezzo al prato che si estendeva più oltre: anch'esso ora più vivo di quanto avessi mai saputo potesse essere vivo un albero, come fosse permeato da uno spirito, anche questo benigno. L'idea che ci fosse mai stata frizione tra materia e spirito sembrava assurda, e percepivo che, qualsiasi cosa fosse, ciò che di solito mi divideva dal mondo là fuori aveva cominciato a disintegrarsi. Non completamente, però: le fortificazioni dell'ego non erano cadute; la mia non era quella che i ricercatori chiamerebbero un'esperienza mistica «completa»: infatti mantenevo comunque il senso di un io che osservava. Le porte e le finestre della percezione erano tuttavia spalancate, e stavano accogliendo il mondo con la

miriade delle sue personalità non umane in una misura superiore a quanto avessi mai sperimentato prima.

Rinfrancato da questo sviluppo, mi misi a sedere e guardai fuori, sopra la mia scrivania, dalla grande finestra affacciata sul retro, verso la casa. Nello stabilire la posizione dell'edificio, avevo attentamente inquadrato la vista tra due alberi venerandi, molto vecchi, un frassino imperturbabilmente verticale a destra, e una quercia bianca, elegantemente arcuata e dai rami intricati, sulla sinistra. Il frassino aveva conosciuto giorni migliori: le tempeste avevano spezzato diversi rami importanti, sconvolgendone la simmetria e lasciando qualche moncone irregolare. La quercia era un po' più sana, in piena vegetazione, con i rami rivolti verso l'alto e protesi al cielo come gli arti d'una ballerina. Il tronco principale, che era sempre stato precariamente inclinato su un lato, adesso però mi preoccupava: a livello del suolo, una parte di esso era marcita e per la prima volta era possibile guardarci attraverso e vedere la luce. Come faceva a stare ancora in piedi?

Mentre osservavo i due alberi che tante volte avevo guardato dal mio scrittoio, all'improvviso pensai che – ovviamente! – fossero i miei genitori: l'imperturbabile frassino mio padre, l'elegante quercia bianca mia madre. Non so esattamente che cosa intendessi con questo, salvo che adesso pensare a quegli alberi divenne identico a pensare ai miei genitori, che erano completamente e indelebilmente presenti in essi. Così pensai a tutto quello che mi avevano donato, e a tutto quello che il tempo aveva fatto loro, e a quello che sarebbe successo a questo scenario, a questo luogo (*a questo me!*), quando alla fine sarebbero caduti, cosa che prima o poi sarebbe successa. Il fatto che i genitori muoiano non è esattamente un'epifania, ma quella prospettiva, non più remota o astratta, mi trafisse più a fondo di quanto avesse mai fatto, e io rimasi ancora una volta disarmato dal pervasivo senso di pathos che non m'aveva mai lasciato durante tutto il pomeriggio. D'altra parte, dovevo ancora avere *un minimo* di buon senso, perché mi annotai per l'indomani di chiamare l'arborista; forse si poteva fare qualcosa per ridurre il peso della porzione inclinata della quercia, così da impedirle di schiantarsi, anche se soltanto per un po' di tempo.

La mia passeggiata di ritorno a casa coincise, credo, con il picco dell'esperienza, e adesso mi torna in mente con i colori e i toni di un sogno. C'era ancora la sensazione di spingere il mio corpo attraverso una massa d'aria addolcita dalla flox e quasi freneticamente brulicante di attività. Le libellule, grandi come uccelli, erano adesso mobilitate in massa, si posavano quel tanto che bastava a baciare i fiori della flox per poi decollare, e incrociare follemente sul vialetto del giardino. C'erano più libellule di quante ne avessi mai viste in un unico luogo, così numerose che in effetti non ero del tutto sicuro fossero reali (in seguito, quando riuscii a farla uscire all'aperto, Judith mi confermò l'avvistamento). E mentre eseguivano le loro acrobazie in volo, si lasciavano dietro nell'aria scie persistenti, o almeno così sembrava. Ora si stava avvicinando il crepuscolo, e in giardino il traffico aereo era aumentato in uno sfrenato crescendo; gli impollinatori facevano gli ultimi giri della giornata, le piante continuavano a lanciar loro richiami con i fiori; *io, io, io!* In un certo senso conoscevo bene quella scena – il giardino che torna brevemente alla vita quando il calore d'una giornata d'estate si smorza –, ma non mi ero mai sentito a tal punto parte di esso. Non ero più l'osservatore umano alienato che guarda il giardino a distanza, letterale o figurata che sia; piuttosto, mi sentivo parte integrante di tutto quello che stava accadendo lì. I fiori per esempio si stavano rivolgendo a me non meno che agli impollinatori e – forse perché l'aria stessa di quel pomeriggio era una presenza così sentita – il consueto senso del sé, come d'un soggetto che osserva oggetti nello spazio (oggetti messi in rilievo e resi distinti dall'apparente vuoto che li circonda), lasciava il passo alla sensazione di essere parte di quella scena e completamente implicato in essa: una creatura in rapporto con la miriade delle altre e con il tutto.

«Tutto è interazione e reciprocità» scriveva Humboldt, e sembrava proprio così, come pure questo: «Io sono identico alla natura» – la prima volta che io riesca a ricordare d'aver provato una cosa simile.

Onestamente, non so che cosa pensare di questa esperienza. Guardandola in una certa luce e in certi momenti, mi sento come se avessi avuto una sorta di esperienza spirituale. Avevo percepito la personalità di altri esseri come mai prima d'allora; di qualsiasi cosa

si trattasse, ciò che ci impedisce di sentire la nostra completa implicazione nella natura era stato temporaneamente sospeso. Inoltre, sentivo che c'era stata anche un'apertura del cuore: verso i miei genitori, sì, e anche verso Judith – ma pure, stranamente, nei confronti di alcune delle piante, degli alberi, degli uccelli e perfino dei maledetti insetti presenti nella nostra proprietà. Parte di tale apertura è rimasta. Adesso ci ripenso come a un'esperienza di meraviglia e immanenza.

Il fatto che questa trasformazione del mio mondo familiare in qualcosa che posso descrivere soltanto come numinoso fosse stata indotta dall'aver mangiato un funghetto marrone che Stamets e io avevamo trovato sul limitare di un'area di sosta, in un parco sulla costa del Pacifico, be' – quel fatto può essere considerato in due modi: o come un'ulteriore meraviglia, o come un elemento a sostegno di un'interpretazione più prosaica e materialista di quanto mi accadde in quel pomeriggio di agosto. Secondo questa interpretazione, io avevo avuto «un'esperienza di droga» pura e semplice. S'era trattato di un sogno ad occhi aperti interessante e piacevole ma che non significava nulla. Nel mio cervello, la psilocina contenuta in quel fungo aveva sbloccato i recettori 2A della 5-idrossitriptamina, facendoli scaricare all'impazzata e innescando una cascata di eventi mentali disordinati che, tra l'altro, permisero ad alcuni pensieri e sentimenti – presumibilmente provenienti dal mio subconscio (e, forse, anche dalle mie letture) – di entrare in connessione con la mia corteccia visiva mentre essa stava elaborando immagini di alberi, piante e insetti nel mio campo visivo.

Non proprio un'allucinazione; probabilmente il termine psicologico per questo fenomeno è «proiezione» ed è riferito a quando mescoliamo le nostre emozioni con certi oggetti, i quali poi riflettono verso di noi quei sentimenti come se irradiassero significato. T.S. Eliot chiamava questi oggetti e queste situazioni «correlativi oggettivi» dell'emozione umana. Emerson aveva in mente un fenomeno simile quando disse che «La natura indossa sempre i colori dello spirito»,⁹⁷ insinuando che è la nostra mente a rivestirla di tali significati.

Sono colpito dal fatto che nelle mie percezioni amplificate di quel pomeriggio non ci fu nulla di soprannaturale, nulla la cui spiegazione

rendesse necessaria un'idea di magico o di divino. No, tutto quel che occorreva era un'altra percezione della stessa vecchia realtà, da una diversa prospettiva; una lente, o una modalità di coscienza, che non inventasse nulla ma semplicemente (semplicemente!) enfatizzasse la prosa dell'esperienza ordinaria, svelando la meraviglia sempre presente, ma nascosta in piena vista, in un giardino o in un bosco – un'altra forma di coscienza separata, come disse William James, «dal più trasparente degli schermi».⁹⁸ Di fatto, la natura brulica di soggettività – chiamateli spiriti se volete – diverse dalla nostra; è solo l'ego umano, con il suo immaginario monopolio sulla soggettività, che ci impedisce di riconoscerli tutti, come nostri parenti e amici. In questo senso, direi che Paul Stamets ha ragione quando pensa che i funghi stiano recapitandoci messaggi da parte della natura, o che almeno ci stiano aiutando ad aprirli e a leggerli.

Prima di quel pomeriggio avevo sempre dato per scontato che l'accesso a una dimensione spirituale dipendesse dalla propria accettazione del soprannaturale – di Dio, di un aldilà –, ma adesso non ne sono più tanto sicuro. L'aldilà, quale che sia, potrebbe non essere assolutamente così remoto o inaccessibile come pensiamo. Huston Smith, lo studioso di religioni, una volta descrisse un «essere realizzato» spiritualmente semplicemente come una persona con «un senso profondo del sorprendente mistero del tutto».⁹⁹ Non è necessario che compaia la fede. Può darsi che trovarsi in un giardino e provare un senso di sbigottimento o meraviglia al cospetto di un mistero sorprendente non sia nulla più che il recupero di una prospettiva smarrita, forse il punto di vista d'un bambino; può darsi che quella prospettiva sia riacquistata grazie a una modificazione neurochimica tale da disabilitare i filtri (della convenzione, dell'ego) che in condizioni ordinarie ci impediscono di vedere quanto abbiamo di fronte – come quelle bellissime foglie. Non lo so. Ma se quei frammenti di fungo essiccato mi hanno insegnato qualcosa, è che esistono, e sono accessibili, altre forme di coscienza più strane; e per citare ancora William James la loro stessa esistenza – quale che sia il loro significato – «vieta una prematura chiusura dei conti che dobbiamo rendere alla realtà».¹⁰⁰

Con la mente aperta e fatto di funghi: ecco com'ero, adesso, pronto a riaprire i miei conti con la realtà.

3
STORIA
LA PRIMA ONDATA

Quando a metà degli anni Sessanta le autorità federali punirono con mano pesante Timothy Leary, colpendolo con una condanna a trent'anni per aver cercato, nel 1966, di portare una piccola quantità di marijuana oltre il confine in Texas, a Laredo,¹⁰¹ l'ex professore di psicologia sotto attacco si rivolse a Marshall McLuhan per qualche consiglio.¹⁰² Il paese era alle prese con il panico morale nei confronti dell'LSD, una reazione ispirata non marginalmente dalla promozione delle sostanze psichedeliche quale mezzo di trasformazione personale e culturale ad opera dello stesso Leary, e dalla sua esortazione ai giovani americani a «turn on, tune in, drop out»: accendersi, sintonizzarsi, lasciarsi andare. Per quanto oggi queste parole suonino alle nostre orecchie datate e strampalate, ci fu un momento in cui vennero trattate come una minaccia credibile all'ordine sociale: un invito ai figli d'America non solo a prendere droghe in grado di alterare la mente, ma a rifiutare la via aperta per loro dai genitori e dal governo – compresa quella che portava i giovani maschi in Vietnam. Sempre nel 1966 Leary fu chiamato a difendere il suo famigerato slogan davanti a una commissione del senato statunitense, cosa che – benché in modo non molto persuasivo – cercò di fare con coraggio.¹⁰³ Nel mezzo della tempesta che infuriava intorno a lui a livello nazionale – tempesta, questo va detto, che a lui non dispiaceva affatto – Leary incontrò Marshall McLuhan a pranzo, al Plaza Hotel di New York: il guru dell'LSD era convinto che il guru dei media potesse avere per lui qualche suggerimento su come gestire al meglio il pubblico e la stampa.

«I tribunali e le squallide udienze in senato non sono le piattaforme adatte al tuo messaggio, Tim» lo consigliò McLuhan in una conversazione che Leary racconta in *Flashbacks*, una delle sue numerose autobiografie (Leary ne scriveva una nuova ogni volta che spese legali e assegni di mantenimento minacciavano di prosciugargli il conto in banca).¹⁰⁴ «Per dissipare la paura devi usare la tua immagine pubblica. Sei tu il promotore più importante del

prodotto». A questo punto, naturalmente, il prodotto era l'LSD. «Ogni volta che ti fotografano, tu sorridi. Saluta con la mano, in modo rassicurante. Emana coraggio. Non lamentarti mai, non sembrare rabbioso. Va benissimo se appari esuberante ed eccentrico. In fondo, sei un professore. Ma la pubblicità migliore è un atteggiamento sicuro di te. Devi essere conosciuto per il tuo sorriso».

Leary prese molto sul serio il consiglio di McLuhan. Praticamente in tutte le molte migliaia di fotografie che gli furono scattate dopo quel pranzo si assicurò di offrire all'obbiettivo il dono del suo sorriso più accattivante. Non importa se stava entrando o uscendo da un tribunale, se si stava rivolgendo a una folla di giovani ammiratori vestito di bianco e indossando collane di perline, se lo stavano spingendo in un'auto di pattuglia dopo averlo ammanettato, o se era seduto sul bordo del letto di John e Yoko in una stanza d'albergo di Montreal: Timothy Leary riusciva sempre a imbastire per i fotografi un sorriso luminoso e un gesto di saluto spensierato.

E così la figura carismatica di Timothy Leary incombe, sempre sorridente, sulla storia delle sostanze psichedeliche in America; d'altra parte non occorrono molte ore in biblioteca per cominciare a chiedersi se non incomba forse *un po'troppo* in quella storia, o almeno nell'interpretazione popolare che siamo soliti darle. Di certo non ero il solo a dare per scontato che l'Harvard Psilocybin Project – da lui lanciato nell'autunno del 1960, subito dopo la sua prima esperienza messicana con la psilocibina, un'esperienza che gli cambiò la vita – avesse rappresentato l'inizio della ricerca accademica seria su queste sostanze, o che il suo licenziamento da Harvard nel 1963 avesse segnato la fine di quella ricerca. In realtà, però, nessuna delle due affermazioni è nemmeno lontanamente vera.

Leary ebbe una parte importante nella storia moderna degli psichedelici, ma il suo non è assolutamente il ruolo pionieristico che lui stesso si attribuiva. Il suo successo nell'orientare la narrazione popolare sugli psichedelici negli anni Sessanta nasconde non meno di quanto riveli, creando una sorta di campo di distorsione della realtà che rende difficile vedere tutto quello che accadde prima e dopo il suo gran momento sulla scena.

In un racconto più veritiero, l'Harvard Psilocybin Project apparirebbe più simile all'inizio del declino d'un periodo di ricerca straordinariamente fertile e promettente, dispiegatosi nel decennio precedente lontano da Cambridge – in luoghi distanti come il Saskatchewan, Vancouver, la California e l'Inghilterra – e, ovunque, con molto meno chiasso, veemenza e zavorra controculturale. La figura leggendaria di Leary ha anche nascosto alla vista il ruolo di un gruppo di scienziati impegnati ma poco conosciuti e di dilettanti appassionati, i quali – molto prima che lui avesse mai provato la psilocibina o l'LSD – svilupparono il quadro concettuale per comprendere queste insolite sostanze chimiche e misero a punto i protocolli terapeutici per utilizzarle in un contesto clinico. Alla fine, molti di quei ricercatori assistettero costernati mentre Leary (con le sue «buffonate», come i critici immancabilmente definivano le sue trovate e le sue dichiarazioni), innescava quello che sarebbe diventato un pubblico falò di tutte le conoscenze e le esperienze da loro faticosamente conquistate.

Raccontando la moderna storia degli psichedelici, voglio lasciare da parte la saga di Leary, almeno fino al momento del disastro in cui va giustamente collocata, per vedere se non sia possibile recuperare parte delle conoscenze e dell'esperienza che la produssero senza farla passare attraverso il prisma degli «psichedelici anni Sessanta» – un prisma capace di deflettere la luce. Nel farlo, sto seguendo le orme di diversi ricercatori dell'attuale generazione, i quali, a partire dalla fine degli anni Novanta, si accinsero a dissotterrare le rovine intellettuali di quella prima fioritura di ricerca su LSD e psilocibina, e rimasero sbalorditi da ciò che trovarono.

Stephen Ross è uno di loro: psichiatra, si stava specializzando sulle dipendenze al Bellevue Hospital, e dirigeva una sperimentazione della NYU – sulla quale tornerò in seguito – riguardante l'uso degli psichedelici nel trattamento della sofferenza esistenziale dei pazienti oncologici; da allora si è interessato anche al trattamento con queste sostanze delle persone con dipendenza dall'alcol, forse l'area di ricerca clinica più promettente negli anni Cinquanta. Quando diversi anni fa un collega della NYU accennò a Ross che in passato l'LSD era stata usata per trattare migliaia di alcolizzati in Canada e negli Stati Uniti (e che negli anni Cinquanta

Bill Wilson, il fondatore degli Alcolisti Anonimi, aveva cercato di introdurre la terapia con LSD nella prassi dell'AA), Ross, all'epoca non ancora quarantenne, fece qualche ricerca e rimase «esterrefatto» – come esperto del trattamento dell'alcolismo – nel constatare tutto quello che ignorava e non gli era mai stato detto. Il suo campo di studi aveva una storia segreta.

«Mi sentii un po' come un archeologo, intento com'ero a dissotterrare un corpus di conoscenze completamente sepolto. A partire dai primi anni Cinquanta gli psichedelici erano stati usati per trattare tutta una gamma di condizioni» comprese le dipendenze, la depressione, il disturbo ossessivo-compulsivo, la schizofrenia, l'autismo e l'ansia dei malati terminali. «Alle ricerche avevano partecipato quarantamila persone, e gli articoli pubblicati erano più di mille! L'American Psychiatric Association aveva dedicato interi convegni all'LSD, questa nuova sostanza miracolosa». In effetti, tra il 1950 e il 1965, furono tenuti sei convegni scientifici internazionali sugli psichedelici. «Alcune delle menti migliori nella psichiatria avevano studiato seriamente questi composti nel contesto di modelli terapeutici, avvalendosi di finanziamenti governativi». Tuttavia, a metà degli anni Sessanta, dopo la rivolta della cultura e dell'*establishment* psichiatrico contro gli psichedelici, un intero corpus di conoscenze venne di fatto cancellato, come se tutta quella ricerca e quell'esperienza clinica non avessero mai avuto luogo. «Quando io entrai alla facoltà di medicina, negli anni Novanta, nessuno più neanche ne parlava».

Nel 1950, quando l'LSD irruppe sulla scena della psichiatria, gli effetti che produceva nei pazienti (e anche nei ricercatori, che la provavano abitualmente su se stessi) erano talmente nuovi e bizzarri che per quasi un decennio gli scienziati lottarono cercando di capire che cosa fossero, o che cosa significassero, quelle esperienze straordinarie. In che modo, esattamente, questa nuova molecola si inseriva nelle prassi diffuse della psichiatria e della psicoterapia e nei paradigmi esistenti per la comprensione della mente – mente che era in grado di alterare? Per oltre dieci anni su questi temi proseguì un vivace dibattito. Quello che al tempo non si sapeva è che dal

1953 la CIA stava conducendo le proprie ricerche (segrete) sugli psichedelici, affrontando problemi di interpretazione e applicazione simili: era più corretto considerare l'LSD un potenziale siero della verità, un agente per il controllo della mente, o ancora un'arma chimica?

Il primo trip in assoluto con l'LSD, e l'unico intrapreso senza aspettative di sorta, fu quello di Albert Hofmann nel 1943. Benché fosse rimasto nell'incertezza d'aver avuto un'esperienza di follia o di trascendenza, Hofmann capì immediatamente la potenziale importanza di questo composto per la neurologia e la psichiatria. E così la Sandoz, la casa farmaceutica per la quale lavorava all'epoca della scoperta, fece qualcosa di insolito: promosse uno sforzo a livello mondiale, una sorta di *crowdsourcing*, per scoprire a che cosa potesse servire il Delysid, il nome commerciale dell'LSD-25. Nella speranza che qualcuno, da qualche parte, s'imbattesse in un'applicazione commerciale per il suo nuovo composto dalla potenza inquietante, la Sandoz si offrì di fornire gratuitamente tutta l'LSD necessaria a qualsiasi ricercatore, dando del termine «ricercatore» una definizione abbastanza generosa da includere qualsiasi terapeuta si impegnasse a mettere nero su bianco le proprie osservazioni cliniche. La politica aziendale rimase per lo più immodificata dal 1949 al 1966, e fu in larga parte responsabile dell'avvio della prima ondata di ricerca sugli psichedelici: ondata che poi s'infranse nel 1966, quando, allarmata per la controversia scoppiata sul suo farmaco sperimentale, la Sandoz ritirò improvvisamente il Delysid dalla circolazione.

Quali conoscenze furono dunque acquisite nel corso di quel periodo di indagine libero e fecondo? La domanda è semplice: eppure la risposta è resa complicata dalla natura stessa di queste sostanze, che semplice non è affatto. Come direbbe un teorico, l'esperienza psichedelica è altamente «costruita». Se ti dicono che avrai un'esperienza spirituale, ci sono buone probabilità che l'avrai; e allo stesso modo, se ti dicono che la droga ti spingerà temporaneamente alla follia, ti farà incontrare l'inconscio collettivo, ti darà accesso alla «coscienza cosmica», o ancora che ti porterà a rivisitare il trauma della tua nascita, c'è una buona probabilità che avrai esattamente quel tipo di esperienza.

Gli psicologi chiamano queste profezie che si autoadempiono «effetti dell'aspettativa», particolarmente potenti nel caso degli psichedelici. Così, per esempio, se avete letto *Le porte della percezione* di Aldous Huxley, uscito nel 1954, la vostra esperienza psichedelica è stata probabilmente influenzata dal misticismo dell'autore e, specificamente, dal misticismo orientale cui Huxley era incline. In verità, anche se non avete *mai* letto Huxley, la sua costruzione dell'esperienza ha probabilmente influenzato la vostra, perché dal 1954 in poi quell'atmosfera orientale avrebbe finito per caratterizzare l'esperienza dell'LSD: basti pensare, per esempio, alla canzone dei Beatles *Tomorrow Never Knows* (Leary avrebbe raccolto questo orientalismo psichedelico da Huxley e poi l'avrebbe enormemente amplificato quando scrisse, insieme ai suoi colleghi di Harvard, un manuale dell'esperienza psichedelica, un bestseller, basato sul *Libro tibetano dei morti*). A complicare ancor più la storia aggiungendo un ulteriore livello di feedback, Huxley era stato ispirato a provare gli psichedelici e a scriverne da uno scienziato, il quale gli diede la mescalina con l'esplicita speranza che le descrizioni e le metafore d'un grande scrittore aiutassero lui e i suoi colleghi a capire un'esperienza che stavano cercando di interpretare non senza difficoltà. E dunque: Aldous Huxley «capì» la moderna esperienza psichedelica oppure, in un certo senso, la inventò?

Questa galleria di specchi epistemologici fu soltanto una delle molte difficoltà che i ricercatori desiderosi di introdurre l'LSD nel campo della psichiatria e della psicoterapia si trovarono ad affrontare: la terapia psichedelica poteva sembrare più simile allo sciamanesimo o alla guarigione con la fede, che non alla medicina. Un altro problema era l'irrazionale esuberanza che sembrava contagiare ogni ricercatore coinvolto con l'LSD, un entusiasmo che poteva migliorare i risultati dei loro esperimenti nello stesso momento in cui alimentava anche lo scetticismo dei colleghi che non assumevano psichedelici. Una terza sfida fu poi quella di provare a collocare queste sostanze – ammesso che fosse davvero possibile farlo – nelle strutture preesistenti della scienza e della psichiatria. Come si fa una sperimentazione controllata con uno psichedelico? Come si fa a mantenere in cieco pazienti e sperimentatori clinici, o a controllare il potente effetto dell'aspettativa? Quando nell'esperienza

del paziente il *set* e il *setting* hanno un ruolo tanto importante, come si può sperare di isolare un'unica variabile o di mettere a punto un'applicazione terapeutica?

Parte prima: la promessa

Al principio le sostanze in questione non erano chiamate «psichedelici»: quel termine fu introdotto soltanto nel 1957. Proprio come la Sandoz non poteva immaginare che cosa avesse per le mani con l'LSD, i ricercatori che la utilizzavano nelle sperimentazioni non sapevano come chiamarla. Nel corso degli anni Cinquanta, mentre la nostra comprensione delle molecole e della loro azione evolveva, questa classe di composti chimici andò incontro a una serie di cambiamenti di nome, ognuno dei quali rifletteva uno spostamento nell'interpretazione – o forse era una costruzione? – di ciò che queste molecole, strane e potenti, significavano e facevano.

Il primo nome probabilmente fu il meno elegante: a partire dal 1950, quando l'LSD era stata messa da poco a disposizione dei ricercatori, il composto era noto come psicotomimetico, cioè «farmaco che mima le psicosi». Questa fu l'interpretazione più ovvia e parsimoniosa degli effetti di uno psichedelico. Osservate dall'esterno, le persone che ricevevano una dose di LSD e, in seguito, di psilocibina, esibivano molti dei segni d'una temporanea psicosi. I primi ricercatori descrissero nei loro volontari una gamma di sintomi inquietanti, compresa la depersonalizzazione, la perdita dei confini dell'ego, una distorsione dell'immagine corporea, sinestesia (vedere suoni o udire scene visive), labilità emotiva, risate sciocche e pianti, distorsioni del senso del tempo, delirium, allucinazioni, deliri paranoici e, come disse uno scrittore, «un allettante senso del prodigioso».¹⁰⁵ Quando i ricercatori somministravano ai volontari sotto l'effetto dell'LSD test psichiatrici standardizzati – come quello con le macchie d'inchiostro di Rorschach o come il Minnesota Multiphasic Personality Inventory –, i risultati rispecchiavano quelli dei soggetti psicotici e, in particolare, degli schizofrenici. Con l'LSD i volontari sembravano perdere la testa.

Questo suggerì ad alcuni ricercatori che l'LSD fosse uno strumento promettente per comprendere le psicosi, e all'inizio fu proprio così che la Sandoz presentò il Delysid al mercato farmaceutico. Benché forse non curasse nulla, la somiglianza dei suoi effetti con i sintomi della schizofrenia indicava che il disturbo mentale potesse avere una base chimica e che l'LSD fosse in qualche modo in grado di fare luce su di essa. Il farmaco prometteva ai medici di aiutarli a comprendere i pazienti schizofrenici e a empatizzare con loro. Questo, ovviamente, implicava che essi stessi lo prendessero – cosa che oggi ci sembra strana, perfino scandalosa; ma prima del 1962, quando poi il Congresso approvò una legge che conferiva all'FDA l'autorità di regolamentare i nuovi farmaci «sperimentali», questa era in effetti una prassi comune. Anzi: era considerata la cosa etica da farsi, perché per un ricercatore *non* prendere il farmaco equivaleva a trattare i pazienti da cavie. Humphrey Osmond scrisse che la straordinaria promessa dell'LSD consisteva nel mettere il terapeuta che l'assumeva in condizione di «penetrare nella malattia e di vedere con gli occhi di un folle, udire con le sue orecchie, e sentire con la sua pelle».¹⁰⁶

Nato nel 1947 nel Surrey, in Inghilterra, Osmond è una figura poco conosciuta ma di importanza fondamentale nella storia della ricerca sugli psichedelici:¹⁰⁷ probabilmente ha contribuito più di qualunque altro ricercatore alla nostra comprensione di questi composti e del loro potenziale terapeutico. Negli anni successivi alla seconda guerra mondiale Osmond, un uomo alto e smilzo dai denti irregolari, si stava specializzando in psichiatria al St George Hospital di Londra; fu allora che un collega di nome John Smythies lo introdusse a un corpus, allora poco conosciuto, di letteratura medica sulla mescalina.¹⁰⁸ Dopo aver appreso che essa induceva allucinazioni molto simili a quelle riportate dagli schizofrenici, i due ricercatori cominciarono a esplorare l'idea che la malattia fosse causata da uno squilibrio chimico a livello cerebrale.¹⁰⁹ In un'epoca in cui il ruolo della chimica cerebrale nella malattia mentale non era stato ancora definito, si trattava di un'ipotesi rivoluzionaria. I due psichiatri avevano osservato che la struttura molecolare della mescalina ricordava da vicino quella dell'adrenalina. La schizofrenia non poteva forse derivare da qualche tipo di disfunzione nel

metabolismo del neurotrasmettitore, che lo trasformava in un composto responsabile della frattura schizofrenica con la realtà?

No, come sarebbe emerso poi, non poteva. Fu però ugualmente un'ipotesi produttiva, e la ricerca di Osmond sulle basi biochimiche della malattia mentale contribuì, negli anni Cinquanta, all'ascesa della neurochimica.¹¹⁰ La ricerca sull'LSD avrebbe dato un importante impulso al campo di studi nascente. Il fatto che un numero così infinitesimamente piccolo di molecole di LSD potesse esercitare un effetto tanto profondo sulla mente era un indizio importante: suggeriva che un sistema di neurotrasmettitori, con recettori specifici, potesse avere un ruolo nell'organizzare la nostra esperienza mentale. Questa intuizione condusse infine alla scoperta della serotonina e alla classe di antidepressivi noti come SSRI (*Selective Serotonine Re-Uptake Inhibitors*, inibitori selettivi della ricaptazione della serotonina).

Le autorità del St George Hospital negarono tuttavia il proprio sostegno alla ricerca di Osmond sulla mescalina: frustrato, il giovane medico andò in cerca di un'istituzione più disponibile dove condurre i suoi studi. La trovò – tra tutti i luoghi possibili – nel Canada occidentale, precisamente nella provincia del Saskatchewan. A partire dalla metà degli anni Quaranta il governo di sinistra della provincia aveva avviato diverse riforme radicali nella politica sociale, compreso il primo sistema nazionale di assistenza sanitaria sostenuto con fondi pubblici (che poi divenne il modello del sistema che il Canada avrebbe adottato nel 1966). Nella speranza di fare del Saskatchewan un centro di ricerca medica all'avanguardia, il governo offriva generosi finanziamenti e un raro grado di libertà, in modo da attirare i ricercatori nelle distese gelate delle praterie canadesi. Dopo aver risposto a un annuncio su «Lancet», Osmond ricevette un invito dal governo provinciale a trasferirsi con la famiglia e il suo innovativo progetto di ricerca nella remota comunità rurale di Weyburn, un'ottantina di chilometri a nord del confine con il North Dakota. Il Saskatchewan Mental Hospital di Weyburn sarebbe ben presto diventato il più importante centro di ricerca a livello mondiale sugli psichedelici – o piuttosto, sulla classe di composti ancora nota come «psicotomimetici».¹¹¹

Quel paradigma ancora dominava il pensiero di Osmond e del suo nuovo collega e direttore di ricerca, uno psichiatra canadese di nome Abram Hoffer, che aveva idee simili alle sue. I due cominciarono a condurre esperimenti utilizzando una fornitura di LSD-25 ottenuta dalla Sandoz. Il modello degli psicotomimetici venne presentato al pubblico generale nel 1953, quando la popolare rivista canadese «Maclean's» pubblicò la sconvolgente descrizione dell'esperienza di un giornalista, intitolata *My 12 Hours as a Madman*, le mie dodici ore da folle.¹¹²

Sidney Katz fu il primo «civile» a partecipare a uno degli esperimenti condotti con l'LSD da Osmond e Hoffer all'ospedale di Weyburn. Katz era stato indotto ad aspettarsi la follia, e quella di fatto sperimentò: «Vidi i volti familiari dei miei amici trasformarsi in teschi senza carne e le teste minacciose di streghe, maiali e donnole. Il tappeto dal motivo allegro ai miei piedi si trasformò in un'incredibile massa ondeggiante di materia vivente, in parte vegetale, in parte animale». L'articolo di Katz – illustrato con un disegno che mostra alcune sedie volare in una stanza che sta implodendo – sembrerebbe collocabile intorno al 1965, opera d'un fervente propagandista anti-LSD: «Fui a più riprese stretto nella morsa di un'allucinazione terrificante in cui potevo sentire e vedere il mio corpo in preda alle convulsioni e poi contrarsi, finché tutto quello che ne rimase era una pietra, dura e malsana». Eppure, curiosamente, le sue dodici ore di follia «non furono tutte riempite di orrore» raccontò. «A volte contemplai visioni di una bellezza abbagliante – così estatiche, così ultraterrene, che nessun artista mai le dipingerà».

In quel periodo Osmond e Hoffer somministrarono l'LSD della Sandoz a decine di persone – compresi colleghi, amici, familiari, volontari –, oltre che, naturalmente, a se stessi. Il loro interesse, concentrato sull'LSD quale finestra sulla biochimica della malattia mentale, a poco a poco lasciò il passo a una curiosità sempre più profonda circa il potere dell'esperienza in sé e la possibilità che i disturbi percettivi indotti dalla sostanza producessero essi stessi qualche beneficio terapeutico.¹¹³ Nel 1953, nel corso di una seduta di *brainstorming* a tarda sera in una stanza d'albergo a Ottawa, Osmond e Hoffer osservarono che l'esperienza con l'LSD sembrava

avere molti aspetti in comune con le descrizioni del delirium tremens riportate dagli alcolizzati: l'accesso di follia, infernale e protratto per giorni, che spesso essi patiscono quando sono nella morsa dell'astinenza. Molte persone che si stanno liberando dalla dipendenza dall'alcol guardano agli orrori allucinatori del delirium tremens come a un'esperienza di conversione, la base del risveglio spirituale che consente loro di rimanere sobri.

L'idea che l'esperienza con l'LSD potesse mimare il delirium tremens «sembrava talmente bizzarra che ne ridemmo fragorosamente» ricordava Hoffer anni dopo.¹¹⁴ «Ma quando smettemmo di ridere, la questione ci sembrò meno assurda, e formulammo la nostra ipotesi ... un delirium controllato, indotto dall'LSD, avrebbe aiutato gli alcolisti a rimanere sobri?».

Ecco un'applicazione del paradigma psicotomimetico che lascia di stucco: usare, in un alcolista, una singola seduta con una dose elevata di LSD per indurre un episodio di follia tale da simulare il delirium tremens, così da riscuotere il paziente e portarlo alla sobrietà. Nel corso del decennio successivo Osmond e Hoffer testarono questa ipotesi su più di settecento alcolisti e riferirono che, pressappoco in metà dei casi, il trattamento funzionò: i volontari raggiunsero la sobrietà e la mantennero per diversi mesi almeno. Non solo il nuovo approccio era più efficace di altre terapie, ma indicava un modo di pensare alla psicofarmacologia completamente nuovo. «Fin dal principio» scrisse Hoffer «considerammo non la sostanza chimica, ma l'esperienza, come un fattore chiave nella terapia».¹¹⁵ Quest'idea innovativa sarebbe diventata un principio centrale della terapia con gli psichedelici.

L'enfasi su che cosa i soggetti *provassero* rappresentò un'importante cesura rispetto alle idee, allora prevalenti in psicologia, del comportamentismo, secondo il quale contavano solo gli esiti osservabili e misurabili, mentre l'esperienza soggettiva era ritenuta irrilevante. L'analisi di tali esperienze soggettive, a volte denominata fenomenologia, era stata ovviamente alla base della psicoanalisi, che il comportamentismo respingeva come insufficientemente rigorosa o scientifica. Non c'era motivo di cercare d'entrare all'interno della mente, la quale era, per usare una famosa espressione di B.F. Skinner, «una scatola nera». Invece, si misurava

quello che era misurabile, ossia il comportamento esterno. La ricerca con gli psichedelici avrebbe finalmente riaperto l'interesse per le dimensioni soggettive della mente – per la coscienza. Era paradossale che, per ricondurre l'interiorità nella psicologia, tra tutte le cose al mondo occorresse una sostanza chimica, l'LSD-25.

Eppure, per quanto la nuova terapia sembrasse coronata dal successo, il modello teorico su cui si basava presentava un piccolo problema fastidioso. Quando il terapeuta cominciò ad analizzare i rapporti dei volontari, le loro esperienze soggettive con l'LSD avevano ben poche somiglianze con gli orrori del delirium tremens, o con qualsiasi tipo di follia. Al contrario, erano per la maggior parte incredibilmente positive, positive in modo sconcertante. Quando Osmond e Hoffer cominciarono a catalogare i resoconti delle sedute dei loro volontari, trovarono che talvolta avevano luogo «alterazioni psicotiche» – allucinazioni, paranoia, ansia –, ma c'erano anche descrizioni di «una sensazione trascendente di unione con l'universo»: uno dei sentimenti più comunemente riportati. Più che follia, la maggior parte dei volontari descriveva sensazioni come una nuova capacità di «vedere se stessi obiettivamente»; un'«amplificazione dei campi sensoriali»; una nuova comprensione profonda «nell'ambito della filosofia o della religione»; e «un'aumentata sensibilità nei confronti dei sentimenti altrui».¹¹⁶ Nonostante il potente effetto dell'aspettativa, i preconcetti dei ricercatori erano scardinati da sintomi che non avevano nulla di simile a quelli della follia.

Per molti alcolisti trattati all'ospedale di Weyburn il cuore dell'esperienza con l'LSD sembrava implicare non una temporanea psicosi, ma qualcosa di più vicino alla trascendenza o all'epifania spirituale. Osmond e Hoffer cominciarono a nutrire dubbi sul loro modello del delirium tremens e finirono per chiedersi se tutto il paradigma degli psicotomimetici – e il nome stesso di queste sostanze – non richiedesse un aggiornamento. A dar loro una forte spinta in quella direzione fu Aldous Huxley, il quale, dopo l'esperienza con la mescalina, dichiarò che somigliava ben poco a una psicosi. Quelle che uno psichiatra avrebbe forse diagnosticato come depersonalizzazione, allucinazioni o mania, potevano essere meglio inquadrare come esempi di unione mistica, esperienza

visionaria o estasi. Non è che forse i medici stavano scambiando la trascendenza per follia?

Allo stesso tempo Osmond e Hoffer stavano imparando dai loro volontari che l'ambiente in cui aveva luogo la seduta con l'LSD esercitava un effetto potente sul tipo di esperienza che essi poi avevano, e che uno dei modi migliori per evitare una brutta seduta era la presenza di un terapeuta coinvolto ed empatico, idealmente qualcuno che avesse provato l'LSD. Arrivarono a sospettare che le poche reazioni psicotiche effettivamente osservate potessero in realtà essere un artefatto generato dalla metafora dell'ambiente sterile e del camice bianco. Passarono diversi anni prima che i termini *set* e *setting* fossero usati in questo contesto (quando poi furono strettamente associati al lavoro di Timothy Leary a Harvard dieci anni dopo), tuttavia Osmond e Hoffer stavano già arrivando ad apprezzarne l'immensa importanza nel successo del loro trattamento.

Quale che fosse il meccanismo, d'altra parte, l'LSD funzionava – o di sicuro sembrava funzionare: alla fine del decennio, in Nord America, era diffusamente considerata una cura miracolosa per la dipendenza da alcol. Forte di questo successo, il governo del Saskatchewan contribuì a sviluppare politiche tali da renderla un'opzione terapeutica standard per gli alcolisti della provincia.¹¹⁷ Eppure, nell'*establishment* medico canadese non tutti trovarono credibili i risultati del Saskatchewan: sembravano troppo belli per essere veri.¹¹⁸ Al principio degli anni Sessanta l'Addiction Research Foundation di Toronto, che è la più importante istituzione canadese nel suo genere, si accinse a replicare le sperimentazioni del Saskatchewan utilizzando controlli migliori. Sperando di isolare gli effetti della sostanza da tutte le altre variabili, l'LSD fu somministrata agli alcolisti in stanze anonime da medici istruiti affinché non interagissero con i soggetti durante il trip, salvo che per far compilar loro un approfondito questionario. Erano poi applicati mezzi di contenzione o bende sugli occhi, o entrambe le cose. Non sorprende che i risultati non confermassero quelli ottenuti da Osmond e Hoffer. Peggio ancora, più di qualche volontario ebbe esperienze terrificanti – *bad trips*, come sarebbero stati poi chiamati. Le voci critiche sul trattamento degli alcolisti con l'LSD conclusero che, in condizioni

rigorosamente controllate, il trattamento non funzionava altrettanto bene, il che era abbastanza vero; per contro, i sostenitori della prassi conclusero che l'attenzione al *set* e al *setting* fosse essenziale per il successo della terapia con LSD; il che era pure vero.

A metà degli anni Cinquanta Bill Wilson, il cofondatore degli Alcolisti Anonimi, venne a sapere del lavoro di Osmond e Hoffer con gli alcolisti. Per Bill W., come era noto allora tra i suoi, l'idea che un farmaco potesse dar luogo a un'esperienza spirituale capace di cambiare la vita non era esattamente nuova.¹¹⁹ lui stesso attribuiva la propria sobrietà a un'esperienza mistica con la belladonna, un alcaloide di origine vegetale dotato di proprietà allucinogene che gli era stato somministrato al Towns Hospital di Manhattan nel 1934. Sono pochi i membri dell'AA che lo sanno, ma tutta l'idea d'un risveglio spirituale che porta ad arrendersi a un «potere superiore» – una pietra angolare degli Alcolisti Anonimi – può essere ricondotta a un trip con una sostanza psichedelica.

Vent'anni dopo Bill W. si incuriosì circa la possibilità che l'LSD, questo nuovo farmaco miracoloso, si dimostrasse utile nell'aiutare gli alcolisti a sperimentare un tale risveglio. Tramite Humphry Osmond entrò in contatto con Sidney Cohen, un internista del Veterans Administration Hospital di Brentwood, in California, che dal 1955 effettuava sperimentazioni con l'LSD della Sandoz (e che, successivamente, avrebbe lavorato all'UCLA). A partire dal 1956 Bill W. fece diverse sedute con l'LSD a Los Angeles sotto la supervisione di Sidney Cohen e Betty Eisner, una giovane psicologa che aveva recentemente completato il dottorato all'UCLA.¹²⁰ Insieme allo psichiatra Oscar Janiger, Cohen e Eisner erano ormai le figure di punta di un nuovo polo della ricerca sull'LSD, più o meno centrato intorno all'UCLA. A metà degli anni Cinquanta, in Nord America e in Europa, c'era forse ormai una dozzina di questi centri: la maggior parte di essi si teneva in stretto contatto con gli altri, condividendo tecniche, scoperte e a volte anche le sostanze – in uno spirito generalmente improntato alla cooperazione più che alla competizione.

Le sedute con Cohen ed Eisner convinsero Bill W. che l'LSD poteva dar luogo, in modo riproducibile, al tipo di risveglio spirituale che riteneva necessario per il raggiungimento della sobrietà; tuttavia, secondo lui, l'esperienza con l'LSD non aveva nulla a che vedere con il delirium tremens, e questo assestò un altro colpo a *quell'*idea. Bill W. pensava che la terapia con l'LSD potesse trovare spazio all'AA, ma i suoi colleghi del consiglio erano fortemente contrari, convinti com'erano che tollerare l'uso di qualsiasi sostanza in grado di alterare la mente rischiasse di confondere il carattere e il messaggio dell'associazione.

Come il gruppo canadese, all'inizio Sidney Cohen e i suoi colleghi di Los Angeles avevano pensato che l'LSD fosse uno psicotomimetico, ma alla fine degli anni Cinquanta anche Cohen aveva finito per mettere in discussione quel modello. Nato nel 1910 a New York da immigrati ebrei lituani, Cohen, che nelle fotografie appare molto distinto, con una folta chioma bianca pettinata all'indietro, aveva studiato farmacologia alla Columbia e durante la seconda guerra mondiale aveva prestato servizio nel Sud Pacifico, nei Medical Corps dell'esercito.¹²¹ Fu nel 1953, mentre lavorava a una *review* sulle psicosi indotte da sostanze chimiche – da sempre un suo interesse di ricerca – che lesse per la prima volta di una nuova molecola chiamata LSD.

Nondimeno, quando finalmente la provò su se stesso nell'ottobre del 1955, fu «colto di sorpresa».¹²² Benché si aspettasse di ritrovarsi intrappolato nella mente d'un folle, Cohen sperimentò invece un senso profondo, quasi trascendente, di tranquillità, come se «i problemi e gli impegni, le preoccupazioni e le frustrazioni della vita quotidiana [fossero] svaniti; al loro posto, c'era una quiete celestiale, illuminata, grandiosa ... mi sembrava di essere finalmente arrivato alla contemplazione della verità eterna».¹²³ Qualsiasi cosa fosse, era sicuro che non si trattasse d'una psicosi temporanea. Betty Eisner scrisse che Cohen arrivò a considerarla come qualcosa che definì «unsanity»: fuori dal territorio della normalità, ma non in quello della follia, in «uno stato al di là del controllo dell'ego».¹²⁴

Come sovente accade nella scienza quando un paradigma teorico si trova sotto la pressione esercitata da evidenze contrarie, gli scienziati cercano di sostenerlo con varie correzioni e aggiustamenti, mentre, per un certo periodo, esso vacilla e poi, spesso in modo rapido e improvviso, crolla e uno nuovo prende il suo posto. Questo fu, a metà degli anni Cinquanta, il destino del paradigma dello psicotomimetico. Di certo numerosi volontari stavano riferendo di trip difficili e a volte perfino tormentosi; d'altra parte, quelli che sperimentavano le psicosi pienamente espresse promesse dal modello erano davvero pochissimi. Perfino le dodici ore da folle del povero Mr. Katz avevano incluso momenti di piacere e rivelazione indescrivibili, che non potevano essere ignorati.

Accadde poi che il paradigma psicotomimetico fosse sostituito non da uno ma da due modelli teorici distinti: quello psicolitico e, successivamente, quello psichedelico. Ciascuno di essi era basato su una diversa concezione di come quei composti agissero sulla mente, e quindi di come potessero essere sfruttati al meglio nel trattamento della malattia mentale. I due modelli non erano esattamente agli antipodi l'uno rispetto all'altro, e alcuni scienziati li esplorarono entrambi in tempi differenti; rappresentavano tuttavia approcci profondamente diversi all'interpretazione della psiche, come pure alla psicoterapia e in ultima analisi, alla scienza stessa.

Il cosiddetto paradigma psicolitico venne sviluppato per primo e fu bene accetto specialmente in Europa e presso il gruppo di Los Angeles identificato con Sidney Cohen, Betty Eisner e Oscar Janiger. Coniato da uno psichiatra inglese di nome Ronald Sandison, «psicolitico» significa «che scioglie la mente», che è proprio quanto sembrano fare l'LSD e la psilocibina, per lo meno a basse dosi.¹²⁵ I terapeuti che somministravano dosi di LSD di soli 25 microgrammi (e raramente superiori a 150 microgrammi) riferirono che le difese dell'ego dei loro pazienti si allentavano consentendo loro di lasciar affiorare e discutere, con relativa facilità, materiali problematici o rimossi. Questo indicava che le sostanze potevano dimostrarsi utili aiuti nella terapia della parola, poiché a tali dosi l'ego dei pazienti rimaneva sufficientemente intatto da consentir loro di conversare con un terapeuta e ricordare in seguito quanto era stato discusso.

Il merito principale dell'approccio psicotropico era che si armonizzava in modo elegantissimo con i metodi più diffusi della psicoanalisi, pratica che le droghe promettevano non di rivoluzionare o rendere obsoleta, ma di velocizzare e ottimizzare. Il grande problema della psicoanalisi è che l'accesso all'inconscio – da cui essa interamente dipende – è difficile e limitato a due vie tutt'altro che ottimali: le libere associazioni e i sogni del paziente. Freud chiamava i sogni «la via regia»¹²⁶ al subconscio: una via che aggirava sia i cancelli dell'ego, sia quelli del superego. Nondimeno, è una strada piena di solchi e buche: non sempre i pazienti ricordano i propri sogni e, quando li ricordano, spesso lo fanno in modo imperfetto. Sostanze come l'LSD e la psilocibina promettevano una via migliore per penetrare nel subconscio.

Stanislav Grof, che si era formato come psicoanalista, constatò che con dosi moderate di LSD i suoi pazienti stabilivano rapidamente un forte transfert con il terapeuta, recuperavano i traumi infantili, davano voce a emozioni sepolte e, in alcuni casi, rivivevano effettivamente l'esperienza della nascita – il nostro primo trauma e, come Grof credeva (seguendo Otto Rank), un determinante fondamentale della personalità.¹²⁷ (Grof effettuò ricerche estese cercando di mettere in correlazione i ricordi dell'esperienza della nascita affioranti nei suoi pazienti sotto l'effetto dell'LSD con i resoconti forniti all'epoca dai genitori e dal personale medico. Concluse che con l'aiuto dell'LSD molte persone possono davvero ricordare le circostanze della propria nascita, soprattutto quando è stata difficile).

A Los Angeles, Cohen, Eisner e Janiger cominciarono a incorporare l'LSD nelle loro sedute terapeutiche settimanali, aumentando la dose gradualmente, ogni settimana, finché i loro pazienti non avevano accesso a materiali del subconscio quali emozioni rimosse e ricordi sepolti di traumi infantili. Trattavano principalmente nevrotici, alcolisti e persone con leggeri disturbi della personalità – i consueti pazienti degli psicoterapeuti: persone funzionali e comunicative, con un ego intatto e il desiderio di stare meglio. Il gruppo di Los Angeles trattò anche centinaia di pittori, compositori e scrittori, fondandosi sulla teoria che, se la fonte della creatività era il subconscio, l'LSD avrebbe reso più facile accedervi.

Questi ricercatori e i loro pazienti si aspettavano che la sostanza fosse terapeutica e, chi l'avrebbe mai detto, spesso lo era: Cohen e Eisner riferirono che sedici dei loro primi ventidue pazienti avevano mostrato un marcato miglioramento. Una *review* del 1967, che sintetizzava i risultati di studi sulla terapia psicotica pubblicati tra il 1953 e il 1965, stimava che il tasso di successo della tecnica spaziava dal 70 per cento nei casi di nevrosi d'ansia, al 62 per cento nella depressione e al 42 per cento nel disturbo ossessivo-compulsivo.¹²⁸ Questi risultati erano impressionanti, eppure i tentativi di replicarli in sperimentazioni controllate furono pochi, sempre che ve ne siano stati.

Alla fine di quel decennio, ormai, la terapia psicotica con l'LSD era una prassi di routine nelle zone più eleganti di Los Angeles, come Beverly Hills. Di certo sul piano commerciale il modello era difficile da battere: alcuni terapeuti chiedevano più di cinquecento dollari a seduta per somministrare una sostanza che spesso ottenevano a titolo gratuito dalla Sandoz. La terapia con LSD divenne anche oggetto di un'attenzione molto favorevole da parte della stampa. Articoli come *My 12 ours as a Madman* lasciarono il passo alle testimonianze entusiastiche di numerose celebrità hollywoodiane che avevano avuto esperienze trasformative negli studi di Oscar Janiger, Betty Eisner, Sidney Cohen e di un sempre maggior numero di altri terapeuti. Anaïs Nin, Jack Nicholson, Stanley Kubrick, André Previn, James Coburn e Lord Buckley, il comico *stand-up* della Beat Generation, si sottoposero tutti alla terapia con LSD, molti di loro sul divano di Oscar Janiger.¹²⁹ Tra questi pazienti, il caso più famoso è comunque quello di Cary Grant, che nel 1959 rilasciò un'intervista a Joe Hyams, giornalista specializzato in *gossip*, esaltando i benefici della terapia.¹³⁰ Grant fece più di sessanta sedute e alla fine si dichiarò «rinato».¹³¹

«Tutta la tristezza e la fatuità se n'erano andate» disse l'attore cinquantacinquenne a Hyams in un'intervista ancor più sorprendente se si pensa alla sua immagine di inglese riservato e corretto.¹³² «Mi sono spogliato dell'ego. Un uomo è un attore migliore senza ego, perché ha in sé la verità. Adesso io non posso comportarmi in modo falso nei confronti di nessuno, e di sicuro non di me stesso». A quanto pare, l'LSD aveva fatto di Cary Grant un americano.

«Non sono più solo, e sono un uomo felice» dichiarò Grant.¹³³ Disse che l'esperienza gli aveva consentito di superare il suo narcisismo, aiutandolo enormemente non solo nella recitazione ma anche nelle relazioni con le donne: «Le giovani donne non erano mai state così attratte da me».¹³⁴

Fatto tutt'altro che sorprendente, l'intervista di Grant, che fu enormemente pubblicizzata a livello nazionale, creò un'ondata di richieste per la terapia con l'LSD, e anche per la semplice sostanza.¹³⁵ Hyams ricevette più di ottocento lettere di lettori impazienti di sapere come procurarsela: «Gli psichiatri telefonavano lamentandosi che adesso i pazienti li imploravano di prescrivergli l'LSD».

Se il periodo che chiamiamo «anni Sessanta» ebbe in realtà inizio a un certo momento nel decennio precedente, la moda della terapia con l'LSD scatenata da Cary Grant nel 1959 è un buon punto per segnare il cambiamento del vento culturale. Diversi anni prima che Timothy Leary diventasse famoso per aver promosso l'LSD al di fuori d'un contesto terapeutico o di ricerca, a Los Angeles la sostanza aveva già cominciato a «fuggire dai laboratori» e a ricevere un'appassionata attenzione da parte della stampa. Nel 1959, in alcuni luoghi, stava già arrivando sulle strade. Numerosi terapeuti e ricercatori di Los Angeles e New York cominciarono a tenere a casa propria, per amici e colleghi, «sedute» con l'LSD, benché sia difficile stabilire esattamente in che cosa quei ritrovi si distinguessero dalle feste. Almeno a Los Angeles, il pretesto di «fare ricerca» era diventato, nel migliore dei casi, esile. Come scrisse in seguito uno dei sedicenti ricercatori, «l'LSD divenne per noi una droga ricreazionale intellettuale».¹³⁶

Sidney Cohen – che ormai era il decano dei ricercatori impegnati nello studio dell'LSD a Los Angeles – evitò scrupolosamente quello scenario e cominciò ad avere qualche ripensamento sulla sostanza, o per lo meno sul modo in cui adesso veniva usata e discussa. Secondo il suo biografo, lo storico Steven Novak, Cohen si sentiva a disagio per l'atmosfera di culto e l'aura di religiosità e magia che ora circondavano l'LSD.¹³⁷ Sondando un tema che sarebbe comparso a più riprese nella storia della ricerca sugli psichedelici, Cohen si scontrò – rimanendo profondamente ambivalente – con la tensione

tra l'ethos della scienza cui era devoto e l'importanza spirituale dell'esperienza con l'LSD (e le inclinazioni mistiche che essa induceva nei sanitari che la utilizzavano). In una lettera del 1999 a un collega scrisse che l'LSD aveva «aperto una porta dalla quale non dobbiamo ritrarci semplicemente perché, sulla soglia, ci sentiamo non scientifici in un modo che ci imbarazza».¹³⁸ Eppure, il lavoro con l'LSD lo faceva sentire proprio così: non scientifico in modo imbarazzante.

Cohen cominciò anche a porsi delle domande sullo status delle rivelazioni con cui i pazienti tornavano dai loro viaggi. Arrivò a credere che «sotto l'effetto dell'LSD le teorie abbracciate con più entusiasmo dal terapeuta sono confermate dal suo paziente».¹³⁹ L'effetto dell'aspettativa era tale che i pazienti di terapeuti d'orientamento freudiano facevano ritorno dall'esperienza con *insight* freudiani (inquadrati, per esempio, in termini di traumi infantili, pulsioni sessuali, ed emozioni edipiche), mentre i pazienti di terapeuti d'orientamento junghiano riportavano intensi archetipi prelevati dalla soffitta dell'inconscio collettivo, e quelli dei rankiani recuperavano ricordi di traumi patiti alla nascita.

La potente suggestionabilità poneva di certo un dilemma scientifico; ma era anche, necessariamente, un dilemma terapeutico? Forse no: Cohen scrisse che «qualsiasi spiegazione dei problemi del paziente, se fermamente creduta dal terapeuta e dal paziente stesso, costituisce *insight* o è utile come *insight*».¹⁴⁰ Nondimeno, qualificava questa prospettiva riconoscendo che era «nichilista», cosa che, in termini scientifici, era di certo: portava infatti la psicoterapia pericolosamente vicino al mondo dello sciamanesimo e della guarigione con la fede, un territorio nel quale lo scienziato si sente decisamente a disagio. D'altra parte, fintanto che funziona, fintanto che guarisce, perché dovrebbe essere fonte di preoccupazione? (Questo è lo stesso disagio che gli scienziati provano sull'uso del placebo. Indica un modo interessante di pensare agli psichedelici: come a una sorta di «placebo attivo», per mutuare un termine proposto da Andrew Weil nel suo libro del 1972 *The Natural Mind*. Queste sostanze fanno sicuramente *qualcosa*, ma in larga misura questo qualcosa può essere autogenerato. Oppure,

come disse Stanislav Grof, gli psichedelici sono «amplificatori non specifici» dei processi mentali).

La ponderata ambivalenza di Cohen nei confronti dell'LSD, che avrebbe comunque continuato a provare fino alla fine della sua carriera, lo connota come una figura rara, in un mondo densamente popolato di evangelizzatori psichedelici: era lo scettico con la mente aperta, un uomo capace di accogliere idee contrapposte. Cohen continuò a credere nel potere terapeutico dell'LSD, soprattutto per il trattamento dell'ansia nei pazienti oncologici, un impiego di cui scrisse entusiasticamente su «Harper's» nel 1965. In quella sede la definì una «terapia attraverso il superamento di sé», dando a intendere che vedeva, nella medicina occidentale, un ruolo per quello che sarebbe stato chiamato «misticismo applicato».¹⁴¹ Cohen però non esitò mai ad attirare l'attenzione sugli abusi e i pericoli dell'LSD, o a richiamare i suoi colleghi più entusiasti quando si scostavano troppo dalla via della scienza – la via dalla quale gli psichedelici, come un canto di sirene, distolsero moltissimi di loro.

Nel Saskatchewan, dopo il crollo del paradigma psicotomimetrico, Humphry Osmond e Abram Hoffer avevano imboccato una via molto diversa; anche quella, peraltro, finì per complicare il loro rapporto con la scienza. Tentando di formulare un nuovo modello terapeutico per l'LSD, si rivolsero a due straordinari dilettanti: uno era un famoso scrittore, Aldous Huxley; l'altro un oscuro ex contrabbandiere e trafficante di armi, spia, inventore, capitano di imbarcazioni, ex carcerato e mistico cattolico di nome Al Hubbard. Questi due non scienziati, estremamente improbabili, avrebbero aiutato gli psichiatri canadesi a riconcettualizzare l'esperienza con l'LSD e a sviluppare il protocollo terapeutico ancora oggi in uso.

Il nome di questo nuovo approccio, e il nome che finalmente avrebbe fatto presa per questa classe di sostanze – psichedelico/i –, emerse da uno scambio di corrispondenza del 1956 tra Humphry Osmond e Aldous Huxley. I due si erano incontrati la prima volta nel 1953, dopo che Huxley, avendo letto un articolo di Osmond a proposito degli effetti della mescalina sulla mente, gli aveva scritto dichiarandosi interessato a provarla. Huxley aveva a lungo nutrito un

intenso interesse per le droghe e la coscienza – la trama del suo romanzo più famoso, *Il mondo nuovo* (1932), ruota attorno a una droga per il controllo della mente denominata *soma* –, come pure per il misticismo, la percezione paranormale, la reincarnazione, gli ufo eccetera.

Così, nella primavera del 1953, Humphry Osmond andò a Los Angeles per somministrare la mescalina ad Aldous Huxley, non senza una certa trepidazione. Prima della seduta confidò a un collega di non «gradire la possibilità, per quanto remota, di guadagnarsi una piccola quanto disonorevole nicchia nella storia della letteratura come l'uomo che aveva fatto impazzire Aldous Huxley».¹⁴²

Non avrebbe dovuto preoccuparsi. Huxley fece un trip splendido, un viaggio che avrebbe cambiato per sempre la prospettiva culturale su queste sostanze quando, l'anno successivo, pubblicò la descrizione dell'esperienza in *Le porte della percezione*.

«È indubbiamente l'esperienza più straordinaria e significativa che gli esseri umani possano fare al di qua della visione beatifica» scrisse Huxley in una lettera al suo editor poco dopo averla vissuta.¹⁴³ Per Huxley, non c'era dubbio: la droga non gli aveva dato accesso alla mente del folle, ma a un regno spirituale di ineffabile bellezza. Gli oggetti più terreni emanavano la luce di una divinità che chiamò «l'Intelletto in Genere». Perfino «le pieghe dei miei calzoni di flanella grigia erano sature di "essenza"» ci racconta, dopo essersi dilungato sullo splendore dei drappaggi nei dipinti di Botticelli e sul «Tutto e l'Infinito nelle pieghe degli abiti».¹⁴⁴ Quando fissò un piccolo vaso di fiori, vide «ciò che Adamo aveva visto la mattina della sua creazione: il miracolo, momento per momento, dell'esistenza nuda», un mazzo di «fiori brillare di luce interiore e palpitare sotto la pressione del significato di cui erano saturi».¹⁴⁵

«Mi vennero alla mente parole come Grazia e Trasfigurazione».¹⁴⁶ A Huxley la droga offrì un accesso immediato a regni dell'esistenza solitamente noti soltanto ai mistici e a un piccolo gruppo di grandissimi artisti visionari, nel corso della storia. Questo altro mondo è sempre presente, ma nei momenti ordinari è mantenuto fuori dalla nostra consapevolezza grazie alla «valvola cerebrale di riduzione» della coscienza quotidiana in stato di veglia: una sorta di

filtro mentale che lascia passare soltanto un «misero rigagnolo della specie di coscienza» necessaria per sopravvivere.¹⁴⁷ Il resto era una magnifica superfluità per la cui mancanza, come nel caso della poesia, gli esseri umani muoiono ogni giorno. La mescalina spalancava quelle che Blake aveva chiamato «le porte della percezione», lasciando entrare nella nostra consapevolezza cosciente un barlume di infinito: infinito che è sempre presente intorno a noi – perfino nelle pieghe dei nostri calzoni! – se solo potessimo semplicemente *vedere*.

Come qualsiasi esperienza psichedelica precedente o successiva, anche quella di Huxley non si dispiegò su una lavagna vuota, *ex novo*, quale prodotto puro della sostanza chimica, ma venne invece plasmata in modo importante dalle sue letture e dalle inclinazioni filosofiche e spirituali che lui stesso aveva portato con sé nell'esperienza. (È stato solo quando ho digitato le sue parole sui fiori – «brillare di luce interiore» e «palpitare sotto la pressione» – che ho capito quanto fortemente Huxley avesse orientato la mia stessa percezione delle piante sotto l'influenza della psilocibina).¹⁴⁸ L'idea di una valvola di riduzione mentale che limiti le nostre percezioni, per esempio, proviene dal filosofo francese Henri Bergson, il quale riteneva che la coscienza non fosse generata dal cervello umano ma che piuttosto esistesse in un campo esterno, qualcosa di simile alle onde elettromagnetiche; il nostro cervello, che lui paragonava a un ricevitore radio, poteva sintonizzarsi su diverse frequenze di coscienza. Huxley credeva inoltre che alla base di tutte le religioni del mondo vi fosse un nucleo comune di esperienza mistica che denominò «filosofia perenne».¹⁴⁹ Naturalmente, il mattino trascorso da Huxley con la mescalina confermò tutte queste sue idee; un recensore di *Le porte della percezione* disse con un certo sarcasmo che il libro conteneva «per il 99 per cento Aldous Huxley e soltanto mezzo grammo di mescalina».¹⁵⁰ Ma non importava: i grandi scrittori lasciano sul mondo il segno della propria mente, e l'esperienza psichedelica avrebbe portato per sempre quello, indelebile, di Huxley.

Qualsiasi altra cosa abbia impresso sulla cultura, quell'esperienza non lasciò a lui o a Osmond alcun dubbio sul fatto che il «modello della psicosi» non offrisse neanche una vaga descrizione della

mente sotto l'effetto della mescalina o dell'LSD (che Huxley avrebbe provato un paio di anni dopo). Quello che per un soggetto era una «depersonalizzazione» per un altro poteva essere un «senso di armonia»: era tutta una questione di prospettiva e di vocabolario.

«Se quell'elisir continuerà a essere associato, nella mente del pubblico, ai sintomi della schizofrenia, finirà per avere una cattiva reputazione» scrisse Huxley a Osmond nel 1955. «La gente penserà di impazzire, proprio quando invece, nel momento in cui la prende, comincia a rinsavire».¹⁵¹

Quella classe di sostanze necessitava chiaramente di un nuovo nome: nel 1956, da uno scambio epistolare tra lo psichiatra e lo scrittore, emersero due candidati.¹⁵² Sorprendentemente, tuttavia, ad aver avuto l'idea vincente fu il primo e non il secondo. La proposta di Huxley era formulata in un distico:

A far questo mondo terreno sublime

basta mezzo grammo di fanerotimo.

Il suo neologismo combinava le parole greche per «spirito» e «manifestare».

Probabilmente restio ad adottare un termine così apertamente spirituale, lo scienziato replicò con i propri versi:

Per precipitare all'inferno o librarti un angelico

ti servirà un pizzico di psichedelico.

Il neologismo di Osmond univa due parole greche la cui combinazione significa «che manifesta la mente». Benché ormai questa parola abbia assunto i colori fluorescenti degli anni Sessanta, all'epoca era stata proprio la sua neutralità a raccomandargliela: il termine «non aveva alcuna particolare connotazione di follia, stravaganza o estasi, ma suggeriva invece un ampliamento e un'espansione della mente».¹⁵³ Aveva inoltre il vantaggio di essere «incontaminato da altre associazioni», anche se non sarebbe restato così a lungo.¹⁵⁴

Di solito la «terapia con gli psichedelici», nella forma praticata da Osmond e colleghi a partire da metà degli anni Cinquanta, comportava un'unica seduta, con una dose elevata, generalmente di LSD, in un ambiente confortevole; il soggetto, disteso su un divano, era assistito da un terapeuta (o due) che diceva pochissimo, consentendo che il viaggio si dispiegasse seguendo la propria logica. Per eliminare le distrazioni e incoraggiare il viaggio interiore, veniva suonata della musica e di solito il soggetto metteva sugli occhi una mascherina. L'obiettivo era di creare le condizioni per un'epifania spirituale – l'equivalente di un'esperienza di conversione.¹⁵⁵

Questa modalità terapeutica sarebbe poi stata strettamente associata a Osmond e Hoffer; d'altra parte essi stessi riconoscevano che in realtà i suoi aspetti fondamentali erano da attribuirsi a qualcun altro, un uomo decisamente misterioso, senza alcuna formazione accademica, né come scienziato né come terapeuta: Al Hubbard. Uno spazio dedicato al trattamento e arredato in modo da sembrare più simile a una casa che a un ospedale finì per essere conosciuto come *Hubbard Room*, la camera di Hubbard, e almeno uno, tra i primi ricercatori che lavorarono con gli psichedelici, mi disse che tutto quel regime terapeutico, che adesso è la norma, dovrebbe a buon diritto chiamarsi «metodo Hubbard». Nondimeno, Al Hubbard, noto anche come «Captain Trips» o come «il Johnny Appleseed¹⁵⁶ dell'LSD» non è il tipo di progenitore intellettuale che le persone impegnate in una seria ricerca scientifica sugli psichedelici sarebbero oggi ansiose di riconoscere, e meno che mai di celebrare.

Al Hubbard è sicuramente la figura più improbabile, intrigante ed elusiva a onorare la storia degli psichedelici, il che la dice lunga. Su di lui c'è parecchio che non sappiamo, senza contare che moltissimi fatti fondamentali riguardanti la sua vita sono impossibili da confermare, contraddittori, o semplicemente sospetti. Tanto per fare un piccolo esempio, il *file* dell'FBI intestato a lui riporta una statura d'un metro e ottanta, mentre nelle fotografie e nei video Hubbard sembra basso e tarchiato, con una grossa testa rotonda e i capelli tagliati a spazzola;¹⁵⁷ per ragioni note a lui soltanto, spesso

indossava uniformi paramilitari e andava in giro con una colt 45, dando così l'impressione dello sceriffo d'una piccola città. D'altra parte, basandosi sulla sua fitta corrispondenza con i colleghi, e su alcune descrizioni di quel periodo pubblicate in libri e periodici canadesi,¹⁵⁸ come pure sulle interviste con alcune persone che lo conoscevano bene, è possibile mettere insieme un ritratto di quest'uomo, seppure tracciato a grandi linee e lasciando in bianco o sfumate alcune aree importanti.

Hubbard era nato povero nelle colline del Kentucky nel 1901 o nel 1902 (il *file* dell'FBI riporta entrambe le date); gli piaceva raccontare d'aver avuto il primo paio di scarpe a dodici anni. Benché non fosse mai andato oltre la terza elementare, era chiaro che il ragazzino aveva un'attitudine per l'elettronica; da adolescente, inventò un oggetto che chiamò «Trasformatore di Energia Hubbard», un nuovo tipo di batteria alimentata dalla radioattività che «non poteva essere spiegata dalla tecnologia contemporanea» – questo stando alla migliore biografia di cui disponiamo, un articolo di Todd Brendan Fahey, supportato da buone ricerche e pubblicato nel 1991 su «High Times».¹⁵⁹ Vendette metà dei suoi diritti sul brevetto per settantacinquemila dollari, anche se l'invenzione non portò mai a nulla e in un'occasione la rivista «Popular Science» la incluse in un elenco di frodi tecnologiche. Durante il proibizionismo Hubbard guidava un taxi a Seattle; sembra però che si trattasse di una copertura: nel baule della vettura teneva un sofisticato sistema di comunicazione *ship-to-shore*, un radiotelefono che usava per guidare i contrabbandieri desiderosi di eludere la guardia costiera. Alla fine fu arrestato dall'FBI e passò diciotto mesi in carcere con l'accusa di contrabbando.

Dopo la scarcerazione le sue tracce diventano ancora più difficili da seguire, intorbidate come sono da resoconti vaghi e contraddittori.¹⁶⁰ Stando a uno di essi, negli anni che precedettero l'ingresso degli Stati Uniti nel secondo conflitto mondiale, quando ufficialmente gli USA erano ancora neutrali, Hubbard rimase coinvolto in un'operazione sotto copertura per inviare armamenti pesanti da San Diego al Canada e poi da lì in Gran Bretagna. (Può darsi, ma non è detto, che fosse stato reclutato per la missione da osservatori al servizio di Allen Dulles – il futuro direttore dell'OSS, il

servizio di intelligence operante in tempo di guerra –, i quali erano rimasti impressionati dalle sue conoscenze di elettronica). Quando però il Congresso cominciò a indagare sull'operazione, Hubbard riparò a Vancouver per evitare d'essere processato. Là prese la cittadinanza canadese, avviò un'attività per il noleggio di imbarcazioni (guadagnandosi così il titolo di Capitano) e divenne direttore scientifico di una compagnia mineraria impegnata nell'estrazione di uranio. (C'è chi sostiene che Hubbard abbia avuto qualcosa a che fare con la fornitura di uranio al Progetto Manhattan). A cinquant'anni, «il bambino scalzo del Kentucky» era diventato milionario, proprietario di una flotta di *aircraft*, di uno yacht da trenta metri, di una Rolls-Royce e di un'isola privata a largo di Vancouver. A un certo punto, durante la guerra, sembra che Hubbard fosse tornato negli Stati Uniti e si fosse unito all'OSS poco prima che divenisse la CIA.

Ecco qualche altra curiosità su Al Hubbard, prima del suo coinvolgimento con gli psichedelici. Era un fervente cattolico, con una pronunciata inclinazione mistica. Ed era insolitamente flessibile nelle sue alleanze professionali, giacché in momenti diversi lavorò come contrabbandiere di alcolici e armi, ma anche come agente del Bureau of Alcohol, Tobacco, and Firearms. Faceva forse il doppio gioco? Può darsi. A un certo momento lavorò anche per i Servizi speciali canadesi, per il ministero della Giustizia statunitense e per la FDA. Il suo *file* presso l'FBI lascia pensare che negli anni Cinquanta avesse legami con la CIA, ma i tagli sono troppo pesanti perché il documento possa rivelare qualcosa sul suo ruolo, ammesso che ne abbia avuto uno. Sappiamo che il governo sorvegliò gli scienziati impegnati nella ricerca sugli psichedelici per tutti gli anni Cinquanta, Sessanta e Settanta (finanziando la ricerca accademica e in alcuni casi i convegni scientifici sull'LSD) e non ci sarebbe da sorprendersi se, in cambio di informazioni, avesse consentito a Hubbard di operare con la libertà di cui effettivamente godette.¹⁶¹ Questa rimane, peraltro, una speculazione.

Nel corso del 1951 la vita di Al Hubbard subì una svolta. Uomo di grande successo ma infelice, all'epoca era «alla disperata ricerca di un significato nella vita»: questo stando a Willis Harman, uno degli ingegneri del gruppo della Silicon Valley che in seguito, in quel

decennio, lo stesso Hubbard avrebbe introdotto all'LSD. Secondo il racconto che Hubbard fece a Harman (il quale poi lo riportò a Todd Brendan Fahey), durante un'escursione nello stato del Washington, gli apparve un angelo in una radura. «L'angelo gli disse che presto sarebbe accaduto qualcosa di enormemente importante per il futuro dell'umanità e che, se avesse voluto, avrebbe potuto contribuire. Al però non aveva la minima idea di che cosa dovesse cercare».

L'indizio arrivò un anno dopo, sotto forma d'un articolo pubblicato da una rivista scientifica che descriveva il comportamento di ratti ai quali era stato somministrato un nuovo composto chiamato LSD. Hubbard rintracciò il ricercatore, si procurò un po' di LSD, ed ebbe un'esperienza che letteralmente gli cambiò la vita. Fu testimone dell'inizio della vita sulla Terra e del proprio stesso concepimento. «Fu la cosa più profondamente mistica cui avessi mai assistito» raccontò in seguito agli amici.¹⁶² «Vidi me stesso come un minuscolo acaro, in una grande palude, con una scintilla d'intelligenza. Vidi mio padre e mia madre avere un rapporto». Questo era chiaramente ciò che l'angelo aveva predetto: «qualcosa di enormemente importante per il futuro dell'umanità». Hubbard capì che stava a lui diffondere il nuovo vangelo dell'LSD, come pure la sostanza chimica stessa, al maggior numero di persone possibile. Gli era stato assegnato quello che definiva un «ruolo speciale ed eletto».

Questo diede inizio alla carriera di Al Hubbard come il Johnny Appleseed dell'LSD. Grazie ai suoi numerosi contatti – tanto nella politica quanto nel mondo imprenditoriale – persuase i laboratori della Sandoz a fornirgli un'enorme quantità di LSD: a seconda dei resoconti, una bottiglia da un litro, quarantatré scatole, o seimila flaconcini (pare che avesse raccontato ad Albert Hofmann che pensava di usarla «per liberare la coscienza umana»). A seconda della testimonianza cui si dà fede, Hubbard tenne la sua fornitura al riparo in una cassetta di sicurezza a Zurigo, oppure sepolta chissà dove nella Valle della Morte; una parte considerevole, comunque, la portava con sé in una sacca di pelle. Alla fine, Hubbard divenne il distributore esclusivo per il Canada dell'LSD Sandoz e in seguito, in un modo o nell'altro, si assicurò l'autorizzazione della FDA (un *Investigational New Drug permit*), grazie alla quale condurre ricerca clinica sull'LSD negli Stati Uniti – e tutto questo nonostante avesse

un'istruzione limitata alla terza elementare, la fedina penale sporca e un unico titolo scientifico presumibilmente fraudolento (il suo PhD era stato acquistato da un diplomificio). Si stima che tra il 1951 e il 1966 Hubbard, considerandosi un «agente catalitico», abbia iniziato all'LSD seimila persone, nel tentativo dichiarato di modificare il corso della storia umana.¹⁶³

Fatto curioso, il ragazzino scalzo del Kentucky aveva qualcosa del mandarino, e sceglieva i suoi soggetti tra figure di spicco del mondo degli affari, della politica, dell'arte, della religione e della tecnologia. Credeva nel lavoro *top-down*, e disprezzava gli altri evangelizzatori psichedelici, gente come Timothy Leary, che adottavano un approccio più democratico. Membri del parlamento, personalità della chiesa cattolica,¹⁶⁴ attori di Hollywood, funzionari del governo, scrittori e filosofi di spicco, accademici, informatici e insigni uomini d'affari – furono tutti iniziati all'LSD nel contesto della missione di Hubbard: modificare il corso della storia partendo dall'alto (non tutte le personalità da lui avvicinate stettero al gioco: per esempio, J. Edgar Hoover, che Hubbard asseriva fosse un suo caro amico, declinò). Come ricordava Abram Hoffer, Hubbard credeva che «se avesse potuto offrire l'esperienza psichedelica agli alti dirigenti delle aziende Fortune 500, avrebbe cambiato tutta la società».¹⁶⁵ Uno dei dirigenti a cui Hubbard si rivolse alla fine degli anni Cinquanta – Myron Stolaroff, assistente del presidente per la pianificazione a lungo termine presso l'Ampex, all'epoca un'azienda di punta della Silicon Valley nel campo dell'elettronica – si «convince che [Al Hubbard] fosse l'uomo destinato a portare l'LSD sul pianeta Terra».¹⁶⁶

Nel 1953, non molto tempo dopo la sua epifania psichedelica, Hubbard invitò a pranzo Humphry Osmond allo Yacht Club di Vancouver. Come moltissimi altri, Osmond era profondamente impressionato dall'esperienza, dalla ricchezza, dai contatti e dall'accesso apparentemente illimitato a forniture di LSD di cui disponeva Hubbard. Il pranzo portò a una collaborazione che cambiò il corso della ricerca sugli psichedelici e, cosa importante, gettò le basi per la ricerca odierna.

Sotto l'influenza di Hubbard e di Huxley, il cui interesse primario verteva sulla portata rivelatrice degli psichedelici, Osmond abbandonò il modello psicotomimetico.¹⁶⁷ Fu Hubbard il primo a proporgli che l'esperienza mistica cui molti soggetti andavano incontro con una singola dose elevata di mescalina o LSD potesse essere sfruttata come modalità terapeutica – e che l'esperienza era più importante della sostanza chimica. Come l'esperienza di conversione, il viaggio psichedelico poteva offrire agli individui la dimostrazione convincente di una prospettiva nuova e aperta sulla loro stessa vita, una prospettiva che li avrebbe aiutati a cambiare. Forse, però, il contributo più durevole dato da Hubbard alla terapia con gli psichedelici emerse – tra tutti i luoghi possibili – nella stanza del trattamento.

Accumulare dati sulla vita di Al Hubbard è più facile di farsi un'idea solida del carattere dell'uomo, tanto era traboccante di contraddizioni. Il duro con la pistola era anche un mistico appassionato che parlava d'amore e di beatitudini celesti. L'imprenditore pieno di contatti, e anche l'agente del governo, si dimostrò un terapeuta straordinariamente sensibile e dotato. Benché non abbia mai usato quei termini, Hubbard fu il primo ricercatore ad afferrare la fondamentale importanza del *set* e del *setting* nel dar forma all'esperienza psichedelica.¹⁶⁸ Istintivamente capiva che le pareti bianche e le luci fluorescenti delle anonime stanze d'ospedale erano completamente sbagliate; e quindi portò nella stanza dei trattamenti quadri e musica, fiori e diamanti: tutte cose che avrebbe poi usato per preparare i pazienti alla rivelazione mistica, o per cambiare il corso d'un viaggio che aveva preso una piega terrificante. Gli piaceva mostrare ai soggetti i dipinti di Salvador Dalí, oppure immagini di Gesù, o ancora chieder loro di studiare le facce di un diamante che portava con sé. Un paziente che trattò a Vancouver, un etilista paralizzato dall'ansia sociale, ricordava che durante una seduta con l'LSD Hubbard gli aveva offerto un mazzo di rose: «Mi disse: "Adesso, odiale". Quelle appassirono, i petali caddero, e io cominciai a piangere. E allora lui disse: "Amale", e loro tornarono più splendidi e spettacolari di prima. Significò moltissimo per me. Capii che puoi fare quello che vuoi delle tue relazioni. I problemi che avevo con le persone scaturivano da me».¹⁶⁹

Ciò che Hubbard stava portando nella stanza del trattamento era qualcosa che ogni guaritore tradizionale ben conosce. Gli sciamani sanno da millenni che nelle profondità di una *trance*, o sotto l'influenza di una potente «medicina vegetale», un individuo può essere facilmente manipolato con l'aiuto di certe parole, di oggetti particolari, o con il giusto tipo di musica. Hubbard capì intuitivamente che la suggestionabilità della mente umana durante uno stato alterato di coscienza poteva essere sfruttata come importante risorsa ai fini della guarigione, per spezzare modelli di pensiero deleteri e proporre, al loro posto, nuove prospettive. Probabilmente i ricercatori preferiscono chiamare tutto questo «manipolazione del *set* e del *setting*», il che è abbastanza accurato; tuttavia, il più importante contributo di Hubbard alla moderna terapia psichedelica fu quello di introdurre gli strumenti collaudati dello sciamanesimo, o per lo meno di una sua versione occidentalizzata.

Nell'arco di qualche anno Hubbard conobbe praticamente chiunque, in Nord America, fosse coinvolto nella ricerca sugli psichedelici, lasciando su tutti coloro che incontrava un'impressione indelebile insieme a una scia di suggerimenti terapeutici e di flaconcini di LSD della Sandoz. Verso la fine degli anni Cinquanta, ormai, era diventato una sorta di pastore itinerante che predicava il vangelo degli psichedelici. Una settimana era a Weyburn, ad assistere Humphry Osmond e Abram Hoffer nel loro lavoro con gli alcolisti che stava attirando l'attenzione internazionale; da lì si spostava poi a Manhattan, per incontrarsi con R. Gordon Wasson e poi, sulla via del ritorno verso ovest, faceva una tappa per somministrare l'LSD a qualche vip, oppure a far visita a un gruppo di ricerca che lavorava a Chicago. La settimana dopo magari era a Los Angeles per guidare una seduta insieme a Betty Eisner, Sidney Cohen o Oscar Janiger, condividendo generosamente le sue tecniche di trattamento e le sue scorte di LSD («lo aspettavamo come la vecchietta delle praterie attende la sua copia del catalogo Sears Roebuck» rievocò Oscar Janiger anni dopo).¹⁷⁰ E poi, eccolo di nuovo a Vancouver, dove aveva persuaso l'Hollywood Hospital a destinare un'intera ala al trattamento con l'LSD degli alcolisti.¹⁷¹

Hubbard andava spesso a Los Angeles con il suo aeroplano per portare, con discrezione, le celebrità di Hollywood a Vancouver per il trattamento. Fu questa attività collaterale a guadagnargli il soprannome di «Captain Trips». In Canada, dove conduceva regolarmente sedute con l'LSD riportando tassi di successo impressionanti, fondò anche altre due strutture per il trattamento della dipendenza da alcol.¹⁷² La cura dell'alcolismo con l'LSD utilizzando il suo metodo divenne un business, tuttavia Hubbard riteneva che non fosse etico trarne profitto, il che generò tensioni tra lui e alcune delle istituzioni con cui lavorava (le quali chiedevano anche più di cinquecento dollari a seduta). Per Hubbard, la terapia con gli psichedelici era una forma di filantropia e per promuovere la causa prosciugò la sua fortuna.

Al Hubbard si spostava tra questi distanti centri di ricerca come una sorta di ape psichedelica, disseminando informazioni, sostanze chimiche ed esperienza clinica, mentre si adoperava per costruire quella che divenne una rete estesa su tutto il Nord America. Con il tempo, avrebbe aggiunto al suo circuito anche Menlo Park e Cambridge. Stava semplicemente diffondendo informazioni, o ne stava anche raccogliendo per passarle alla CIA? Era solo un impollinatore o anche una spia? È impossibile dirlo per certo: alcune persone che lo conobbero (come James Fadiman) pensano che sia assolutamente plausibile, mentre altre non ne sono altrettanto sicure, sottolineando che spesso il Capitano criticava la CIA per il suo uso dell'LSD come arma. «Il lavoro della CIA è una porcheria» disse a Oscar Janiger verso la fine degli anni Settanta.¹⁷³

Hubbard stava facendo riferimento al programma di ricerca MK-Ultra con il quale, a partire dal 1953, l'agenzia aveva cercato di chiarire se l'LSD potesse essere usata come arma di guerra non letale (per esempio immettendola negli acquedotti in territorio nemico), come siero della verità negli interrogatori, come strumento per il controllo della mente,¹⁷⁴ o per giocare un tiro sporco ai leader di paesi stranieri ostili, facendoli agire o parlare in modo sconveniente. Almeno per quanto ne sappiamo, nessuna di queste idee – le quali riflettevano tutte un programma di ricerca rimasto attaccato al modello psicotomimetico, ormai abbandonato da tempo dagli altri ricercatori – ebbe successo. Nel frattempo la CIA aveva

somministrato LSD ai propri dipendenti e a civili ignari; in un caso tristemente famoso, che venne alla luce solo negli anni Settanta, l'agenzia ammise di aver dato segretamente dell'LSD a Frank Olson, uno specialista di armi biologiche dell'esercito, nel 1953; qualche giorno dopo pare che Olson si fosse gettato dal tredicesimo piano dello Statler Hotel di New York (secondo altri ci sarebbe stato spinto, e l'ammissione della CIA, per quanto imbarazzante, sarebbe servita in effetti a coprire un crimine ben più efferato). Può darsi che Hubbard si riferisse a Olson quando disse: «Cercai di spiegargli come usarla, ma non potevi dirgli un accidente, neanche quando ammazzavano la gente».¹⁷⁵

Se andava a Los Angeles, Hubbard faceva tappa regolare a casa di Aldous e Laura Huxley. Huxley e Hubbard avevano stretto la più improbabile delle amicizie, dopo che – nel 1955 – Hubbard aveva iniziato lo scrittore all'LSD e al proprio metodo: un'esperienza che mise in ombra il trip con la mescalina fatto da Huxley nel 1953. Come lui stesso scrisse in seguito a Osmond, «Quello che passò attraverso la porta chiusa fu la comprensione ... la consapevolezza diretta e totale, dall'interno, per così dire, dell'Amore come il fatto cosmico primario e fondamentale».¹⁷⁶ La forza di questa intuizione, nella sua ovvietà, sembrava quasi mettere a disagio lo scrittore: «Le parole, ovviamente, hanno una qualità volgare e devono necessariamente suonare false, sembrare stupide. Ma i fatti restano».

Huxley riconobbe immediatamente il valore di un alleato esperto nelle cose del mondo qual era l'uomo che gli piaceva chiamare «il buon Capitano». Come spesso accade, l'Uomo di Lettere rimase stregato dall'Uomo d'Azione.

«Che *Babes in the Woods* che siamo, noi letterati e scienziati!» scrisse Huxley a Osmond a proposito di Hubbard.¹⁷⁷ «A volte il grande Mondo necessita dei vostri servigi, ed è vagamente divertito dai miei; tutta la sua attenzione e la sua deferenza, però, sono per l'Uranio e gli Affari su grande scala. Che straordinaria fortuna, dunque, che questo rappresentante di entrambi tali Poteri Superiori a) si sia interessato così appassionatamente alla mescalina e b) sia un uomo tanto gradevole».

Né Huxley né Hubbard erano particolarmente versati per la medicina o la scienza, e quindi non sorprende che con il tempo il loro interesse principale si fosse lentamente spostato dal trattamento di individui con problemi psicologici a un desiderio di trattare l'intera società (questa aspirazione sembra finire per contagiare chiunque lavori con gli psichedelici, giacché tocca anche scienziati, comprese figure dal temperamento diverso come Timothy Leary e Roland Griffiths). D'altra parte, la ricerca psicologica procede di persona in persona, e di esperimento in esperimento; non esiste alcun modello empirico per l'uso di una sostanza al fine di cambiare l'intera società, come erano determinati a fare Huxley e Hubbard. Ne deriva che il metodo scientifico cominciò a parer loro, come poi sarebbe successo anche a Leary, alla stregua d'una camicia di forza.

Sulla scia della sua prima esperienza con l'LSD, Huxley scrisse a Osmond: «Chi, essendo una volta giunto a capire il fatto primordiale dell'unità nell'amore, vorrebbe mai tornare alla sperimentazione a livello psichico? ... Ciò che intendo dire» suggeriva «è che l'apertura della porta da parte della mescalina o dell'LSD è un'opportunità troppo preziosa, un privilegio troppo grande, per trascurarlo in nome della sperimentazione».¹⁷⁸ O per circoscriverlo alle persone malate. Osmond era effettivamente in sintonia con questa posizione – dopo tutto, aveva somministrato la mescalina a Huxley, di certo non in un esperimento controllato – e partecipò a molte delle sedute di Hubbard rivolte «ai migliori e ai più brillanti». Tuttavia non era preparato ad abbandonare la scienza o la medicina per qualsiasi cosa Huxley o Hubbard immaginassero potesse trovarsi al di là di esse.

Nel 1955 Al Hubbard cercò di sottrarsi alla camicia di forza scientifica e a formalizzare la sua rete di ricercatori psichedelici fondando un ente che chiamò Commission for the Study of Creative Imagination.¹⁷⁹ Il nome rifletteva il desiderio di portare il suo lavoro con gli psichedelici oltre i limiti della medicina e del suo interesse circoscritto ai malati. Hubbard reclutò Osmond, Hoffer, Huxley e Cohen quali membri del consiglio della commissione, insieme a una mezza dozzina di altri ricercatori impegnati con gli psichedelici, un filosofo (Gerald Heard) e un funzionario delle Nazioni Unite; autonominò poi se stesso «direttore scientifico».

(Che opinione avevano tutte queste persone di Hubbard e del suo titolo pomposo, per non parlare delle sue credenziali accademiche fasulle? Erano al tempo stesso indulgenti e pieni di ammirazione. Quando Betty Eisner scrisse una lettera a Osmond esprimendo disagio per alcune affermazioni di Hubbard, lui le suggerì di visualizzarlo come una sorta di Cristoforo Colombo: «Non sempre gli esploratori sono stati gli individui più scientifici, eccellenti o del tutto distaccati»).¹⁸⁰

Non è chiaro in che misura la Commission for the Study of Creative Imagination fosse qualcosa più di un'intestazione fantasiosa, tuttavia la sua stessa esistenza segnò l'aprirsi d'una frattura sempre più profonda tra l'approccio medico e quello spirituale agli psichedelici. (Sidney Cohen, sempre ambivalente sulle questioni che vedevano contrapposti scienza e misticismo, diede improvvisamente le dimissioni dal consiglio nel 1957, solo un anno dopo esservi entrato). Malgrado il suo titolo di «direttore scientifico», in quel periodo lo stesso Hubbard disse: «Con il passare del tempo, la mia considerazione della scienza, in quanto fine a se stessa, sta diminuendo ... nel momento in cui ciò che desidero con tutto il mio essere è qualcosa che si colloca decisamente all'esterno, e fuori della portata, della manipolazione empirica». ¹⁸¹ Lo spostamento degli obiettivi della ricerca sugli psichedelici dalla psicoterapia alla rivoluzione culturale era dunque già in atto molto prima di Leary.

Nell'estesa rete psichedelica di Al Hubbard, un ultimo nodo che vale la pena di visitare è la Silicon Valley, dove il potenziale dell'LSD – di alimentare l'«immaginazione creativa» e pertanto il cambiamento culturale – fu sottoposto a quella che finora è stata la sua verifica più completa. In effetti, i semi che Hubbard piantò nella Silicon Valley continuano a dare frutti interessanti sotto forma di una continua attenzione per gli psichedelici come strumento di creatività e innovazione (mentre scrivo, la prassi del microdosaggio – l'assunzione regolare di una dose di LSD minima, «sub-percettiva», come una sorta di tonico mentale – è di gran moda nella comunità tecnologica). Steve Jobs diceva spesso che i suoi esperimenti con l'LSD erano stati una delle due o tre esperienze più importanti della sua vita. ¹⁸² Gli piaceva prendersi gioco di Bill Gates, accennando che «sarebbe di più ampie vedute se avesse buttato giù qualche acido o

avesse frequentato un *ashram* da ragazzo»¹⁸³ (in realtà, Gates ha detto d'aver provato l'LSD). Forse la traiettoria non sarà una linea retta, tuttavia è possibile disegnare la connessione tra l'arrivo di Al Hubbard nella Silicon Valley con la sua tracolla piena di LSD da un lato e, dall'altro, il boom tecnologico che Steve Jobs contribuì ad avviare venticinque anni dopo.

La figura chiave, nell'unione tra Al Hubbard e la Silicon Valley, fu Myron Stolaroff: un ingegnere elettronico che, a metà degli anni Cinquanta, era diventato assistente per la pianificazione strategica del presidente dell'Ampex, una delle prime aziende tecnologiche a insediarsi in quella che all'epoca era una valle sonnolenta tutta fattorie e frutteti (fu solo nel 1971 che venne chiamata Silicon Valley). Con i suoi tredicimila dipendenti nel momento di massima espansione, l'Ampex fu un'azienda pionieristica nello sviluppo di nastri magnetici su bobina aperta per la registrazione di audio e dati. Nato a Roswell, New Mexico, nel 1920, Stolaroff studiò ingegneria a Stanford e fu uno dei primissimi dipendenti dell'Ampex: cosa che avrebbe fatto di lui un uomo ricco. Ebreo, ma solo per le origini, a trent'anni era ormai un cercatore spirituale il cui percorso lo condusse da Gerald Heard, il filosofo inglese amico di Aldous Huxley. La descrizione di Heard, della sua esperienza con l'LSD sotto la guida di Al Hubbard, colpì Stolaroff a tal punto che nel marzo del 1956 si recò a Vancouver per una seduta con il Capitano nel suo appartamento.

Sessantasei microgrammi di LSD Sandoz lo spedirono in un viaggio a tratti terrificante e a tratti estatico. Nell'arco di diverse ore assistette all'intera storia del pianeta: dapprima la sua formazione, poi l'evoluzione della vita e la comparsa del genere umano, e infine il trauma della propria nascita (sembra che questa fosse una traiettoria comune per i trip guidati da Hubbard). «Per me fu un'apertura straordinaria» raccontò anni dopo a un intervistatore: «un'apertura immensa. Rivissi l'esperienza d'una nascita molto dolorosa, che aveva determinato quasi tutti gli aspetti della mia personalità. Però sperimentai anche l'armonia del genere umano, e la realtà di Dio. Da quel momento seppi ... che mi sarei dedicato completamente a questo lavoro.»¹⁸⁴

«Dopo quella prima esperienza con l'LSD, dissi: "Questa è la più grande scoperta mai fatta dagli esseri umani"». ¹⁸⁵

Stolaroff condivise quelle novità con un piccolo gruppo di amici e colleghi dell'Ampex. Cominciarono a incontrarsi più o meno ogni mese per discutere questioni spirituali e la capacità dell'LSD di aiutare gli individui – individui sani – a realizzare il proprio pieno potenziale. Don Allen, un giovane ingegnere dell'Ampex, e Willis Harman, professore di elettrotecnica alla Stanford, si unirono al gruppo, e Al Hubbard cominciò a recarsi a Menlo Park: dapprima per accompagnare i suoi membri nei loro viaggi psichedelici, e poi per insegnar loro a guidare gli altri. «Come terapeuta» rievocò Stolaroff «era uno dei migliori».

Convinto del potere dell'LSD di aiutare gli individui a superare le proprie limitazioni, per un certo periodo Stolaroff provò, con l'aiuto di Hubbard, a reimpostare l'Ampex, facendo di essa la prima «impresa psichedelica» del mondo. Hubbard condusse una serie di seminari settimanali alla sede centrale e somministrò l'LSD ai dirigenti della compagnia, in un sito della Sierra. Il progetto tuttavia naufragò quando il direttore generale, che era ebreo, ebbe da ridire sulle immagini di Gesù Cristo, della Vergine Maria e dell'Ultima Cena che Hubbard insisteva a portare nel suo studio. Più o meno in quello stesso periodo Willis Harman spostò il centro del suo insegnamento a Stanford, offrendo un nuovo corso sul «potenziale umano» che terminò con una lezione sugli psichedelici. Gli ingegneri stavano facendo religione. (E la fanno ancora. So di una compagnia tecnologica della Bay Area che oggi usa gli psichedelici nella formazione dei suoi dirigenti. Alcune altre hanno istituito «le microdosi del venerdì»).

Nel 1961 Stolaroff lasciò l'Ampex per dedicarsi a tempo pieno alla ricerca sugli psichedelici. Insieme a Willis Harman, istituì, dandole un nome pomposo, l'International Foundation for Advanced Study (IFAS) al fine di esplorare il potenziale dell'LSD quale agente per amplificare la personalità e la creatività umane. Stolaroff ingaggiò come direttore medico uno psichiatra di nome Charles Savage e, come psicologo dello staff, uno studente al primo anno di specializzazione di nome James Fadiman (laureatosi a Harvard nel 1960, Fadiman venne iniziato alla psilocibina da Richard Alpert,

anche se solo dopo il conseguimento del titolo; «mi è accaduta la cosa più fantastica del mondo» disse Alpert al suo ex studente «e voglio dividerla con te»).¹⁸⁶ Anche Don Allen lasciò il suo posto di ingegnere all'Ampex e si unì all'IFAS come selezionatore e guida. La fondazione – che procurava un permesso dell'FDA per effettuare ricerche, e una fornitura di LSD e mescalina messa a disposizione da Al Hubbard – cominciò, per usare un'espressione dello stesso Hubbard, a «gestire clienti». Nel corso dei successivi sei anni avrebbe gestito circa trecentocinquanta persone.

James Fadiman e Don Allen si sono sottoposti entrambi a lunghissime interviste; degli anni alla fondazione ricordano che fu un periodo di lavoro emozionante ed esaltante su quella che – ne erano convinti – era la frontiera delle potenzialità umane. In massima parte i loro soggetti sperimentali erano «individui normali sani», oppure quella che Fadiman descriveva come «una popolazione di pazienti nevrotici ambulatoriali sani». Ciascun cliente pagava cinquecento dollari per un pacchetto che comprendeva un test della personalità prima-e-dopo, una seduta guidata con l'LSD, e un *follow-up*. Al Hubbard «entrava e usciva, come se girovagasse senza meta» ricorda Don Allen. «Era, al tempo stesso, il nostro ispiratore e il nostro esperto interno». Secondo James Fadiman, «era la forza nascosta dietro alla ricerca di Menlo Park». Di tanto in tanto Hubbard portava i membri dello staff nella Death Valley per delle sedute di formazione, nella convinzione che quel paesaggio primordiale fosse particolarmente favorevole all'esperienza rivelatrice.

In una mezza dozzina circa di articoli pubblicati al principio degli anni Sessanta i ricercatori della fondazione riportarono alcuni «risultati» stimolanti. Numerosi clienti (il 78 per cento) dissero che l'esperienza aveva aumentato la loro capacità di amare, altri (il 71 per cento) osservarono un aumento dell'autostima, e altri ancora (l'83 per cento) affermarono di aver intravisto nel corso delle sedute «un potere superiore, una realtà ultima». ¹⁸⁷ Coloro che avevano avuto una tale esperienza erano gli stessi che riferivano i benefici più duraturi. Don Allen mi disse che moltissimi clienti emergevano dalle sedute con «mutamenti importanti e alquanto durevoli delle convinzioni, degli atteggiamenti e del comportamento, in una misura ben superiore alla probabilità statistica». Specificamente,

diventavano «molto meno inclini a giudicare, molto meno rigidi, più aperti e meno diffidenti». Peraltro, non era tutto rose e fiori: dopo le sedute, diversi clienti ruppero improvvisamente il proprio matrimonio, ormai convinti di non essere in sintonia con il partner, oppure di essere intrappolati in schemi comportamentali distruttivi.

La fondazione condusse anche alcuni studi per determinare se, in effetti, l'LSD fosse in grado di potenziare la creatività e la capacità di risoluzione di problemi. «Non era assolutamente una cosa ovvia;» sottolinea James Fadiman «considerando che l'esperienza è tanto potente, infatti, uno potrebbe semplicemente divagare e perdere di vista quello che stava cercando di realizzare». Per verificare la loro ipotesi, quindi, Fadiman e colleghi cominciarono da se stessi, indagando se sotto l'effetto di una dose di LSD relativamente leggera – un centinaio di microgrammi – fossero in grado di progettare un esperimento credibile sulla creatività. Determinarono di poterlo fare, il che forse non sorprende.

Lavorando in gruppi di quattro, James Fadiman e Willis Harman somministrarono la stessa dose di LSD ad artisti, ingegneri, architetti e scienziati: tutti, in un modo o nell'altro, «arenati» nel proprio lavoro su un particolare progetto. «Usammo ogni manipolazione di *set* e *setting* prevista dai protocolli» rievocò Fadiman, informando i partecipanti che «sarebbero rimasti incantati dalle loro capacità intellettuali e avrebbero risolto problemi come mai prima d'allora». I soggetti descrissero un notevole aumento della fluidità di pensiero, come pure il potenziamento della capacità di visualizzare e ricontestualizzare un problema. «Eravamo stupiti, così come lo erano i partecipanti, di fronte alle moltissime soluzioni nuove ed efficaci che emergevano dalle sedute» scrisse Fadiman.¹⁸⁸ Tra i loro soggetti c'erano alcuni dei visionari che negli anni immediatamente successivi avrebbero rivoluzionato i computer, compresi William English e Dough Engelbart.¹⁸⁹ Questo studio presenta problemi di ogni genere – non era controllato, si basava sulla valutazione del successo formulata dai soggetti direttamente interessati, e venne interrotto prima di poter essere completato –, ma almeno indica una promettente via di ricerca.

La fondazione chiuse i battenti nel 1966, ma il lavoro di Hubbard nella Silicon Valley non terminò assolutamente. Nel 1968 Willis

Harman richiamò Hubbard dal suo quasi pensionamento, in quello che è uno degli episodi più misteriosi della sua carriera. Dopo lo scioglimento dell'IFAS, Harman era andato a lavorare allo Stanford Research Institute (SRI), un prestigioso *think tank* affiliato alla Stanford University, che gestiva contratti provenienti da diversi uffici dell'amministrazione federale e dall'esercito. Harman venne messo alla guida dell'Educational Policy Research Center dell'SRI, con l'incarico di prospettare i futuri scenari dell'istruzione. Benché ormai fosse illegale, l'LSD era ancora molto usata tra gli ingegneri e gli accademici che orbitavano all'interno e nei pressi di Stanford.

Hubbard, che adesso era al verde, venne ingaggiato come «agente investigativo speciale» part-time, ufficialmente per vigilare sull'uso di droghe all'interno del movimento studentesco. La lettera con cui Harman lo coinvolse è al tempo stesso oscura e suggestiva: «Le nostre ricerche su alcuni degli attuali movimenti sociali che influenzano la formazione indicano che l'uso di droghe, diffuso tra gli studenti aderenti alla Nuova Sinistra, non sia un fenomeno del tutto spontaneo. In parte, esso sembra un'arma intenzionale che punta al cambiamento politico. Siamo interessati alla valutazione della sua portata, in quanto ha un impatto su questioni di politica dell'istruzione a lungo termine. A tal proposito, sarebbe utile averla con noi come agente investigativo speciale con accesso a dati rilevanti normalmente non disponibili».¹⁹⁰ Benché non menzionati nella lettera, i servizi di Hubbard per l'SRI comprendevano anche il ricorso alle sue estese conoscenze politiche per conservare il flusso dei contratti. E così, ancora una volta, Al Hubbard indossò la sua uniforme kaki da guardia di sicurezza – comprensiva di badge dorato, pistola e cinturone completo di munizioni – e tornò al lavoro.

L'uniforme e il titolo di «agente speciale», però, erano una copertura, in effetti anche spudorata.

Come nemico dichiarato della controcultura in ascesa, è perfettamente possibile che Hubbard indagasse davvero sull'uso di droga illegale al campus per conto dell'SRI (o di altri);¹⁹¹ ma, ancora una volta, se lo fece lavorò su entrambi i versanti della barricata. Perché, sebbene nel 1968 lo status legale dell'LSD fosse ormai cambiato, la missione di Hubbard e di Harman – «offrire l'esperienza [dell'LSD] ai leader politici e intellettuali di tutto il mondo»¹⁹² –

evidentemente era rimasta la stessa. Può darsi benissimo che quel lavoro sia continuato, soltanto in modo più discreto e sotto copertura. Come Willis Harman disse a Tod Brendan Fahey in un'intervista del 1990, e come poi confermò un ex dipendente dell'SRI, infatti, «Al non ebbe mai nulla di simile a un incarico nel campo della sicurezza.

«Il lavoro di Al consisteva nel guidare per noi le sedute speciali».¹⁹³

Quell'ex dipendente dell'SRI è Peter Schwartz, un ingegnere poi diventato futurologo di punta; attualmente è vicepresidente senior per i rapporti con il governo e la pianificazione strategica della Salesforce.com. Nel 1973 andò a lavorare per Willis Harman all'SRI: era il suo primo impiego appena uscito dalla scuola di specializzazione. All'epoca, ormai, Al Hubbard era più o meno in pensione, e a Schwartz toccò il suo ufficio. Sulla parete sopra la scrivania era appesa un'enorme fotografia di Richard Nixon, con tanto di dedica: «Al mio caro amico Al, per tutti gli anni di servizio – il tuo amico Dick». Nel cassetto della corrispondenza in entrata andava accumulandosi un mucchio di posta, lettere indirizzate ad A.M. Hubbard da tutto il mondo, compresa – ricordava – una di George Bush, futuro direttore della CIA, che all'epoca era a capo del Republican National Committee.

«Ma chi era quel tizio?» si chiedeva Schwartz. Poi, un giorno, quell'uomo rotondo dai capelli grigi tagliati cortissimi, con un'uniforme da guardia della sicurezza e una calibro 38 al seguito, si presentò a ritirare la posta.

«Sono un amico di Willis» disse Hubbard a Schwartz. «E poi cominciò a farmi delle domande stranissime, completamente fuori contesto. “Da dove crede *realmente* di venire? Che cosa pensa del cosmo?”. In seguito venni a sapere che quello era il suo modo di esaminare la gente, per stabilire se eri o meno un degno candidato».

Affascinato, Schwartz chiese a Harman informazioni su quell'uomo misterioso e cominciò a ricomporre, un pezzo alla volta, gran parte della storia della sua vita. Ben presto il giovane futurologo si rese conto che «tra le persone con idee interessanti che stavo incontrando – professori di Stanford, di Berkeley, lo staff dell'SRI, informatici, scienziati, scrittori – moltissime avevano fatto dei trip con Hubbard, e tutte erano state trasformate dall'esperienza». Schwartz disse che tra i primi informatici molti si affidavano all'LSD per

progettare i circuiti integrati, soprattutto negli anni in cui ancora non era possibile farlo con i computer. «Dovevi riuscire a visualizzare una spaventosa complessità in tre dimensioni, e tenere tutto a mente. Scoprirono che l'LSD poteva aiutare».

Schwartz comprese infine che «tutti, in quella comunità» – e qui si riferiva alla gente interessata alla tecnologia che popolava la Bay Area negli anni Sessanta e all'inizio dei Settanta, come pure a coloro che erano coinvolti nella Whole Earth Network di Steward Brand – «avevano preso l'LSD di Hubbard».

Perché gli ingegneri, in particolare, erano tanto attratti dagli psichedelici? Schwartz, lui stesso con una formazione da ingegnere aerospaziale, crede che la cosa si spieghi considerando che mentre gli scienziati possono semplificare i problemi su cui lavorano, «la risoluzione di problemi ingegneristici comporta sempre una complessità irriducibile. Sei costantemente impegnato a far quadrare variabili complesse che non sono mai esatte, e quindi sei alla disperata ricerca di modelli. L'LSD te li mostra.

«Non ho dubbi sul fatto che tutta quell'LSD di Hubbard, che tutti noi abbiamo preso, abbia avuto un grande impatto sulla nascita della Silicon Valley».

Stewart Brand ricevette il suo battesimo psichedelico all'IFAS nel 1962, con James Fadiman come guida. La sua prima esperienza con l'LSD «fu un trip deludente» ricorda, ma lo portò a una serie di altri viaggi che riplasmarono la sua prospettiva sul mondo e, indirettamente, quella di noi tutti. In seguito Brand (con Peter Schwartz, Esther Dyson, Kevin Kelly, Howard Rheingold e John Perry Barlow) creò la Whole Earth Network, che avrebbe avuto una parte fondamentale nel ridefinire il significato e il ruolo dei computer, contribuendo a trasformarli da strumento *top-down* del sistema militare-industriale – dove la scheda perforata era un simbolo calzante dell'Uomo dell'Organizzazione – in strumento di liberazione personale e di comunità virtuale, con un'atmosfera distintamente contro culturale. In quale misura l'idea del ciber spazio (o anche della realtà virtuale), regno immateriale dove uno può costruirsi una nuova identità e fondersi con una comunità di interlocutori virtuali, è debitrice a un'immaginazione che prese forma dall'esperienza con le sostanze psichedeliche?¹⁹⁴ È probabile che tutta l'idea della

cibernetica, l'idea che la realtà materiale possa essere tradotta in bit di informazione, sia anch'essa debitrice di qualcosa all'esperienza con l'LSD, al suo potere di far collassare la materia nello spirito.

Brand crede che per la sua comunità il valore dell'LSD sia stato quello di un istigatore della creatività che in un primo tempo (grazie a informatici visionari dell'SRI come Doug Engelbart e alla prima comunità di *hackers*) contribuì a trasmettere il potere dei computer collegati in rete, ma che in seguito venne sostituito dagli stessi computer. («A un certo punto le droghe non facevano più alcun progresso,» disse Brand «ma i computer sì»). Dopo la sua esperienza all'IFAS, Brand fu coinvolto con Ken Kesey nei suoi famosi Acid Tests, che descrisse come «una forma d'arte partecipativa che portò direttamente al Burning Man», il raduno annuale delle arti, della tecnologia e delle comunità psichedeliche nel deserto del Nevada. Secondo lui, l'LSD fu un ingrediente fondamentale per alimentare lo spirito di sperimentazione collaborativa e di tolleranza nei confronti del fallimento che contraddistingue la cultura dei computer della West Coast. «Ci consentiva di provare cose strane collaborando con altre persone».

Talora l'LSD produceva autentiche rivelazioni, come fece per lo stesso Brand nel 1966, in un gelido pomeriggio di primavera. Annoiato, salì sul tetto di casa sua a North Beach e prese un centinaio di microgrammi di acido – la dose raccomandata da Fadiman per stimolare la creatività. Mentre era avvolto in una coperta e guardava verso il centro della città, gli sembrò che le strade bordate di edifici non fossero del tutto parallele. Doveva essere per via della curvatura della Terra, decise. Gli venne in mente che quando pensiamo alla Terra immaginandola piatta, come facciamo di solito, assumiamo che sia infinita, e trattiamo le sue risorse di conseguenza. «Il nostro atteggiamento nei confronti dell'infinito è di consumarlo;» pensò «una Terra rotonda, invece, era una nave spaziale finita che dovevi gestire con oculatezza»: per lo meno, quello è il modo in cui gli apparve quel pomeriggio «dall'alto di tre piani e di cento microgrammi».

Se fosse riuscito a comunicarlo alla gente, tutto sarebbe cambiato! Ma come? Tutt'a un tratto gli venne in mente il programma spaziale e si chiese: «Perché non abbiamo mai visto un'immagine della Terra

dallo spazio? Mi fissai su questo, su come ottenere questa fotografia che avrebbe rivoluzionato la nostra comprensione del posto che occupiamo nell'universo. *Ci sono: farò fare una spilla!* Ma che cosa dovrei scrivervi? “Facciamo una fotografia della Terra dallo spazio”. No, deve essere una domanda, e forse anche un po' paranoide – attingere da *quella* risorsa americana. “Perché non abbiamo ancora visto una fotografia di tutta la Terra?”».

Brand scese dal tetto e lanciò una campagna che alla fine arrivò nelle aule del Congresso e alla NASA. Chissà se fu il diretto risultato di quella campagna: due anni dopo, comunque, nel 1968, gli astronauti dell'*Apollo* puntarono indietro le macchine fotografiche regalandoci la prima fotografia della Terra vista dallo spazio; quanto a Stewart Brand, ci diede la prima edizione del *Whole Earth Catalog*. Cambiò tutto? Qualcuno potrebbe sostenere di sì.

Parte seconda: la crisi

Timothy Leary arrivò tardi agli psichedelici. Nel 1960, quando lanciò lo Psilocybin Project di Harvard, in Nord America c'erano ormai già stati dieci anni buoni di ricerca sugli psichedelici, testimoniata da centinaia di articoli accademici e diversi convegni internazionali. Lo stesso Leary fece raramente riferimento a questo corpus di studi sperimentali, preferendo dare l'impressione che la sua ricerca avesse rappresentato un capitolo radicalmente innovativo negli annali della psicologia. Nel 1960 il futuro degli studi sugli psichedelici sembrava luminoso. Eppure, nel breve spazio di cinque anni, il clima politico e culturale mutò completamente, l'America fu inghiottita da un panico morale sull'LSD, e praticamente tutta la ricerca e la terapia con queste sostanze furono bloccate, o spinte nella clandestinità. *Che cos'era successo?*

«Timothy Leary» è la risposta fin troppo ovvia a questa domanda. Quasi tutti quelli che ho intervistato sull'argomento, decine di persone, prima di rispondere premettevano «È troppo semplice dar la colpa a Leary»; e poi facevano esattamente quello. È difficile evitare la conclusione che l'esuberante professore di psicologia – con quel suo tropismo che lo portava a volgersi verso il sole della

pubblicità, buona o cattiva che fosse – abbia arrecato un grave danno alla causa della ricerca sugli psichedelici: di fatto, lo arrecò. D'altra parte, le forze sociali sguinzagliate dalle stesse droghe, una volta fuori dal laboratorio trasferite nella cultura, erano più grandi e più forti di quelle a cui qualsiasi individuo potesse resistere – o di cui potesse reclamare il merito. Il puro e semplice potere dionisiaco dell'LSD avrebbe comunque dato una scossa e stimolato una reazione, con o senza le buffonate spensierate, gioiose e ampiamente pubblicizzate di Timothy Leary.

Quando venne ingaggiato da Harvard nel 1959, Leary aveva ormai, a livello nazionale, la reputazione di un ricercatore pieno di talento impegnato nello studio della personalità; eppure, anche allora – prima della sua sconvolgente esperienza iniziale con la psilocibina a Cuernavaca, nell'estate del 1960 – provava un certo disincanto nei confronti del suo campo di studio.¹⁹⁵ Qualche anno prima, mentre lavorava come direttore della ricerca psichiatrica al Kaiser Hospital di Oakland, aveva condotto insieme a un collega un brillante esperimento per valutare l'efficacia della psicoterapia. Alcuni pazienti che richiedevano assistenza psichiatrica furono divisi in due gruppi: uno ricevette il trattamento standard dell'epoca, mentre all'altro (costituito da persone in una lista d'attesa) non toccò alcun trattamento. A distanza di un anno un terzo di tutti i soggetti era migliorato, un terzo era peggiorato e un terzo non presentava modificazioni – a prescindere dal gruppo cui erano stati assegnati. Il fatto che un soggetto ricevesse o meno un trattamento non faceva alcuna differenza ai fini dei risultati. Ma allora a che serviva la psicoterapia convenzionale? E la psicologia? Leary aveva cominciato a chiederselo.

Ben presto Leary si insediò al Department of Social Relations di Harvard, come docente dinamico e carismatico benché un po' cinico. L'affascinante professore era un gran parlatore nello stile espansivo irlandese, ed era capace di incantare chiunque, in particolare le donne, per le quali era evidentemente una calamita. Aveva sempre avuto una vena impertinente e ribelle: a West Point finì sotto la corte marziale per violazione del codice d'onore, e fu anche espulso dalla University of Alabama per aver passato una notte in un dormitorio femminile; Harvard, come istituzione, fece affiorare la ribellione che

aveva dentro. Leary parlava cinicamente della ricerca psicologica come di un «gioco». Herbert Kelman – un collega del dipartimento che lo aiutò a trovare la sua prima casa e che in seguito divenne il suo principale avversario – ricorda il nuovo professore come una persona «piacevole», tuttavia afferma che «ebbi dei dubbi su di lui fin dal primo momento. Spesso parlava in modo estemporaneo di cose di cui non sapeva nulla, per esempio dell'esistenzialismo, e andava dicendo ai nostri studenti che la psicologia era tutta un gioco. Mi sembrava alquanto sprezzante e irresponsabile».

Incontrai Kelman, ora ultranovantenne, nel piccolo appartamento stipato dove abita con la moglie, in una residenza assistita a West Cambridge. Non mostrava alcun rancore nei confronti di Leary, ma sembrava nutrire ben poca considerazione verso di lui, sia come docente, sia come scienziato; credeva anzi che Leary si fosse disamorato nei confronti della scienza molto prima che gli psichedelici entrassero nella sua vita: anche prima della psilocibina, secondo Kelman, «era già sulla buona strada per andar fuori di testa».

L'iniziazione di Leary alla psilocibina, che ebbe luogo in Messico, a bordo piscina, nell'estate del 1960, si colloca tre anni dopo la pubblicazione su «Life» del famoso articolo di R. Gordon Wasson sul «fungo che causa strane visioni». Per Leary, i funghi furono un fattore di trasformazione: nell'arco di un pomeriggio il suo appassionato interesse per la comprensione della mente umana s'era riacceso – meglio: era esploso.

«A Cuernavaca, in quattro ore vicino alla piscina appresi su mente, cervello e strutture cerebrali più di quanto avessi imparato nei precedenti quindici anni come psicologo scrupoloso» scrisse in seguito in *Flashbacks*, il suo *memoir* del 1983.¹⁹⁶ «Imparai che il cervello è un biocomputer sottoutilizzato... che la coscienza normale è una goccia in un oceano di intelligenza. Che coscienza e intelligenza possono essere sistematicamente espanse. Che il cervello può essere riprogrammato».

Come rievocò in *Il gran sacerdote*, il suo *memoir* del 1968, Leary fece ritorno dal suo viaggio con un'irresistibile urgenza riguardante la rivelazione: «Affrettati a tornare e predicala a tutti». E poi, nel giro di

qualche frase, andò assumendo una voce profetica che lasciava prevedere tutta la sua futura traiettoria:

«Ascolta! Svegliati! Tu sei Dio! In te è racchiuso il piano divino espresso in scrittura cellulare. Ascolta! Prendi questo sacramento! Vedrai! Conseguirai la rivelazione! La tua vita cambierà!». ¹⁹⁷

Almeno per il primo paio d'anni trascorsi a Harvard, però, Leary fece scienza, benché senza troppa convinzione. Quell'autunno, di ritorno a Cambridge – dopo essersi assicurato la tacita approvazione di David McClelland, il presidente del dipartimento –, Leary reclutò Richard Alpert, un promettente professore erede di una fortuna nel settore ferroviario, e insieme a lui lanciò lo Psilocybin Project di Harvard, operando dal minuscolo sgabuzzino di un ufficio del Department of Social Relations, al numero 5 di Divinity Avenue (sono andato a cercare l'edificio, ma era stato abbattuto da tempo e sostituito da una grande costruzione in mattoni, occupata da istituti scientifici). Leary – sempre il venditore della situazione – aveva convinto Harvard che la ricerca da lui proposta si collocasse perfettamente nel solco della tradizione di William James, il quale nei primi anni del secolo aveva studiato, sempre a Harvard, gli stati alterati della coscienza e le esperienze mistiche. L'università pose un'unica condizione alla ricerca: Leary e Alpert potevano somministrare le nuove droghe agli specializzandi, ma non a studenti non ancora laureati. Non passò molto tempo prima che nell'elenco dei corsi offerti dall'università comparisse un nuovo seminario dal titolo intrigante: ¹⁹⁸

«Espansione sperimentale della coscienza»

«Si procederà all'analisi della letteratura sulle modificazioni della consapevolezza indotte dall'interno e dall'esterno. Gli elementi fondamentali dell'esperienza mistica saranno studiati adottando un approccio cross-culturale. Gli iscritti al seminario parteciperanno a esperienze con metodi di espansione della coscienza; i problemi metodologici in quest'area di studi saranno oggetto di un'attenzione sistematica. Questo seminario è riservato agli studenti specializzandi. Ammissione per approvazione del docente».

«Espansione sperimentale della coscienza» riscosse un enorme gradimento.

Nei suoi tre anni di esistenza, l'Harvard Psilocybin Project produsse risultati sorprendentemente esigui, almeno in termini scientifici. Nei loro primi esperimenti Leary e Alpert somministrarono psilocibina a centinaia di persone di ogni genere, comprese casalinghe, musicisti, artisti, accademici, scrittori, colleghi psicologi e studenti laureati, i quali poi completarono i questionari sulle proprie esperienze. Secondo *Americans and Mushrooms in a Naturalistic Environment: A Preliminary Report*, la maggior parte dei soggetti ebbe in genere esperienze molto positive: in qualche caso, tali da cambiare la loro vita.

«Naturalistico» era un termine appropriato: queste sedute non avevano luogo in edifici universitari ma in soggiorni confortevoli, con musica di sottofondo, a lume di candela: e a un osservatore casuale sarebbero parse più simili a feste che non a esperimenti, soprattutto se si considera che di solito vi prendevano parte anche gli stessi ricercatori (Leary e Alpert assunsero quantità impressionanti di psilocibina e, in seguito, di LSD). Almeno al principio Leary, Alpert e i loro specializzandi si sforzarono di descrivere i viaggi con la psilocibina – sia i propri che quelli dei loro soggetti – come se fossero stati pionieri intenti a esplorare una frontiera della coscienza non ancora mappata, e come se i precedenti dieci anni di rilievi sul paesaggio degli psichedelici non avessero mai avuto luogo. «Eravamo da soli» scrisse Leary, un po' in malafede. «Nella letteratura occidentale erano quasi assenti guide, mappe o testi che riconoscessero l'esistenza degli stati alterati».¹⁹⁹

Attingendo dal loro esteso lavoro sul campo, tuttavia, Leary diede effettivamente un contributo originale teorizzando l'idea del *set* e del *setting*, usando per la prima volta in letteratura le due parole in tale contesto. Questi utili termini – se non i concetti che essi denotano, per i quali la maggior parte del credito va ad Al Hubbard – possono senz'altro rappresentare il contributo più durevole di Leary alla scienza degli psichedelici. Nei loro primi anni a Harvard, Leary e Alpert pubblicarono diversi articoli tuttora meritevoli d'esser letti, sia in quanto etnografie dell'esperienza con gli psichedelici ben scritte e frutto di meticolose osservazioni, sia in quanto testi in cui è possibile cogliere i primi fremiti di una nuova sensibilità.

Basandosi sull'idea che le esperienze trasformative dei volontari vissute nell'ambito dello Psilocybin Project avrebbero potuto avere qualche applicazione sociale più ampia, nel 1961 Leary e uno specializzando, Ralph Metzner, immaginarono un progetto di ricerca più ambizioso: il Concord Prison Experiment, inteso a scoprire se il potenziale della psilocibina di modificare la personalità potesse essere utilizzato per ridurre il tasso di recidiva in una popolazione di criminali incalliti. Il fatto che questo audace esperimento sia decollato è una testimonianza del fascino di Leary e delle sue capacità di venditore, giacché dovette essere autorizzato non solo dallo psichiatra ma anche dal direttore del carcere.

L'idea era quella di comparare i tassi di recidiva di due gruppi di prigionieri, internati in un carcere di massima sicurezza a Concord, nel Massachusetts. Un gruppo di trentadue carcerati ricevette la psilocibina in sedute che avevano luogo nel carcere, insieme a un membro del team di Leary che prendeva la droga con loro – in modo da non trattare i prigionieri con sufficienza o alla stregua di cavie, spiegò Leary.²⁰⁰ Un altro membro del team rimaneva sobrio per osservare e prendere appunti. Un secondo gruppo di carcerati non riceveva droghe né alcun particolare trattamento. Questi due gruppi erano poi seguiti per un periodo di due mesi dopo la scarcerazione.

Leary riportò risultati da lasciare a bocca aperta:²⁰¹ a dieci mesi dalla scarcerazione, solo il 25 per cento di coloro che avevano ricevuto la psilocibina era tornato in carcere, mentre i membri del gruppo di controllo presentavano un più tipico tasso di recidiva dell'80 per cento. A distanza di decenni, però, Rick Doblin, lavorando al MAPS, ricostruì meticolosamente l'esperimento di Concord analizzando criticamente i risultati soggetto per soggetto, e giunse alla conclusione che Leary aveva gonfiato i dati;²⁰² in realtà, non c'era una differenza statisticamente significativa nei tassi di recidiva dei due gruppi (già all'epoca le pecche metodologiche dello studio avevano spinto David McClelland, il presidente del dipartimento, a scrivere a Metzner un memo di durissima critica). A proposito del lavoro scientifico di Leary, Sidney Cohen, lui stesso coinvolto nello studio degli psichedelici, concluse che «era quel tipo di ricerca che mette in imbarazzo gli scienziati».²⁰³

Leary ebbe un ruolo più marginale in un altro studio – molto più credibile – svolto nella primavera del 1962: il Good Friday Experiment, l'esperimento del venerdì santo che ho descritto nel primo capitolo. A differenza di quello condotto nel carcere di Concord, il «Miracolo alla Marsh Chapel» come divenne poi noto, compì uno sforzo onesto per onorare le convenzioni delle sperimentazioni di psicologia controllate in doppio cieco. Né i ricercatori, né i soggetti – venti studenti di teologia – sapevano chi avesse ricevuto la droga e chi il placebo, che era una sostanza attiva. Lo studio del venerdì santo era ben lungi dalla perfezione: Pahnke non menzionò il partecipante che andò fuori di testa e che dovette essere sedato. Nondimeno, la sua principale conclusione – e cioè che la psilocibina può dare sistematicamente luogo a un'esperienza mistica «se non identica indistinguibile» dalle esperienze descritte in letteratura – regge ancora, e ha contribuito a ispirare l'attuale ondata di ricerca, soprattutto alla Johns Hopkins, dove è stato (grosso modo) replicato nel 2006.

In massima parte, però, il merito dell'esperimento del venerdì santo va giustamente riconosciuto a Walter Pahnke, e non a Timothy Leary, il quale ne criticò il disegno fin dall'inizio dicendo a Pahnke che usare un gruppo di controllo o un placebo era una perdita di tempo. «Se quell'esperienza ci insegnato qualcosa,» scrisse in seguito «è quanto fosse stato stupido usare un disegno sperimentale in doppio cieco con gli psichedelici. Dopo cinque minuti, nessuno inganna più nessuno».²⁰⁴

Ormai Leary aveva perso quasi del tutto l'interesse per la scienza; si stava preparando a scambiare il «gioco della psicologia» con quello che avrebbe poi chiamato il «gioco del guru» (forse il tratto più amabile del suo carattere era che non si prendeva mai troppo sul serio – nemmeno come guru). Ai suoi occhi ormai era chiaro che l'importanza spirituale e culturale della psilocibina e dell'LSD era di gran lunga superiore a qualsiasi beneficio terapeutico tali sostanze potessero arrecare agli individui. Gli psichedelici avevano convinto Leary – come Hubbard, Huxley e Osmond prima di lui – di essere in grado non solo di risanare i singoli, ma anche di modificare la

società e salvare il genere umano, e che la sua missione fosse quella di servire da loro profeta. Era come se le stesse sostanze chimiche avessero trovato un brillante sistema per proliferare colonizzando il cervello di un certo tipo di persona carismatica e messianica.

«A Harvard stavamo concependo pensieri storicamente estremi» scrisse in seguito Leary a proposito di quel periodo: convinti che «fosse arrivato il momento (dopo i superficiali e nostalgici anni Cinquanta) per visioni rivoluzionarie, sapevamo che l'America aveva esaurito la filosofia, e che era urgentemente necessaria una nuova meta-fisica empirica e tangibile».²⁰⁵ La bomba e la guerra fredda costituivano lo sfondo essenziale di quelle idee, conferendo al progetto un carattere d'urgenza.

Nel suo passaggio da scienziato a evangelizzatore Leary fu incoraggiato anche da alcuni degli artisti che aveva egli stesso iniziato agli psichedelici. In una memorabile seduta nella sua casa di Newton, nel dicembre del 1960, Leary diede la psilocibina al poeta beat Allen Ginsberg, un uomo che per vestire i panni del profeta visionario non aveva bisogno di alcuna induzione chimica. Verso la fine di un trip estatico, Ginsberg scese incespicando al piano di sotto, si tolse tutti i vestiti e annunciò la propria intenzione di marciare nudo per le strade di Newton predicando il nuovo vangelo.

«Insegneremo alla gente a smettere di odiare;» disse «inizieremo un movimento di pace e amore».²⁰⁶ Nelle sue parole si può quasi udire la nascita degli anni Sessanta, come un pulcino fluorescente ancora bagnato che rompe il guscio dell'uovo. Quando Leary riuscì a persuadere Allen a non uscire di casa (tra l'altro, era dicembre), il poeta andò al telefono e cominciò a chiamare vari leader mondiali, cercando di farsi passare Kennedy, Chruščëv e Mao Zedong, per cercare di appianare le loro divergenze. Alla fine riuscì a parlare solo con il suo amico Jack Kerouack, presentandosi come Dio («qui è D-I-O che parla») e dicendogli che *doveva* prendere quei funghi magici.

Al pari di chiunque altro.

Ginsberg era convinto che Leary, il professore di Harvard, fosse l'uomo perfetto per guidare la nuova crociata psichedelica. Per Ginsberg, il fatto che il nuovo profeta «emergesse dall'Università di

Harvard», l'*alma mater* del neoeletto presidente, era un esempio di «commedia storica», giacché qui c'era «il solo e unico Dr. Leary, un essere umano rispettabile, un uomo navigato, messo di fronte al compito d'un Messia». Venendo dal grande poeta, quelle parole caddero come semi sul terreno fertile e ben innaffiato dell'ego di Timothy Leary. (Il fatto che le sostanze psichedeliche possano promuovere un'esperienza di dissoluzione dell'ego, la quale in alcuni individui porta poi rapidamente a una sua colossale espansione, è uno dei loro numerosi paradossi. Essendo stato ammesso a conoscere un grande segreto dell'universo, chi riceve tale conoscenza tende a sentirsi speciale, prescelto per grandi imprese).

Huxley, Hubbard e Osmond condividevano con Leary il senso della missione storica, ma avevano idee molto diverse su quale fosse il modo migliore di realizzarla. I tre erano inclini a un tipo di spiritualismo orientato all'offerta: prima devi risvegliare l'*élite*, e poi lasci che la nuova coscienza filtri verso il basso raggiungendo le masse, che potrebbero non essere pronte ad assorbire un'esperienza così dirompente tutta in una volta. Il loro modello non dichiarato erano i misteri di Eleusi, dove le *élites* greche si radunavano in segreto per ingerire il sacro *kykeón* (ciceone) e condividere una notte di rivelazione. Leary e Ginsberg, però, entrambi saldamente radicati nello spirito americano, erano determinati a democraticizzare l'esperienza visionaria, a rendere la trascendenza disponibile a tutti – *subito*. Di certo quella era la grande benedizione degli psichedelici: per la prima volta c'era una tecnologia che lo rendeva possibile. Anni dopo, Lester Grinspoon, un professore di psichiatria di Harvard, colse molto bene quell'ethos in *Psychedelic Drugs Reconsidered*, un libro che scrisse con James Bakalar: «Le sostanze psichedeliche hanno aperto al turismo di massa territori mentali in precedenza perlustrati solo da piccoli gruppi di esploratori particolarmente intrepidi, soprattutto mistici religiosi».²⁰⁷ Come pure da artisti visionari dello stampo di William Blake, Walt Whitman e Allen Ginsberg. Adesso, con una pillola o un quadratino di carta assorbente chiunque poteva sperimentare esattamente, e di prima mano, di che cosa stessero mai parlando Blake e Whitman.

Questa nuova forma di turismo spirituale di massa non fu particolarmente pubblicizzata o promossa, se non a partire dalla primavera del 1962. È allora che le notizie sulla controversia riguardante lo Psilocybin Project di Harvard arrivarono sui giornali, a cominciare dal «Crimson», il foglio degli studenti di Harvard. E poiché Harvard era Harvard, e Leary era Leary, la storia dilagò rapidamente sulla stampa nazionale, trasformando il professore di psicologia in una celebrità e affrettando il suo allontanamento, e quello di Alpert, dall'ateneo: uno scandalo che al tempo stesso lasciava presagire, e contribuì ad alimentare, le reazioni negative contro gli psichedelici che ben presto avrebbero messo fine a gran parte della ricerca.

I colleghi di Leary e Alpert avevano provato disagio nei confronti dello Psilocybin Project di Harvard quasi fin dall'inizio. In un memo del 1961 David McClelland aveva sollevato dubbi circa l'assenza di controlli negli studi «naturalistici» di Leary e Alpert, come pure sulla mancanza di supervisione medica e sul fatto che i ricercatori insistessero ad assumere le sostanze insieme ai loro soggetti – che erano centinaia.²⁰⁸ («Ma quanto spesso una persona dovrebbe prendere la psilocibina?» si chiedeva riferendosi a Leary e ad Alpert). McClelland richiamò i due ricercatori anche a proposito della loro «ingenuità filosofica».

«Ci sono numerose testimonianze di esperienze mistiche profonde,» scrisse «ma la loro caratteristica principale è la meraviglia di fronte alla propria profondità». L'anno seguente, in una critica dettagliata sull'esperimento del carcere di Concord condotto da Raph Metzner, McClelland accusò lo specializzando di non aver «analizzato i dati in modo scrupoloso e obiettivo. Voi [già] sapete quali devono essere le conclusioni ... e i dati, semplicemente, sono usati per sostenere quello che voi già sapete esser vero».²⁰⁹ Senza dubbio la popolarità dello Psilocybin Project tra gli studenti del dipartimento, come pure il suo carattere elitario, irritavano gli altri accademici che si trovavano a dover competere con Leary e Alpert e con le loro droghe per aggiudicarsi una risorsa preziosa: gli specializzandi di talento.

Tutti quei motivi di scontento, d'altra parte, non uscirono dalle mura del numero 5 di Divinity Avenue – non fino al marzo del 1962.

Fu allora che McClelland, rispondendo a una richiesta di Herb Kelman, convocò un incontro del corpo docenti e degli studenti per dar voce ad alcuni motivi di preoccupazione riguardanti lo Psilocybin Project. Kelman aveva sollecitato l'incontro perché aveva sentito dire dai suoi specializzandi che intorno ad Alpert e a Leary stava sorgendo una sorta di culto, e che alcuni studenti si sentivano messi sotto pressione, spinti ad assumere le droghe. Kelman prese la parola all'inizio dell'incontro: «Vorrei poter trattare questo tema come una divergenza intellettuale, ma questa ricerca viola i valori della comunità accademica. Tutto il programma ha un'atmosfera anti-intellettuale. La sua enfasi è sulla pura esperienza, e non sulla comunicazione dei risultati.

«Mi spiace anche dover dire che, nei confronti di questi esperimenti, il dottor Leary e il dottor Alpert hanno assunto un atteggiamento molto disinvolto – soprattutto se si considerano gli effetti che queste sostanze potrebbero avere sui soggetti.

«Quello che più mi preoccupa,» concludeva Kelman «e che preoccupa coloro che si sono rivolti a me, è il modo in cui gli effetti mentali e allucinogeni di queste sostanze siano stati usati per formare una sorta di setta "privilegiata" all'interno del dipartimento. Coloro che scelgono di non partecipare sono etichettati come "fossili". Non credo che questo genere di cosa debba essere incoraggiato in questo dipartimento».²¹⁰ Le sostanze psichedeliche avevano diviso un dipartimento di Harvard proprio come, di lì a poco, avrebbero diviso la cultura.

La risposta di Alpert fu energica: il lavoro «era perfettamente allineato alla tradizione di William James» – la divinità che sovrintendeva al dipartimento – e la critica di Kelman era un attacco alla libertà accademica. Leary invece adottò un approccio più conciliante, accettando l'imposizione di alcune ragionevoli restrizioni alla ricerca. Tutti se ne tornarono a casa convinti che la faccenda fosse stata risolta.

Fino al mattino dopo.

L'aula era talmente gremita di docenti e studenti che nessuno fece caso alla presenza di un laureando, reporter del «Crimson», di nome Robert Ellis Smith, che prendeva freneticamente appunti. Sul «Crimson» del giorno dopo, la controversia era in prima pagina.

Psychologists Disagree on Psilocybin Research. L'indomani, la storia venne ripresa dal «Boston Herald», un foglio del gruppo Hearst, che le attribuì un titolo forse non altrettanto accurato ma di maggiore effetto: *Hallucination Drug Fought at Harvard – 350 Students Take Pills*.²¹¹ Ormai la storia era uscita dalle mura universitarie, e molto presto Timothy Leary – che offriva sempre volentieri una battuta piacevolmente scandalosa ai giornalisti – si ritrovò famoso. Quando l'università lo costrinse a mettere la sua scorta di psilocibina Sandoz sotto il controllo degli Health Services, ne pronunciò una impareggiabile: «Gli psichedelici causano panico e follia transitoria in chi non li ha mai presi».²¹²

Alla fine dell'anno Leary e Alpert erano giunti alla conclusione che «questi materiali sono troppo potenti e troppo controversi per essere studiati in ambiente universitario».²¹³ Annunciarono quindi, in una lettera al «Crimson», che stavano istituendo un ente denominato IFIF (International Federation for Internal Freedom) e che in seguito avrebbero condotto la ricerca sotto la sua egida, e non più sotto quella di Harvard. Denunciarono le nuove restrizioni imposte alla ricerca sugli psichedelici non solo a Harvard, ma a livello federale: sull'onda della tragedia della talidomide – quando il nuovo sedativo, somministrato a donne incinte per alleviare le nausee mattutine, aveva causato spaventosi difetti congeniti nei nascituri – il Congresso aveva conferito alla FDA l'autorità di regolamentare l'uso dei farmaci sperimentali. «Per la prima volta nella storia americana,» proclamò l'IFIF «e per la prima volta nel mondo occidentale dai tempi dell'Inquisizione, esiste una scienza clandestina».²¹⁴ Presagivano che «nei prossimi dieci anni il controllo e l'espansione della coscienza sarà una questione fondamentale in tema di libertà civili».

«Chi controlla la tua corteccia?» scrissero nella loro lettera al «Crimson» – in altre parole, agli studenti. «Chi stabilisce l'estensione e i limiti della tua consapevolezza? Se vuoi fare ricerca sul tuo sistema nervoso, se vuoi espandere la tua coscienza, a chi spetta decidere che non puoi farlo, e perché?».

Spesso si dice che negli anni Sessanta gli psichedelici «evasero dai laboratori», ma probabilmente sarebbe più accurato dire che furono lanciati al di là del loro muro di cinta, e mai con un tiro alto o

veloce come quello messo a segno da Timothy Leary e Richard Alpert alla fine del 1962. «Abbiamo finito con il gioco della scienza» disse Leary a McClelland quell'autunno, quando fece ritorno a Cambridge.²¹⁵ Adesso Leary e Alpert erano passati al gioco della rivoluzione culturale.

In tutto il Nord America la comunità dei ricercatori che lavoravano sugli psichedelici reagì alle provocazioni di Leary prima con costernazione e poi con allarme. Leary si era mantenuto in contatto costante con i gruppi canadesi e con quelli della West Coast, scambiando regolarmente corrispondenza e visite con i colleghi lontani. (Lui e Alpert avevano fatto visita alla fondazione di Stolaroff nel 1960 o nel 1961; «Credo pensassero che eravamo troppo rigorosi» mi disse Don Allen). Subito dopo essere arrivato a Harvard, Leary era riuscito a conoscere Huxley, che stava tenendo un corso semestrale al MIT. Huxley aveva maturato un grandissimo entusiasmo per il professore trasgressivo e condivideva la sua aspirazione di vedere gli psichedelici come agenti di trasformazione culturale, ma era preoccupato che Leary si muovesse troppo velocemente e in modo troppo visibile.²¹⁶ Huxley (che sarebbe morto a Los Angeles nel novembre del 1963, lo stesso giorno di John F. Kennedy) credeva che nel corso della sua ultima visita a Cambridge Leary «avesse detto delle tali stupidaggini ... che mi preoccupai molto. Non per la sua salute mentale – lui è perfettamente sano –, ma per le sue prospettive nel mondo».²¹⁷

Subito dopo l'annuncio, da parte di Leary, della fondazione dell'International Federation for Internal Freedom, Humphry Osmond andò a Cambridge per cercare di farlo ragionare. Lui e Abram Hoffer erano preoccupati che la sua promozione dell'uso delle droghe al di fuori del contesto della ricerca clinica minacciasse di provocare le autorità, mandando a monte le loro stesse ricerche. Osmond biasimava Leary anche perché lavorava senza farsi affiancare da uno psicofarmacologo e trattava queste «potenti sostanze chimiche [come] innocui giocattoli».²¹⁸ Nella speranza di mettere una distanza tra la ricerca seria e quella irresponsabile, e disturbato dal fatto che la controcultura stesse contaminando il termine un tempo neutro da

lui coniato – «psichedelico» –, Osmond provò a crearne uno nuovo, «psicodelitico», il quale, inutile rimarcarlo, non fece alcuna presa.²¹⁹

«Devi affrontare queste obiezioni, e non liquidarle con un sorriso, per quanto cosmico esso sia» gli disse Osmond:²²⁰ eccolo lì, ancora, l'inossidabile sorriso di Leary! Ma in risposta alle sue preoccupazioni, Osmond non ottenne altro che quello.

Myron Stolaroff intervenne con una lettera indirizzata a Leary nella quale descriveva l'IFIF come «folle» e profetizzava accuratamente il disastro futuro: «Creerà enormi difficoltà a tutti noi che nel paese facciamo ricerca con l'LSD...

«Tim, io sono convinto che tu stia andando incontro a guai molto seri se il tuo piano dovesse proseguire così come me lo hai descritto, e questo causerebbe moltissimi problemi non solo a te, ma anche a tutti noi, e potrebbe arrecare un danno irreparabile al campo di studio sugli psichedelici in generale».²²¹

Ma *qual era* esattamente il piano dell'IFIF? Leary era felicissimo di dichiararlo apertamente: iniziare il maggior numero possibile di americani alle «forti droghe psichedeliche» così da modificare il paese, un cervello dopo l'altro.²²² Aveva fatto i conti, e aveva concluso che «il numero critico per sconvolgere la mentalità della società americana fosse quello di quattro milioni di consumatori di LSD, meta che sarebbe stata raggiunta nel 1969».

Come emerse poi, i calcoli di Leary non avevano mancato di molto il bersaglio. Benché nel 1969 il numero di americani che avevano provato l'LSD fosse più vicino ai due milioni, questo esercito aveva effettivamente sconvolto la mente dell'America lasciando il paese in uno scenario sostanzialmente diverso.

Forse però la reazione più violenta ai piani di Leary per una rivoluzione mentale su scala planetaria arrivò da Al Hubbard, che aveva sempre avuto un rapporto non facile con il professore. I due si erano incontrati subito dopo l'arrivo di Leary a Harvard, quando Hubbard, a bordo della sua Rolls-Royce, andò a Cambridge portando con sé una scorta di LSD che sperava di scambiare con un po' della psilocibina di Leary.

«Piombò con quell'uniforme,» ricordava Leary «creando la più incredibile atmosfera di mistero e stravaganza – cazzate davvero impressionanti!» – un tema sul quale Leary era senza dubbio

qualificato per giudicare. Hubbard «cominciò a snocciolare contatti importanti, roba da non credere ... asserì d'essere amico del papa.

«La cosa che mi colpì è che da un lato sembrava un ciarlatano opportunisto, e dall'altro disponeva di questi contatti assolutamente impressionanti, che di fatto lo sostenevano».²²³

Il leggendario fascino di Leary, d'altra parte, non fece mai una gran presa su Hubbard, un uomo profondamente conservatore e devoto che disdegnava sia la ribalta della pubblicità, sia la controultura nascente. «Quando ci incontrammo la prima volta, Tim mi piacque;» disse anni dopo «ma lo misi in guardia in decine di occasioni», affinché si tenesse alla larga dai guai e dalla stampa. «Dava l'impressione di una persona bene intenzionata, ma poi esagerava... si rivelò del tutto negativo».²²⁴ Come molti dei suoi colleghi, Hubbard trovava decisamente discutibile l'approccio fai-da-te adottato da Leary sugli psichedelici, soprattutto quando si mostrava disposto a fare a meno della fondamentale presenza di una guida bene addestrata. Forse il suo atteggiamento nei confronti di Leary era stato influenzato anche dai suoi estesi contatti nelle forze dell'ordine e nell'*intelligence*, che ormai avevano puntato il radar sul professore.

Secondo Osmond, l'antipatia del Capitano nei confronti di Leary affiorò in modo allarmante durante una seduta psichedelica che i due condivisero in quel periodo di crescenti divergenze. «Al si fece prendere dall'idea di dover sparare a Timothy, e quando io cominciai a ragionarci dicendogli che sarebbe stata una pessima idea ... si fissò sulla possibilità di sparare a me».²²⁵

Probabilmente Hubbard aveva ragione di pensare che adesso nulla, a parte un proiettile, avrebbe fermato Timothy Leary. Come disse Stolaroff nel chiudere la sua lettera a Leary, «Suppongo che ci siano poche speranze che – avendo preso così saldamente le redini – tu possa ora essere dissuaso».²²⁶

Nella primavera del 1963 Leary aveva ormai già un piede fuori da Harvard, saltava le lezioni e parlava dell'intenzione di andarsene alla fine dell'anno accademico, quando sarebbe scaduto il suo contratto. Alpert invece aveva avuto un nuovo incarico dalla School of

Education e aveva in programma di restare, finché un altro articolo esplosivo – scritto da uno studente non ancora laureato di nome Andrew Weil e pubblicato dal «Crimson» – li fece licenziare entrambi.

Weil era arrivato a Harvard con un grande interesse per le sostanze psichedeliche – alle superiori aveva divorato *Le porte della percezione* di Huxley – e quando venne a sapere dello Psilocybin Project bussò alla porta del professor Leary per chiedergli di partecipare.

Leary gli spiegò la regola dell'università che limitava la somministrazione delle droghe agli studenti laureati. Tuttavia, cercando di essere disponibile, gli parlò di un'azienda, in Texas, alla quale avrebbe potuto ordinare per posta della mescalina (all'epoca ancora legale), cosa che l'altro fece immediatamente (usando la carta intestata dell'università). Weil rimase affascinato dal potenziale degli psichedelici e contribuì a costituire un gruppo di studenti, non ancora laureati, dediti alla mescalina. D'altra parte, desiderava con tutto se stesso di entrare nel club più esclusivo di Leary e Alpert, e così quando nell'autunno del 1962 cominciò a sentire che altri studenti, anch'essi non laureati, avevano ricevuto droghe da Richard Alpert, si infuriò. Andò dal suo editor al «Crimson» e gli propose un'inchiesta.

Weil stabilì dei contatti con un gruppo di altri studenti che Alpert aveva iniziato alle droghe in violazione dei regolamenti universitari (in seguito avrebbe scritto che «studenti e altre persone stavano usando gli allucinogeni per atti di seduzione etero- e omosessuali»)²²⁷. Il suo scoop, però, aveva due problemi. In primo luogo nessuno degli studenti cui si supponeva che Alpert avesse somministrato delle droghe era disposto a dichiararlo ufficialmente; e in secondo luogo i legali del «Crimson», preoccupati all'idea di pubblicare accuse diffamatorie nei confronti di docenti, consigliarono a Weil di consegnare le sue informazioni alle autorità dell'ateneo. Poi avrebbe potuto scrivere un servizio riportando qualsiasi azione l'università avesse intrapreso a seguito di quelle accuse, smorzando in tal modo l'esposizione legale del giornale. In ogni caso, Weil aveva bisogno che uno studente si facesse avanti.

Andò quindi a New York per incontrare il padre di Ronnie Winston, uno degli studenti, e offrirgli un accordo. Nel racconto di Alpert, Weil «andò da Harry Winston» – che era un uomo in vista, noto gioielliere della Fifth Avenue – «e gli disse: “Suo figlio sta prendendo droghe da un membro del corpo docente. Se ammetterà quell’accusa, non faremo il suo nome; non lo inseriremo nell’articolo”». Così il giovane Ronnie andò dal decano e, quando gli venne chiesto se avesse preso droghe dal dottor Alpert, confessò rincarando inaspettatamente la dose: «Sì signore, le ho prese. Ed è stata l’esperienza più istruttiva che mi sia capitata a Harvard». ²²⁸

Sembra che nel corso del ventesimo secolo Alpert e Leary siano stati gli unici professori licenziati dall’ateneo (tecnicamente, Leary non fu licenziato, ma l’università smise di pagarlo diversi mesi prima della scadenza del suo contratto). ²²⁹ La storia finì nei notiziari nazionali, avvicinando così milioni di americani alla controversia su queste nuove droghe misteriose. Assicurò inoltre ad Andrew Weil l’incarico ben remunerato, commissionato dalla rivista «Look», di raccontare lo scontro: incarico che aumentò ulteriormente la diffusione della storia. Descrivendo in terza persona lo scenario psichedelico di Harvard, Weil fece allusione a «un gruppo di studenti non laureati ... che effettuavano segretamente ricerche con la mescalina», omettendo di accennare che lui stesso era un membro fondatore di quel gruppo. ²³⁰

Basti dire che quello non fu un momento di cui Andrew Weil va particolarmente orgoglioso; quando gliene parlai, poco tempo fa, mi confessò che quell’episodio l’aveva messo a disagio fin da subito e che aveva cercato di fare ammenda sia con Leary sia con Ram Dass (due anni dopo aver lasciato Harvard, Alpert intraprese un viaggio spirituale in India, dal quale tornò come Ram Dass). Leary accettò prontamente le scuse di Weil – era evidentemente un uomo incapace di nutrire rancore –, ma l’altro rifiutò di parlargli per anni, cosa che lo fece soffrire. Nel 1997, però, Ram Dass ebbe un ictus e Weil andò alle Hawaii per chiedergli perdono. Alla fine Ram Dass si ammorbidì, e disse a Weil d’essere arrivato a considerare il licenziamento da Harvard come una benedizione. «Se tu non avessi fatto quello che hai fatto,» gli disse «io non sarei mai diventato Ram Dass».

Probabilmente è qui, subito dopo la loro uscita da Harvard, che dovremmo accomiatarci da Timothy Leary e Richard Alpert, benché il loro viaggio, lungo e bizzarro, abbia poi avuto ulteriori sviluppi, anch'essi lunghi e bizzarri, nella cultura americana. Adesso i due avrebbero portato lo spettacolo (con i suoi numerosi ex studenti e arrampicatori sociali) *on the road*, spostando l'International Federation for Internal Freedom (in seguito convertita nella League for Spiritual Discovery) da Cambridge a Zihuatanejo, dove rimase fino a quando il governo messicano (dietro pressioni delle autorità statunitensi) non li buttò fuori; e poi, per un breve periodo, nell'isola caraibica di Dominica, finché non furono buttati fuori anche da lì, per insediarsi infine nella proprietà d'un facoltoso mecenate di nome Billy Hitchcock, una residenza di sessantaquattro stanze a Millbrook (NY), dove restarono per diversi anni turbolenti.

Accolto a braccia aperte dalla controcultura in ascesa, Leary fu invitato (insieme ad Allen Ginsberg) a parlare a San Francisco al primo Human Be-In, un evento che nel gennaio del 1967 attirò al parco del Golden Gate qualcosa come venticinquemila giovani per fare un trip con l'LSD distribuita gratuitamente, ascoltando gli oratori proclamare una *new age*. L'ex professore, che per l'occasione aveva cambiato i suoi abiti Brooks Brothers con vesti bianche, collane di perline (e fiori tra i capelli grigi) implorò la folla di «hippie» – termine reso famoso quell'anno da Herb Caen, un giornalista che scriveva sulla stampa locale di San Francisco – di «accendersi, sintonizzarsi, lasciarsi andare». Quello slogan – che all'inizio Leary disse di aver inventato sotto la doccia, ma anni dopo asserì d'aver «ricevuto» da Marshall McLuhan²³¹ – gli sarebbe rimasto attaccato per il resto della vita, guadagnandogli il disprezzo di genitori e politici in tutto il mondo.

La storia di Leary, però, diventa sempre più triste e bizzarra. Aveva appena lasciato Cambridge quando il governo, allarmato per la sua crescente influenza sulla gioventù del paese, lanciò contro di lui una campagna persecutoria che culminò nel blitz del 1966 a Laredo; mentre stava andando in Messico in vacanza con la famiglia, una perquisizione dell'auto, alla frontiera, portò al

rinvenimento di una piccola quantità di marijuana. Leary avrebbe passato anni in carcere combattendo contro accuse federali riguardanti il possesso di marijuana – e poi diversi altri anni in fuga come ricercato internazionale. Acquisì questo status nel 1970, dopo l'audace evasione da un carcere della California messa a segno con l'aiuto del gruppo rivoluzionario degli Weathermen – i quali riuscirono a farlo sparire dal paese e a portarlo in Algeria, mettendolo nelle mani di Eldridge Cleaver, esponente delle Pantere Nere che aveva stabilito una base operativa laggiù. L'asilo sotto la protezione di Cleaver, tuttavia, si rivelò tutt'altro che una passeggiata: la Pantera gli confiscò il passaporto, di fatto tenendolo in ostaggio. Leary dovette scappare di nuovo, questa volta riparando in Svizzera, dove trovò un lussuoso rifugio nello chalet di un trafficante d'armi; poi (dopo che il governo statunitense persuase le autorità elvetiche a incarcerarlo) proseguì per Vienna, Beirut e Kabul, dove venne infine catturato da agenti statunitensi, rispedito in un carcere americano di massima sicurezza e tenuto per un certo periodo in isolamento. La persecuzione, però, non fece altro che alimentare il suo senso del destino.

Il resto della sua vita è un'improbabile tragicommedia in stile anni Sessanta, nella quale si avvicendano aule di tribunale e carceri (ventinove in tutto) – ma anche *memoirs*, discorsi, apparizioni televisive, una campagna per diventare governatore della California (a sostegno della quale John Lennon scrisse, e i Beatles registrarono, la canzone *Come Together*), e un giro di dibattiti nei college – esperienza di successo anche se un po' patetica – insieme a G. Gordon Liddy: sì, proprio il protagonista delle effrazioni al Watergate, lo stesso che in un'incarnazione precedente come assistente del procuratore distrettuale della Dutchess County aveva arrestato Leary a Millbrook. In tutto questo, Leary conservò un improbabile ottimismo senza mai mostrare rabbia e senza mai dimenticare – stando alle innumerevoli fotografie e ai video che lo ritraggono – il saggio consiglio di Marshall McLuhan, di sorridere sempre qualunque cosa accadesse.

Nel frattempo, a partire dal 1965, l'ex partner di Leary nella ricerca sugli psichedelici, Richard Alpert, era partito per un'odissea spirituale in Oriente, decisamente meno movimentata. Come Ram Dass – e

come autore, nel 1971, del classico *Be Here Now* – avrebbe lasciato un segno duraturo sulla cultura americana, tracciando una delle vie principali attraverso cui la religione orientale penetrò nella controcultura e poi nella cosiddetta New Age. Se in America gli anni Sessanta diedero alla luce una forma di *revival* spirituale, Ram Dass fu uno dei suoi padri.

Le «buffonate» post-Harvard di Leary sono tuttavia rilevanti nella misura in cui contribuirono a generare il panico morale che a quel punto fagocitò gli psichedelici condannando la ricerca che li riguardava. Leary divenne un testimonial non soltanto delle droghe ma anche dell'idea che una parte essenziale del DNA della controcultura potesse essere scritta con le lettere dell'LSD. A partire dal trip con la psilocibina di Allen Ginsberg, che ebbe luogo nel dicembre del 1960 nella sua casa di Newton, Leary forgiò un legame tra psichedelici e controcultura che non è mai stato spezzato e che sicuramente rappresenta una delle ragioni per cui tali sostanze arrivarono a essere considerate una così grande minaccia per l'*establishment*. (Avrebbe forse potuto essere altrimenti? Che sarebbe accaduto se, per fare un esempio, l'identità culturale delle droghe fosse stata plasmata da un cattolico conservatore come Al Hubbard? È difficile immaginare una simile alternativa).

Non aiutò il fatto che a Leary piacesse dire cose come «l'LSD è più spaventosa della bomba» oppure «i ragazzi che prendono l'LSD non andranno a combattere le vostre guerre. Non entreranno nelle vostre aziende».²³² Queste non erano parole vuote: a partire dalla metà degli anni Sessanta decine di migliaia di giovanissimi americani abbandonarono *effettivamente* gli studi e si riversarono nelle strade di Haight-Ashbury e dell'East Village.²³³ E i giovani maschi si rifiutavano di andare in Vietnam: la volontà di combattere e l'autorità dell'Autorità erano state indebolite. Queste strane nuove droghe che sembravano trasformare chi le assumeva, di certo avevano *qualcosa* a che fare con tutto ciò. Lo aveva detto Timothy Leary.

D'altra parte, quasi sicuramente quello sconvolgimento avrebbe avuto luogo anche senza Timothy Leary, che di certo non fu l'unica via con la quale gli psichedelici stavano penetrando nella cultura americana: era soltanto la più famosa. Nel 1960, lo stesso anno in

cui Leary provò la psilocibina e lanciò il suo progetto di ricerca, il romanziere Ken Kesey ebbe la propria esaltante esperienza con l'LSD, un trip che l'avrebbe ispirato a diffondere il più ampiamente e intensamente possibile sia il termine «psichedelico», sia le sostanze stesse.

Il fatto che Kesey avesse avuto la sua prima esperienza con l'LSD grazie a un programma di ricerca governativo condotto al Menlo Park Veterans Hospital – che gli diede settantacinque dollari per provare la sostanza sperimentale – è uno dei paradossi più divertenti della storia degli psichedelici. A sua insaputa, il primo trip di Kesey con l'LSD venne acquistato e pagato dalla CIA, la quale aveva sponsorizzato la ricerca di Menlo Park come parte del suo programma MK-Ultra: il tentativo, durato decenni, di scoprire se l'LSD potesse in qualche modo essere commutata in arma.

Con Ken Kesey, la CIA si era rivolta esattamente alla persona sbagliata.²³⁴ In quella che definì in modo appropriato «la rivolta delle cavie», Kesey procedette a organizzare, insieme alla sua banda di Merry Pranksters, una serie di «Acid Tests» nella Bay Area: eventi in cui migliaia di giovani ricevettero l'LSD con l'obiettivo di cambiare la mentalità di una generazione. Nella misura in cui Ken Kesey e i suoi Pranksters contribuirono a dar forma al nuovo *Zeitgeist*, si potrebbe sostenere che la rivoluzione culturale che identifichiamo con gli anni Sessanta abbia avuto inizio con un esperimento per il controllo della mente effettuato della CIA, e andato storto.

In retrospettiva, la reazione dell'*establishment* psichiatrico fu probabilmente inevitabile quando, nel 1956-1957, Humphry Osmond, Al Hubbard e Aldous Huxley proposero il loro nuovo paradigma per la terapia psichedelica. Al confronto, i precedenti modelli teorici adottati per comprendere queste sostanze erano facili da integrare nei quadri concettuali esistenti senza perturbare troppo lo *status quo*. Gli «psicotomimetici» si inserivano benissimo nella classica interpretazione psichiatrica della malattia mentale (gli effetti delle droghe ricordavano le familiari psicosi) e gli «psicolitici» potevano essere incorporati tanto nella teoria quanto nella prassi della psicoanalisi, come utile aggiunta alla terapia della parola. Nel

suo complesso, invece, l'idea della terapia psichedelica costituiva una sfida ben più difficile per la disciplina e chi la praticava; al posto di interminabili sedute settimanali, la nuova modalità terapeutica richiedeva soltanto un'unica seduta con somministrazione di una dose elevata, mirata a ottenere una sorta di esperienza di conversione in cui i consueti ruoli del paziente e del terapeuta dovevano essere ripensati.

A mettere a disagio la psichiatria accademica era anche tutta la simbologia spirituale della terapia con le sostanze psichedeliche. In un articolo del 1998 sulla storia di queste ultime Charles Grob, lo psichiatra dell'UCLA che avrebbe avuto una parte importante nel revival della ricerca, scrisse che «sfumando i confini tra religione e scienza, tra salute e malattia, come pure tra chi cura e chi soffre, il modello psichedelico era entrato nel regno del misticismo applicato»²³⁵ – un regno in cui la psichiatria, sempre più dedita alla comprensione biochimica della mente, era riluttante ad avventurarsi. Inoltre, con la sua enfasi su *set* e *setting* – quelle che Grob chiama «le fondamentali variabili extrafarmacologiche» – la terapia psichedelica si spingeva un po' troppo vicino allo sciamanesimo, perché uno potesse sentirsi a proprio agio. Per i cosiddetti strizzacervelli (un termine gergale che evoca immagini di medicistregoni in perizoma) non del tutto sicuri della propria identità di scienziati, questo forse significava spingersi troppo oltre. Un altro fattore fu – sulla scia dello scandalo della talidomide – l'affermarsi della sperimentazione in doppio cieco controllata verso placebo quale «standard aureo» per testare i farmaci: standard peraltro difficile da soddisfare nella ricerca sugli psichedelici.

Nel 1963 i professionisti di punta avevano cominciato a scrivere, sulle loro riviste, editoriali contro la ricerca sugli psichedelici. Roy Grinker, l'editor di «Archives of General Psychiatry» criticò aspramente i ricercatori che somministravano «le droghe a se stessi e ... [che si erano] innamorati dello stato allucinatorio mistico», in tal modo «squalificandosi come scienziati seri».²³⁶ L'anno dopo, scrivendo sul «Journal of the American Medical Association» («JAMA»), Grinker deplorò la prassi per cui gli stessi ricercatori assumevano le droghe, «viziando le conclusioni con il proprio stato d'estasi».²³⁷ Le nuove sostanze – rincarava un altro critico sul

«JAMA» nel 1964 – erano circondate da un'«aura di magia»²³⁸ non scientifica (non aiutò il fatto che alcuni terapeuti che adottavano gli psichedelici, come Betty Eisner, celebrassero l'introduzione del «trascendentale in psichiatria» e sviluppassero un interesse per i fenomeni paranormali).²³⁹

Tuttavia, benché vi fosse certamente del vero nell'accusa secondo cui spesso i ricercatori erano condizionati dalle proprie esperienze personali con le droghe, l'alternativa ovvia – l'astinenza – poneva anch'essa il suo insieme di problemi, con il risultato che negli anni Sessanta le voci più forti e perentorie nel dibattito sugli psichedelici furono esattamente quelle di chi ne sapeva meno. Per gli psichiatri senza alcuna esperienza personale di psichedelici gli effetti delle sostanze dovevano somigliare molto più alle psicosi che alla trascendenza. Il paradigma degli psicotomimetici era tornato, più virulento che mai.

Dopo che nel 1962-1963 comparvero per le strade grosse quantità di «LSD illegale», e che persone in preda a *bad trips* cominciarono a presentarsi nei pronto soccorso e nei reparti psichiatrici, la psichiatria *mainstream* si sentì in obbligo di abbandonare la ricerca sugli psichedelici. Adesso l'LSD era considerata, più che una cura, una causa di malattia mentale. Nel 1965 il Bellevue Hospital di Manhattan ricoverò sessantacinque persone per quelle che definì psicosi da LSD. Con i media ormai completamente commutati sulla modalità «panico morale», le leggende metropolitane sui pericoli dell'LSD si diffusero più rapidamente dei fatti.²⁴⁰ Sovente lo stesso valeva per risultati in apparenza scientifici: in uno studio molto pubblicizzato un ricercatore scrisse su «Science» che l'LSD poteva danneggiare i cromosomi, potenzialmente inducendo difetti congeniti. In seguito, quando lo studio venne screditato (anche su «Science»), la confutazione ricevette tuttavia scarsa attenzione.²⁴¹ non trovò spazio nella nuova narrazione che vedeva l'LSD come una minaccia.

D'altra parte, a metà degli anni Sessanta si assistette effettivamente a un'impennata del numero di persone che si presentavano nei pronto soccorso con sintomi acuti di paranoia, mania, catatonìa e ansia, come pure di «flashback da acido»: una spontanea ricorrenza dei sintomi a distanza di giorni o settimane

dall'ingestione di LSD. Alcuni di questi pazienti stavano avendo autentici crolli psicotici. Specialmente nel caso di giovani a rischio di schizofrenia, un trip con LSD può innescare il primo episodio psicotico, cosa che a volte effettivamente accadeva. (Va notato che qualsiasi esperienza traumatica può servire da detonatore, compreso il divorzio dei genitori o la scuola di specializzazione). In molti altri casi, però, medici con scarsa esperienza di psichedelici scambiarono una reazione da panico per una vera e propria psicosi. Il che, di solito, peggiorava la situazione.

Andrew Weil – che nel 1968, da giovane medico, prestava servizio come volontario presso la Haight-Ashbury Free Clinic – vide moltissimi casi di *bad trips* e alla fine escogitò un metodo efficace per «trattarli». «Visitavo il paziente, stabilivo che era una reazione da panico, e quindi gli dicevo: “Scusi un momento. C'è qualcuno nella stanza qui a fianco che ha un problema serio”. A quel punto cominciavano immediatamente a sentirsi molto meglio».

Nel corso degli anni Sessanta i rischi dell'LSD e di altre sostanze psichedeliche furono oggetto di accesissimi dibattiti, sia tra gli scienziati sia sulla stampa. Su entrambi i versanti di questo confronto la gente solitamente sceglieva con cura prove e aneddoti per sostenere la propria tesi, ma Sidney Cohen rappresentò un'eccezione, accostandosi alla questione con mente aperta e conducendo di fatto alcune ricerche per risolverla. A partire dal 1960 pubblicò una serie di articoli che tengono traccia delle sue crescenti preoccupazioni. Nel primo,²⁴² Cohen effettuò un sondaggio su quarantaquattro ricercatori che lavoravano con sostanze psichedeliche, raccogliendo dati riguardanti circa cinquemila soggetti trattati con LSD o mescalina, per un totale di venticinquemila somministrazioni. In questa popolazione trovò soltanto due rapporti credibili di suicidio (un tasso esiguo per un gruppo di pazienti psichiatrici), diverse reazioni da panico transitorie, ma «nessuna evidenza di effetti collaterali fisici seri e prolungati». Giunse alla conclusione che, quando gli psichedelici erano somministrati da terapeuti e ricercatori qualificati, le complicazioni risultavano «sorprendentemente rare» e che LSD e mescalina erano «sicure».

Leary e altri citarono spesso l'articolo di Cohen del 1960 come un'assoluzione degli psichedelici. Tuttavia, in un *follow-up* pubblicato

sul «JAMA» nel 1962, Cohen parlò di nuovi e «allarmanti» sviluppi. L'uso disinvolto di LSD al di fuori del *setting* clinico, e nelle mani di terapeuti irresponsabili, stava portando a «complicazioni serie» e a occasionali «reazioni catastrofiche». Allarmato per il fatto che i medici stessero perdendo il controllo sulla droga, Cohen avvertì che «il pericolo di suicidio, reazioni psicotiche prolungate e comportamenti negativi antisociali sussiste».²⁴³ In un altro articolo,²⁴⁴ pubblicato l'anno successivo su «Archives of General Psychiatry», riferì diversi crolli psicotici e un tentato suicidio, presentando inoltre il caso di un bambino che, dopo aver ingerito una zolletta di zucchero contenente dell'LSD che suo padre, un detective, aveva confiscato a un *pusher*, andò incontro – per oltre un mese, prima di riprendersi – a distorsioni visive e ansia. Fu questo articolo a spingere Roy Grinker, l'editor della rivista, a condannare in un commento la ricerca sugli psichedelici, malgrado lo stesso Cohen continuasse a credere che nelle mani di terapeuti responsabili tali sostanze avessero un grandissimo potenziale. Un quarto articolo²⁴⁵ che Cohen pubblicò nel 1966 riferì di altre vittime dell'LSD, comprese due morti accidentali associate alla sua assunzione: in un caso il soggetto era annegato, nell'altro aveva camminato in mezzo al traffico gridando «Alt!».

D'altra parte, in quello che nel 1966 era ormai diventato un vero e proprio panico morale nei confronti dell'LSD, le valutazioni equilibrate delle sostanze psichedeliche in termini di rischi e benefici erano ormai l'eccezione. Qualche titolo tratto dalla stampa dell'epoca dà una misura dell'umore: «Morte di un insegnante attribuita al consumo di LSD», «Giovane assaggia LSD e si getta da un viadotto», «California: consumo di LSD a livelli quasi epidemici», «Sei studenti accecati dal sole durante un trip con LSD», «Bambina di cinque anni ingerisce LSD e impazzisce», «Droga da brivido – distorce la mente e uccide», «Un mostro in mezzo a noi: una droga che si chiama LSD». Perfino la rivista «Life», che soltanto nove anni prima aveva contribuito ad accendere l'interesse del pubblico per gli psichedelici pubblicando l'articolo entusiastico di R. Gordon Wasson sulla psilocibina, si unì al coro di condanna con un incandescente servizio speciale firmato da Gerald Moore e Larry Schiller intitolato *LSD: The Exploding Threat of the Mind Drug That Got out of Control*. Poco importa che recentemente l'editore della rivista e la moglie

(guidati da Sidney Cohen) avessero loro stessi avuto diverse esperienze positive con l'LSD; adesso lo stavano facendo i ragazzini, e la cosa era «fuori controllo». Accompagnati da immagini di persone impazzite accuciate negli angoli, l'articolo metteva in guardia i lettori, avvertendo che «non sempre il trip con l'LSD prevede un ritorno»: potrebbe invece rivelarsi «un viaggio di sola andata per il manicomio, il carcere o la tomba».²⁴⁶ Come Clare Boothe Luce scrisse a Sidney Cohen nel 1965, «L'LSD è stata il vostro mostro Frankenstein».²⁴⁷

Altre potenti sostanze d'abuso, come gli oppiacei, sono riuscite a conservare un'identità distinta come legittimi strumenti della medicina. Perché gli psichedelici no? La storia di Timothy Leary, il più famoso ricercatore che si sia occupato di queste droghe, rese difficile sostenere la possibilità di tracciare e sorvegliare un chiaro confine tra i loro usi scientifici e ricreazionali. Leary aveva deliberatamente – in effetti sconsideratamente – cancellato ogni confine del genere. D'altra parte, con ogni probabilità la «personalità» della sostanza aveva a che fare con il crollo di tali distinzioni non meno della personalità di gente come lui, o delle manchevolezze delle loro ricerche.

A condannare la prima ondata di ricerca sugli psichedelici fu un irrazionale entusiasmo sul suo potenziale, alimentato dalle droghe stesse: questo, insieme al fatto che tali sostanze chimiche sono quello che oggi chiameremmo «innovazioni tecnologiche disruptive». Per chi lavorava con queste molecole potenti era quasi impossibile non concludere che – come quello studente di teologia che correva lungo Commonwealth Avenue – ti ritrovavi all'improvviso in possesso di informazioni in grado di modificare non solo gli individui ma il mondo intero. Confinare quelle sostanze in laboratorio, o usarle a esclusivo beneficio dei malati, diventava difficile da giustificare, considerando che potevano fare moltissimo per chiunque, ricercatori compresi!

Leary, con la sua imprudenza, avrà anche messo in imbarazzo i colleghi più rigorosi, tuttavia la maggior parte di essi condivideva il suo entusiasmo ed era giunta più o meno alle sue stesse conclusioni

circa il potenziale degli psichedelici: erano soltanto più cauti nel parlarne in pubblico.

Chi, nella prima generazione di ricercatori, avrebbe contestato una parola di questa tipica folata di esuberanza di Leary, risalente all'incirca al 1963? «Non fraintendete: l'effetto delle sostanze che espandono la coscienza sarà di trasformare il nostro concetto di natura umana, di potenzialità umane, di esistenza. Il gioco sta per cambiare, signore e signori. L'uomo si accinge a far uso di quella fantastica rete elettrica che porta con sé nel cranio. L'attuale *establishment* sociale avrebbe fatto meglio a prepararsi al cambiamento. Le nostre idee preferite intralciano una marea che sta montando da due milioni di anni. La diga verbale sta crollando. Correte in cima alle colline, oppure preparate la vostra nave intellettuale a seguire la corrente».²⁴⁸

La vera colpa di Leary, quindi, è stata forse di avere il coraggio delle sue convinzioni: delle sue e di quelle di chiunque altro facesse ricerca sugli psichedelici. Spesso si è detto che uno scandalo politico è ciò che accade quando chi detiene il potere dice inavvertitamente la verità. Fin troppo spesso Leary fu disposto a dire a gran voce, a chiunque fosse a portata d'orecchio, quello che tutti pensavano senza però essere così ingenui da parlarne o scriverne candidamente. Una cosa era adoperare queste sostanze per curare i malati e i disadattati: la società era disposta ad acconsentire a qualsiasi sforzo per aiutare l'individuo ingestibile a conformarsi alle sue norme; ma tutt'altra cosa è utilizzarle per trattare la società, come se essa stessa fosse malata, convertendo in tal modo individui palesemente sani in soggetti difficili da gestire.

Il fatto è che le sostanze psichedeliche – non importa se per la loro stessa natura o per il modo in cui la prima generazione di ricercatori aveva costruito l'esperienza – introdussero in Occidente qualcosa di profondamente sovversivo, che i vari *establishments* non poterono far altro che respingere. L'LSD era davvero un acido che scioglieva quasi tutto quello con cui entrava in contatto: dalle gerarchie della mente (il superego, l'ego e l'inconscio) alle varie strutture di autorità sociale, e a ogni genere di confine immaginabile: tra paziente e terapeuta, tra ricerca e uso ricreazionale, tra malattia e salute, tra il sé e l'altro, tra soggetto e oggetto, tra spirituale e

materiale. Se nella civiltà occidentale tutti questi confini sono manifestazioni dell'apollineo – dell'impulso che erige distinzioni, dualità e gerarchie, e poi le difende –, allora le sostanze psichedeliche rappresentano l'ingovernabile forza dionisiaca che, spensierata, cancella tutte quelle demarcazioni.

Certo è, d'altra parte, che le forze liberate da queste sostanze chimiche non sono *necessariamente* ingovernabili. Anche gli acidi più potenti possono essere maneggiati con cautela e utilizzati per fare cose importanti. Che cos'è mai la storia della prima ondata di ricerca, se non il racconto del tentativo di trovare un contenitore appropriato per queste potenti sostanze chimiche? Ne furono sperimentati diversi possibili: il contenitore psicotomimetico, quello psicotico, quello psichedelico e, ancora più tardi, l'enteogeno. Nessuno era perfetto, ma ciascuno rappresentava un modo diverso di controllare il potere di questi composti, proponendo sia un insieme di protocolli per il loro impiego, sia un quadro concettuale teorico in cui inserirli. Leary e la controcultura si distaccarono dalla prima generazione di ricercatori quando decisero che non occorresse nessun contenitore – medico, religioso o scientifico che fosse – e che per accostarsi agli psichedelici andasse benissimo un approccio fai-da-te, senza guide. Come si è visto, questo è rischioso e probabilmente sbagliato. Ma come avremmo mai potuto scoprirlo, senza sperimentare? Prima del 1943 la nostra società non aveva mai avuto a disposizione sostanze così potenti capaci di alterare la mente.

Altre società hanno avuto un'esperienza lunga e produttiva con gli psichedelici, e i loro esempi avrebbero potuto risparmiarci moltissimi problemi, se soltanto li avessimo conosciuti e avessimo prestato loro attenzione. Probabilmente, il fatto che consideriamo «arretrate» molte di queste società ci ha impedito di apprendere da esse. La cosa più importante che avremmo potuto imparare, d'altra parte, è che queste potenti «medicine» sono virtualmente pericolose – sia per l'individuo, sia per la società –, a meno che non sia presente un robusto contenitore sociale: un insieme stabilizzante di regole e rituali (protocolli) che ne governino l'uso, come pure il fondamentale coinvolgimento di una guida, la figura di solito chiamata sciamano. La terapia psichedelica – il metodo di Hubbard – stava procedendo a

tentoni in direzione d'una versione occidentalizzata di questo ideale, e rimane, tra le cose di cui disponiamo, la più vicina a un tale protocollo. Per i giovani americani degli anni Sessanta, agli occhi dei quali l'esperienza psichedelica era nuova sotto ogni aspetto, l'idea di coinvolgere gli anziani era probabilmente destinata a non prendere mai il volo. Io credo tuttavia che questa sia la grande lezione dell'esperimento con gli psichedelici condotto negli anni Sessanta: l'importanza, nel caso di queste sostanze e di queste esperienze potenti, di trovare il contenitore – il contesto appropriato.

A proposito di confini, negli anni Sessanta le sostanze psichedeliche ne tracciarono almeno uno, che probabilmente mai prima d'allora era stato così netto e vistoso: mi riferisco al confine tra le generazioni. Stabilire esattamente in che modo gli psichedelici abbiano contribuito alla controcultura degli anni Sessanta non è un compito facile, giacché all'opera c'erano moltissime altre forze. Verosimilmente, con o senza tali sostanze ci sarebbe comunque stata una controcultura: la guerra del Vietnam e il servizio militare obbligatorio la resero più che probabile. È certo però che, se non fosse stato per questi composti chimici, le sue forme e i suoi stili caratteristici – nella musica, nell'arte, nella scrittura, nel design e nelle relazioni sociali – sarebbero stati completamente diversi. Gli psichedelici hanno anche contribuito a quello che Todd Gitlin ha definito l'atteggiamento «come se» della politica degli anni Sessanta: la sensazione che ora tutto fosse a portata di mano, che nulla fosse inviolabile, e che fosse davvero possibile cancellare la storia (ecco ancora quell'acido) e ricominciare tutto daccapo, da zero.

D'altra parte, se il rivolgimento degli anni Sessanta fu il risultato di una rottura insolitamente profonda tra generazioni, agli psichedelici tocca gran parte della colpa – o del merito – d'aver creato questo «gap generazionale». In quale altro periodo della storia i giovani di una società avevano affrontato un rito di passaggio durissimo con il quale la generazione precedente non aveva alcuna familiarità? Di norma i riti di passaggio contribuiscono a irrobustire il tessuto della società, nel momento in cui – superando ostacoli e varcando cancelli eretti e mantenuti dai loro anziani – i giovani arrivano dall'altra parte e prendono il proprio posto nella comunità degli adulti. Tuttavia, nel caso del viaggio psichedelico degli anni Sessanta – che si

concludeva lasciando i giovani viaggiatori in un paesaggio psichico che per i loro genitori era irricognoscibile – non era così. Il fatto che questo non accadrà più è una ragione per sperare che il prossimo capitolo nella storia degli psichedelici non sarà altrettanto divisivo.

Può darsi quindi che il contributo duraturo di Leary sia stato questo: «accendendo» una generazione – quella che adesso, a distanza di anni, ha in mano le nostre istituzioni – contribuì a creare le condizioni in cui oggi è possibile riprendere la ricerca sugli psichedelici.

Alla fine del 1966 tutto il progetto della scienza psichedelica era naufragato. Nell'aprile di quell'anno la Sandoz – sperando di prendere le distanze dalla controversia che stava inghiottendo la sostanza in seguito definita da Albert Hofmann il suo «bambino difficile» – ritirò l'LSD-25 dalla circolazione, consegnando gran parte delle scorte rimanenti al governo statunitense e portando così alla chiusura molti dei settanta programmi di ricerca allora in corso.

Nel maggio di quell'anno il senato tenne alcune udienze sul problema dell'LSD. Timothy Leary e Sidney Cohen testimoniarono entrambi, cercando coraggiosamente di difendere la ricerca sugli psichedelici e di tracciare dei confini tra l'uso legittimo e il mercato nero, che adesso il governo era determinato ad annientare. Trovarono un orecchio sorprendentemente ricettivo nel senatore Robert F. Kennedy, la cui moglie Ethel pare fosse stata curata con l'LSD in una delle basi oltrefrontiera di Hubbard, l'Hollywood Hospital di Vancouver. «Perché se [questi progetti] erano meritevoli sei mesi fa, adesso non lo sono più?» pretese di sapere Kennedy incalzando le autorità dell'FDA circa i loro piani per la cancellazione di molti dei restanti progetti di ricerca.²⁴⁹ Aggiunse che sarebbe stata «una perdita per la nazione» se gli psichedelici fossero stati banditi dalla medicina a causa del loro uso illecito. «Forse abbiamo perso di vista che possono essere molto, molto utili nella nostra società, se usati in modo appropriato».

Nondimeno, Kennedy fece un buco nell'acqua. Leary, e forse le droghe stesse, avevano reso impossibile quella distinzione. A ottobre, una sessantina di ricercatori impegnati nello studio degli

psichedelici, sparsi in tutti gli Stati Uniti, ricevettero dalla FDA una lettera nella quale si ordinava loro di fermare le ricerche.

James Fadiman, lo psicologo che conduceva esperimenti sulla creatività all'International Foundation for Advanced Study a Manlo Park, ricorda bene quel giorno. La lettera che revocava l'autorizzazione al suo progetto arrivò quando aveva appena finito di somministrare la sostanza a quattro dei suoi creativi risolutori di problemi, all'inizio della loro seduta. Mentre leggeva la lettera, stesi sul pavimento nella stanza accanto, «c'erano quattro uomini la cui mente si stava, letteralmente, espandendo». ²⁵⁰ Fadiman disse allora ai suoi colleghi: «Credo che dovremmo accordarci, e dire d'aver ricevuto questa lettera domani». Fu soltanto il giorno dopo, quindi, che il programma di ricerca dell'International Foundation for Advanced Study, insieme a quasi tutti gli altri in corso negli Stati Uniti, arrivò al capolinea.

Un solo programma di ricerca sugli psichedelici sopravvisse alla purga: quello del Maryland Psychiatric Research Center di Spring Grove. Qui, ricercatori come Stanislav Grof, Bill Richards, Richard Yensen e – fino alla sua morte, avvenuta nel 1971 – Walter Pahnke (il ricercatore del Good Friday) continuarono a esplorare il potenziale della psilocibina e dell'LSD per il trattamento, fra l'altro, di condizioni quali l'alcolismo, la schizofrenia e la sofferenza esistenziale dei pazienti oncologici. Resta in qualche modo un mistero perché fosse stata consentita la continuazione di questo vasto programma – che proseguì fino al 1976 – quando decine di altri vennero chiusi. Alcuni ricercatori non altrettanto fortunati ipotizzarono che probabilmente Spring Grove metteva la terapia psichedelica a disposizione di personaggi potenti di Washington, i quali ne riconoscevano il valore o speravano di imparare dalla ricerca, o forse volevano conservare il proprio accesso alla sostanza. Gli ex membri dello staff di Spring Grove con i quali ho parlato, però, dubitano che si trattasse di questo. Hanno tuttavia confermato che il direttore del centro, il dottor Albert Kurland, oltre ad avere una reputazione eccellente presso i funzionari federali, aveva una straordinaria rete di contatti a Washington e usò le sue conoscenze in modo da tenere accesa la luce nei suoi laboratori per altri dieci anni, quando ormai era stata

spenta dappertutto – oltre che per ottenere l'LSD, in parte fornita dallo stato.

Né gli eventi del 1966 né quelli del 1976 misero tuttavia fine, in America, alla ricerca e alla terapia con gli psichedelici. Spinte nella clandestinità, quelle attività proseguirono in segreto e con discrezione.

Coda

Nel febbraio del 1979 quasi tutti i protagonisti della prima ondata della ricerca americana sugli psichedelici si ritrovarono a Los Angeles a casa di Oscar Janiger. Qualcuno girò un video dell'evento e, benché la qualità sia scadente, è possibile ascoltare gran parte della conversazione.²⁵¹ Lì, nel soggiorno di Janiger, vediamo Humphrey Osmond, Sidney Cohen, Myron Stolaroff, Willis Harman, Timothy Leary, e, seduto sul divano a fianco a lui, chiaramente a disagio, il Capitano Al Hubbard. Ha settantasette (o settantotto) anni, ed è venuto da Casa Grande, in Arizona, dove vive in un parcheggio per roulotte.²⁵² Indossa il suo abbigliamento paramilitare anche se non riesco a capire se porta la pistola.

I vecchi stanno rievocando, all'inizio sono un po' in imbarazzo. Nell'aria incombono sentimenti difficili. Leary, ancora affascinante, è straordinariamente generoso, e cerca di mettere tutti a proprio agio. Si sono lasciati alle spalle i giorni migliori: il grande progetto al quale avevano dedicato la loro vita è naufragato. Tutti loro credono però che sia stato realizzato qualcosa di importante – altrimenti non sarebbero lì a quella riunione. Sidney Cohen, in giacca e cravatta, pone la domanda che tutti hanno in mente – «Che senso ha avuto tutto questo?» – e poi azzarda una risposta: «Ha scosso la gente. Ha infranto il sistema di riferimento di migliaia, forse milioni, di persone. E credo che qualsiasi cosa abbia un effetto simile, sia una cosa buona».

Tra tutti, è proprio Leary che chiede al gruppo: «Qualcuno qui crede che siano stati fatti degli errori?».

Osmond, l'inglese immancabilmente educato, con i denti sempre più ribelli, evita di usare la parola «errore». «Io direi che... si sarebbe

potuto pensare ad altri modi di farlo». Qualcuno che non riconosco salta su: «Un errore è *stato fatto*: nessuno l'ha data a Nixon!».

Alla fine, è Myron Stolaroff che va dritto al punto, dicendo a Leary: «Eravamo un po' disturbati per certe cose che stavi facendo e che rendevano più difficile portare avanti una ricerca legittima». Leary allora gli ricorda che, come aveva già detto loro all'epoca, lui aveva un ruolo diverso: «Lasciateci fare gli esploratori stravaganti. Più noi ci spingiamo oltre, più quelli di Spring Grove avranno spazio per denunciarci». E quindi apparire responsabili.

«E vorrei soltanto che capiamo tutti, spero, d'aver interpretato delle parti che ci sono state assegnate, che non ci sono buoni o cattivi, nessun merito o colpa...».

«Be', io credo che abbiamo bisogno di persone come Tim e Al» dice a questo punto Sidney Cohen, accettando di buon grado il quadro tracciato da Leary. «Sono assolutamente necessari per farsi conoscere, farsi conoscere molto, fin troppo in effetti – per muovere la nave... per capovolgere le cose». E poi, voltandosi verso Osmond, «e abbiamo bisogno di persone come voi, per riflettere e studiare. E a poco a poco, nel complesso, si compie un leggero movimento. Quindi, sai, non riesco a pensare come avrebbe potuto funzionare in un altro modo».

Al Hubbard ascolta concentrato tutto questo ma ha poco da aggiungere; gioca con la copertina di un libro che tiene in grembo. A un certo punto prende la parola per suggerire che il lavoro dovrebbe proseguire, e al diavolo le leggi sulle droghe: si dovrebbe «semplicemente continuare a farlo. Svegliare la gente! Lasciare che vedano da sé che cosa sono. Credo che il vecchio Carter reggerebbe una buona dose!». E poi Harold Brown, segretario della difesa di Carter, e anche il direttore della CIA Stansfield Turner. Ma Hubbard non è del tutto sicuro di voler stare su quel divano con Timothy Leary, ed è meno disposto degli altri a lasciare che il passato sia passato, o a scagionare Leary, non importa quanto sia premuroso verso di lui.

«Oh, Al! Io ti devo tutto» dice Leary a un certo punto, rivolgendosi a Hubbard con il suo sorriso migliore. «Il centro galattico ti ha mandato quaggiù proprio al momento giusto».

Hubbard resta impassibile senza sorridere. Poi, cinque minuti dopo: «Tu di certo ci hai messo del tuo».

DIARIO DI VIAGGIO
UN VIAGGIO CLANDESTINO

In origine il mio progetto era di partecipare come volontario a una delle sperimentazioni in corso alla Hopkins o alla NYU. Dovendo intraprendere il mio viaggio personale con gli psichedelici e la supervisione d'una guida – una prospettiva comunque angosciata – l'idea di essere in compagnia di professionisti qualificati e nelle vicinanze d'un pronto soccorso mi era quanto mai gradita. I ricercatori autorizzati, però, non lavoravano più con «soggetti normali sani». Questo significava che, se speravo di intraprendere il viaggio di cui avevo tanto sentito parlare, avrei dovuto farlo in clandestinità. Sarei riuscito a trovare una guida disposta a lavorare con uno scrittore intenzionato a pubblicare una descrizione del suo viaggio? E io, con quella persona, mi sarei sentito sufficientemente a mio agio, abbastanza fiducioso, al punto da affidarle la mia mente? Tutta l'impresa era piena d'incertezza e comportava rischi di diverso genere: legali, etici, psicologici e perfino letterari: come fai a esprimere a parole un'esperienza che dicono sia ineffabile?

Malgrado sia blando, «curiosità» è un termine accurato per descrivere ciò che mi spinse. Ormai, avevo intervistato a lungo una buona dozzina di persone che avevano fatto viaggi psichedelici guidati, ed era impossibile ascoltare le loro storie senza chiedermi come sarebbe stata quell'esperienza nel mio caso. Quei viaggi erano stati tra le due o tre esperienze più intense della vita di molti di loro – vita che in diverse persone era stata trasformata in modo positivo e duraturo. Diventare più «aperto», soprattutto alla mia età, quando i solchi delle abitudini mentali sono così profondamente incisi da sembrare ineludibili, era una prospettiva allettante. E poi c'era la possibilità, per quanto remota, di avere un qualche tipo di epifania spirituale. Parecchi di coloro che avevo intervistato si erano accostati all'esperienza da atei e materialisti distaccati, spiritualmente non più evoluti di me, eppure più d'uno aveva avuto «esperienze mistiche» da cui era uscito con l'incrollabile convinzione che in questo mondo vi sia qualcosa di più rispetto a quanto

conosciamo – un «al di là» d'un qualche tipo, trascendente l'universo materiale che io presumo costituisca tutto ciò che è. Spesso pensavo a una delle pazienti malate di cancro che avevo intervistato, un'atea dichiarata che, nondimeno, s'era ritrovata «inondata dall'amore di Dio».

D'altra parte, non tutto quello che avevo sentito da queste persone mi rendeva ansioso di seguirle sul divano del terapeuta. Molte erano state trasportate dalla psilocibina nel profondo del loro passato, alcune percorrendo a ritroso tutta la traiettoria fino a scene di traumi infantili dimenticati. Benché si fossero rivelati anche catartici, quei viaggi erano stati strazianti, avevano scosso i viaggiatori nel loro intimo. Senza dubbio queste «medicine» – come immancabilmente le guide, autorizzate o clandestine che siano, chiamano le sostanze che somministrano – agitano vigorosamente il contenuto della psiche, portando in superficie ogni tipo di materiali rimossi, in parte terrificanti e orribili. Volevo *davvero* andare laggiù?

Se devo essere onesto al cento per cento – no! Dovete sapere che non sono mai stato un fautore dell'introspezione profonda o prolungata. Di norma sono orientato più in avanti che all'indietro o verso l'interno, e in genere preferisco lasciare indisturbate le profondità della mia psiche, ammesso che esistano (c'è già decisamente abbastanza da affrontare quassù in superficie; magari è per questo che ho fatto il giornalista e non il romanziere o il poeta). Tutta quella roba, stipata lì sotto nel seminterrato della psiche, sarà stata riposta laggiù per una ragione, e a meno che uno non stia cercando qualcosa di specifico per risolvere un problema, perché mai dovrebbe voler scendere quei gradini e accendere quella luce?

In genere la gente pensa a me come a una persona abbastanza stabile e psicologicamente solida, e ho coperto quel ruolo per così tanto tempo – nella mia famiglia quand'ero bambino e poi da adulto, e anche con gli amici e i colleghi – che probabilmente è una descrizione abbastanza accurata. Ogni tanto, però, magari a notte fonda tormentato dall'insonnia oppure sotto l'influenza della cannabis, sono stato scagliato in una tempesta psichica di angoscia esistenziale così oscura e violenta che la barca perde la chiglia, e la mia identità tanto affidabile scuffia. In quei momenti comincio seriamente a considerare la possibilità che da qualche parte, nel

profondo, sotto la personalità equilibrata con cui mi presento, esista un «me» ombra, costituito da forze turbolente, anarchiche, magari folli. Quant'è sottile, esattamente, la scorza della mia integrità mentale? A volte me lo chiedo. Forse lo facciamo tutti. Ma io volevo scoprirlo davvero? In un'occasione R.D. Laing disse che gli esseri umani temono tre cose: la morte, le altre persone, e la propria mente.²⁵³ Nel mio caso, due su tre. D'altra parte, in certi momenti la curiosità ha la meglio sulla paura. Credo che per me quel momento fosse arrivato.

Quando parlo degli «psichedelici clandestini» non mi riferisco al mondo oscuro di chi produce, vende e usa illegalmente le sostanze psichedeliche. Penso, invece, a un sottoinsieme specifico di quel mondo, popolato forse da un paio di centinaia di «guide», o terapeuti, che lavorano con diverse sostanze psichedeliche in modo scrupolosamente prescritto e con l'intenzione di guarire chi è malato o di migliorare la condizione di chi sta bene, aiutandolo a realizzare il proprio potenziale spirituale, creativo o emotivo. Molte di queste guide sono terapeuti accreditati, perciò facendo questo lavoro rischiano non soltanto la libertà personale ma anche la licenza per esercitare la professione. Ne incontrai uno che era medico, e sentii parlare di un altro. Alcuni sono figure religiose – rabbini e ministri di vari culti; altri si definiscono sciamani; un altro si descrisse come un druido. I rimanenti sono terapeuti formati presso una combinazione di scuole alternative da far girar la testa: ho conosciuto jungiani e reichiani, terapeuti della Gestalt e psicologi «transpersonali»; guaritori energetici; terapeuti che lavorano sull'aura, sulla respirazione o che praticano il *bodywork*; e poi ancora terapeuti che lavorano con l'«est» (Erhard Seminars Training), sulle vite passate e sulla costellazione familiare;²⁵⁴ cercatori di visione, astrologi e maestri di meditazione di ogni orientamento – una caotica rimpatriata dell'intera classe di «modalità» alternative anni Settanta, in genere raccolte sotto il titolo di «movimento del potenziale umano», che ha in Esalen il suo quartier generale a livello mondiale. La terminologia della New Age può essere un po' irritante; ci sono state occasioni in cui ho avuto la sensazione di ascoltare persone il cui linguaggio e il

cui vocabolario avessero smesso di evolvere all'inizio degli anni Settanta, nel momento stesso in cui la terapia psichedelica venne costretta alla clandestinità, in tal modo congelando nel tempo un'intera sottocultura.

Rintracciai senza grandi difficoltà diverse di queste persone nella Bay Area, che probabilmente è la regione degli Stati Uniti con la più grande concentrazione di guide operanti in clandestinità. Chiedendo in giro, scoprii subito che l'amico di un amico conosceva una guida a Santa Cruz, con cui regolarmente, in occasione del suo compleanno, faceva un viaggio con la psilocibina. Ben presto scoprii anche che in certi luoghi la membrana tra i due mondi degli psichedelici, clandestino e alla luce del sole, è permeabile; tra le persone con cui feci amicizia mentre scrivevo sulle sperimentazioni universitarie con la psilocibina un paio si prestarono a farmi conoscere alcuni «colleghi» che lavoravano in clandestinità. Quando cominciarono a fidarsi delle mie intenzioni, una presentazione ne procurava un'altra: ormai ho intervistato quindici guide clandestine e ho lavorato con cinque di esse.

Considerando i rischi implicati, ho trovato la maggior parte di queste persone inaspettatamente disponibile, generosa e fiduciosa. Benché finora le autorità non abbiano mostrato alcun interesse a perseguire quanti praticano la terapia assistita con sostanze psichedeliche, la prassi resta comunque illecita e pertanto è rischioso condividerla con un giornalista senza prendere delle precauzioni. Tutte le guide mi hanno chiesto di non rivelare il loro nome o il luogo in cui operano, e di adottare qualsiasi altra misura per proteggere la loro identità. Perciò, in ciascuna delle loro storie, ho cambiato non soltanto nomi e luoghi, ma anche altri dettagli utili all'identificazione. Detto questo, tutte le persone che state per incontrare sono individui reali, e non figure composite o inventate.

In un modo o nell'altro, quasi tutte le guide clandestine che ho conosciuto discendono dalla generazione di terapeuti che lavoravano con gli psichedelici nella West Coast e nell'area di Cambridge quando la prassi era ancora legale negli anni Cinquanta e Sessanta. In effetti, per quasi tutti coloro che ho intervistato era possibile ricostruire una genealogia professionale che portava a Timothy Leary (spesso passando per uno dei suoi specializzandi),

Stanislav Grof, Al Hubbard o uno psicologo della Bay Area di nome Leo Zeff. Quest'ultimo, morto nel 1988, fu uno dei primissimi terapeuti a praticare in clandestinità, e di sicuro il più famoso; nel corso della sua carriera, asseriva d'aver «gestito» (l'espressione è di Al Hubbard) tremila pazienti e formato centocinquanta guide, comprese diverse di quelle che ho conosciuto sulla West Coast.²⁵⁵

Zeff lasciò anche una descrizione postuma (e anonima) del proprio lavoro, sotto forma di un libro uscito nel 1997 intitolato *The Secret Chief*: una serie di interviste con un terapeuta di nome Jacob condotte dal suo caro amico Myron Stolaroff. (Nel 2004 la famiglia di Zeff autorizzò Stolaroff a rivelare la sua identità e a ripubblicare il libro con il titolo *The Secret Chief Revealed*). Stando a quanto emerge dalle interviste, Zeff è per molti versi rappresentativo dei terapeuti clandestini che ho incontrato, sia nell'approccio che nel comportamento: più che d'un ribelle, d'un guru o d'un hippie, dà l'impressione di un tipo informale o *haimish*, per usare una parola yiddish che lui stesso avrebbe apprezzato. In una fotografia inserita nell'edizione del 2004 uno Zeff sorridente – con un paio di grossi occhiali da aviatore e un gilet portato senza giacca – ha più l'aria di uno zio molto amato che non quella di un fuorilegge o di un mistico. Invece, era entrambe le cose.

Zeff era un terapeuta junghiano quarantanovenne che esercitava a Oakland quando, nel 1961, fece il suo primo trip con cento microgrammi di LSD. (Può darsi che sia stato lo stesso Stolaroff a «spedirlo in trip» la prima volta, per usare una delle espressioni dello stesso Zeff). La guida gli aveva chiesto di portare con sé un oggetto che avesse un significato personale, così Zeff aveva portato la sua Torah. Quando l'LSD cominciò a fare effetto, la guida «posò la Torah sul mio torace e io immediatamente mi trovai nel grembo di Dio. Lui e io eravamo Uno».²⁵⁶

Zeff cominciò immediatamente a inserire nella sua prassi di terapeuta una gamma di diverse sostanze psichedeliche e scoprì che le «medicine» aiutavano i suoi pazienti ad aprirsi un varco nelle proprie difese, portando in superficie strati di materiale inconscio sepolto e giungendo così, spesso in un'unica seduta, a rivelazioni spirituali. Zeff raccontò a Stolaroff di aver ottenuto risultati talmente «fantastici» che, quando nel 1970 il governo federale annoverò gli

psichedelici tra le sostanze della Tabella I proibendone l'uso per qualsiasi scopo, prese la decisione epocale di proseguire il suo lavoro in clandestinità.

Non fu cosa facile. «Molte volte facevo una fatica spaventosa ad addormentarmi e quando la mattina mi svegliavo [quel pensiero] mi riafferrava» disse a Stolaroff. «“Jacob [il suo pseudonimo], Cristo, ma perché ti stai esponendo a tutta questa merda? Non ne hai bisogno”. Poi ci riflettevo e mi dicevo: “Guarda le persone. Guarda che cosa gli sta accadendo”. Mi chiedevo: “Ma ne vale la pena?”... Inevitabilmente replicavo con un “Oh sì che ne vale la pena” ... Qualsiasi cosa comporti per te. *Ne vale la pena*, se si ottengono questi risultati!».²⁵⁷

Durante la sua lunga carriera Zeff aiutò a codificare molti dei protocolli utilizzati nella terapia clandestina, dando forma agli «accordi» che solitamente le guide stipulavano con i loro clienti – accordi riguardanti la confidenzialità (rigorosa), i contatti sessuali (vietati), l'obbedienza alle istruzioni del terapeuta durante la seduta (assoluta), eccetera – e sviluppando molti degli aspetti cerimoniali, per esempio il fatto che i partecipanti prendessero la «medicina» da un piccolo calice, «un simbolo molto importante dell'esperienza di trasformazione». Zeff descrisse anche le deviazioni dalla prassi terapeutica convenzionale, comuni tra le guide psichedeliche. Credeva fosse imperativo che avessero un'esperienza personale con qualsiasi «medicina» somministrassero (le guide operanti alla luce del sole o non cercano tali esperienze, o non ammettono di averle avute). Si convinse che non si dovesse cercare di orientare o manipolare il viaggio psichedelico, ma consentire che esso facesse il proprio corso e trovasse la propria destinazione («*devi solo lasciarli in pace!*» dice a Stolaroff).²⁵⁸ Le guide dovrebbero anche essere disposte a deporre la maschera di distacco tipica dell'analista, mettendo così in gioco la propria personalità e le proprie emozioni, e offrendo un contatto confortante o un abbraccio al cliente alle prese con un viaggio particolarmente difficile.

Nell'introduzione che scrisse per *The Secret Chief Revealed* Myron Stolaroff tratteggiò l'influenza esercitata sull'intero settore da guide operanti in clandestinità come Leo Zeff, ipotizzando che la ricerca legittima sugli psichedelici – ripresa alla fine degli anni

Novanta, nel momento in cui scriveva – fosse «evoluta quale risultato di evidenze aneddotiche raccolte da terapeuti clandestini» come Zeff, oltre che della prima ondata di ricerca sugli psichedelici condotta negli anni Cinquanta e Sessanta. I ricercatori che oggi lavorano con gli psichedelici nelle università sono comprensibilmente riluttanti a riconoscerlo, ma tra i due mondi esiste un certo scambio, e un piccolo numero di personaggi si sposta, con cautela, avanti e indietro tra di essi. Alcuni insigni terapeuti clandestini, per esempio, sono stati ingaggiati per formare un nuovo gruppo di guide che lavorino nelle sperimentazioni sulle sostanze psichedeliche in corso nelle università. Il team della Hopkins, quando volle studiare il ruolo della musica nelle sedute con la psilocibina, si rivolse a diverse guide clandestine esaminando quel ruolo nella loro prassi terapeutica.²⁵⁹

Fino al 2010 nessuno aveva la benché minima idea di quante guide clandestine stessero lavorando in America, o esattamente in che cosa consistesse il loro lavoro. Quello fu l'anno in cui James Fadiman – lo psicologo formatosi ad Harvard che all'inizio degli anni Sessanta aveva contribuito alla ricerca dell'International Foundation for Advanced Study di Menlo Park – partecipò a un convegno sulla scienza delle sostanze psichedeliche nella Bay Area. Il convegno era stato organizzato dal MAPS, con la sponsorizzazione dell'Heffter Research Institute, della Beckley Foundation e del Council on Spiritual Practices di Bob Jesse, altre tre organizzazioni non profit che finanziavano gran parte della ricerca sugli psichedelici in corso all'epoca. La manifestazione, tenutasi in un Holiday Inn di San Jose, richiamò più di mille persone comprese diverse decine di scienziati (che illustrarono la loro ricerca con tanto di presentazione in PowerPoint), numerose guide provenienti sia dalle sperimentazioni universitarie sia dal mondo clandestino, e moltissimi «psiconauti» – persone di tutte le età che facevano uso regolare di psichedelici a scopi spirituali, terapeutici o «ricreazionali» (come Bob Jesse si affrettava sempre a ricordarmi non appena uso quella parola, «ricreazionale» non significa necessariamente frivolo, superficiale o senza un fine: messaggio ricevuto).

James Fadiman andò al convegno del MAPS seguendo «la pista della scienza», per intervenire sul valore del viaggio con gli

enteogeni assistito da una guida. Si chiedeva se nel pubblico ci fossero molte guide clandestine, e così alla fine del suo discorso annunciò che alle otto del mattino seguente ci sarebbe stato un incontro riservato a loro.

«Mi tirai giù dal letto alle 7.30, aspettandomi di vedere forse cinque persone, e invece se ne presentarono cento! Una cosa sbalorditiva!».

Probabilmente sarebbe eccessivo descrivere questo gruppo disperso ed eterogeneo come una comunità, e meno che mai come un'organizzazione, d'altra parte le mie interviste con oltre una dozzina di queste guide indicano che si tratta di professionisti con atteggiamenti, prassi e perfino codici di condotta condivisi. Subito dopo l'incontro di San Jose, in rete comparve un «wiki»: un sito web collaborativo in cui singoli individui possono condividere documenti e creare insieme nuovi contenuti (Fadiman pubblicò l'URL nel suo libro del 2011, *The Psychedelic Explorer's Guide*). Qui trovai un paio di documenti di particolare interesse, oltre a diversi sub-wiki – documenti in corso di sviluppo – che non erano stati più aggiornati da diversi anni; può darsi che la rivelazione del sito, nel libro di Fadiman, avesse indotto i suoi creatori ad abbandonarlo o a spostarsi – sempre online – altrove.

Il primo documento interessante era la bozza di uno statuto «per sostenere una categoria di esperienze profonde e preziose che si stanno rendendo più disponibili a un maggior numero di persone». Queste esperienze sono descritte, tra l'altro, come «coscienza unitiva» e come «coscienza non duale»; per raggiungere tali stati sono menzionate diverse modalità non farmacologiche, per esempio la meditazione, la respirazione e il digiuno. «Fondamentale strumento per le Guide è l'uso giudizioso di una classe di sostanze psicoattive» che sappiamo essere «potenti catalizzatori spirituali».

Il sito web mette a disposizione delle aspiranti guide alcuni link per scaricare moduli stampabili di liberatorie, accordi etici e questionari medici («non abbiamo una gran copertura assicurativa» mi disse una guida, con un sorriso ironico; «perciò stiamo molto attenti»). C'è anche un link a un ben ponderato *Codice etico per le guide spirituali*, che riconosce i rischi psicologici e fisici del viaggio e sottolinea la responsabilità ultima della guida per quanto riguarda il benessere del

cliente. Ammettendo che nel corso di «pratiche religiose primarie» «i partecipanti possono essere particolarmente vulnerabili alla suggestione, alla manipolazione e allo sfruttamento», il codice stabilisce che è obbligo della guida esporre preventivamente tutti i rischi, ottenere il consenso, garantire la confidenzialità, proteggere in ogni momento la sicurezza e la salute dei partecipanti, nonché «tutelarsi ... dall'ambizione» e dall'autopromozione, e assicurare al cliente un trattamento adeguato «a prescindere dalla sua possibilità di pagare».

Forse il documento più utile disponibile sul sito è *Guidelines for Voyagers and Guides*:²⁶⁰ un compendio di saggezza e conoscenze accumulate nel corso di mezzo secolo sul modo migliore di accostarsi al viaggio psichedelico – come partecipanti e come guide. Il testo copre gli aspetti fondamentali del *set* e del *setting*: la preparazione fisica e mentale per la seduta, le potenziali interazioni farmacologiche, l'importanza di formulare un'intenzione, che cosa aspettarsi – nel bene e nel male – durante l'esperienza, gli stadi del viaggio, che cosa può andar storto, come affrontare materiali spaventosi, l'immensa importanza di un'integrazione «post-seduta», eccetera.

Per me, che ero sulla soglia di un'esperienza simile, fu rassicurante apprendere che le guide psichedeliche clandestine – una comunità che io avevo dato per scontato consistesse in un pugno di individui ciascuno intento a lavorare per suo conto – operassero invece da professionisti, attingendo a un corpus di conoscenze ed esperienze accumulate e a un insieme di tradizioni tramandate da pionieri come Al Hubbard, Timothy Leary, Myron Stolaroff, Stan Grof e Leo Zeff: avevano regole, codici e accordi, e molti aspetti del loro lavoro erano stati più o meno sistematizzati.

Imbattermi nel sito mi fece anche apprezzare quanto la cultura degli psichedelici fosse evoluta rispetto agli anni Cinquanta e Sessanta. Implicito in questi documenti, mi parve, c'era il riconoscimento che tali «medicine», potenti e anarchiche, possono essere – e di fatto sono state – usate in modo improprio; e che, se vogliamo facciano più bene che male, occorre fornir loro un contenitore culturale d'un qualche tipo: protocolli, regole e rituali che, nel loro insieme, formino una sorta di contrappeso apollineo in grado

di trattenere e incanalare la loro grande forza dionisiaca. La medicina moderna, con le sue sperimentazioni controllate, i camici bianchi e le diagnosi del DSM, offre uno di tali contenitori; le guide clandestine ne mettono a disposizione un altro.

Malgrado ciò, le prime due guide con cui parlai non mi ispirarono molta fiducia. Forse perché quel territorio mi era del tutto nuovo, e perché ero nervoso circa il viaggio che andavo considerando, nelle loto tiritere continuavo a sentire cose che facevano scattare campanelli d'allarme, spingendomi a desiderare di darmela a gambe nella direzione opposta.

Andrei, il primo che intervistai, era un burbero psicologo quasi settantenne, rumeno di nascita, con decenni di esperienza; aveva lavorato con l'amico di un amico di un amico. Ci incontrammo nel suo studio in un modesto quartiere di villette con prati ben curati in una città del l'area del Pacifico Nordoccidentale. Un cartello scritto a mano sulla porta esortava i visitatori a togliersi le scarpe e a salire al primo piano nella sala d'aspetto, un locale in penombra con un tappeto kilim appeso alla parete.

Invece di un tavolino con pile di vecchie riviste illustrate, trovai un piccolo altare popolato di manufatti facenti capo a una straordinaria varietà di tradizioni spirituali: un Buddha, un cristallo, l'ala di un corvo, una coppa di ottone per bruciare incenso, un ramo di artemisia. Dietro all'altare c'erano due fotografie incorniciate, una di un guru indù che non conoscevo, e l'altra di una *curandera* messicana che invece riconobbi: María Sabina.

Quella non fu l'ultima volta in cui m'imbattei in un *tableau* così sconcertante, anzi: ogni guida che incontrai teneva un altare del genere nella stanza in cui lavorava, e spesso, prima di intraprendere il loro viaggio, i clienti erano esortati a contribuire con un oggetto dal significato personale. Inizialmente fui tentato di liquidare tutto questo come un ricco buffet di paccottiglia New Age in nome delle pari opportunità, ma in seguito arrivai a considerarlo in modo più comprensivo, come espressione materiale del sincretismo diffuso nella comunità psichedelica. I membri di tale comunità tendono a essere spirituali più che religiosi in un qualsiasi senso formale,

concentrati come sono sul nucleo comune di misticismo o «coscienza cosmica» che credono stia dietro a tutte le diverse tradizioni religiose. Perciò, quella che mi era parsa un'accozzaglia di simboli conflittuali del divino, in realtà era un insieme di mezzi diversi per esprimere o interpretare la stessa realtà spirituale di fondo, «la filosofia perenne» che Aldous Huxley riteneva sostenesse tutte le religioni e a cui presumibilmente le sostanze psichedeliche possono dare un accesso diretto.

Dopo qualche minuto Andrei piombò nella stanza e, quando io mi alzai tendendogli la mano, mi colse di sorpresa con un abbraccio da orso. Omone con una gran testa di capelli grigi pettinati sbrigativamente, Andrei indossava una camicia azzurra a quadri con i bottoni sul collo, portata su una t-shirt gialla che faticava a contenere la massa rotonda della sua pancia. Parlando con un forte accento, riusciva a sembrare al tempo stesso amabile e d'una brutalità sconcertante.

Aveva avuto la sua prima esperienza con l'LSD a ventun anni, subito dopo il congedo dall'esercito; un amico gliel'aveva mandata dall'America, e l'esperienza l'aveva trasformato. «Mi fece capire che viviamo una versione limitatissima di quello che la vita è veramente»: una consapevolezza che lo spinse a intraprendere un viaggio di approfondimento nelle religioni orientali e nella psicologia occidentale, culminato infine in un dottorato in psicologia. Quando il richiamo alle armi minacciò di interrompere il suo percorso psico-spirituale, «decisi di dover fare le mie scelte» mi disse – e disertò.

Alla fine Andrei lasciò Bucarest alla volta di San Francisco, diretto in quella che aveva sentito dire fosse «la prima scuola di specializzazione New Age»: il California Institute of Integral Studies. Fondato nel 1968, l'istituto è specializzato in «psicologia transpersonale», una scuola di terapia con un forte orientamento spirituale che trova fondamento nell'opera di Carl Jung e Abraham Maslow, come pure nelle «tradizioni di saggezza» orientali e occidentali, comprese quelle dei guaritori nativi americani e dello sciamanesimo sudamericano. Stanislav Grof, un pioniere tanto della terapia transpersonale quanto di quella psichedelica, ha fatto parte del suo corpo docente per molti anni. Nel 2016 l'istituto offrì il primo

programma certificato a livello nazionale sulla terapia con gli psichedelici.

Come parte del suo piano di studi, Andrei dovette sottoporsi a psicoterapia e approdò a un nativo americano che «faceva “medicine work”» nella regione dei Four Corners e nella Bay Area. «Evvai!» ricorda d’aver pensato. «Per via della mia esperienza con l’LSD, sapevo che funzionava». Il lavoro con le «medicine» divenne la sua vocazione.

«Io aiuto le persone a scoprire chi sono in modo che possano vivere appieno la loro vita. Un tempo lavoravo con chiunque si rivolgesse a me, ma certi tipi erano troppo fuori di testa. Se sei sull’orlo di una psicosi, questo lavoro può buttartici dentro. Occorre un ego robusto per poterlo lasciare andare e poi essere in grado di rientrare nei tuoi confini». Accennò al fatto che una volta un cliente disturbato gli aveva fatto causa, incolpandolo di un successivo crollo nervoso. «Fu allora che decisi: con i pazzi non ci lavoro più. E non appena feci questa dichiarazione all’universo, quelli smisero di presentarsi». Di questi tempi Andrei lavora con molti giovani coinvolti nel mondo della tecnologia. «Nella Silicon Valley io sono il virus pericoloso. Vengono da me e mi chiedono: “Che cosa ci faccio qui, a inseguire la carota d’oro nella gabbia d’oro?”. Molti di loro in seguito fanno qualcosa di più significativo nella propria vita. [L’esperienza] li apre alla realtà spirituale».

È difficile dire esattamente che cosa mi dissuase dal lavorare con Andrei; abbastanza stranamente, però, non fu tanto lo spiritualismo New Age quanto la sua *nonchalance* nei confronti di un processo che per me era ancora misterioso e spaventoso. «Io non faccio il gioco della psicoterapia» mi disse con la stessa indifferenza d’un tizio che ti stia preparando e incartando un panino dietro al banco d’una rosticceria. «Niente schermi vuoti. Nella psicologia *mainstream* non ci sono abbracci. Io li abbraccio. Li tocco. Li consiglio. Li faccio venire a stare con noi nella foresta». Andrei non lavora con i clienti nel suo studio, ma fuori città, in un luogo sperduto tra foreste della Olympic Peninsula. «Quelli sono dei grossi no». Si strinse nelle spalle come per dire: e allora?

Condivisi con lui alcune delle mie paure. Tutte cose che aveva già sentito. «Può darsi che non ottenga quello che vuole,» mi rispose

«ma otterrà quello di cui ha bisogno». Deglutii mentalmente. «La cosa più importante è abbandonarsi all'esperienza, anche quando diventa difficile. Abbandonarsi alle proprie paure. Le più forti sono quelle della morte e della follia. L'unica cosa, però, è abbandonarsi. Perciò si abbandoni!». Andrei aveva nominato le mie due più grandi paure, ma quello che prescriveva sembrava più facile a dirsi che a farsi.

Mi resi conto di sperare in una guida che emanasse forse un po' più di tenerezza e di pazienza; d'altra parte non ero sicuro di dover lasciare che i modi bruschi di Andrei mi dissuadessero. Era intelligente, aveva moltissima esperienza, ed era disposto a lavorare con me. Poi mi raccontò una storia che decise la questione.

Riguardava il suo lavoro con un uomo della mia età il quale, durante il suo viaggio con la psilocibina, si convinse di avere un attacco di cuore. «“Sto morendo,” diceva “chiami il 911! Lo sento, è il mio cuore!”. Io gli dissi di abbandonarsi alla morte. San Francesco disse che nella morte si guadagna la vita eterna. Quando capisci che la morte non è che un'altra esperienza, non c'è più nulla di cui preoccuparsi».

Va bene, ma se fosse stato davvero un infarto? Là fuori nella foresta nel bel mezzo della Olympic Peninsula? Andrei accennò a una guida che stava addestrando: «Una volta mi chiese: “Se qualcuno muore che fai?”». Non so che cosa mi aspettavo dicesse, ma di certo non la sua replica, buttata lì con una delle sue più fredde alzate di spalle.

«Lo sotterri insieme a tutti gli altri morti».

Dissi ad Andrei che mi sarei tenuto in contatto.

Ben presto scoprii che il mondo della terapia psichedelica clandestina era popolato da moltissimi di questi personaggi dal carattere forte, non necessariamente del tipo a cui credevo di poter affidare la mia mente – o una qualsiasi parte di me. Subito dopo la mia seduta con Andrei ebbi un incontro con una seconda possibile guida, un brillante psicologo ultraottantenne che era stato allievo di Timothy Leary a Harvard. Aveva una profonda conoscenza degli psichedelici e le sue credenziali erano impressionanti; mi era stato caldamente raccomandato da persone che stimavo. Tuttavia quando a pranzo – in un ristorante tibetano nei pressi del suo studio – si

tolse la cravatta *bolo* e la tenne sospesa sopra al menu, cominciai a perdere la fiducia nel fatto che fosse lui il mio uomo. Mi spiegò che, per scegliere *entrées* che avessero maggiori probabilità di assecondare la sua digestione bizzosa, si affidava alle energie liberate dalle oscillazioni del fermaglio d'argento, usato come un pendolo. Non ricordo che cosa avesse ordinato per pranzo il suo fermaglio, ma ancor prima che lui cominciasse a dilungarsi sulle prove che l'11 settembre fu un lavoro organizzato dall'interno, avevo capito che la mia ricerca di una guida non era ancora finita.

Una considerevole differenza – quando prendi gli psichedelici a sessant'anni invece che a diciotto o a venti – è che a sessanta è più probabile dover consultare un cardiologo prima del trip. Era il mio caso. Un anno prima di decidere di imbarcarmi in questa avventura il mio cuore – del quale fino a quel momento avevo dato per scontato il regolare funzionamento – aveva improvvisamente palesato la sua presenza, esigendo la mia attenzione per la prima volta in vita mia. Un pomeriggio, mentre ero seduto al computer, mi accorsi all'improvviso di un nuovo ritmo, pronunciato e follemente sincopato, nel mio torace.

«Fibrillazione atriale» fu il nome che il medico diede agli scarabocchi anomali comparsi sul mio ECG. Con sollievo (effimero) appresi dal dottore che il pericolo comportato dalla fibrillazione atriale non è un infarto cardiaco, ma un aumento del rischio di ictus. «Il mio cardiologo» – un'infelice espressione inseritasi all'improvviso nel mio vocabolario probabilmente per restarci – mi prescrisse un paio di medicinali per calmare il ritmo cardiaco e abbassare la pressione, accompagnati da una cardioaspirina come anticoagulante, da prendere una volta al giorno. E poi mi disse di non preoccuparmi.

Seguii tutti i suoi consigli, tranne l'ultimo: adesso, non riesco a fare a meno di pensare in continuazione al mio cuore. Tutte le sue operazioni, in precedenza completamente al di fuori della mia consapevolezza, all'improvviso diventarono salienti: potevo ascoltarle e percepirle ogni volta che mi veniva in mente di controllare, cosa che ora facevo incessantemente. A distanza di

mesi la fibrillazione atriale non si era più ripresentata, ma la sorveglianza che esercitavo sul mio povero cuore era fuori controllo. Tutti i giorni misuravo la pressione e ogni volta che andavo a letto mi mettevo in ascolto per rilevare segni di eccentricità ventricolare. Mi ci vollero mesi senza ictus, prima di tornare ancora una volta a fidarmi del fatto che il mio cuore facesse il suo lavoro senza la mia supervisione. A poco a poco, per fortuna, tornò a defilarsi ritirandosi sullo sfondo della mia attenzione.

Racconto tutto questo per spiegare come mai, prima d'imbarcarmi in un viaggio psichedelico, sentii di dover parlare con il mio cardiologo. Poiché aveva la mia età, era improbabile che rimanesse scioccato sentendo parlare di «psilocibina», «LSD» o «MDMA». Gli raccontai quello che avevo in mente di fare e gli chiesi se, considerando i miei problemi coronarici, una qualsiasi delle sostanze in questione fosse controindicata, o se vi fosse un qualsivoglia rischio di interazione con i medicinali che mi aveva prescritto. Il dottore non era particolarmente preoccupato per gli psichedelici – la maggior parte di essi concentra i suoi effetti sul cervello e ha un impatto straordinariamente leggero sul sistema cardiovascolare –, ma mi consigliò di evitare una delle sostanze che gli avevo menzionato: l'MDMA, nota anche come ecstasy o Molly, inserita nella Tabella I da metà degli anni Ottanta, quando si affermò come diffusa droga da *rave*.

La 3,4 metilendirossimetanfetamina non è una sostanza psichedelica classica (agisce su recettori cerebrali diversi e non produce forti effetti visivi); molte delle guide con cui stavo parlando, però, mi avevano detto che faceva parte del loro protocollo. A volte denominata «empatogeno», l'MDMA abbassa le difese psicologiche e aiuta a costruire velocemente un legame tra paziente e terapeuta (Leo Zeff fu uno dei primi terapeuti a usarla negli anni Settanta, dopo che il suo impiego era stato diffuso dal suo amico Sasha Shulgin, il leggendario chimico della Bay Area, e dalla moglie di lui, la terapeuta Ann Shulgin). Le guide mi dissero che l'MDMA era un buon sistema per «rompere il ghiaccio» e stabilire fiducia prima del trip psichedelico (una disse: «Condensa anni di psicoterapia in un pomeriggio»). D'altra parte, come indica il suo nome scientifico, l'MDMA è un'anfetamina e pertanto, a differenza degli psichedelici,

da un punto di vista chimico coinvolge il cuore. Mi dispiaceva che il mio cardiologo l'avesse esclusa, tuttavia ero felice che mi avesse dato più o meno via libera per il resto dei miei piani di viaggio.

Primo trip: LSD

Nella prima guida con cui decisi di lavorare non c'era nulla, almeno sulla carta, che promettesse bene. L'uomo in questione abitava e lavorava sulle montagne dell'Ovest americano in condizioni di tale isolamento che non aveva una linea telefonica, generava da sé l'energia elettrica che gli serviva, pompava la sua acqua, coltivava ciò che mangiava, e aveva un collegamento internet via satellite quanto mai precario. Potevo scordarmi di essere nelle vicinanze di un pronto soccorso. E poi c'era un altro fatto: mentre io ero un ebreo proveniente da una famiglia a suo tempo riluttante ad acquistare un'auto tedesca, quel tizio era un tedesco sui sessantacinque anni, figlio di un nazista che aveva servito nelle SS durante la seconda guerra mondiale. Dopo che avevo sentito tanto parlare dell'importanza del *set* e del *setting*, nessuno di questi dettagli era particolarmente beneaugurante.

Malgrado ciò, Fritz mi piacque dal momento in cui uscì a salutarmi con un largo sorriso e un caldo abbraccio (stavo cominciando ad abituararmi) appena fermai l'auto nel suo remoto accampamento: un lindo villaggio comprendente diverse strutture – una casa artigianale e un paio di capanne più piccole, una iurta ottagonale e due bagni esterni dipinti a colori vivaci, sistemati in una radura sulla cresta di una montagna coperta di fitta boscaglia. Seguendo la mappa disegnata a mano inviatami da Fritz (per il GPS l'area era terra incognita), guidai per chilometri lungo una strada bianca polverosa che attraversava il paesaggio desolato di una miniera abbandonata, e che poi si arrampicava in una scura foresta di cipressi e pini ponderosa con un fitto sottobosco di *manzanitas* dalla corteccia liscia colore del sangue fresco. Ero arrivato nel mezzo del nulla.

Fritz era un groviglio di contraddizioni e tuttavia, chiaramente, un uomo cordiale e all'apparenza felice. A sessantacinque anni – folti capelli grigi portati con la riga in mezzo e corporatura robusta e

squadrata che stava appena cominciando a cedere – ricordava un attore cinematografico europeo un po' sciupato. Era cresciuto in Bavaria, figlio di un alcolista violento che aveva servito nelle SS come guardia del corpo dell'addetto alla cultura responsabile della produzione di opere e altre forme di intrattenimento per i militari. In seguito il padre di Fritz aveva combattuto sul fronte russo ed era sopravvissuto a Stalingrado, tornando in patria traumatizzato dai bombardamenti. Fritz crebbe nella fitta ombra dello squallore paterno, condividendo la vergogna e la rabbia di molti appartenenti alla generazione postbellica.

«Quando arrivò il momento di fare il militare,» mi raccontò mentre eravamo seduti al tavolo di cucina sorseggiando del tè in un assoluto pomeriggio di primavera «gli dissi di andare a farsi fottere, e loro mi sbatterono dentro». Costretto in seguito a servire nell'esercito, Fritz finì due volte sotto la corte marziale – una delle quali per aver dato fuoco alla propria uniforme. Passò il tempo in solitario isolamento leggendo Tolstoj e Dostoevskij e tramando la rivoluzione insieme al maoista della cella accanto, con il quale comunicava attraverso le tubazioni della prigione. «Il mio momento di massimo orgoglio fu quando diedi dell'Orange Sunshine, un derivato dell'LSD che avevo avuto da un amico in California, a tutte le guardie».

All'università Fritz studiò psicologia e prese moltissima LSD che si procurava dai soldati americani di stanza in Germania. «Rispetto all'LSD, Freud era una barba. Per lui la biografia era tutto, non aveva alcun interesse per l'esperienza mistica». Fritz passò poi a Jung e a Wilhelm Reich, «il mio eroe». Strada facendo, scoprì che l'LSD era uno strumento potente per esplorare le profondità della sua psiche, giacché gli consentiva di rivivere, e quindi di lasciar andare, la rabbia e la depressione che l'avevano ostacolato da ragazzo. «In seguito, nella mia vita ci fu più luce. Qualcosa cambiò».

Come per molte delle guide che avevo incontrato, l'esperienza mistica con gli psichedelici aveva lanciato Fritz in una ricerca spirituale durata decenni, che alla fine «mandò in corto circuito la mia mente lineare, empirica» aprendolo alla possibilità di vite passate, telepatia, precognizione e «sincronicità», tutti fenomeni che sfidano i nostri concetti di spazio e di tempo. Trascorse un periodo in un *ashram* in India, dove assistette a scene che erano state

preconizzate nei suoi viaggi psichedelici. Una volta, mentre stava facendo l'amore con una donna in Germania (i due stavano praticando il tantrismo), condivise con lei un'esperienza extracorporea che consentì a entrambi di osservare se stessi dal soffitto. «Queste "medicine" mi hanno mostrato che esiste qualcosa – tra virgolette – di impossibile. Ma non credo che si tratti di magia o di soprannaturale. È una tecnologia della coscienza che ancora non comprendiamo».

Normalmente quando la gente comincia a parlare di dimensioni transpersonali della coscienza e di «campi morfogenetici» ho poca pazienza (o non ne ho per niente), ma in Fritz c'era qualcosa che rendeva quei suoi discorsi se non proprio convincenti almeno... stimolanti. Riusciva a esprimere le idee più improbabili con una modestia e una semplicità che disarmavano. Avevo l'impressione che non perseguisse altri fini se non quello di nutrire la propria curiosità – che fosse con gli psichedelici, con i libri o con i fenomeni paranormali. In alcune persone il privilegio d'aver avuto un'esperienza mistica tende a gonfiare enormemente l'ego, così da convincerle che sia stato loro concesso il possesso esclusivo di una chiave per accedere all'universo: una ricetta eccellente per creare un guru. L'assenza di dubbi e la condiscendenza verso i semplici mortali che solitamente accompagna quella chiave possono rendere insopportabili queste persone – ma non era il caso di Fritz. Al contrario: le sue esperienze ultraterrene lo avevano reso umile, aprendolo a possibilità e misteri ma senza chiuderlo allo scetticismo – o ai piaceri della vita quotidiana su *questa* terra. Non c'era nulla di etereo in lui. Mi sorpresi nel constatare quanto mi piacesse Fritz.

Dopo cinque anni in una comune in Baviera («stavamo tutti cercando di disfare parte dei danni inflitti alla generazione nata dopo la guerra»), nel 1976, durante un'escursione sull'Himalaya, incontrò una donna californiana e quando lei tornò a Santa Cruz la seguì. Là piombò nello scenario del potenziale umano della California settentrionale, in tutte le sue declinazioni: gestì in varie occasioni un centro di meditazione per un guru indiano di nome Rajneesh; fece *bodywork* (compreso il massaggio dei tessuti profondi e il Rolfing); praticò la terapia della Gestalt e la terapia reichiana – e fece anche un po' di progettazione di giardini per pagarsi le bollette. Quando –

nel 1982, subito dopo la morte di suo padre – conobbe Stan Grof a un corso di respirazione a Esalen, sentì d’aver finalmente trovato il suo padre legittimo. Durante il seminario Fritz ebbe «un’esperienza potente, come se avessi preso uno psichedelico. Tutt’a un tratto, rivissi la mia nascita – mia madre che mi partoriva. Mentre accadeva questo, osservavo su un gigantesco schermo IMAX la divinità Shiva intenta a creare e distruggere mondi. Tutti, nel gruppo, volevano quello che avevo avuto io!». Adesso aggiunse alla sua pratica di *bodywork* anche la respirazione olotropica.

Fritz frequentò infine una serie intensiva di programmi di formazione pluriennali tenuti da Grof nella California settentrionale e nella Columbia Britannica. In uno di essi conobbe la sua futura moglie, una psicologa clinica. Ufficialmente Grof stava insegnando la respirazione olotropica, ovvero la modalità non farmacologica che aveva sviluppato quando gli psichedelici erano stati resi illegali; Fritz mi disse però che Grof condivideva anche, con il suo gruppo selezionato, le sue profonde conoscenze sulla terapia con gli psichedelici, tramandando così in modo discreto i suoi metodi a una nuova generazione. Tra i partecipanti al seminario, diversi proseguirono e diventarono guide clandestine – in particolare Fritz e la sua futura moglie. Lei lavora con le donne che la seguono lassù in montagna, lui con gli uomini.

«Non è che uno ci faccia chissà quanti soldi» mi confidò. In effetti, si faceva pagare soltanto novecento dollari per una seduta di tre giorni, comprensiva di vitto e alloggio. «È illegale e pericoloso. Può capitarti uno che diventa psicotico. E *davvero* non fai chissà quanti soldi. Ma io sono un guaritore, e queste medicine funzionano». Era chiarissimo che Fritz aveva una vocazione e amava quello che faceva – amava assistere mentre le persone andavano incontro a trasformazioni profonde davanti ai suoi occhi.

Fritz mi disse che cosa dovevo aspettarmi se avessi lavorato con lui. Sarei dovuto tornare là e fermarmi tre giorni, e avrei dormito nella iurta ottagonale dove avremmo anche fatto il nostro «lavoro». Il primo pomeriggio sarebbe stato una seduta di riscaldamento, per conoscerci, in cui avremmo usato l’MDMA o la respirazione (io gli

spiegai perché, nel mio caso, si sarebbe trattato della seconda opzione). Questo avrebbe dato a Fritz la possibilità di osservare, prima di farmi intraprendere un viaggio con l'LSD la mattina dopo, come gestivo uno stato alterato della coscienza; l'avrebbe anche aiutato a determinare una dose adatta.

Gli chiesi come facesse a essere sicuro della purezza e della qualità delle «medicine» che usa, visto che provengono da chimici che lavorano illecitamente. Ogni volta che riceve una nuova spedizione, mi spiegò, «per prima cosa ne verifico la purezza; poi, prima di darla a qualcuno, ne prendo una dose enorme per vedere com'è». Non esattamente l'approvazione dell'FDA, pensai tra me, ma meglio di niente.

Mentre sta lavorando, Fritz non prende le «medicine» ma spesso, stando con i suoi clienti, ha uno «sballo da contatto». Durante le sedute prende appunti, sceglie la musica, e passa a controllare più o meno ogni venti minuti. «Non le chiederò come sta, ma dove si trova».

«Io sono qui solo per lei, sarò presente accanto a lei – in modo che lei non debba preoccuparsi di nient'altro o di nessun altro: non della moglie, non del figlio. Così potrà veramente lasciarsi andare – e *andare*». Questa, compresi, era un'altra ragione per cui desideravo lavorare con una guida. Quando l'estate precedente Judith e io avevamo avuto la nostra giornata con i funghi magici, la preoccupazione per il suo benessere continuava a covare sotto la cenere e a intromettersi nel mio viaggio costringendomi a restare in superficie. Tanto trovavo detestabili le ciance da psicologi, tanto mi piaceva l'idea di qualcuno che «fosse presente» per me.

«Quella sera le chiederò di prendere qualche appunto prima di andare a dormire. L'ultima mattina confronteremo gli appunti e cercheremo di integrarli e trovare un senso per la sua esperienza. Poi le preparerò una gran colazione in modo che sia pronto ad affrontare l'interstatale!».

Fissammo la data del mio ritorno.

In quel primo pomeriggio, lavorando con Fritz nella iurta, la prima cosa che appresi su me stesso è che sono «facile alla *trance*», uno

spazio mentale per me del tutto nuovo, a cui è possibile accedere senza far altro che alterare le modalità del respiro. Una cosa assolutamente incredibile.

Le istruzioni di Fritz erano semplici: *Respira profondamente e velocemente, ed espira più energicamente che puoi*. «Al principio ti sembrerà innaturale e per mantenere il ritmo dovrai concentrarti, ma dopo qualche minuto il tuo corpo prenderà il controllo e lo farà automaticamente». Mi distesi sul materasso e indossai una mascherina sugli occhi, mentre lui metteva un po' di musica, qualcosa di genericamente tribale e ritmico, dominato dal suono percussivo d'un tamburo. Mi mise di fianco un secchio di plastica, spiegandomi che a volte qualcuno vomita.

Al principio, malgrado la guida entusiasta di Fritz, respirare in modo così esagerato e innaturale mi riuscì difficile, ma poi – tutt'a un tratto – il mio corpo prese il controllo e scoprii che per mantenere velocità e ritmo non occorreva pensarci. Era come se mi fossi liberato della gravità, stabilendomi su un'orbita: i grandi respiri profondi arrivavano da sé, automaticamente. Adesso sentivo l'incontrollabile bisogno di muovere braccia e gambe in sincronia con le percussioni dei tamburi che risuonavano nella mia cassa toracica come un nuovo e potente battito cardiaco. Mi sentivo posseduto, nel cuore e nella mente. Non ricordo molti pensieri, salvo un «Ehi, qualunque cosa sia, sta funzionando!».

Benché fossi steso sul dorso, stavo ballando all'impazzata – braccia e gambe si muovevano seguendo una volontà loro propria. Avevo ceduto alla musica tutto il controllo del mio corpo. Mi sembrava un po' come avere «il dono delle lingue», o quello che immagino debba essere, in cui una qualche forza esterna prende il controllo della mente e del corpo per un suo scopo oscuro.

Non c'erano molte immagini visive, solo la nuda sensazione di esaltazione, finché cominciai a vedermi sul dorso di un grande cavallo nero, lanciato al galoppo su un sentiero che attraversava una foresta. Come un fantino, io ero chinato in avanti e mi tenevo stretto all'animale, che a ogni lunga falcata muoveva avanti e indietro i grandi muscoli simili a lame di forbici. Mentre il mio ritmo si sincronizzava con quello del cavallo, riuscivo a sentire me stesso assorbire la sua potenza. Era fantastico essere così totalmente

dentro al mio corpo, come fosse la prima volta. D'altra parte, non essendo un gran che come cavaliere (o come ballerino!), mi sentivo anche precario, a rischio di ruzzolare a terra qualora avessi mancato un colpo o un respiro.

Non avevo idea di quanto fosse durata la *trance*, per me il senso del tempo si era del tutto perduto, ma quando Fritz mi riportò nel presente e alla realtà della stanza, con delicatezza, semplicemente incoraggiandomi a rallentare e rilassare la respirazione, mi sentii avvampare, sudato e trionfante, come dopo una maratona; Fritz mi disse che sembravo «radioso» – «fresco come un bambino».

«Non opponevi resistenza» mi disse in tono di approvazione. «Il che è un buon segno per domani». Non avevo idea di quello che fosse appena accaduto: di quell'ora riuscivo a ricordare poco più della cavalcata, ma l'episodio sembrava aver comportato un'enorme liberazione a livello fisico. *Qualcosa* mi aveva lasciato andare, o era stata rimossa, e io mi sentivo alleggerito. E insignificante di fronte al suo mistero. Perché qui (cito William James) c'era una delle «forme [potenziali] di coscienza del tutto diverse» da quella ordinaria eppure così vicine... separate dalla normale coscienza dello stato di veglia da... che cosa? Qualche espirazione!²⁶¹

Poi accadde una cosa spaventosa. Fritz era andato su in casa per preparare la cena, lasciandomi lì a prendere qualche appunto sull'esperienza con il mio laptop, quando tutt'a un tratto sentii il cuore aumentare il ritmo e poi cominciare a ballarmi all'impazzata in petto. Immediatamente riconobbi quella sensazione di turbolenza come una fibrillazione atriale, e quando mi sentii il polso, era caotico. Nella mia gabbia toracica era intrappolato un uccello in preda al panico, che si gettava contro le sbarre nel tentativo di uscire. Ed eccomi là, a una ventina di chilometri dal mondo connesso, esattamente nel centro del nulla.

Andò avanti così per un paio d'ore, durante tutta una cena silenziosa e carica d'ansia. Fritz sembrava preoccupato; in tutte le centinaia di sedute di respirazione che aveva condotto o a cui aveva assistito, non aveva mai visto una reazione simile (aveva menzionato, in precedenza, un'unica morte attribuita alla respirazione olografica: un uomo che aveva avuto un aneurisma). Adesso ero preoccupato per l'indomani, e penso lo fosse anche lui –

benché si chiedesse anche se quello che stavo provando nel petto non potesse essere il riflesso di una qualche modificazione psichica o «apertura del cuore». Io resistetti alla metafora implicita, restando ben saldo sul piano della fisiologia: *il cuore è una pompa, e questa sta funzionando male*. Discutemmo il piano per il giorno dopo. Potevamo provare con una dose più bassa, propose Fritz: «Sei talmente sensibile che forse non ti serve molto per partire». Gli dissi che potevo anche abbandonare del tutto l'idea. E poi, all'improvviso, così come s'era fatto avanti, sentii il mio cuore scivolare nuovamente nel tranquillo solco del suo solito ritmo.

Quella notte dormii poco, mentre nella mia testa infuriava un dibattito per stabilire se fossi o meno pazzo a procedere, la mattina dopo, con l'LSD – a qualsiasi dosaggio. *Potrei morire quassù, non sarebbe una cosa stupida?* Ma davvero ero in pericolo? Adesso il mio cuore sembrava a posto, e da tutto quello che avevo letto sapevo che gli effetti dell'LSD erano più o meno confinati al cervello, senza influire sul sistema cardiovascolare. In retrospettiva, il fatto che un processo fisicamente impegnativo come la respirazione olotropica scombusolasse il cuore aveva perfettamente senso.²⁶² Certo, avrei potuto rimandare il mio viaggio con l'LSD, ma il solo pensiero mi colpiva come una cocente delusione. Ero arrivato fino a quel punto e avevo avuto l'affascinante assaggio d'uno stato della coscienza che ero ansioso di esplorare più in profondità, malgrado tutte le mie trepidazioni.

Andò avanti così tutta la notte, tira e molla, pro e contro, ma, quando sorse il sole e i primissimi raggi filtrarono tra gli aghi di pino, mi ero ormai risolto. A colazione dissi a Fritz che mi sentivo bene e volevo procedere. In ogni caso convenimmo di iniziare con una dose modesta – un centinaio di microgrammi – con un «richiamo» dopo una o due ore, se ne avessi sentito il bisogno.

Fritz mi mandò a fare una passeggiata per chiarirmi le idee e pensare alle mie intenzioni mentre lui lavava i piatti e preparava la iurta per il mio viaggio. Camminai per un'ora lungo un sentiero nella foresta, che nell'arco della notte era stata rinfrescata da un acquazzone: l'aria pulita tratteneva il profumo del cedro e i rami rossi senza corteccia della *manzanita* luccicavano. Fritz mi aveva detto di cercare un oggetto da mettere sull'altare. Mentre camminavo e

cercavo, decisi che gli avrei chiesto di darmi la sua parola che, qualsiasi cosa fosse andata storta, avrebbe chiamato il 911 per chiedere aiuto, a prescindere dal rischio personale che ciò avrebbe comportato per lui.

Tornai nella iurta intorno alle dieci con una foglia di *manzanita* e un sasso nero liscio in tasca – insieme a un semplice proposito: imparare qualsiasi cosa il viaggio avesse da insegnarmi su me stesso. Fritz aveva acceso il fuoco nella stufa a legna, e il gelo della stanza stava cominciando ad attenuarsi. Aveva spostato il materasso in modo che io avessi la testa vicino agli altoparlanti. Con un tono molto serio, mi parlò di quello che dovevo aspettarmi e di come gestire le eventuali possibili difficoltà: «Paranoia, luoghi sinistri, la sensazione di perdere la ragione o di stare per morire».

«È come quando vedi un puma» suggerì. «Se scappi, quello t'insegue. Devi tenere la tua posizione». Mi tornarono in mente le «istruzioni di volo» utilizzate dalle guide alla Johns Hopkins: invece di allontanarsi da qualsiasi mostro comparisse, andargli incontro, mantenere la posizione, e pretendere di sapere: *Che cosa stai facendo nella mia mente? Che cosa hai da insegnarmi?*

Aggiunsi la mia foglia e il mio sasso all'altare, che già reggeva un Buddha di bronzo circondato dagli oggetti portati da molti viaggiatori precedenti. «Qualcosa di duro e qualcosa di tenero» osservò Fritz. Chiesi, e ricevetti, le assicurazioni di cui avevo bisogno per procedere. Adesso mi porse una tazza da tè giapponese sul fondo della quale c'era un minuscolo quadratino di carta assorbente e i frammenti di un secondo quadratino – il richiamo. Su un lato della carta assorbente c'era stampato un Buddha, sull'altro un personaggio dei fumetti che non riconobbi. Misi il quadratino sulla lingua e lo inghiottii con un sorso d'acqua. Fritz non eseguì un gran cerimoniale, ma parlò della «tradizione sacra» alla quale mi stavo ora unendo, la discendenza di tutte le tribù e di tutti i popoli che, nello spazio e nel tempo, avevano usato quelle «medicine» nei loro riti di iniziazione. Eccomi lì, con il mio sessantesimo compleanno all'orizzonte, che prendevo l'LSD per la prima volta. Sembrava effettivamente un rito di passaggio, ma un passaggio per dove, esattamente?

Mentre aspettavamo che l'LSD salisse, rimanemmo seduti sul pavimento di legno che circondava la iurta, chiacchierando tranquillamente del più e del meno. La vita lassù in montagna; la fauna selvatica che – non avendo lui un cane – condivideva la sua proprietà: c'erano puma, orsi, coyote, volpi e serpenti a sonagli. Nervoso, tentai di cambiare argomento; durante la notte, avevo avuto paura di andare nel bagno esterno, e avevo deciso di urinare fuori dal portico. Adesso puma, orsi e serpenti a sonagli erano l'ultima cosa a cui volevo pensare.

Intorno alle undici dissi a Fritz che cominciavo a sentirmi un po' malfermo. Mi suggerì di stendermi sul materasso e di mettermi la mascherina sugli occhi. Non appena fece partire la musica – qualcosa dal sapore amazzonico, delicatamente ritmico, con strumenti tradizionali ma anche con suoni naturali (scrosci d'acqua e grilli) che creavano un forte senso dimensionale dello spazio esterno –, io partii: ero in viaggio, da qualche parte nella mia mente, in uno scenario boschivo compiuto, che la musica aveva in qualche modo chiamato in essere. Questo mi fece capire quanto potesse essere potente, almeno in quel contesto, una piccola tecnologia come una mascherina sugli occhi: fu come indossare un paio di occhiali per la realtà virtuale, che mi permisero immediatamente di abbandonare questo luogo e questo tempo.

Pensai di avere delle allucinazioni, eppure non era assolutamente ciò che mi aspettavo da un'allucinazione da LSD, cioè una cosa incontrollabile. Fritz, d'altra parte, mi aveva detto che il significato letterale della parola è «vagare nella propria mente» e quello era esattamente ciò che stavo facendo, con la stessa casuale indifferenza nei confronti dell'azione che prova il vagabondo. Eppure io ancora potevo agire: potevo cambiare a volontà il contenuto dei miei pensieri, e d'altra parte, in quello stato onirico così completamente aperto alla suggestione, ero felice che a dettarmi la strada fossero il terreno e la musica.

E, per le diverse ore che seguirono, la musica fece proprio quello, evocando una sequenza di paesaggi psichici, alcuni dei quali popolati dalle persone a me più vicine, altri esplorati per conto mio. Gran parte della musica era quel genere di banalità New Age che uno potrebbe ascoltare in un centro benessere di lusso mentre gli

fanno un massaggio – eppure non era mai suonata così evocativa, così bella! La musica era diventata qualcosa di molto più grande e più profondo del mero suono. Oltrepassando liberamente i confini degli altri sensi, era abbastanza palpabile al tatto e formava spazi tridimensionali attraverso i quali potevo muovermi.

La melodia amazzonico-tribale mi mise su una pista che s'inerpicava tra le sequoie seguendo una gola aperta nel versante d'una collina dalla lama d'argento d'un torrente impetuoso. *Conosco questo luogo*: era il sentiero che sale da Stinson Beach a Mount Tamalpais. Appena acquisito quel riconoscimento, però, il paesaggio si trasformò in qualcosa di completamente diverso. Adesso la musica formò un'architettura verticale di travi in legno – orizzontali, verticali e diagonali –, magicamente collocate al loro posto formando livelli che salivano uno sull'altro, sempre più in alto, in cielo, come una casa a più piani in costruzione su un albero, e nondimeno aperta all'aria e alla sua influenza come campane a vento.

Capii che ogni livello rappresentava una diversa fase della mia vita con Judith. Eccoci là che salivamo, un livello dopo l'altro, attraversando i nostri molti anni insieme: a cominciare dai due ragazzini che si incontrarono al college, che poi si innamoravano, vivevano insieme in città, si sposavano, avevano un figlio – Isaac – e diventavano una famiglia, e infine si trasferivano in campagna. Adesso, quassù in cima, osservavo la costruzione di un nuovo livello per ora incipiente, proprio adesso – qualsiasi piega prenda questa nostra vita insieme, adesso che Isaac è cresciuto e se n'è andato di casa. Guardai bene, sperando di trovare qualche indizio su che cosa aspettarmi, ma l'unica cosa che riuscii a vedere chiaramente era che questo nuovo livello era edificato sull'impalcatura di legno dei precedenti, e pertanto prometteva d'essere robusto.

E andò avanti così, un brano musicale dopo l'altro, per ore. Qualcosa di aborigeno, con i toni profondi e inquietanti di un digeridù, mi portò sottoterra, spostandomi in qualche modo nel paesaggio bruno nerastro delle radici di una foresta. Per un attimo entrai in tensione. Tutto questo stava prendendo una piega terrificante? Ero morto, e mi stavano seppellendo? Se era così, mi andava bene. Rimasi assorbito a osservare l'intreccio bianco d'un micelio che s'insinuava tra le radici degli alberi collegandoli in una

rete intricata al di là della comprensione. Sapevo tutto della rete miceliale, di come essa formi una sorta di internet arborea che consente agli alberi d'una foresta di scambiarsi informazioni; adesso però quella che era stata una mera nozione intellettuale era una realtà intensa e percepita, della quale ero diventato una parte.

Quando la musica diventava più mascolina o marziale, come adesso, il mio campo mentale si popolava di padri e figli. Osservavo dispiegarsi rapidamente un *biopic* della vita di Isaac fino ad ora – le sue difficoltà di bambino straordinariamente sensibile e poi come quelle sensibilità si fossero trasformate in punti di forza, facendo di lui quello che è. Pensai alle cose che sentivo il bisogno di dirgli – il montare del mio orgoglio mentre intraprendeva la sua vita adulta facendosi strada nel lavoro e in una nuova città, ma anche la mia ardente speranza che non si lasciasse indurire dal successo e che non rinnegasse le sue vulnerabilità e la sua dolcezza.

Sentii qualcosa sulla mascherina che mi copriva gli occhi, e capii che l'avevo bagnata di lacrime.

Mi sentivo già aperto e senza difese quando mi accorsi che non stavo parlando a Isaac, o per lo meno non soltanto a lui, ma anche a me stesso. *Qualcosa di duro e qualcosa di tenero*: i due termini continuavano ad alternarsi come le facce di una moneta. La sera prima che andassi a casa di Fritz, avevo parlato a duemila persone in una sala da concerto, seguito sul palco da un riflettore mentre recitavo la parte dell'uomo che ha tutte le risposte, quello su cui la gente fa affidamento per spiegare le cose. In larga misura era lo stesso ruolo che avevo coperto nella mia famiglia, non solo per le mie sorelle più piccole ma, in tempi di crisi, anche per i miei genitori (ancora adesso, le mie sorelle si rifiutano ostinatamente di accettare da me un «non lo so»). «E allora adesso guardatemi!» pensai, con un sorriso che mi fioriva in faccia: quest'uomo adulto, con gli occhi bendati, steso sul pavimento della iurta d'un terapeuta psichedelico, intento a inseguire la sua mente che vagabonda senza meta nella foresta della sua vita, mentre calde lacrime – lacrime di *che cosa?* non lo so! – gli rigano il volto.

Questo era un territorio che non mi era familiare, e non era assolutamente il luogo in cui mi aspettavo di trovarmi con l'LSD. Non m'ero allontanato molto da casa: invece degli angeli e dei demoni e

delle varie altre entità in cui mi aspettavo di imbartermi, stavo avendo una serie di incontri con le persone della mia famiglia. Visitai ciascuno di loro, uno alla volta, mentre la musica stabiliva il tono dell'incontro ed ero investito da ondate di emozioni: ammirazione (per le mie sorelle e mia madre, che immaginavo sedute intorno a un tavolo a ferro di cavallo – come quello dell'ONU! – ciascuna a rappresentare un diverso ideale di forza femminile); gratitudine; oppure compassione, soprattutto per mio padre, un uomo per gran parte della sua vita al tempo stesso motivato e tormentato, e che prima di quel momento non avevo mai immaginato come figlio – figlio di genitori spaventosamente esigenti.

Il flusso della marea di compassione traboccò dagli argini e si riversò in luoghi inattesi, per esempio la mia classe di musica, in quarta elementare. Qui, inesplicabilmente, incontrai il povero Mr. Roper, giovane uomo pieno d'entusiasmo nel suo vestituccio da quattro soldi, che nonostante i suoi sforzi eroici non riusciva a farci minimamente interessare alle sezioni dell'orchestra che stava disegnando alla lavagna, o al carattere dei vari strumenti – non importa quante volte ci facesse ascoltare *Pierino e il Lupo*. Mentre misurava la classe a grandi passi, preso dall'entusiasmo, noi trattenevamo il fiato, aspettando che calpestasse una delle puntine da disegno che avevamo messo a faccia in su lungo il suo cammino, un'emozione per la quale eravamo disposti a rischiare di rimanere a scuola in castigo, dopo le lezioni. Ma chi era in realtà questo Mr. Roper? Perché non riuscivamo a capire che dietro a quel personaggio da barzelletta che torturavamo in modo così spietato c'era senza dubbio un brav'uomo che voleva soltanto accendere in noi la sua stessa passione per la musica? *La noncurante crudeltà dei bambini* mi fece provare un rapido brivido di vergogna. Ma allora: Che eccesso di compassione dovevo provare per riservarne così tanta a Mr. Roper!

E a coronare tutti questi incontri arrivò il cedimento di una diga, una cascata d'amore, amore per Judith e Isaac e per chiunque nella mia famiglia, amore anche per la mia insopportabile nonna e il suo rassegnato marito. Il giorno dopo, durante la nostra seduta di integrazione, Fritz lesse dai suoi appunti due cose che a quanto pare avevo detto ad alta voce durante quella parte del mio viaggio: «Non

voglio essere così avaro con i miei sentimenti» e «tutto questo tempo passato a preoccuparmi del mio cuore. E tutti gli altri cuori della mia vita?».

Mi imbarazza scrivere queste parole; suonano terribilmente inefficaci e banali. Questa è senza dubbio un'inadeguatezza del mio linguaggio, ma forse non si tratta soltanto di quello. Le esperienze psichedeliche sono notoriamente difficili da esprimere a parole; cercare di farlo significa necessariamente fare violenza a quanto è stato visto e sentito, un'esperienza che è, in qualche modo fondamentale, pre- o post-linguistica – oppure, come dicono gli studiosi del misticismo, ineffabile. Le emozioni arrivano in tutta la loro neonata nudità, non protette dalla luce severa dell'analisi e, soprattutto, dallo sguardo spietato dell'ironia. Ovvietà che non sembrerebbero fuori posto su un bigliettino d'auguri risplendono con la forza della verità rivelata.

L'amore è tutto.

Benissimo, ma cos'altro hai imparato?

No – forse non mi hai sentito: è *tutto!*

Un'ovvietà così profondamente sentita è ancora soltanto un'ovvietà? Decisi di no. Un'ovvietà è esattamente quello che resta d'una verità una volta privata – prosciugata – di tutta l'emozione. Riportare il sentimento in quel guscio secco significa tornare a vederlo per quello che è: la verità più bella e profondamente radicata, nascosta in piena vista. Una rivelazione spirituale? Può darsi. Quanto meno, è così che mi parve durante il mio viaggio. Gli psichedelici riescono a trasformare anche il più cinico di noi in un ardente predicatore dell'ovvio.

Si potrebbe sostenere che la «medicina» renda stupidi, ma dopo il mio viaggio in quello che deve sembrare un paesaggio banale e sentimentale, io non credo che sia così. Perché, dopo tutto, che cosa sono il senso della banalità o la prospettiva ironica se non due delle difese più robuste schierate dall'ego adulto per evitare di essere sopraffatto – dalle emozioni, certo, ma forse anche dai sensi, che in qualsiasi momento sono inclini a sorprenderci con le novità sulle meraviglie del mondo? Se vogliamo arrivare a fine giornata, dobbiamo riporre la maggior parte di quanto arriva dai sensi in scatole chiaramente etichettate come «conosciuto», da sistemare in

fretta sugli scaffali senza riflettere troppo sui prodigi contenuti all'interno; o come «nuovo», alle quali prestare comprensibilmente più attenzione, almeno fintanto che l'etichetta resta valida. Uno psichedelico tende a tirar giù dagli scaffali *tutte* le scatole, ad aprirle, a prelevare anche gli oggetti più familiari, a girarli, rigirarli e a strofinarli mentalmente finché non tornano a brillare con la luce della prima volta. Questa riclassificazione del familiare è forse una perdita di tempo? In caso affermativo, lo sarebbe allora anche moltissima arte. A me sembra che in questo rinnovamento vi sia un gran valore, a maggior ragione quando invecchiamo e finiamo per credere d'aver già visto e provato tutto.

D'altra parte, un centinaio di microgrammi di LSD non mi avevano certo lanciato nel grembo di Dio come avevano fatto con Leo Zeff, neanche dopo il richiamo (altri cinquanta microgrammi, che avevo voluto prendere sperando di spingermi più in profondità e di restarci più a lungo). Non arrivai mai, comunque, a un'esperienza trascendente, «non duale» o «di tipo mistico», e la mattina dopo, nel riepilogare il viaggio insieme a Fritz, espressi una certa delusione. Eppure, il nuovo piano di coscienza nel quale avevo vagabondato per alcune ore s'era rivelato interessante e piacevole e, credo, anche utile. Restava da vedere se i suoi effetti sarebbero durati, ma mi sembrava che l'esperienza mi avesse aperto in modo inatteso.

Poiché l'acido non aveva dissolto completamente il mio ego, non avevo mai perso completamente la capacità di reindirizzare il flusso della mia coscienza, né la consapevolezza che, di fatto, fosse *mia*. Il flusso stesso appariva tuttavia nettamente diverso, meno soggetto alla volontà o a interferenze esterne. Mi ricordò lo spazio mentale piacevolmente bizzarro che a volte si apre – la notte, a letto – quando siamo sospesi tra lo stato di veglia e il sonno: la cosiddetta coscienza ipnagogica. L'ego sembra chiudere le trasmissioni qualche istante prima del resto della mente, lasciando il campo della coscienza sguarnito e vulnerabile a delicate eruzioni della fantasia e a stralci di narrazioni allucinatorie. Ora, immaginate quello stato esteso indefinitamente, ma pur sempre accompagnato da una qualche capacità di orientare l'attenzione a questo o a quell'oggetto, come in un sogno a occhi aperti particolarmente intenso e coinvolgente. A differenza di quanto accade nel sogno a occhi aperti,

però, qui uno è del tutto presente ai contenuti di qualsiasi storia si stia dispiegando, completamente al suo interno e al riparo da qualsiasi distrazione. Io non avevo alcuna scelta se non quella di obbedire alla logica del sogno, alle sue regole ontologiche ed epistemologiche, fino a quando – vuoi per forza di volontà, vuoi per le note di una nuova musica – il canale mentale non fosse cambiato e io mi fossi ritrovato in un qualche luogo affatto diverso.

Questo, io credo, è quel che accade quando la presa dell'ego sulla mente si rilassa ma non viene eliminata, come probabilmente sarebbe accaduto con una dose più forte. «Per il momento quel nevrotico inframmettente che nelle ore di veglia cerca di dirigere la baracca era fortunatamente fuori dai piedi» scrisse Huxley in *Le porte della percezione*.²⁶³ Nel mio caso, pur senza escluderla del tutto, l'LSD aveva decisamente attenuato quella voce di controllo, così che in quello spazio regolato con mano leggera poteva affiorare ogni genere di cosa interessante, che probabilmente qualsiasi ego con un po' di amor proprio avrebbe tenuto sommersa.

Avevo preso una dose «psicolitica» di LSD, tale da consentirmi un'esplorazione della psiche priva di vincoli ma ancora deliberata, restando sufficientemente organizzato da parlarne. A me sembrò non tanto un'esperienza di droga – l'LSD è completamente trasparente, non ha nulla del rumore fisiologico che io associo ad altre sostanze psicoattive –, quanto piuttosto una nuova modalità di cognizione, collocabile da qualche parte tra pensiero razionale e sentimento. Avevo evocato molte delle persone che mi sono più vicine, e in presenza di ciascuna di loro si erano manifestate le emozioni più forti che avessi provato da tempo. Era stata aperta una breccia in una diga, e la sensazione di sollievo era meravigliosa. Da questi incontri erano inoltre emerse anche autentiche rivelazioni, come quella di mio padre visto a sua volta come figlio, concentrata su un atto di immaginazione (di empatia) per il quale i figli, anche da adulti, hanno raramente il distacco necessario. Durante la nostra seduta di integrazione, Fritz accennò al fatto che con l'LSD alcune persone hanno un'esperienza più simile, per contenuto e carattere, a quella dell'MDMA che non a un classico viaggio psichedelico; forse, la mia era stata la seduta con l'MDMA che avevo dovuto evitare. L'idea di alcuni anni di psicoterapia condensati in qualche ora

sembrava abbastanza giusta, soprattutto dopo che io e Fritz passammo quella mattina a esaminare le scene del mio viaggio.

Mentre guidavo l'auto a nolo giù dalla montagna e poi verso l'aeroporto per volarmene a casa, provai sollievo – perché l'esperienza s'era rivelata benigna (ero sopravvissuto! non avevo svegliato mostri sopiti nel mio inconscio!) – e gratitudine, perché era stata produttiva. Per tutto quel giorno e buona parte del successivo, il mio cielo psicologico fu dominato da un sistema di alta pressione caratterizzato dal benessere. Judith mi trovò insolitamente loquace e disponibile; la mia consueta impazienza era sospesa, e la sera a cena riuscii a trattenermi a tavola più a lungo di lei, senza alcuna fretta di alzarmi a fare i piatti per poter poi passare a qualche altra cosa e quindi a qualcos'altro ancora. Immagino si trattasse del bagliore residuo di cui avevo letto, l'*afterglow*, che per alcuni giorni gettò su ogni cosa una luce piacevolmente teatrale, enfatizzando la consueta routine così da farmi sentire riconoscente... in modo inconsueto.

Quello stato, tuttavia, non durò, e con il tempo la mia delusione per il fatto che l'esperienza non si fosse rivelata più trasformativa aumentò. Mi era stato concesso di assaggiare un modo di essere leggermente diverso – con meno difese, direi, e quindi più presente. Adesso che avevo familiarizzato con quel territorio ed ero tornato più o meno intatto da quella prima incursione, decisi che era il momento di avventurarmi più lontano.

Secondo trip: psilocibina

Il mio viaggio successivo cominciò attorno a un altare, nel cuore d'un appartamento al secondo piano, in un sobborgo d'una piccola città sulla costa atlantica. A pregare davanti all'altare c'era una donna affascinante dagli zigomi alti e i lunghi capelli biondi con la scriminatura al centro – dettagli che menziono soltanto perché in seguito avrebbero avuto una parte nella sua trasformazione in un'india messicana. Seduta dall'altra parte dell'altare rispetto a me, Mary teneva gli occhi chiusi mentre recitava una lunga e complicata preghiera dei nativi americani. Invocò, uno dopo l'altro, il potere di

ciascuno dei punti cardinali, dei quattro elementi e dei regni animale, vegetale e minerale, implorando i loro spiriti affinché l'aiutassero a guidarmi nel mio viaggio.

Anch'io tenevo gli occhi chiusi, ma di tanto in tanto non riuscivo a resistere alla tentazione di sbirciare fuori per catturare la scena: l'appartamento dipinto d'arancio con le sue piante in vaso e i simboli della fertilità e del potere femminile; il tessuto peruviano viola, ricamato, che copriva l'altare; e la serie di oggetti disposti su di esso, tra i quali un'ametista a forma di cuore, un cristallo viola che reggeva una candela, piccole tazze piene di acqua, una ciotola contenente qualche pezzetto di cioccolato fondente, i due «oggetti sacri» che mi aveva chiesto di portare (un Buddha di bronzo che un caro amico aveva portato da un viaggio in Oriente e la medaglia della psilocibina che Roland Griffiths mi aveva regalato in occasione del nostro primo incontro) e, proprio di fronte a me, un vecchio piatto della nonna, decorato con un motivo floreale, su cui era posto il più grande fungo psilocibinico che avessi mai visto. Era difficile credere che stavo per mangiarlo tutto.

Sull'altare, così stipato di oggetti, c'erano anche un ramo di artemisia, un ceppo di palo santo – un legno sudamericano fragrante che gli indios bruciano nei loro rituali – e l'ala nera d'un corvo. A più riprese, durante la cerimonia, Mary accese l'artemisia e il palo santo usando l'ala del corvo per «affumicarmi», così da guidare gli spiriti nello spazio intorno alla mia testa. Mentre Mary l'agitava vicino al mio orecchio, l'ala produceva un suono sibilante e spettrale: il suono sinistro d'un grande uccello che si avvicina troppo perché uno possa sentirsi a proprio agio, o di uno spirito oscuro che venga scacciato da un corpo.

Lo so: tutta la faccenda deve suonare di un'artificiosità ridicola, ma la convinzione che Mary riversava nella cerimonia, insieme agli aromi delle piante che bruciavano e al suono dell'ala che smuoveva l'aria – oltre al mio stesso nervosismo per il viaggio imminente –, creava un'atmosfera di incantesimo che mi consentì di sospendere lo scetticismo. Avevo deciso di arrendermi a questo grosso fungo, e per Mary – la guida a cui avevo affidato la mia psiche per questo viaggio – il cerimoniale contava quanto la chimica; in questo, si stava comportando più da sciamana che da psicologa.

Mary mi era stata raccomandata da una guida che avevo intervistato sulla West Coast, un rabbino che si era interessato alla mia educazione psichedelica. Mary, che aveva la mia età, si era formata con l'allievo di Timothy Leary, ora ultraottantenne, con cui io stesso avevo parlato e che avevo deciso fosse un po' troppo fuori di testa per fare al caso mio. Sulla carta, si potrebbe pensare la stessa cosa anche di Mary, ma nei modi, nella sobrietà, nell'evidente compassione che mostrava, c'era qualcosa che mi faceva sentire più a mio agio in sua presenza.

Mary aveva praticato l'intero repertorio delle terapie New Age, dalla guarigione energetica alla psicologia spirituale, alla terapia della costellazione familiare, prima di essere introdotta, cinquantenne, alle «medicine» («hanno creato il collante per tenere insieme tutto l'altro lavoro che stavo facendo»). All'epoca, Mary aveva preso uno psichedelico soltanto una volta, molto tempo prima: alla festa del suo ventunesimo compleanno, mentre era al college. Un amico le diede un vasetto di miele con dei funghi psilocibinici; Mary andò immediatamente di sopra in camera sua, ne mangiò due o tre cucchiainate «ed ebbi un'intensissima esperienza di essere con Dio: io ero Dio e Dio era me». Gli amici che stavano festeggiando al piano di sotto salirono a bussare alla porta, ma Mary era andata.

Cresciuta alla periferia di Providence, da bambina Mary era stata una fervente cattolica, fino a quando, spiega, «mi resi conto di essere femmina», fatto che l'avrebbe esclusa per sempre dalla celebrazione dei rituali che tanto amava. La religiosità di Mary rimase poi quiescente fino a quell'assaggio del miele che, come mi raccontò la prima volta che ci incontrammo, la «catapultò in un immenso cambiamento. Ripiombai in qualcosa a cui non mi ero più sentita connessa da quand'ero bambina». Il risveglio della sua vita spirituale la condusse sulla via del buddhismo tibetano, finché non prese i voti come iniziata: «“assistere tutti gli esseri senzienti nel loro risveglio e nella loro illuminazione”, che è tuttora la mia vocazione».

E adesso, lì seduto davanti a lei nella sua stanza dei trattamenti, c'ero io: il prossimo essere senziente in campo, con la speranza di essere risvegliato. Condivisi con lei la mia intenzione: apprendere quello che potevo su me stesso e anche sulla natura della coscienza

– la mia, ma anche la sua dimensione «transpersonale», se una tale dimensione esiste.

«Il fungo nostro maestro ci aiuta a vedere chi siamo realmente;» disse Mary «ci riporta allo scopo per il quale la nostra anima è qui in questa vita». Immagino come queste parole possano suonare dall'esterno. Ma ormai io m'ero assuefatto al linguaggio della New Age, forse perché dietro alle parole trite e ritrite avevo colto qualcosa di potenzialmente significativo. Ero anche rimasto colpito dall'intelligenza di Mary e dalla sua professionalità. Oltre a sottopormi i classici «accordi» (riconoscere la sua autorità per tutta la durata della terapia; rimanere nella stanza fino a quando lei non mi avrebbe permesso di uscire; nessun contatto sessuale; eccetera), mi aveva anche fatto compilare un modulo medico dettagliato, una liberatoria, e un questionario su dettagli autobiografici di quindici pagine il cui completamento mi prese buona parte di una giornata. Tutto questo mi diede la sensazione d'essere capitato in buone mani – anche quando quelle mani sventolavano un'ala di corvo intorno alla mia testa.

Nondimeno, mentre sedevo là di fronte all'altare, sembrava difficile pensare che sarei riuscito a mandar giù quel fungo intero: doveva essere lungo tra i dodici e i quindici centimetri, con un cappello delle dimensioni di una pallina da golf. Le chiesi se potevo spezzettarlo in un bicchiere d'acqua calda, prepararmici un tè, e poi berlo.

«Meglio essere pienamente consapevole di quello che stai facendo,» disse lei «il che significa mangiare un fungo che viene dalla terra, un boccone alla volta. Prima lo esami da vicino, e poi cominci dal cappello». Per aiutarmi a mandarlo giù, mi offrì la possibilità di scegliere tra miele o cioccolato. Optai per il cioccolato. Mary mi aveva detto che un suo amico coltiva i funghi e aveva imparato a farlo anni prima in un seminario tenuto da Paul Stamets: a quanto pare, in *questo* mondo, tra due persone qualsiasi ci sono soltanto uno o due gradi di separazione.

Sulla lingua, il fungo era asciutto come il deserto e sapeva di cartone e di terra, ma alternare ciascun morso con un pezzetto di cioccolato mi aiutò. Eccetto la parte grinzosa proprio alla base del gambo, lo mangiai tutto: l'equivalente di due grammi di sostanza. Mary aveva in mente di offrirmene altrettanti lungo il cammino, per

un totale di quattro. Questo sarebbe stato più o meno pari alla dose somministrata ai volontari nelle sperimentazioni della NYU e della Hopkins, cioè all'incirca trecento microgrammi di LSD, il doppio di quella che avevo preso con Fritz.

Chiacchierammo tranquillamente per circa venti minuti prima che Mary notasse che il mio volto si era arrossato e mi suggerisse di stendermi e mettere la mascherina. Scelsi un paio di occhiali tecnologici, di plastica nera, il che a posteriori dev'essere stato un errore. Avevano il contorno bordato di gommapiuma nera morbida, così da permettere a chi li indossava di aprire gli occhi nel buio pesto. Come mi raccontò Mary, la mascherina, denominata *Mindfold Relaxation Mask*, era stata progettata espressamente per quello scopo da Alex Grey, l'artista psichedelico.

Non appena Mary mandò il primo brano musicale – una composizione New Age veramente insipida di qualcuno che di nome faceva Thierry David (un artista, avrei appreso in seguito, nominato tre volte come autore del miglior album chill/groove) – fui immediatamente scagliato in un paesaggio urbano notturno che sembrava creato da un computer. Ancora una volta, il suono generò lo spazio («al principio era la nota» ricordo d'aver pensato, con un senso di profondità), e quella che ritenni essere la musica elettronica di Thierry evocò una città futuristica spopolata, in cui ogni nota formava un'altra morbida stalattite o stalagmite nera, nel loro insieme somiglianti al materiale da insonorizzazione usato per gli studi di registrazione (in seguito capii che la gommapiuma nera di quel paesaggio in altorilievo era lo stesso materiale che bordava la mia mascherina). Mi muovevo senza sforzo in questo scenario digitale notturno, come all'interno d'una distopia da videogame. Benché il luogo non fosse particolarmente spaventoso e avesse una sua elegante bellezza, detestavo di trovarmi dentro e desideravo essere altrove – ma la cosa andò avanti per ore e ore, senza via di uscita. Dissi a Mary che non mi piaceva la musica elettronica e le chiesi di mettere qualcos'altro, ma anche se con la nuova musica l'atmosfera cambiò, io ero ancora bloccato in quel mondo digitale senza sole. Perché – oh, perché – non potevo trovarmi fuori? Nella natura? I videogiochi non mi erano mai piaciuti molto, e quindi

questo sembrava crudele, una cacciata dall'Eden: niente piante, niente esseri umani, niente luce del sole.

Non che quel mondo digitale non fosse interessante da esplorare. Osservai ammirato mentre le note musicali si trasformavano, una per una, in forme tangibili davanti ai miei occhi. La musica fastidiosa era la divinità preposta a quel luogo, la sua forza generativa. Anche la composizione New Age, più appropriata per un centro benessere, aveva il potere di lanciare nello spazio motivi frattali che si sviluppavano, si ramificavano e si moltiplicavano all'infinito. Stranamente, benché nel mio campo visivo tutto fosse nero, le sfumature erano così numerose che era facile vedere. Stavo attraversando un mondo generato da algoritmi matematici, e questo gli conferiva una certa bellezza aliena, senza vita. Ma di chi era quel mondo? Non mio – e allora cominciai a chiedermi *di chi è il cervello in cui mi trovo?* (per piacere – non di Thierry David).

«Questo» pensai «potrebbe facilmente prendere una piega terrificante» e con quell'idea cominciai a montare l'ansia, come una marea indistinta. Memore delle istruzioni di volo, dissi a me stesso che non c'era nulla da fare salvo lasciarsi andare e arrendersi all'esperienza. *Rilassati e segui il flusso della corrente.* Questo non era assolutamente come il trip precedente, durante il quale ero rimasto più o meno padrone della mia attenzione, in grado di orientarla in questa o in quella direzione e di modificare a mio piacimento il canale mentale. No, questo somigliava di più a essere fissato con una cinghia al sedile anteriore di montagne russe cosmiche, la cui precipitosa traiettoria a capofitto determinava, istante per istante, quello che sarebbe entrato nel campo della mia coscienza.

In effetti, questa descrizione non è del tutto accurata: bastava che mi togliessi la mascherina e la realtà, o per lo meno qualcosa di vagamente fondato su di essa, si sarebbe ricostituita. Questo è ciò che adesso feci, in parte per convincermi che il mondo esistesse ancora, ma soprattutto perché avevo un terribile bisogno di urinare.

La luce del sole e il colore mi inondarono gli occhi, e io li bevvi avidamente, esaminando la stanza alla ricerca di segnali che indicassero una realtà non digitale: pareti, finestre, piante. Tutto appariva però con un nuovo aspetto: ingioiellato di luce. Capii che

probabilmente avrei dovuto mettere gli occhiali, il che in parte addomesticò la scena – ma solo in parte: gli oggetti continuarono a lanciare scintille di luce nella mia direzione. Mi alzai con circospezione dal materasso, dapprima su un ginocchio e poi, barcollante, in piedi. Mary mi prese per il gomito, una cosa da reparto geriatrico, e insieme affrontammo il viaggio attraverso la stanza. Evitai di guardarla, non sapendo che cosa avrei potuto vedere nel suo viso, o tradire con il mio. Sulla porta del bagno mi lasciò andare il gomito.

L'interno del bagno era un tumulto di luce scintillante. L'arco di liquido che emisi era davvero la cosa più bella che avessi mai visto, una cascata di diamanti che si riversava in una pozza infrangendone la superficie in un miliardo di crepitanti frattali di luce. Continuò per una piacevole eternità. Quando ebbi esaurito i diamanti, andai al lavabo e mi sciacquai il viso stando bene attento a non guardarmi allo specchio, una cosa che mi sembrava psicologicamente rischiosa. Barcollante, tornai al materasso e mi stesi.

Parlando a bassa voce, Mary mi chiese se volessi un «richiamo». Sì, lo volevo, e mi misi a sedere per riceverlo. Mary era accucciata accanto a me, e quando alla fine alzai lo sguardo sul suo viso, vidi che s'era trasformata in María Sabina, la *curandera* messicana che sessant'anni prima aveva dato la psilocibina a R. Gordon Wasson, in quel seminterrato polveroso di Huautla de Jimenez. I suoi capelli erano corvini, la sua faccia, tesa sugli zigomi alti, era segnata dal tempo, e lei indossava una semplice veste bianca da contadina. Presi dalla sua mano bruna e rugosa il fungo essiccato e distolsi lo sguardo mentre lo masticavo. Non pensavo di dover dire a Mary che cosa le era accaduto (più tardi, quando lo feci, lei ne fu lusingata: María Sabina era la sua eroina).

C'era però qualcosa che dovevo fare prima di rimettermi la mascherina e tornare laggiù: un piccolo esperimento che, come avevo detto a Mary, volevo eseguire su me stesso durante il trip. Non ero sicuro se nelle mie condizioni sarei stato in grado di farlo, ma scoprii che anche nel mezzo del viaggio era possibile, per

qualche istante alla volta, richiamare me stesso a una parvenza di normalità.

Caricato sul mio laptop c'era un breve video, una maschera facciale che ruotava, usato in un test psicologico denominato «illusione binoculare dell'inversione di profondità». Mentre la maschera ruota nello spazio, e il suo lato convesso gira rivelando la parte posteriore concava, accade qualcosa di notevole: la maschera cava sembra protrudere diventando nuovamente convessa. Si tratta d'un trucco messo a segno dalla mente, la quale dà per scontato che tutte le facce siano convesse e pertanto corregge automaticamente quello che in apparenza è un errore; a meno che, come mi hanno spiegato i neuroscienziati, uno non sia sotto l'effetto degli psichedelici.

Questa funzione di autocorrezione è un elemento caratteristico della nostra percezione, che nella mente adulta sana si basa su ipotesi ben fondate non meno che sui dati grezzi messi a disposizione dai sensi. In età adulta la mente è ormai diventata abilissima a osservare e verificare la realtà, come pure a sviluppare fiduciose previsioni per ottimizzare il nostro investimento di energia (mentale e non soltanto) e quindi la nostra capacità di sopravvivenza. Invece di cominciare da zero a costruire una nuova percezione da ogni insieme di dati grezzi consegnatoci dai sensi, la mente salta dunque alla conclusione più ragionevole basandosi sull'esperienza passata combinata a un piccolo campione di quei dati. Il nostro cervello è una macchina predittiva ottimizzata dall'esperienza e, quando si tratta di facce, l'esperienza di cui dispone è enorme: le facce sono sempre convesse, perciò questa maschera cava dev'essere un errore di previsione da correggere.

Nella maggior parte dei casi, queste cosiddette inferenze bayesiane (che prendono il nome da Thomas Bayes, il filosofo inglese del diciottesimo secolo che sviluppò la matematica della probabilità sulla quale si fondano tali previsioni mentali) fanno un buon servizio, velocizzando la percezione e risparmiandoci fatica ed energia; d'altra parte, possono anche intrappolarci in immagini della realtà letteralmente preconcelte e false, come nel caso della maschera rotante.

È emerso tuttavia che l'inferenza bayesiana viene meno in alcuni individui: negli schizofrenici e, secondo alcuni neuroscienziati, nelle persone che hanno assunto alte dosi di psichedelici – nessuno dei quali «vede» in questo modo predittivo e reso convenzionale (né lo fanno i bambini piccoli, che devono ancora costruire quella sorta di database necessario per effettuare previsioni attendibili). Questo solleva allora un interrogativo interessante: è possibile che, almeno in certi casi, le percezioni degli schizofrenici, delle persone in trip da psichedelici e dei bambini piccoli siano più accurate – meno influenzate dall'aspettativa e pertanto più fedeli alla realtà – di quelle degli adulti sani e sobri?

Prima che cominciassimo, avevo preparato il video sul mio laptop, e adesso cliccai per farlo partire. La maschera sullo schermo, grigia su uno sfondo nero, era il chiaro prodotto di un'animazione ed era misteriosamente coerente con lo stile visivo del mondo digitale in cui mi ero trovato. (Il giorno dopo, durante la seduta di integrazione, Mary suggerì che forse era stata proprio l'immagine sul mio laptop a creare quel mondo digitale e a intrappolarci dentro. Poteva esserci dimostrazione migliore del potere del *set* e del *setting*?). Mentre la faccia convessa ruotava rivelando la parte posteriore concava, la maschera tornò di nuovo a protrudere, solo un po' più lentamente di come faceva prima che mangiassi il fungo. A quanto pare, nel mio cervello l'inferenza bayesiana era ancora operativa. Avrei riprovato più tardi.

Quando mi rimisi la mascherina e mi stesi, fui contrariato di ritrovarmi ancora nel mondo digitale, tuttavia qualcosa era cambiato, senza dubbio in seguito al rinforzo della dose. In precedenza mi ero orientato in quel paesaggio come me stesso, catturando la scena da una prospettiva riconoscibile come la mia, conservando intatti i miei atteggiamenti (per esempio, ero stato fortemente critico nei confronti della musica e ansioso circa i demoni che potevano apparire); adesso invece stavo a guardare mentre quel sé familiare si disintegrava davanti ai miei occhi, dapprima gradualmente e poi all'improvviso.

Adesso, l'«io» si trasformò in un mucchio di foglietti di carta, non più grandi di un post-it, dispersi al vento; e tuttavia, l'«io» che assisteva a questa apparente catastrofe non aveva alcun desiderio di correre dietro ai foglietti e a rimettere insieme il mio vecchio sé. Non aveva alcun desiderio di alcun tipo, in effetti. Chiunque fossi, adesso, ero soddisfatto di qualsiasi cosa accadesse. *Niente più ego?* Andava benissimo, a ben vedere era la cosa più naturale del mondo. E poi guardai e mi vidi ancora là fuori, ma stavolta diffuso nel paesaggio come una vernice o del burro, sottile strato d'una sostanza che riconoscevo come «me», spalmata su un'ampia superficie del mondo.

Ma chi era questo «io» che riusciva a catturare la scena della propria dissoluzione? Bella domanda. Non era esattamente *me*. Qui, i limiti del linguaggio diventano un problema: per capire a fondo lo spartiacque che si era aperto nella mia prospettiva, avrei bisogno di un pronome di prima persona del tutto nuovo. Perché a osservare la scena, adesso, era una prospettiva, una modalità di consapevolezza, del tutto distinta dal mio solito sé; e infatti, per riferirmi alla consapevolezza che aveva preso il controllo, esito a usare l'«io», tanto era diversa dalla mia consueta prima persona. Laddove quel sé era sempre stato contenuto in questo corpo, quest'altro sembrava libero dai vincoli di *qualsiasi* corpo, benché adesso io avessi accesso alla sua prospettiva. Prospettiva che era massimamente indifferente, neutrale su tutte le questioni di interpretazione, e imperturbata perfino di fronte a quella che a tutti gli effetti avrebbe dovuto essere una totale catastrofe personale. La dimensione «personale» era stata cancellata. Tutto quello che ero stato un tempo e che chiamavo «me», questo sé la cui costruzione aveva richiesto sessant'anni, era stato liquefatto e disperso sulla scena. Quello che era sempre stato un soggetto – con base qui dentro – capace di pensiero, sentimenti e percezione, adesso era un oggetto là fuori. Ero una mano di vernice!

L'ego sovrano – con tutti i suoi armamenti e le sue paure, i suoi rancori volti al passato e le sue preoccupazioni puntate al futuro – semplicemente non c'era più, né c'era qualcuno che si dolesse della sua dipartita. E d'altra parte, qualcosa aveva preso il suo posto: questa nuda consapevolezza disincarnata che osservava la scena

della dissoluzione del sé con benevola indifferenza. E per quanto esattamente non fosse rimasto alcun sé a sentire, c'era tuttavia una qualità senziente calma, libera da pesi e vincoli, soddisfatta. C'era dunque vita, dopo la morte dell'ego. Questa era una grossa notizia.

Ripensando a questa parte dell'esperienza, a volte mi sono chiesto se questa consapevolezza persistente non potesse essere l'«Intelletto in Genere» descritto da Aldous Huxley durante il suo trip del 1953 con la mescalina. Huxley non definì mai che cosa intendesse con quel termine – tranne che per parlare della «totalità della consapevolezza dell'Intelletto in Genere»²⁶⁴ –, ma sembra che stesse descrivendo una forma di coscienza universale, condivisibile, senza i limiti di un qualsiasi singolo cervello. Altri l'hanno chiamata coscienza cosmica, superanima, o la Mente Universale: si suppone che questa esista al di fuori del nostro cervello – come una proprietà dell'universo, al pari della luce o della gravità, e che sia altrettanto pervasiva. E anche costitutiva. Certi individui, in certi momenti, guadagnano l'accesso a questa consapevolezza che consente loro – almeno per un poco di tempo – di percepire la realtà nella sua luce perfetta.

Nulla, nella mia esperienza, mi portava a credere che questa nuova forma di coscienza originasse fuori da me; sembrava altrettanto plausibile, e di certo più parsimonioso, assumere che fosse un prodotto del mio cervello, esattamente come l'ego che soppiantava. E d'altra parte, questo mi colpisce, di per se stesso, come un dono straordinario: il fatto di poter lasciar perdere così tante cose – desideri, paure, le difese di una vita intera! – senza patire un'annichilazione completa. Forse questa non sarà una sorpresa per i buddhisti, i trascendentalisti o i meditatori esperti, ma di sicuro per me – che mi ero sempre sentito identico al mio ego, nulla di più o di meno – era una cosa nuova. Non poteva forse esistere un altro terreno su cui posare i piedi? Per la prima volta da quando m'ero imbarcato in questo progetto, cominciai a capire quello che i partecipanti alle sperimentazioni sull'ansia da cancro avevano cercato di dirmi – e cioè che il viaggio con gli psichedelici aveva assicurato loro una prospettiva dalla quale è possibile considerare obiettivamente, e accettare con equanimità, perfino quanto di peggio la vita può scagliarci addosso, morte compresa.

In realtà questo lo compresi un po' più tardi, nell'ultima parte del mio trip con la psilocibina, quando il viaggio prese una svolta più sinistra. Dopo aver passato nel mondo digitale un numero indefinito di ore – avevo completamente perduto la percezione del tempo –, espressi il desiderio di rientrare nella realtà e di tornare in bagno. Stessa trafila: Mary mi guidò tenendomi per il gomito, come da prassi geriatrica, e mi lasciò là a produrre un'altra spettacolare cascata di diamanti. Questa volta, però, osai fissare lo specchio. A restituirmi lo sguardo c'era un teschio umano – se non fosse stato per il sottilissimo e pallidissimo strato di cute tirato su di esso, teso come un tamburo. Il bagno era arredato seguendo un tema di arte popolare messicana, e il teschio mi fece immediatamente venire in mente *Day of the Dead*. Con le orbite profonde e le vene simili a fulmini zigzaganti sulla tempia di un lato, riconobbi quel cranio come il mio, ma al tempo stesso come quello del mio defunto nonno.

Questo era sorprendente, anche solo perché Bob, il padre di mio padre, non è qualcuno con cui io abbia mai sentito d'averne molto in comune. In effetti, gli volevo bene per tutti gli aspetti in cui sembrava *diverso* da me – o da chiunque altro conoscessi. Uomo straordinariamente solare e in apparenza non complicato, Bob era incapace di pensare male di chicchessia o di vedere il male nel mondo (generosità di spirito ampiamente compensata da sua moglie Harriet). Bob ebbe una lunga carriera come venditore di alcolici: ogni settimana faceva il giro dei night club di Times Square per conto di un'azienda che tutti sapevano essere nelle mani della criminalità organizzata – tutti tranne lui. Raggiunta l'età che ho io adesso, andò in pensione e divenne pittore di bei paesaggi naïf e di lavori astratti dai colori spettacolari; ne avevo portato uno con me nella stanza dei trattamenti di Mary, insieme a un acquerello di Judith. Bob era un uomo davvero felice e libero dall'ansia, che visse fino a novantasei anni; verso la fine, i suoi quadri diventarono sempre più colorati, astratti e liberi.

Vederlo così intensamente nella mia immagine riflessa fu agghiacciante. Qualche anno prima ero andato a trovarlo nel deserto del Colorado, nella casa di riposo dove di lì a poco sarebbe morto, e

avevo osservato quello che era stato un uomo in forma e vigoroso (aveva l'abitudine, ancora dopo aver compiuto gli ottant'anni, di mettersi tutti i giorni in equilibrio sulla testa) ridursi a una parentesi di pelle e ossa, abbandonato in un lettino. I muscoli esofagei necessari alla deglutizione avevano ceduto, ed era collegato a un tubo per l'alimentazione. Ormai la sua situazione era pietosa sotto moltissimi aspetti, ma per un qualche motivo mi fissai sul fatto che dalle sue labbra non sarebbe più passato un boccone di cibo.

Sciacquai la nostra faccia condivisa con dell'acqua fredda e feci ritorno barcollante da Mary.

Arrischiando un altro sguardo verso di lei, questa volta fui gratificato dalla vista di una giovane donna incantevole, nuovamente bionda ma adesso nel pieno splendore della giovinezza. Mary era così bella che mi toccò distogliere lo sguardo.

Mi diede un altro funghetto – e siamo a quattro grammi – insieme a un pezzo di cioccolato. Prima di coprimi nuovamente gli occhi, tentai di fare una seconda volta il test della maschera rotante... e fu un fiasco totale, giacché non confermò né confutò l'ipotesi. Quando la maschera cominciò a girare, mostrando a poco a poco il lato posteriore, tutto l'insieme si dissolse in una gelatina grigia che colò sullo schermo del mio laptop prima che potessi capire se fosse concava o convessa. Questo per quanto riguarda la conduzione di esperimenti di psicologia durante un trip.

Misi la mascherina e sprofondai nuovamente in quello che adesso divenne un paesaggio deserto, riarso e crepato, disseminato di manufatti e immagini di morte. Mi passarono davanti teschi e ossa calcinati, e i volti di defunti a me familiari – zie e zii, nonni, amici e insegnanti, mio suocero –, mentre una voce mi diceva che non li avevo pianti come avrei dovuto. Era vero. Nella mia vita non avevo mai considerato davvero la morte di *nessuno* – si era sempre messo di traverso qualcosa. Potevo farlo lì adesso, e lo feci. Guardai intensamente ciascuna delle loro facce, una dopo l'altra, con una pietà che sembrava senza fondo ma senza alcuna paura – tranne una volta, quando arrivai a mia zia Ruthellen e osservai inorridito la sua faccia trasformarsi lentamente in quella di Judith. Ruthellen e Judith erano entrambe artiste, e a entrambe era stato diagnosticato più o meno nello stesso periodo un cancro al seno. La malattia

aveva ucciso Ruthellen e risparmiato Judith. E allora che ci faceva qui Judith, in mezzo ai morti che non avevo pianto? Forse per tutto questo tempo avevo continuato a difendermi da quell'eventualità? Con il cuore aperto e le difese che si scioglievano, le lacrime cominciarono a scorrere.

Ho tralasciato una parte importante del mio viaggio nel mondo sotterraneo: la colonna sonora. Prima di tornare laggiù per quell'ultimo passaggio, avevo chiesto a Mary, per cortesia, di smettere di mandare musica da centro benessere e mettermi qualcosa di classico. Ci accordammo sulla seconda suite per violoncello solo di Bach, eseguita da Yo-Yo Ma. La suite in re minore è un pezzo doloroso e sobrio, che avevo sentito molte volte in precedenza, spesso in occasione di cerimonie funebri, ma che fino a quel momento non avevo mai ascoltato davvero.

Anche «ascoltare» non si avvicina nemmeno lontanamente a descrivere quello che passò tra me e le vibrazioni dell'aria messe in moto dalle quattro corde di quel violoncello. Mai prima d'allora un brano musicale m'aveva trafitto profondamente come fece questo adesso; d'altra parte, anche chiamarlo «musica» significa sminuire quello che cominciò a scorrere, nulla di meno che il flusso della coscienza umana, qualcosa in cui era possibile intravedere l'autentico significato della vita e, se si riusciva a sopportarlo, leggere il suo ultimo capitolo. (Prese forma un interrogativo: perché non suoniamo musica di questo tipo anche in occasione delle nascite e non solo ai funerali? La risposta arrivò immediatamente: in questo brano c'è troppa vita-già-vissuta, e un pathos nei confronti del trascorrere del tempo che nessuna nascita, nessun inizio, potrebbe plausibilmente reggere).

In viaggio da quattro ore, e dopo quattro grammi di funghi magici, fu a questo punto che persi qualsiasi capacità avessi ancora conservato di distinguere soggetto e oggetto, di discriminare tra quello che restava di me e la musica di Bach. Invece della «pupilla trasparente» di Emerson, senza ego e tutt'uno con ciò che contempla, io divenni un orecchio trasparente, indistinguibile dal torrente di suoni che inondava la mia coscienza finché in essa non vi

fu null'altro, nemmeno un piccolo angolo asciutto dove insediare un «io», e osservare. Così dischiuso alla musica, dapprima divenni le corde – potevo sentire sulla pelle la delicata frizione del crine di cavallo che passava su di me, e poi l'alito del suono che mi scorreva sopra mentre attraversava la bocca dello strumento e usciva a incontrare il mondo, iniziando il suo solitario transito nell'universo. Poi scesi nel pozzo dello spazio nero e risonante all'interno dello strumento, l'involucro vibrante di aria formato dalle curve della tavola in abete e delle sue fasce in acero. L'interno di legno formava una bocca capace di un'eloquenza senza pari – in effetti, in grado di esprimere qualsiasi cosa concepibile da un essere umano. L'interno del violoncello formava però anche uno spazio in cui scrivere e un cranio in cui pensare – e adesso io ero quello, né restava altro.

E così divenni il violoncello, e m'addolorai con lui per i circa venti minuti che occorsero affinché quel brano... cambiasse tutto. O così mi parve; ora che le sue vibrazioni si sono placate, ne sono meno sicuro. Ma, per la durata di quei momenti squisiti, la suite di Bach aveva avuto il chiaro effetto di riconciliarmi con la morte – con le morti delle persone che adesso erano lì presenti per me, quella di Bob, di Ruthellen, di Roy, del padre di Judith, e di moltissimi altri, ma anche con le morti future e con la mia, non più così distante. Perdermi nella musica fu una sorta di esercizio per prepararmi a quello, a perdere me stesso – punto e basta. Lasciata andare la fune del sé, ed essendo scivolato nelle tiepide acque di questa bellezza terrena – la musica sublime di Bach, intendo, con l'archetto di Yo-Yo Ma che carezzava le quattro corde sospese su quell'involucro d'aria –, mi sentivo come se fossi diventato inaccessibile alla sofferenza e al rimpianto.

Questo fu il mio viaggio con la psilocibina, raccontato fedelmente, nella misura in cui mi è possibile farlo. Leggendo adesso quelle parole, torna prepotente il dubbio: «Stupido, eri drogato!». Ed è vero: è *possibile* collocare l'esperienza in quel comodo contenitore e gettarla via, per non soffermarsi più. Senza dubbio questo è stato il destino di infiniti viaggi psichedelici dei quali il viaggiatore non ha proprio saputo che fare, o che non è riuscito a comprendere. Eppure, benché sia vero che a lanciarmi in questo viaggio fu una sostanza chimica, è anche vero che tutto quello che provai *lo provai*:

questi sono eventi che ebbero luogo nella mia mente, fatti psicologici che non erano né senza peso, né evanescenti. A differenza della maggior parte dei sogni, le tracce incise da queste esperienze rimangono indelebili e accessibili.

Il giorno successivo al mio viaggio fui felice dell'opportunità di tornare con Mary nella stanza del trattamento per un paio d'ore di «integrazione». Speravo di capire che cosa fosse accaduto raccontandole la storia del mio trip e ascoltando che cosa ne pensasse lei. Quello che avete appena letto è al tempo stesso il risultato e il beneficiario di quel lavoro, perché subito dopo il viaggio io ero molto più confuso di quanto non sia ora. Quello che adesso si legge come un racconto ragionevolmente coerente che mette a fuoco alcuni temi cominciò come un'accozzaglia di immagini scollegate e frammenti di senso. Mettere in parole un'esperienza che all'epoca era ineffabile e poi dar forma a quelle parole dapprima in frasi e poi in una storia, significa inevitabilmente arrecarle una certa violenza. Ma l'alternativa è, letteralmente, inconcepibile.

Mary aveva smontato l'altare, ma sedemmo sulle stesse sedie, uno di fronte all'altra separati da un tavolino. A distanza di ventiquattr'ore, che cosa avevo appreso? Che non avevo avuto alcun motivo d'aver paura: nessun mostro dormiente era stato risvegliato nel mio inconscio e s'era rivoltato contro di me. Questa era una paura profonda che risaliva a diversi decenni prima, a un momento terrificante in una stanza d'albergo a Seattle quando, da solo e avendo fumato troppa cannabis, doveti fare appello alla mia volontà, fino all'ultimo grammo, per impedire a me stesso di mettere in atto qualcosa di assolutamente folle e irreparabile. Qui però, in questa stanza, avevo abbassato completamente la guardia, e non era accaduto nulla di terribile. Il serpente della follia, che temevo potesse essere in agguato, non era affiorato in superficie, né mi aveva trascinato sotto. Significava forse che non esisteva, e che io ero psicologicamente più solido di quanto pensassi? Forse l'episodio con Bob non significava altro che *quello*: magari ero più simile a lui di quanto sapessi, e non così profondo o complicato come mi piaceva pensare (il riconoscimento della propria superficialità può qualificarsi come rivelazione profonda?). Mary non era tanto sicura:

«Ogni volta si porta nel viaggio un sé diverso». I demoni si sarebbero potuti svegliare la prossima volta.

Il fatto che potessi sopravvivere alla dissoluzione del mio ego senza lottare o trasformarmi in una pozzanghera era qualcosa di cui essere grati; d'altra parte ancora meglio era scoprire che poteva esistere un altro punto di osservazione – meno nevrotico e più generoso – dal quale catturare la realtà. «Questo, da solo, sembra valere il costo del biglietto» propose Mary, e io doveti convenirne. Ventiquattr'ore dopo, peraltro, il mio vecchio ego era tornato di pattuglia con tanto di uniforme, perciò – sul lungo periodo – che vantaggio comportava quell'incantevole, fugace visione da una prospettiva più alta? Mary ipotizzò che avendo provato un modo di essere diverso, meno difeso, avrei potuto imparare, con la pratica, ad allentare il controllo impulsivo esercitato dall'ego sulle mie reazioni a persone ed eventi. «Adesso hai sperimentato un altro modo di reagire – o di non reagire – che può essere coltivato». La meditazione, suggerì, era un modo di farlo.

Credo fosse stata esattamente questa prospettiva ad aver consentito a moltissimi volontari da me intervistati di superare le proprie ansie e paure e, nel caso dei fumatori, la dipendenza. Temporaneamente liberati dalla tirannia dell'ego – con i suoi esasperanti automatismi e il suo meschino concetto del proprio interesse –, riusciamo a sperimentare una versione estrema della «capacità negativa» di Keats: la capacità di esistere in mezzo a dubbi e misteri senza allungare automaticamente la mano per afferrare la certezza. Coltivare questa modalità della coscienza, con il suo eccezionale grado di silenziamento dell'ego (alla lettera), ci impone di trascendere la nostra soggettività oppure – che poi è la stessa cosa – di ampliare a tal punto la sua sfera d'influenza da farle includere, oltre a noi, altre persone e in più tutta la natura. Adesso capivo come una sostanza psichedelica potesse aiutarci a compiere esattamente quel passo dalla prima persona singolare alla prima persona plurale – e oltre. Sotto la sua influenza, il senso della nostra interconnessione – *quell'* ovvietà – viene percepito e diventa realtà. Una sostanza chimica non può sostenere questa prospettiva per più di qualche ora – ore che tuttavia *possono* darci l'opportunità di capire come potrebbe essere. E magari di esercitarci a sperimentarla.

Lasciai l'appartamento di Mary di ottimo umore, ma anche con la sensazione d'essere aggrappato a qualcosa di prezioso tramite un filo sottilissimo e assai delicato. Sembrava dubbio che potessi mantenere la presa per il resto della giornata, meno che mai per il resto della mia vita – e d'altra parte sembrava anche che valesse la pena di provare.

Terzo trip: 5-MeO-DMT (ovvero, «il rospo»)

Sì: «il rospo» – o, per essere più precisi, il veleno del rospo del deserto di Sonora (*Incilius alvarius*, chiamato anche rospo del fiume Colorado), il cui fumo contiene una molecola denominata 5-MeO-DMT (5-metossi-N,N-dimetiltriptamina): una delle sostanze psicotrope più potenti e ad azione più rapida che esistano. No, non ne avevo mai sentito parlare neanch'io. In effetti, è così poco conosciuta, che il governo federale l'ha inserita tra le sostanze controllate soltanto nel 2011.

L'opportunità di fumare «il rospo» mi si presentò all'improvviso, lasciandomi pochissimo tempo per decidere se farlo fosse o meno una follia. Ricevetti la telefonata di una delle mie fonti, una donna che si stava preparando a diventare una guida psichedelica certificata, la quale mi invitava a incontrare la sua amica Rocío, una terapeuta messicana trentacinquenne che descriveva come «probabilmente la massima esperta mondiale del rospo». (Ma quanto poteva essere intensa, sul serio, la competizione per quel titolo?). Rocío è originaria di Sonora, nel Messico settentrionale, dove cattura i rospi e ne estrae il veleno; somministra poi la «medicina» ai suoi pazienti sia in Messico, dove il suo status giuridico è grigio, sia negli Stati Uniti, dove è illegale (ma non sembra avere puntati addosso i radar delle autorità).

Rocío lavorava in una clinica in Messico che trattava persone con dipendenza da sostanze somministrando loro una combinazione di *iboga* (una pianta psichedelica africana) e 5-MeO-DMT – a quanto pare con tassi di successo impressionanti. In anni recenti è diventata il Johnny Appleseed²⁶⁵ del rospo, e viaggia in tutto il Nord America portando con sé le capsule di veleno cristallizzato e il vaporizzatore.

Mentre le mie conoscenze tra gli psiconauti andavano espandendosi, quasi tutti quelli con cui entravo in contatto e che avevano avuto un'esperienza con «il rospo» erano stati introdotti al suo veleno da Rocío.

La prima volta che la incontrai, a una cena organizzata dalla nostra comune amica, Rocío mi parlò del rospo e di che cosa potessi aspettarmi da lui. Era una donna minuta, graziosa, vestita alla moda, con i capelli neri lunghi fino alle spalle, tagliati in modo da incorniciarle il viso con una frangia. Ha sempre pronto un sorriso, che le disegna una fossetta su una guancia sola. Completamente diversa da come me l'aspettavo, più che a una sciamana o a una *curandera* Rocío fa pensare a una professionista con lo studio in città.

Dopo essere andata al college e aver lavorato per qualche anno negli Stati Uniti, cinque anni fa Rocío si ritrovò di nuovo a casa dei genitori, in Messico, senza uno scopo. Navigando online, trovò un manuale sul rospo, che – apprese – era originario del deserto locale (il suo areale si estende verso nord per tutta la lunghezza del deserto di Sonora fino all'Arizona). Per nove mesi all'anno il rospo vive sotto terra, protetto dal sole e dal calore del deserto; quando però arrivano le piogge invernali, emerge di notte dalla sua tana sotterranea per una breve orgia di cibo e sesso. Seguendo le istruzioni contenute nel manuale, Rocío si allacciò una torcia alla fronte e uscì a caccia.

«Non sono molto difficili da catturare» mi raccontò. «Sotto il fascio di luce si immobilizzano e quindi li prendi facilmente». I rospi – verrucosi, color sabbia e grandi approssimativamente come la mano d'un uomo – hanno una grossa ghiandola su ciascun lato del collo, e altre più piccole sulle zampe. «Si sprema delicatamente la ghiandola, tenendo davanti ad essa uno specchio per raccogliere lo spruzzo». A quanto pare, il rospo non soffre per il fatto d'essere munto a quel modo. Nell'arco della notte il veleno si secca sul vetro trasformandosi in cristalli del colore dello zucchero di canna, che tendono a sfaldarsi.

Allo stato naturale il veleno è tossico: è una sostanza chimica di difesa spruzzata dal rospo quando si sente minacciato. Ma quando i cristalli vengono vaporizzati, le tossine sono distrutte e rimane la 5-

MeO-DMT. Rocío vaporizza i cristalli in una pipa di vetro mentre il fumatore inala: prima che tu abbia la possibilità di espirare, sei partito. «Il rospo sale veloce, e al principio può essere di un'intensità inconcepibile». Notai che Rocío personificava il rospo e raramente chiamava la «medicina» con il suo nome chimico. «Alcune persone rimangono perfettamente immobili. Altre gridano e si agitano, soprattutto quando il rospo fa affiorare traumi, cosa che è in grado di fare. Qualcuno vomita. E poi, dopo venti o trenta minuti, il rospo finisce e se ne va».

Il mio primo istinto, di fronte a una decisione del genere, è di leggere tutto quello che posso sull'argomento, e più tardi, quella sera, Rocío mi inviò per e-mail alcuni articoli. Non c'era molta scelta, però. A differenza della maggior parte delle altre sostanze psichedeliche – che ormai sono state estesamente studiate dagli scienziati e, in molti casi, sono in uso da centinaia se non da migliaia di anni –, il rospo è noto alla scienza occidentale solo dal 1992. Da quando cioè Andrew Weil e Wade Davis pubblicarono un articolo intitolato *Identity of a New World Psychoactive Toad*. I due erano stati ispirati a cercare una creatura così straordinaria dalle immagini di anfibi presenti nell'arte maya. Ma l'unico rospo psicoattivo che riuscirono a trovare vive lontano, a nord della civiltà maya. È possibile che questi animali fossero diventati oggetto di scambi, ma ancora non vi sono prove del fatto che fumare il veleno di rospo sia una prassi antica. La 5-MeO-DMT si trova comunque anche in alcune piante sudamericane, che diverse tribù amazzoniche pestano ottenendo un preparato da fiuto per i loro rituali sciamanici. In alcune di tali tribù questi preparati sono noti come il «seme del sole».

Non mi riuscì di trovare un granché in termini di solide informazioni mediche circa potenziali effetti collaterali o pericolose interazioni farmacologiche; sono state fatte poche ricerche. Quello che invece trovai online fu una gran quantità di racconti di trip, molti dei quali terrificanti. Appresi anche che in città c'era una persona – amica di un'amica che avevo incontrato in occasione di alcune cene – che aveva provato la 5-MeO-DMT: non il rospo, ma il principio attivo di sintesi. La invitai a pranzo per vedere che cosa potevo imparare.

«È l'Everest delle sostanze psichedeliche» attaccò con fare premonitore, posandomi una mano rassicurante sull'avambraccio.

Poco più che cinquantenne, Olivia è una consulente aziendale con due figli; sapevo, vagamente, che era interessata alle religioni orientali ma non avevo idea che fosse anche una psiconauta.

«Devi essere preparato». Mentre affrontava i formaggi grigliati, mi descrisse un esordio molto inquietante. «Io fui scaraventata in un regno infinito di pura essenza. In questo mondo non c'erano persone, nessuna entità di alcun genere, solo pura essenza. Ed era immenso; prima d'allora, non sapevo che cosa fosse l'infinito. Era tuttavia un regno bi-, e non tri-dimensionale, e dopo l'impeto precipitoso del decollo, mi ritrovai insediata in questo spazio infinito, come una stella. Ricordo di aver pensato, se questa è la morte, mi va benissimo. Era... beatitudine. Avevo la sensazione – no, la *cognizione* – che ogni singola cosa, laggiù, fosse fatta di amore.

«Dopo quella che mi sembrò un'eternità, ma probabilmente si trattò solo di minuti, uno comincia a ricomporsi e a tornare nel suo corpo. Io avevo questo pensiero: "Ci sono i figli da crescere. E c'è un'infinità di tempo per essere morta"».

Le feci la domanda che mi attanagliava ogni volta che qualcuno mi metteva a parte di esperienze mistiche simili: «Come fai a essere certa che si sia trattato di un evento spirituale autentico e non soltanto di un'esperienza chimica?».

«È una domanda irrilevante» replicò lei fredda. «Era qualcosa che mi veniva rivelato».

Eccolo: il senso noetico che William James aveva descritto come segno dell'esperienza mistica. Invidiavo la sicurezza di Olivia. Suppongo sia stato per questa ragione che decisi di fumare il rospo.

La notte prima del mio incontro con Rocío, com'era prevedibile, fu insonne. Certo, ero uscito da quei primi due trip intatto, perfino grato di essermi imbarcato, emergendone con l'idea di essere più forte, fisicamente e mentalmente, di quanto pensassi prima. Adesso però tutte le antiche paure tornarono ad assalirmi durante quella lunga notte inquieta. *Everest!* Il mio cuore avrebbe potuto affrontare l'intensità di quei primi terribili istanti di ascesa? Quali erano le probabilità che impazzissi? Esili, forse, ma di certo non nulle. Era dunque un'idea assolutamente folle? Sul lato dei pro, pensai,

qualsiasi cosa fosse accaduta sarebbe finita nel giro di mezz'ora. Sul lato dei contro, nel giro di mezz'ora poteva essere finito *tutto*.

Quando sorse il sole, decisi... che avrei deciso quando sarei stato là. Rocío, che avevo messo a parte delle mie trepidazioni, mi aveva offerto di farmi assistere al suo lavoro con qualcun altro, prima che toccasse a me: come aveva previsto, questo ebbe un effetto rassicurante. Il tizio prima di me – uno studente di college che era di un'inespressività emotiva estrema e che era alla sua seconda esperienza con il rospo – prese una boccata dalla pipa di Rocío, si stese su un materasso e s'imbarcò in quello che parve un placido sonnellino di trenta minuti durante il quale non diede alcun segno di sofferenza, meno che mai di terrore esistenziale. Quando l'effetto finì, sembrava stare perfettamente. Nella sua mente erano accadute moltissime cose, ci disse, ma a giudicare dalle apparenze il suo corpo non ne era stato minimamente perturbato. Benissimo, allora. Morte o follia sembravano molto meno probabili. Potevo farlo.

Dopo avermi sistemato con precisione sul materasso, Rocío mi fece sedere mentre versava i cristalli da una capsula premisurata in un piccolo recipiente di vetro che poi avvità al corpo della pipa. Mi chiese di ringraziare il rospo e di pensare alle mie intenzioni (qualcosa di generico circa l'apprendere qualsiasi cosa avesse da insegnarmi). Accese una fiamma a butano sotto il recipiente di vetro e mi diede istruzioni affinché tirassi dalla pipa brevi boccate d'aria, mentre il fumo bianco vorticava e quindi riempiva il vetro. «Poi un grosso tiro finale, voglio che lo trattenga il più a lungo possibile».

Non ho alcun ricordo d'aver mai espirato, o di essermi messo giù sul materasso e d'essere stato coperto. Tutt'a un tratto sentii un'impressionante ondata di energia riempirmi la testa, accompagnata da un ruggito torturante. Riuscii a malapena a spremere le parole che avevo preparato, «fiducia», «abbandono»: esse divennero il mio mantra, ma sembravano decisamente patetiche, speranzosi frammenti di carta di fronte a una tempesta mentale di categoria 5. Mi prese il terrore e poi – come una di quelle fragili cassette di legno costruite sull'atollo Bikini per essere spazzate via nei test nucleari – non ci fu più alcun «io», ridotto a una nuvola di coriandoli da una forza esplosiva che non potevo più localizzare nella mia testa giacché anche quella era esplosa, espandendosi per

diventare tutto ciò che era. Di qualsiasi cosa si trattasse, non era un'allucinazione. Un'allucinazione implica una realtà, un punto di riferimento, e un'entità che la viva. Non rimaneva più nulla di tutto questo.

Purtroppo il terrore non scomparve con l'estinzione del mio «io». Qualsiasi cosa mi consentisse di rendermi conto di quest'esperienza, la consapevolezza post-egoica che avevo sperimentato in precedenza con i funghi adesso era anch'essa consumata nelle fiamme del terrore. In effetti ognuno dei punti di riferimento che ci dice «io esisto» era annientato, e tuttavia rimanevo cosciente. «È questo che si prova da morti? Potrebbe essere questo?». Quello era il pensiero, benché non ci fosse più qualcuno che lo pensasse.

Qui le parole vengono meno. In verità, non ci furono fiamme, nessuna esplosione, nessuna tempesta termonucleare; mi sto aggrappando al linguaggio figurato nella speranza di creare una qualche idea stabile e condivisibile di quello che si stava dispiegando nella mia mente. A quanto pare, non c'era alcun pensiero coerente, soltanto un puro e terribile sentire. Solo in seguito mi chiesi se quello non fosse ciò che i mistici chiamano *mysterium tremendum* – il mistero accecante e insostenibile (che si tratti di Dio o di qualche altra Realtà Ultima o Assoluto) di fronte al quale gli esseri umani tremano rapiti. Huxley lo descrisse come il timore «di essere sopraffatto, di disintegrarmi sotto la pressione di una realtà più grande di quanto una mente abituata a vivere la maggior parte del tempo in un minuscolo mondo di simboli potesse sopportare».²⁶⁶

Oh, tornare nel minuscolo mondo dei simboli!

In seguito continuai a rivisitare una o due metafore, e benché esse inevitabilmente distorcano l'esperienza²⁶⁷ – come deve fare qualsiasi parola, metafora o simbolo –, almeno mi consentono di far presa su un'ombra di quell'esperienza e, forse, di dividerla. La prima è quella di trovarmi all'esterno di un razzo dopo il lancio: mi sto aggrappando con entrambe le mani, abbarbicato con le gambe, mentre la forza *g* in rapido crescendo mi afferra la carne tirandomi il volto verso il basso in una smorfia tesa, il grosso cilindro sale attraverso strati successivi di nubi guadagnando esponenzialmente velocità e altezza, la fusoliera sussulta sull'orlo dell'autodistruzione

lottando per liberarsi dall'attrazione terrestre, e l'attrito generato sfondando l'aria sempre più rarefatta dà luogo a un ruggito assordante.

Somigliava un po' a *questo*.

L'altra metafora era il big bang, ma un big bang al contrario, che si sviluppa procedendo dal nostro mondo familiare all'indietro, fino a un punto in cui non c'era ancora nulla – nessun tempo, nessuno spazio, nessuna materia –, solo pura energia libera: tutto ciò che esisteva prima che un'imperfezione, un'increspatura nella sua forma d'onda, portasse quell'universo di energia a sprofondare nel tempo, nello spazio e nella materia. Mentre precipitavo all'indietro di quattordici miliardi di anni, osservai una per una le dimensioni della realtà collassare fino a quando non rimase più nulla, nemmeno l'essenza. Soltanto quel ruggito che consumava tutto.

Era veramente orribile.

E poi, all'improvviso, ecco che l'involuzione di ogni cosa nel nulla della forza pura inverte il suo corso – uno per uno, gli elementi del nostro universo cominciano a ricostruirsi. Per prime tornarono le dimensioni del tempo e dello spazio, gratificando il mio cervello ancora disperso in coriandoli con rassicuranti coordinate topografiche: *questo è da qualche parte!* Poi rientrai senza sforzo, come in un vecchio paio di pantofole, nel mio familiare «io»; e subito dopo percepii qualcosa che riconobbi come il mio corpo che cominciava a riassemblarsi. Il film della realtà scorreva adesso a ritroso, come se tutte le foglie che l'esplosione termonucleare aveva strappato al grande albero dell'essere, e disperso ai quattro venti, avessero improvvisamente trovato la via del ritorno, fossero volate tra le braccia accoglienti della realtà, e si fossero riattaccate. L'ordine delle cose s'andava ripristinando, me incluso – dettaglio tutt'altro che trascurabile. *Ero vivo!*

La discesa, e il ritorno nella realtà familiare, fu più rapida di quanto m'aspettassi. Avendo attraversato la squassante sofferenza del lancio, mi ero aspettato di essere depositato, ormai senza peso, su un'orbita – d'essere installato nel firmamento come una stella in estasi! Ahimè. Come per i primi astronauti del progetto Mercury, il mio volo mantenne una traiettoria suborbitale, descrivendo un arco

che si limitò a sfiorare la serenità dello spazio infinito prima di ricadere sulla Terra.

Eppure, mentre sentivo che mi andavo ricostituendo prima come un sé e poi come un corpo, qualcosa di cui cercavo conferma facendo scorrere le mani lungo le gambe e dimenandomi sotto la coperta, mi sentii in estasi, così felice come non ricordo d'essermi mai sentito. Non era, peraltro, un'estasi *sui generis*, non esattamente. Era più simile a una reazione uguale e contraria al terrore appena provato: non tanto un dono divino, quanto un'ondata di piacere derivante dalla cessazione d'un intollerabile dolore. Un senso di sollievo così immenso e profondo da essere cosmico.

Con la riscoperta del mio corpo, sentii un'inesplicabile bisogno di sollevare le ginocchia, e non appena le alzai sentii qualcosa sgusciarmi fuori da in mezzo alle gambe – facilmente, senza sforzo o dolore. Era un bambino: ero *io* bambino. Sembrava giusto: essendo morto, adesso ero nuovamente partorito. Eppure, non appena guardai con attenzione, questo nuovo essere si trasformò dolcemente in Isaac, mio figlio. E io pensai, che fortuna – fortuna straordinaria! –, per un padre, sperimentare la perfetta intimità fisica che finora soltanto le madri hanno avuto con i loro neonati. Quale che fosse stato lo spazio mai frapposto tra me e mio figlio, adesso si chiuse, e io potevo sentire calde lacrime scorrermi sulle guance.

E poi arrivò una travolgente ondata di gratitudine. Per cosa? Per il fatto di esistere ancora una volta – sì, pure per l'esistenza di Isaac e Judith –, ma anche per qualcosa di addirittura più fondamentale: per la prima volta provai gratitudine per l'essere in quanto tale, per il fatto che ci fosse una qualsiasi cosa. Invece di una necessaria contingenza, questo adesso mi sembrava l'autentico miracolo, qualcosa che non mi sono più risolto a dare per scontato. Tutti sono grati di «essere vivi», ma chi si ferma a rendere grazie per il più fondamentale infinito che viene prima di «vivi»? Ero appena tornato da un luogo in cui l'essere non era più, e adesso giurai che non avrei più dimenticato quale dono (e quale mistero) rappresenti il fatto che vi sia qualcosa, invece di nulla.

Adesso ero entrato in uno spazio mentale familiare e più piacevole, dove stavo ancora viaggiando ma in cui potevo mettere insieme dei pensieri e orientarli nell'una o nell'altra direzione

(nessuna pretesa sulla loro qualità). Come fa con tutti coloro che incontrano il rospo, Rocío mi aveva chiesto, prima che aspirassi il fumo nei polmoni, di cercare nell'esperienza un'«offerta di pace»: un'idea o una decisione che potessi portare indietro con me e mettere a frutto nella vita. La mia, decisi, doveva avere a che fare con la questione dell'essere e di quello che io consideravo il suo termine opposto, «fare». Meditai su questa dualità, che finì per sembrarmi della massima importanza, e conclusi che nella mia vita ero troppo concentrato sul secondo termine e non abbastanza sul primo.

Certo: per concludere qualsiasi cosa occorre promuovere il fare, ma non c'era anche un grandissimo merito e un immenso beneficio psichico nel semplice essere? Nella contemplazione invece dell'azione? Decisi che dovevo esercitare l'essere con l'immobilità, l'essere con altre persone così come le trovo (imperfette), e l'essere con il mio stesso sé ancora incolto. Assaporare qualsiasi cosa esista in questo preciso istante, senza cercare di cambiarla o nemmeno di descriverla (Huxley lottò con la stessa aspirazione durante il suo viaggio con la mescalina: «se si vedesse sempre in questo modo, non si vorrebbe mai fare niente altro»²⁶⁸). Anche adesso, sospinto com'ero da questo piacevole flusso contemplativo, dovevo resistere all'impulso di trascinarmi a riva e raccontare a Rocío la mia grande scoperta. No! Dovevo ricordare a me stesso: limitati a esserci.

La sera prima Judith e io avevamo avuto uno scontro che, ora capii, si fondava proprio su questa distinzione e sulla mia insofferenza nei confronti dell'essere. Lei si stava lamentando di qualcosa che non le piaceva della sua vita, e io invece di dolermene ed essere semplicemente al suo fianco, con lei e il suo problema, passai immediatamente alla lista delle cose concrete che avrebbe potuto fare per risolverlo. Adesso capivo con perfetta chiarezza perché il mio tentativo di essere utile fosse stato tanto privo di garbo.

Quella era dunque la mia offerta di pace: essere di più, fare di meno. Ma non appena lo formulai in quei termini, mi resi conto che c'era un problema – in effetti un grosso problema. Non era forse l'atto stesso di risolvermi a favore dell'essere una forma di fare? Un tradimento di tutta l'idea? Un autentico conoscitore dell'essere non si sognerebbe mai di prendere delle decisioni! Mi ero intrappolato in un

nodo filosofico, avevo costruito un paradosso o un koan che chiaramente non ero abbastanza abile o sufficientemente illuminato per sciogliere. E così quella che era cominciata come una delle esperienze più squassanti della mia vita si esaurì mezz'ora dopo in un flebile sorriso.

Perfino adesso, molti mesi dopo, non so ancora esattamente che cosa pensare di quell'ultimo trip. La sua brutale traiettoria narrativa – quel terribile climax seguito così rapidamente da una conclusione tanto dolce – sovvertiva la forma di una storia o di un viaggio: mancava dell'inizio, dello sviluppo centrale e del finale, componenti che tutti i miei trip precedenti avevano avuto e sulle quali ci basiamo per dare un senso all'esperienza. Sia questo, sia la sua frastornante velocità, rendevano difficile estrarre dal viaggio molte informazioni o conoscenze, salvo per quanto riguarda la (classica) ovvietà psichedelica sull'importanza dell'essere. (Qualche giorno dopo l'incontro con il rospo mi capitò tra le mani una vecchia e-mail di James Fadiman che terminava, enigmaticamente, con queste parole, che dovette immaginare disposte sullo schermo come i versi di una poesia: «Spero che qualsiasi cosa tu stia facendo / di tanto in tanto ti fermi / e / non la faccia per niente»).

L'integrazione era stata sbrigativa, lasciandomi da solo a capire gli insegnamenti del rospo, per quello che erano. Avevo avuto una sorta di esperienza spirituale o mistica? Oppure quello che era accaduto nella mia mente era un mero epifenomeno di queste strane molecole? (O si trattava di entrambe le cose?). Riecheggiavano le parole di Olivia: «È una domanda irrilevante. Era qualcosa che mi veniva rivelata». Che cosa era stato rivelato a me, ammesso che mi fosse stato rivelato qualcosa?

Non sapendo di preciso da dove cominciare, capii che poteva essere utile valutare le mie esperienze confrontandole con quelle dei volontari degli studi condotti alla NYU e alla Hopkins. Decisi di compilare uno dei MEQ (Mystical Experience Questionnaire)²⁶⁹ che gli scienziati sottoponevano ai loro soggetti, nella speranza di capire se la mia esperienza avesse o meno i requisiti.

Il MEQ (che attinge all'opera di William James, W.T. Stace e Walter Pahnke) mi chiedeva di classificare per grado una serie di trenta fenomeni mentali – pensieri, immagini e sensazioni che gli psicologi e i filosofi considerano tipici di un'esperienza mistica. «Riconsiderando il complesso della sua seduta, valuti in quale grado ha sperimentato... in qualsiasi momento i seguenti fenomeni» usando una scala a sei punti (da zero, per «fenomeno assente», a cinque, per il grado estremo: «più di qualsiasi altra volta nella mia vita»).

Ad alcuni eventi era facile attribuire un punteggio. «Perdita della consueta percezione del tempo». Spuntato: cinque. «Esperienza di meraviglia». Sì, sì; un altro cinque. «Sensazione che l'esperienza non possa essere adeguatamente descritta a parole». Proprio così. Ancora cinque. «Acquisizione di conoscenze profonde, sperimentata a livello intuitivo». *Hmm*. Credo che l'ovvietà riguardante l'essere risponda ai requisiti. Forse un tre? Non ero sicuro, però, di che cosa fare con quest'altra: «Sensazione d'aver sperimentato l'eternità o l'infinito». Il linguaggio implica qualcosa di più positivo di quello che avevo provato io, quando il tempo era svanito e aveva preso piede il terrore; nessuna risposta, decisi. L'«esperienza della fusione del suo sé personale in un tutto più ampio» sembrava anch'essa un modo eccessivamente elegante per descrivere la sensazione di diventare tutt'uno con un'esplosione nucleare. Sembrava più una fissione che una fusione, ma va bene. Diedi un quattro.

E che fare con questo? «Certezza di aver incontrato la realtà ultima (nel senso di essere in grado, a un certo punto della sua esperienza, di “conoscere” e di “capire” che cosa sia davvero reale)». Potevo essere uscito dall'esperienza con alcune convinzioni (per esempio, quella riguardante l'essere e il fare), che tuttavia non sembravano un incontro con «la realtà ultima», qualsiasi cosa essa sia. Allo stesso modo, certe altre domande mi fecero desiderare di abbandonare il campo e arrendermi: «Sensazione di aver sperimentato qualcosa di profondamente sacro e santo» (No) o «Esperienza della rivelazione “Tutto è Uno”» (Sì, ma non in modo positivo; nel mezzo di quella tempesta mentale divorante, nulla *mi mancò di più* della distinzione e della molteplicità). Sforzandomi di assegnare dei punteggi ad alcune di queste voci, percepì che il

questionario mi stava trascinando verso una conclusione che non era assolutamente coerente con quello che provavo.

Quando calcolai il mio punteggio, però, rimasi sorpreso: avevo totalizzato un sessantuno, un punto al di sopra della soglia per definire «completa» un'esperienza mistica: ero passato per il rotto della cuffia. Dunque *quella* era un'esperienza mistica? Non somigliava per niente a quanto mi aspettavo. Conclusi che il MEQ non fosse una rete adeguata per catturare la mia esperienza con il rospo. Decisi che – in termini psicologici – il risultato fosse una preda indesiderata, probabilmente da gettar via.

D'altra parte, mi chiesi se la mia insoddisfazione nei confronti del questionario avesse qualcosa a che fare con la natura intrinseca – l'enorme intensità e la forma bizzarra – di quell'esperienza, giacché dopo tutto non era stato messo a punto per valutare quella. Quando usai lo stesso strumento per il mio viaggio con la psilocibina, infatti, l'allineamento con la mia esperienza sembrò decisamente migliore e la valutazione dei fenomeni assai più semplice. Riflettendo soltanto sull'interludio con il violoncello, per esempio, potevo facilmente confermare la «fusione del [mio] sé personale in un tutto più vasto», come pure la «sensazione di sperimentare qualcosa di profondamente santo e sacro» e «di toccare una vetta spirituale» e perfino l'«esperienza di unione con la realtà ultima». Sì, sì, sì e sì: a patto, va da sé, che il mio spuntare quegli aggettivi così pregni di significato non implicasse alcuna credenza in una realtà soprannaturale.

Il mio viaggio con la psilocibina guidato da Mary si tradusse in un sessantasei sulla scala del MEQ. Per qualche ragione, mi sentivo stupidamente orgoglioso del mio punteggio. (Ci ero ricascato, fare/essere). Avere un'esperienza del genere era stato il mio obiettivo e, almeno secondo gli scienziati, un'esperienza mistica l'avevo avuta; eppure, non mi aveva minimamente avvicinato a una fede in Dio o in una forma cosmica di coscienza o in qualcosa di magico – tutte cose che probabilmente mi ero aspettato (avevo sperato?) potesse fare.

Nondimeno, senza dubbio qualcosa di nuovo e profondo mi era accaduto – qualcosa che sono disposto a definire spirituale, anche se solo con una puntualizzazione. Credo d'aver sempre dato per

scontato che la spiritualità implicasse una credenza o una fede dalla quale si suppone scaturire e che io non ho mai condiviso. Adesso però mi chiedevo: è sempre necessariamente così?

È stato solo in seguito ai miei viaggi che sono riuscito a sbrogliare il paradosso che mi aveva lasciato tanto perplesso quando avevo intervistato Dina Bazer, una paziente oncologica della NYU che aveva iniziato e concluso la sua esperienza con la psilocibina da atea dichiarata. Durante il climax di un viaggio che aveva estinto la sua paura della morte, Bazer si descrisse «inondata dall'amore di Dio» e nondimeno emerse con il suo ateismo intatto. Com'era possibile accogliere nello stesso cervello quelle due idee conflittuali? Adesso penso di averlo capito. L'inondazione d'amore sperimentata da Bazer non era soltanto ineffabilmente potente: non poteva essere attribuita a una qualsiasi causa individuale o terrena, e quindi era perfettamente gratuita – una forma di grazia. Come trasmettere, allora, l'entità di un simile dono? «Dio» era probabilmente l'unica parola sufficientemente importante disponibile nel linguaggio.

Il problema che stavo incontrando nel valutare la mia esperienza aveva in parte a che fare con un'altra parola importante e piena di significato – «mistico» –, la quale implica effettivamente un'esperienza che va oltre la portata della comprensione ordinaria o della scienza. Puzza di soprannaturale. D'altra parte, credo che sarebbe sbagliato scartare il mistico, se non altro perché moltissime grandi menti hanno lavorato moltissimo – nell'arco di migliaia di anni, letteralmente – per comprendere questa straordinaria esperienza umana e trovare parole che la descrivano. Quando leggiamo la testimonianza di queste menti, troviamo nelle loro descrizioni delle caratteristiche condivise impressionanti, anche se noi gente comune non riusciamo *assolutamente* a capire di che cosa mai stiano parlando – su questo pianeta (o altrove).

Secondo gli studiosi del misticismo, in genere questi tratti condivisi comprendono una visione di unità in cui sono incluse tutte le cose compreso il sé (visione espressa nella frase «Tutto è uno»); un senso di certezza su quanto si è percepito («mi è stata rivelata la conoscenza»); sentimenti di gioia, beatitudine e soddisfazione; una trascendenza rispetto alle categorie che utilizziamo per organizzare il mondo, per esempio il tempo e lo spazio, oppure il sé e l'altro;

nonché il senso che qualsiasi cosa appresa sia in qualche modo sacra (Wordsworth: «qualcosa d'ancor più profondamente infuso»²⁷⁰ di significato) e spesso paradossale (così che mentre il sé può svanire, la consapevolezza permane). Infine, la convinzione che l'esperienza sia ineffabile, per quanto si spendano migliaia di parole nel tentativo di comunicarne la forza. (*Touché*).

Prima dei miei viaggi, parole e frasi come queste mi lasciavano freddo; mi sembravano del tutto opache, chiacchiere prive di senso, quasi religiose. Adesso invece dipingono una realtà riconoscibile. Allo stesso modo, certi passaggi mistici della letteratura che un tempo mi sembravano talmente astratti ed esagerati da leggerli (sempre che lo facessi) con indulgenza, oggi posso considerarli come un caso particolare di giornalismo. Ecco qui alcuni esempi dell'Ottocento, ma ve ne sono nella letteratura di ogni secolo.

Ralph Waldo Emerson scrive in *Natura* che attraversando d'inverno un terreno brullo del New England

«In piedi sulla nuda terra – con la testa inondata dall'aria gioiosa e sollevata verso lo spazio infinito – ogni egoismo meschino svanisce. Divento una pupilla trasparente; non sono niente, vedo tutto; le correnti dell'Essere Universale mi attraversano; sono una parte o una particella di Dio».²⁷¹

Oppure Walt Whitman, nei versi iniziali della prima edizione (molto più breve e più mistica) di *Foglie d'erba*:

Rapide intorno a me s'ersero ad ali spiegate la pace e la gioia e la conoscenza che sopravanzavano ogni arte e umano intendimento;
E io so che la mano di Dio è quella che guida la mia,
E io so che lo spirito di Dio è il fratello maggiore del mio spirito,
E che tutti gli uomini venuti alla luce mi sono fratelli... e le donne sorelle e amanti,
E che la controchiglia²⁷² della creazione è amore...²⁷³

Ed ecco Lord Alfred Tennyson che descrive in una lettera la «specie di catalessi in stato di veglia» che discendeva su di lui, di tanto in tanto, dai tempi dell'infanzia:

«... finché, come se venisse dall'intensità della coscienza individuale, la stessa individualità sembrava dissolversi e scomparire in un essere senza confini, e questo non era uno stato confuso, ma il più chiaro, il più certo tra i certissimi, per quanto inesprimibile a

parole – in cui la morte era un'impossibilità quasi risibile – dove la perdita della personalità (per così dire) sembrava non un'estinzione, ma la sola vera vita». ²⁷⁴

Quello che era cambiato, per me, era che adesso capivo esattamente di che cosa questi scrittori stessero parlando: erano le loro esperienze mistiche, comunque fossero state raggiunte, comunque fossero interpretate. In precedenza inerti, le loro parole emettevano ora un «raggio di relazione» nuovo, o quanto meno adesso io ero nella condizione di riceverlo. Tali emissioni erano sempre state presenti nel nostro mondo, scorrevano nella letteratura e nella religione, ma, proprio come le onde elettromagnetiche, non poterono essere comprese senza una sorta di ricevitore. Io ero diventato uno di quei dispositivi. Un'espressione come «essere senza confini», che una volta avrei aggirato come eccessivamente astratta o iperbolica, adesso mi comunicava qualcosa di specifico e addirittura familiare. Si era dischiusa, per me, una porta che dava su un regno di esperienza umana rimasto inaccessibile per sessant'anni. ²⁷⁵

Ma io mi ero guadagnato il diritto di passare attraverso quella porta, di entrare nella conversazione? Non so quelle di Emerson (o di Whitman o Tennyson), ma le mie esperienze mistiche erano indotte da una sostanza chimica. Non era come barare? Forse no: sembra probabile che tutte le esperienze mentali – anche quelle apparentemente più «trascendenti» – siano mediate da sostanze chimiche presenti nel cervello. Quanto dovrebbe contare la loro provenienza? Sappiamo che nel mondo naturale e nel cervello umano scorrono le stesse identiche molecole, legandoci in tal modo tutti insieme nel vasto bacino della triptamina. Queste molecole esogene (quando provengono da un fungo o da una pianta o da *un rospo!*) sono in qualche modo meno miracolose? Vale la pena di ricordare che esistono molte culture in cui il fatto stesso che l'ispirazione responsabile delle esperienze visionarie scaturisca dalla natura, che sia cioè il dono di altre creature, le rende *più* significative, non meno.

La mia personale interpretazione di quello che ho sperimentato – di quella che adesso è la mia esperienza mistica ufficialmente verificata – rimane un lavoro in corso, ancora in cerca delle parole

giuste. D'altra parte, non ho alcun problema a usare il termine «spirituale» per descrivere alcuni elementi di quello che ho visto e sentito, purché esso non venga recepito in senso soprannaturale. Per me, «spirituale» è un buon attributo per alcuni dei potenti fenomeni mentali che affiorano quando la voce dell'ego è attenuata o zittita. Se non altro, questi viaggi mi hanno mostrato come quel costruito psichico – al tempo stesso tanto familiare, e però a rifletterci bene così strano – si erga tra noi e una dimensione dell'esperienza sorprendentemente nuova, sia essa appartenente al mondo fuori di noi, o alla mente dentro di noi. I viaggi mi hanno mostrato quello che il buddhismo cerca di dirci, ma che io non ho mai capito sul serio, e cioè che nella coscienza c'è molto più dell'ego – cosa che capiremmo se soltanto facesse silenzio. E che la sua dissoluzione (o trascendenza) non è nulla di cui aver timore; in effetti, è un prerequisito per compiere qualsiasi progresso spirituale.

L'ego, però, quel nevrotico interiore che insiste a condurre lo spettacolo mentale, è subdolo e non abbandona il potere senza combattere. Credendosi indispensabile, si batterà contro il proprio silenziamento – sia prima, che nel bel mezzo del viaggio. Io sospetto che il mio stesse facendo esattamente questo nelle notti insonni che precedettero ciascuno dei miei trip, quando si sforzò di convincermi che stavo rischiando tutto, mentre in realtà l'unica cosa a rischio era la sua sovranità.

Quando Huxley parla della «valvola di riduzione» della mente – la facoltà che elimina dalla nostra consapevolezza cosciente tante informazioni quante ne lascia entrare –, sta parlando dell'ego. Quel guardiano attento e severo ammette soltanto una strettissima banda di realtà, «il misero rigagnolo della specie di coscienza che ci aiuterà a vivere»; è abilissimo a eseguire tutte quelle attività cui la selezione naturale dà valore: prosperare, essere apprezzati e amati, essere nutriti, fare sesso. Impedendoci di divagare, è un editor feroce che taglia qualsiasi cosa possa distrarci dal lavoro in corso, regolando il nostro accesso sia ai ricordi e alle forti emozioni che affiorano dall'interno, sia a informazioni provenienti dall'esterno.

L'ego tende poi a trattare come un oggetto quella parte di realtà cui consente l'accesso, giacché vuole riservare il dono della soggettività a se stesso. Ecco perché non riesce a vedere che là

fuori esiste un intero mondo di anime e di spiriti – e con questo intendo semplicemente altre soggettività diverse dalla nostra. Fu solo quando la psilocibina mise a tacere la voce del mio ego, che riuscii a percepire come anche le piante del mio giardino avessero uno spirito. (Come disse R.N. Bucke, psichiatra e mistico canadese del diciannovesimo secolo, «vidi che l'universo non è composto di materia morta, bensì è al contrario una Presenza vivente»)²⁷⁶. «Ecologia» e «coevoluzione» sono termini scientifici riferiti agli stessi fenomeni: ogni specie è un soggetto che agisce su altri soggetti. D'altra parte, quando quest'idea acquisisce la concretezza del sentimento, quando diventa «più profondamente infusa», come accadde nel mio primo viaggio con la psilocibina, mi va benissimo definirla «esperienza spirituale». E così anche per le mie varie «fusioni» psichedeliche: con la suite per violoncello di Bach, con mio figlio Isaac, con mio nonno Bob, tutti spiriti direttamente compresi e accolti, ogni volta con un'ondata di sentimento.

Forse quindi l'esperienza spirituale è semplicemente quanto accade nello spazio che si apre nella mente quando «ogni egoismo meschino svanisce». Le meraviglie (e gli orrori) nei cui confronti solitamente siamo protetti, fluiscono ora nella nostra consapevolezza; tutt'a un tratto i nostri sensi possono dare via libera agli estremi dello spettro del sensorio, normalmente invisibili. Mentre l'ego dorme, la mente gioca, proponendo schemi di pensiero inattesi e raggi di relazione. Lo iato tra il sé e il mondo, quella terra di nessuno che di consueto l'ego pattuglia con tanta attenzione, ora si chiude facendoci sentire meno separati e più connessi, «una parte o una particella» di una qualche entità più vasta. Poco importa, poi, se chiamiamo quell'entità Natura, Intelletto in Genere, o Dio. Sembra tuttavia che proprio nel crogiolo di quella fusione la morte perda, in parte, la capacità di tormentarci.

5
NEUROSCIENZE
IL CERVELLO E LE SOSTANZE PSICHEDELICHE

Che cosa era appena accaduto nel mio cervello?

Era stata una molecola a lanciarmi in ciascuno di quei trip, ed ero tornato dai miei viaggi con un'intensa curiosità di apprendere sia quello che la chimica poteva raccontarmi sulla coscienza, sia ciò che quelle informazioni avrebbero potuto eventualmente rivelarmi sulla relazione tra cervello e mente. Come si passa dall'ingestione di un composto sintetizzato da un fungo o da un rospo (o anche da un chimico) a un nuovo stato della coscienza con il potere di modificare la tua visione delle cose non soltanto durante il viaggio, ma per molto tempo dopo che la sostanza ha abbandonato il tuo corpo?

In effetti, le molecole in questione erano tre – psilocina, LSD e 5-MeO-DMT –, ma anche un'occhiata superficiale alla loro struttura (e lo dice uno che in chimica alle superiori aveva una sufficienza tirata) denota una somiglianza. Tutte e tre sono triptamine: un tipo di composto organico (per la precisione un indolo) caratterizzato dalla presenza di due anelli, uno dei quali a sei atomi e l'altro a cinque. La natura vivente è traboccante di triptamine; sono presenti nelle piante, nei funghi e negli animali, dove di solito agiscono come molecole per la segnalazione tra le cellule. La triptamina più famosa nel corpo umano è un neurotrasmettitore, la serotonina, il cui nome chimico è 5-idrossitriptamina. Non è una coincidenza che questa molecola abbia una forte somiglianza con quella delle sostanze psichedeliche.

La serotonina sarà anche famosa come neurotrasmettitore, tuttavia molti suoi aspetti rimangono ancora un mistero. Per esempio, si lega a una dozzina di recettori diversi che si trovano non soltanto in molte parti del cervello, ma anche in tutto il corpo, con una notevole rappresentazione nel tratto digerente. A seconda del tipo di recettore in questione e della sua localizzazione, la serotonina è responsabile di effetti molto diversi: in alcuni casi eccita un neurone così da farlo scaricare, in altri lo inibisce. Visualizzatela come una parola il cui significato o la cui importanza possano

cambiare drasticamente a seconda del contesto o addirittura della posizione nella frase.

Le triptamine appartenenti al gruppo degli «psichedelici classici» hanno una forte affinità per un particolare tipo di recettore serotonergico, denominato 5-HT_{2A}, presente in grande abbondanza nella corteccia cerebrale umana, ovvero nello strato più esterno ed evolutivamente recente del cervello. In pratica, le sostanze psichedeliche sono abbastanza simili alla serotonina da potersi legare al suo sito recettoriale e attivarlo, con varie conseguenze.

Fatto curioso, l'LSD ha un'affinità per il recettore 5-HT_{2A} addirittura maggiore – è più «adesiva» nei suoi confronti – della stessa serotonina: un esempio in cui, dal punto di vista chimico, l'imitazione è più convincente dell'originale. Questo ha indotto molti scienziati a ipotizzare che il corpo umano debba produrre qualche altra sostanza chimica, tagliata su misura per il recettore 5-HT_{2A}, con la chiara funzione di attivarlo: forse uno psichedelico endogeno che viene rilasciato in particolari circostanze, per esempio mentre sogniamo. Un possibile candidato è la DMT, molecola psichedelica isolata in tracce nella ghiandola pineale del ratto.²⁷⁷

La scienza della serotonina e quella dell'LSD sono strettamente intrecciate fin dagli anni Cinquanta: fu proprio la scoperta che l'LSD agisce sulla coscienza a dosi infinitesime a contribuire, in quel decennio, al progresso della neurochimica – allora un campo di studi nuovo – portando allo sviluppo degli antidepressivi SSRI, gli inibitori selettivi della ricaptazione della serotonina. Soltanto nel 1998, però, il ricercatore svizzero Franz Vollenweider, uno dei pionieri delle neuroscienze degli psichedelici, dimostrò che sostanze come l'LSD e la psilocibina agiscono nel cervello umano legandosi ai recettori 5-HT_{2A}. Per farlo, somministrò ad alcuni soggetti una sostanza denominata ketanserina, che blocca quel recettore; quando poi somministrò loro la psilocibina, non accadde nulla.²⁷⁸

D'altra parte, la scoperta di Vollenweider, per quanto importante, non è che un primo passo sulla strada lunga (e tortuosa) che porta dalla chimica delle sostanze psichedeliche agli stati della coscienza da essi indotti. Probabilmente il recettore 5-HT_{2A} è la serratura sulla porta della mente, aperta da quelle tre molecole; ma in che modo quell'apertura chimica conduce a quello che io avevo provato e

sperimentato? Alla dissoluzione del mio ego, per esempio, e alla scomparsa di qualsiasi distinzione tra soggetto e oggetto? O all'effetto *morphing*, alla trasformazione nell'occhio della mia mente, di Mary in María Sabina? In altre parole: che cosa può insegnarci la chimica del cervello sulla «fenomenologia» dell'esperienza psichedelica (sempre che abbia qualcosa da insegnarci)?

Tutte queste domande riguardano naturalmente i contenuti della coscienza, la quale almeno fino a questo punto ha eluso gli strumenti delle neuroscienze. Per coscienza io non intendo semplicemente l'«essere consci» – la fondamentale consapevolezza sensoriale degli esseri viventi riguardo ai mutamenti che hanno luogo nel loro ambiente, qualcosa che è facile misurare sperimentalmente. In questo senso stretto, anche le piante sono «coscienti», benché sia improbabile che possiedano una coscienza pienamente sviluppata. Quello che neuroscienziati, filosofi e psicologi intendono per «coscienza» è la nostra inconfondibile sensazione di essere, o di possedere, un sé con delle esperienze.

Sigmund Freud scrisse che «nulla è per noi più sicuro del senso di noi stessi, del nostro proprio io».²⁷⁹ Nondimeno, giacché non esiste alcuna evidenza fisica esteriore dell'esistenza della coscienza così come la sperimentiamo noi, è difficile essere altrettanto certi del fatto che chiunque altro, e meno che mai altre creature, la possieda. La cosa di cui abbiamo maggior certezza è dunque fuori della portata della nostra scienza, che si presume sia il modo più sicuro di cui disponiamo per conoscere qualsiasi cosa.

Questo dilemma ha lasciato socchiusa una porta attraverso cui sono entrati scrittori e filosofi. Il classico esperimento di pensiero per determinare se un altro essere sia in possesso di una coscienza fu proposto dal filosofo Thomas Nagel in un famoso saggio del 1974, *Che cosa si prova ad essere un pipistrello?*²⁸⁰ Nagel sosteneva che se «a essere un pipistrello si prova qualcosa» – se nella sua esperienza esiste una qualche dimensione soggettiva –, allora esso possiede una coscienza. Proseguiva poi ipotizzando che questo «che cosa si prova» potesse non essere riducibile a termini materiali. Mai.

A prescindere dal fatto che Nagel abbia o meno ragione, si tratta del più importante dibattito in corso nel campo degli studi sulla

coscienza. Il nucleo della questione è spesso indicato come «problema difficile» oppure «iato esplicativo». Come si fa a spiegare la mente – la qualità soggettiva dell’esperienza – in termini di carne, ovvero in termini delle strutture anatomiche o della chimica del cervello? La domanda presuppone, come fa la maggior parte (anche se non la totalità) degli scienziati, che la coscienza sia un prodotto del cervello e che alla fine sarà spiegata in quanto epifenomeno di oggetti materiali quali i neuroni, le strutture anatomiche, le sostanze chimiche e le reti di comunicazione cerebrali. Di certo questa *sembrerebbe* l’ipotesi più parsimoniosa. Tuttavia, è ben lungi dall’essere dimostrata e diversi neuroscienziati dubitano che mai lo sarà: dubitano che qualcosa di elusivo come l’esperienza soggettiva – che cosa si prova a essere te – cederà *mai* al riduzionismo scientifico. Questi scienziati e questi filosofi sono a volte denominati «misteriani», che non va inteso come un complimento. Alcuni scienziati hanno sollevato la possibilità che la coscienza possa pervadere l’universo, e propongono di pensare ad essa come facciamo per l’elettromagnetismo o la gravità, ovvero come a uno dei fondamentali componenti della realtà.²⁸¹

L’idea che le droghe psichedeliche possano fare un po’ di luce sui problemi della coscienza ha una sua logica. Una sostanza psichedelica è abbastanza potente da disturbare profondamente il sistema che noi chiamiamo «coscienza in stato di veglia», così da spingere forse allo scoperto alcune delle sue fondamentali proprietà. Certo, anche gli anestetici disturbano la coscienza, tuttavia, poiché la mettono a silenzio, rendono accessibile una quantità di dati relativamente esigua. Al contrario, un soggetto sotto l’effetto degli psichedelici rimane sveglio e in grado di riferire in tempo reale quello che sta provando. Oggigiorno questi rapporti soggettivi possono essere correlati a varie misure dell’attività cerebrale, utilizzando diverse modalità di *imaging* – strumenti che negli anni Cinquanta e Sessanta, ai tempi della prima ondata di studi sulle sostanze psichedeliche, non erano disponibili.

Impiegando queste tecnologie in combinazione con l’LSD e la psilocibina, alcuni scienziati che lavorano in Europa e negli Stati Uniti stanno alzando il velo sulla coscienza, e ciò che cominciano a

vedere promette di cambiare la nostra interpretazione dei legami tra mente e cervello.

La spedizione neuroscientifica più ambiziosa che fa uso di psichedelici per mappare il territorio della coscienza umana è forse quella in corso all'Imperial College di Londra, in un laboratorio del Centre for Psychiatry dell'Hammersmith Campus. Completato di recente, quest'ultimo consiste di una rete di edifici futuristici, benché stranamente deprimenti, collegati tra loro da passaggi aerei con pareti in vetro e porte scorrevoli pure in vetro, che si aprono silenziosamente quando rilevano il codice di identificazione corretto. È qui, nel laboratorio dell'insigne psicofarmacologo inglese David Nutt, che un gruppo di ricerca guidato da Robin Carhart-Harris, neuroscienziato non ancora quarantenne, lavora dal 2009 per identificare i «correlati neurali», ovvero le controparti fisiche, dell'esperienza psichedelica. Iniettando ad alcuni volontari LSD e psilocibina, e poi utilizzando varie tecnologie di scansione – compresa la risonanza magnetica funzionale (fMRI) e la magnetoencefalografia (MEG) – per osservare i cambiamenti che hanno luogo nel loro cervello, lui e il suo gruppo ci hanno consentito di dare un primo sguardo a come appaiono nel cervello fenomeni quali la dissoluzione dell'ego, o un'allucinazione, quando si dispiegano nella mente.

Il fatto che un progetto di ricerca tanto improbabile e potenzialmente controverso sia decollato dipende dal convergere – in Inghilterra nel 2005 – di tre personaggi quanto mai insoliti, e delle rispettive carriere: David Nutt, Robin Carhart-Harris e Amanda Feilding, nota anche come la contessa di Wemyss e di March.

Robin Carhart-Harris arrivò al laboratorio di psicofarmacologia di David Nutt percorrendo una via non convenzionale passata per un corso di specializzazione in psicoanalisi. Di questi tempi la psicoanalisi è una teoria che pochi neuroscienziati prendono sul serio, giacché la considerano non tanto una scienza quanto piuttosto un insieme di credenze non verificabili. Carhart-Harris era però di tutt'altro avviso. Immerso negli scritti di Freud e Jung, era affascinato dalla teoria psicoanalitica e allo stesso tempo esasperato tanto dalla

sua mancanza di rigore scientifico, quanto dalle limitazioni degli strumenti di cui essa dispone per esplorare l'inconscio, che peraltro considera l'aspetto più importante della mente.

«Se l'unico modo per avere accesso all'inconscio è grazie ai sogni e alle libere associazioni,» mi spiegò la prima volta che parlammo «non andremo da nessuna parte. Di certo dev'esserci qualcos'altro». Un giorno Robin domandò al suo professore se quel qualcos'altro potesse essere una sostanza chimica (gli chiesi se quel presentimento fosse basato su esperienze o ricerche personali, ma lui chiarì che non era un argomento di cui desiderava discutere). Il professore lo mandò a leggere un libro intitolato *Realms of the Human Unconscious*, di Stanislav Grof.

«Andai in biblioteca e lessi il libro dalla prima pagina all'ultima. Ne rimasi enormemente impressionato. Orientò il resto della mia gioventù».

Carhart-Harris – energico e sempre di fretta, giovane e snello, con la barba curata e grandi occhi celesti che raramente battono ciglio – mise a punto un programma il cui avvio richiese qualche anno: avrebbe usato le sostanze psichedeliche e le moderne tecnologie di *brain imaging* per dare un fondamento di solida scienza all'edificio della psicoanalisi. «Freud disse che i sogni erano la via regia per l'inconscio;» mi ricordò «gli psichedelici potrebbero rivelarsi l'autostrada». Carhart-Harris ha un atteggiamento modesto, perfino umile, che non lascia trapelare in alcun modo l'audacia della sua ambizione. Gli piace citare la grandiosa asserzione di Grof: gli psichedelici saranno per la comprensione della mente quello che il telescopio è stato per l'astronomia e il microscopio per la biologia.

Completato il master in psicoanalisi nel 2005, Carhart-Harris cominciò a programmare il suo passaggio alle neuroscienze degli psichedelici. Chiese in giro e fece qualche ricerca in rete che alla fine lo condusse da David Nutt e Amanda Feilding, due persone potenzialmente interessate al suo progetto e nella posizione di aiutarlo. Dapprima interpellò Feilding, che nel 1998 aveva istituito la Beckley Foundation sia per studiare gli effetti delle sostanze psicoattive sul cervello, sia per fare pressione a favore della riforma in materia di politica sulle droghe. La fondazione prende il nome da Beckley Park, nell'Oxfordshire, il grande maniero del

quattordicesimo secolo dove Feilding è cresciuta e dove, nel 2005, invitò Carhart-Harris a pranzo (in una mia visita recente, ho contato due torri e tre fossati).

Nata nel 1943, Amanda Feilding è un'eccentrica come ne possono nascere solo nell'aristocrazia inglese (discende dagli Asburgo e da due figli illegittimi di Carlo II). Studiosa di religioni comparate e misticismo, nutre da tempo un profondo interesse per gli stati alterati della coscienza e in particolare per l'importanza del flusso ematico cerebrale che, secondo lei, in *Homo sapiens* è stato compromesso da quando la nostra specie cominciò ad assumere la postura eretta. L'LSD, secondo Feilding, potenzia la funzione cognitiva e promuove stati di coscienza superiore, aumentando la circolazione cerebrale. Un altro modo per raggiungere un risultato simile è per mezzo dell'antica pratica della trapanazione, che merita una breve digressione.

La trapanazione comporta che si pratichi un foro superficiale nel cranio, teoricamente per migliorare la circolazione cerebrale; in effetti, l'operazione ripristina lo stadio precedente la saldatura delle ossa craniche che ha luogo nell'infanzia. A giudicare dal numero di antichi crani rinvenuti con evidenti fori, la trapanazione fu per secoli una procedura medica comune. Convinta che avrebbe facilitato il raggiungimento di stati di coscienza superiore, Feilding si mise alla ricerca di qualcuno disposto a eseguire l'operazione su di lei. Quando capì che nessun professionista si sarebbe prestato, nel 1970 si operò da sola praticandosi un piccolo foro in mezzo alla fronte con un trapano elettrico (documentò la procedura in un video, breve ma terrificante, intitolato *Heartbeat in the Brain*). Soddisfatta dei risultati, si presentò due volte alle elezioni per il parlamento, con una piattaforma intitolata «Trapanazione per la salute pubblica».

D'altra parte, per quanto possa essere eccentrica, Amanda Feilding di certo non è inconcludente. Il suo lavoro sulle droghe – sia in tema di ricerca, sia in tema di riforma della politica che le riguarda – è stato serio, strategico e produttivo. In anni recenti il centro del suo interesse si è spostato dalla trapanazione alla capacità delle sostanze psichedeliche di migliorare la funzione cerebrale. Feilding ha usato personalmente l'LSD come una sorta di «tonico per il cervello», optando per una dose quotidiana che conduce a «quel

punto cruciale in cui creatività ed entusiasmo sono aumentati, ma il controllo è mantenuto». (Mi disse che c'era stato un tempo in cui collocava quella dose «tonica» di LSD sui 150 microgrammi – ben al di sopra di una microdose, e sufficiente a spedire la maggior parte delle persone, me compreso, in un vero e proprio trip. Tuttavia, poiché l'uso frequente dell'LSD può portare alla tolleranza, è perfettamente possibile che per alcuni soggetti 150 microgrammi si limitino ad «aggiungere una certa vivacità alla coscienza»). Come constatai io stesso, quando parla del proprio contributo al nuovo dibattito sulla scienza degli psichedelici, Feilding è d'una schiettezza disarmante: «lo sono una drogata. Vivo in questa grande casa. E ho un buco in testa. Immagino che questo mi squalifichi».

Perciò, quando nel 2005 un aspirante giovane scienziato di nome Robin Carhart-Harris si presentò a Beckley per pranzo e condivise con lei le sue ambizioni di combinare Freud e la ricerca sull'LSD, Feilding colse immediatamente il suo potenziale, insieme all'opportunità di verificare le proprie idee sulla circolazione cerebrale. Disse quindi a Carhart-Harris che probabilmente la fondazione Beckley sarebbe stata disposta a finanziargli la ricerca e gli suggerì di contattare David Nutt, all'epoca professore all'Università di Bristol e suo alleato nella campagna per la riforma della politica sulle droghe.

In Inghilterra la reputazione di David Nutt è a suo modo problematica come quella di Amanda Feilding. Classe 1951, corpulento e allegro, baffuto e con una risata fragorosa, Nutt si guadagnò la sua particolare notorietà nel 2009, quando il segretario di stato per gli Affari interni lo licenziò dall'ACMD (Advisory Council on the Misuse of Drugs), organismo del quale era stato presidente. L'ACMD ha il compito di consigliare il governo sulla classificazione delle droghe illecite in base al rischio che esse comportano per gli individui e per la società. Nutt, che è un esperto di dipendenze e di benzodiazepine, una classe di sostanze a cui appartiene per esempio il valium, aveva commesso il fatale errore politico di quantificare empiricamente i rischi di varie sostanze psicoattive, lecite e illecite. Dalla sua ricerca aveva concluso – e lo raccontava a chiunque glielo chiedesse – che l'alcol è più pericoloso della

cannabis e che usando l'ecstasy si corrono meno rischi che andando a cavallo.

«Ma la battuta che determinò il mio benservito» mi spiegò quando ci incontrammo nel suo studio all'Imperial «fu quando partecipai in diretta televisiva a un programma del mattino. Mi chiesero: “Non starà dicendo sul serio che l'LSD è meno pericolosa dell'alcol, vero?”. *Ma certo che sì!*».²⁸²

Robin Carhart-Harris andò a conoscere David Nutt nel 2005, sperando di studiare i sogni e le sostanze psichedeliche a Bristol, sotto la sua guida; cercando di essere strategico, menzionò la possibilità di finanziamento da parte di Feilding. Per come Carhart-Harris ricorda il colloquio, Nutt gli riservò un brusco rifiuto: «“Quella che lei propone è un'idea incredibilmente forzata; lei non ha alcuna esperienza nel campo delle neuroscienze – è del tutto irrealistico”. Ma io gli dissi che puntavo tutto su quel progetto». Impressionato dalla determinazione del giovane, Nutt gli fece una proposta: «Venga a fare un PhD con me. Cominceremo con qualcosa di semplice» – uno studio degli effetti dell'MDMA sul sistema serotoninergico – «e poi forse, in seguito, potremo passare agli psichedelici».

Quell'«in seguito» arrivò nel 2009, quando Carhart-Harris, che adesso era armato di un PhD e lavorava nel laboratorio di Nutt con i finanziamenti di Amanda Feilding, ricevette dal National Health Service e dall'Home Office l'autorizzazione per studiare l'effetto della psilocibina sul cervello (il momento dell'LSD sarebbe arrivato qualche anno dopo). Carhart-Harris si offrì come primo volontario. «Se intendi dare questa droga a delle persone e poi infilarle in uno scanner, pensavo, la cosa più onesta da fare è provare tu per primo». Ma, non appena lo disse a Nutt, «mi dissuase, perché ho un'indole ansiosa e probabilmente non sarei stato psicologicamente nelle condizioni migliori; pensava anche che partecipare all'esperimento avrebbe potuto compromettere la mia obiettività». Alla fine il primo volontario a ricevere un'iniezione di psilocibina, e poi a scivolare dentro uno scanner per la fMRI, così da ottenere le immagini del suo cervello durante il trip, fu un collega.

L'ipotesi di lavoro di Carhart-Harris era che il cervello dei soggetti avrebbe mostrato un aumento di attività, in particolare nei centri delle emozioni. «Pensavo che sarebbe stato simile al cervello

mentre sogna» mi disse. Impiegando una tecnologia di scansione diversa, Franz Vollenweider aveva pubblicato alcuni dati secondo i quali gli psichedelici stimolavano l'attività cerebrale, soprattutto nei lobi frontali (un'area responsabile di funzioni esecutive e cognitive superiori di altro tipo). Ma, quando arrivò la prima serie di dati, per Carhart-Harris fu una sorpresa: «Eravamo di fronte a una *riduzione* del flusso ematico», una delle variabili *proxy* dell'attività cerebrale misurate dalla fMRI. «Avevamo sbagliato qualcosa? Era veramente un rompicapo». I dati iniziali sul flusso ematico furono tuttavia confermati da altre misure, in particolare delle variazioni del consumo di ossigeno, effettuate per individuare aree di aumentata attività cerebrale. Carhart-Harris e i suoi colleghi avevano scoperto che la psilocibina riduce l'attività del cervello, e che tale riduzione è concentrata in una particolare rete cerebrale di cui all'epoca si sapeva ben poco, la DMN (*default mode network*: la rete della modalità di default o, più tecnicamente, «connettività funzionale intrinseca»).

Carhart-Harris cominciò a documentarsi. Fino al 2001 la DMN era sconosciuta alle neuroscienze. Fu allora che Marcus Raichle, un neurologo della Washington University, la descrisse in un articolo poi rivelatosi una pietra miliare, pubblicato su «Proceedings of the National Academy of Sciences» («PNAS»).²⁸³ La DMN costituisce, per l'attività cerebrale, un *hub* localizzato centralmente, di importanza fondamentale, che connette alcune regioni corticali a strutture più profonde (e più antiche) implicate nella memoria e nell'emozione.²⁸⁴

In effetti, la scoperta della DMN fu un accidente scientifico, un felice prodotto collaterale dell'uso, nella ricerca sul cervello, delle tecniche di *brain imaging*.²⁸⁵ Un tipico esperimento con la fMRI comincia con la registrazione basale dell'attività neurale in «stato di riposo», mentre il volontario sta tranquillamente all'interno dello scanner in attesa del test che il ricercatore ha in serbo per lui. Raichle aveva osservato che alcune aree del cervello mostravano un aumento dell'attività proprio quando, mentalmente, i soggetti non stavano facendo nulla: era la DMN, la rete di strutture cerebrali che si accende di attività quando la nostra attenzione non è richiesta e non dobbiamo eseguire alcun compito mentale. In altre parole,

Raichle aveva scoperto il luogo in cui la nostra mente si ritira a vagabondare – a sognare a occhi aperti, a ruminare, a viaggiare nel tempo, a riflettere su noi stessi, a preoccuparsi. Può darsi che il flusso della coscienza scorra proprio attraverso queste strutture.

La DMN si trova in una sorta di reciprocità con le reti che si risvegliano ogniqualvolta il mondo esterno richiede la nostra attenzione; come un'altalena, quando una è attiva le altre si mettono a riposo, e viceversa. D'altra parte – chiunque può testimoniare – quando fuori di noi non sta accadendo un gran che, nella mente accade moltissimo (in effetti la DMN consuma una proporzione esorbitante dell'energia a disposizione del cervello). Operando a una certa distanza rispetto all'elaborazione dei dati sensoriali provenienti dal mondo esterno, la DMN è attiva soprattutto quando siamo impegnati in processi «metacognitivi» di livello superiore come l'autoriflessione, i viaggi mentali nel tempo, le costruzioni mentali (quali il sé o l'ego), il ragionamento morale, e la «teoria della mente» – ovvero l'abilità di attribuire stati mentali agli altri, per esempio quando cerchiamo di immaginare «come sia» essere qualcun altro. Tutte queste funzioni sono probabilmente esclusive degli esseri umani e, più specificamente, degli esseri umani adulti, giacché la DMN entra in funzione tardi, nel corso dello sviluppo.

«Il cervello è un sistema gerarchico» mi spiegò Carhart-Harris in una delle nostre interviste. «Le parti del livello superiore» – quelle sviluppatesi più tardi nella nostra evoluzione, di solito localizzate nella corteccia – «esercitano un'influenza inibitoria sulle parti del livello inferiore [le più antiche] come quelle deputate all'emozione e alla memoria». Nel complesso, la DMN esercita un'influenza *top-down* su altre parti del cervello, molte delle quali comunicano tra loro attraverso il suo *hub* centrale. Robin ha descritto la DMN in vario modo, come il «direttore d'orchestra», il «dirigente d'azienda» o la «capitale» del cervello, i quali sono tutti dotati di funzioni direttive e «tengono insieme l'intero sistema». E controllano le tendenze più ribelli del cervello.

Quest'ultimo consiste di numerosi sistemi specializzati differenti – uno per l'elaborazione visiva, per esempio, un altro per controllare l'attività motoria –, ciascuno impegnato nel proprio compito. «Il caos viene evitato perché i sistemi non sono creati tutti equivalenti» ha

scritto Marcus Raichle.²⁸⁶ «La segnalazione elettrica proveniente da alcune aree cerebrali ha la precedenza rispetto a quella che viene da altre. Al vertice di questa gerarchia si trova la DMN che agisce come un *über*-direttore per assicurare che la cacofonia dei segnali in competizione provenienti da un sistema non interferisca con quelli provenienti da un altro». La DMN mantiene quindi l'ordine in un sistema talmente complesso che altrimenti potrebbe precipitare nell'anarchia della malattia mentale.

Come accennato, la DMN sembra avere una parte nella creazione di proiezioni o costrutti mentali, il più importante dei quali è quello che chiamiamo «sé o ego».²⁸⁷ Ecco perché alcuni neuroscienziati la chiamano «rete del "me"». Se un ricercatore ti mostra una lista di aggettivi chiedendoti di considerare in che modo si applichino a te, è la DMN a entrare in azione (si attiva anche quando riceviamo dei «like» sui social media).²⁸⁸ I nodi della rete DMN sono ritenuti responsabili della memoria autobiografica, ovvero del materiale a partire dal quale componiamo la nostra storia collegando le esperienze passate sia con quanto sta accadendo ora, sia con le proiezioni dei nostri obiettivi per il futuro.

La conquista di un sé individuale – di un essere con un passato esclusivo e una sua traiettoria verso il futuro – è uno dei trionfi dell'evoluzione umana, ma non è scevra da inconvenienti e potenziali disturbi. Il prezzo da pagare per la percezione di un'identità individuale è un senso di separazione dagli altri e dalla natura. La contemplazione di sé può portare ad alte vette intellettuali e artistiche, ma anche a forme distruttive di orgoglio e a molti tipi di infelicità (in un articolo spesso citato, intitolato *A Wandering Mind Is an Unhappy Mind*,²⁸⁹ alcuni psicologi rilevarono una forte correlazione tra infelicità e tempo passato nei vagabondaggi della mente, una delle principali attività della DMN). Accettando i pro e i contro, tuttavia, la maggior parte di noi considera questo sé come un dato di fatto incrollabile, più reale di tutto ciò che conosciamo, fondamento della nostra vita di esseri umani coscienti. Per lo meno, io l'avevo sempre considerato così, finché le esperienze psichedeliche mi indussero a farmi qualche domanda.

Forse la scoperta più impressionante del primo esperimento di Carhart-Harris fu che, nei volontari, i cali più bruschi di attività della

DMN erano correlati all'esperienza soggettiva di «dissoluzione dell'ego» («esistevvo soltanto come un'idea o un concetto» disse uno; un altro ricordava: «non sapevo dove finivo io e dove cominciava l'ambiente intorno a me»). Più il calo del flusso ematico e del consumo di ossigeno nella DMN era precipitoso, maggiore era la probabilità che il volontario riportasse la perdita di un senso del sé.²⁹⁰

Carhart-Harris aveva da poco pubblicato i suoi risultati in un articolo del 2012 uscito su «PNAS» (*Neural Correlates of the Psychedelic State as Determined by fMRI Studies with Psilocybin*)²⁹¹ quando Judson Brewer, un ricercatore di Yale²⁹² che stava usando la fMRI per studiare il cervello di meditatori esperti, si accorse che le sue scansioni e quelle di Robin erano straordinariamente simili. Il superamento del sé riportato dai meditatori esperti appariva nelle scansioni fMRI come un silenziamento della DMN. Nel momento in cui l'attività di quest'ultima si riduce drasticamente, sembra che abbia luogo una temporanea scomparsa dell'ego, e che i consueti confini sperimentati tra sé e mondo esterno, tra soggetto e oggetto, si dissolvano tutti.

Questo senso di fusione in una qualche totalità più vasta è naturalmente uno dei tratti caratteristici dell'esperienza mistica; il nostro senso di individualità e separazione s'incardina su un sé ben delimitato, e su una chiara demarcazione tra soggetto e oggetto. Ma tutto questo può essere una costruzione mentale, una sorta di illusione: proprio come i buddhisti hanno sempre cercato di dirci. L'esperienza psichedelica di «non dualità» indica che la coscienza sopravvive alla scomparsa del sé, il quale pertanto non è così indispensabile come a noi – e a lui – piace credere. Carhart-Harris sospetta che la perdita di una chiara distinzione tra soggetto e oggetto possa aiutare a spiegare un altro aspetto dell'esperienza mistica: il fatto cioè che le rivelazioni che essa promuove siano percepite come oggettivamente vere – non tanto semplici vecchie intuizioni, ma verità rivelate. Può darsi che per giudicare un'intuizione come meramente soggettiva – per giudicarla un'opinione individuale – si debba prima di tutto avere un senso della soggettività: precisamente ciò che il mistico sotto l'effetto degli psichedelici ha perduto.

L'esperienza mistica potrebbe essere, semplicemente, quel che si prova quando la DMN viene disattivata, il che può essere realizzato in vario modo: grazie agli psichedelici e alla meditazione, come hanno dimostrato Robin Carhart-Harris e Judson Brewer, ma forse anche tramite particolari esercizi di respirazione (per esempio la respirazione olografica), la deprivazione sensoriale, il digiuno, la preghiera, potenti esperienze di «rapimento», sport estremi, esperienze di quasi-morte eccetera. Che cosa rivelerebbe una scansione cerebrale effettuata in tali situazioni? Possiamo soltanto fare qualche ipotesi, ma forse vedremo lo stesso silenziamento della DMN riscontrato da Brewer e Carhart-Harris, che potrebbe essere realizzato limitando il flusso ematico alla rete DMN, oppure stimolando i recettori serotoninergici 2A corticali, o disturbando altrimenti i ritmi oscillatori che normalmente organizzano l'attività cerebrale. Comunque sia, mettere fuori servizio questa rete particolare può darci accesso a stati di coscienza straordinari – momenti di perfetta armonia o estasi che non sono meno meravigliosi per il fatto d'avere una causa fisica.

Se la DMN dirige l'orchestra che esegue la sinfonia dell'attività cerebrale, ci aspettiamo che la sua temporanea assenza dal palcoscenico porti a un aumento della dissonanza e del disturbo mentale – come in effetti sembra accadere durante il viaggio psichedelico. In una serie di successivi esperimenti eseguiti con diverse tecniche per l'*imaging* cerebrale, Carhart-Harris e colleghi hanno cominciato a studiare che cosa accade nelle altre sezioni dell'orchestra neurale quando la DMN posa la bacchetta.

Nel complesso la DMN esercita la sua influenza inibitoria sulle altre parti del cervello – in particolare sulle regioni limbiche implicate nelle emozioni e nella memoria – in modo molto simile a come Freud immaginava facesse l'ego, impegnato a tenere sotto controllo le forze anarchiche dell'id inconscio (David Nutt non ci gira intorno, e afferma che nella DMN «abbiamo trovato il correlato neurale della rimozione»). Carhart-Harris ipotizza che quando la DMN abbandona la scena questi e altri centri di attività mentale vengano «sguinzagliati»: in effetti, sotto l'influenza degli psichedelici, le

scansioni cerebrali mostrano un aumento di attività (rivelato dall'aumento del flusso ematico e del consumo d'ossigeno) in diverse altre parti del cervello, comprese le regioni limbiche. Questa disinibizione potrebbe spiegare come mai, con gli psichedelici, materiali ai quali la coscienza non ha accesso nel normale stato di veglia – compresi ricordi, emozioni e, a volte, traumi infantili rimasti a lungo sepolti – – affiorino invece alla superficie della nostra consapevolezza. È per questa ragione che alcuni scienziati e psicoterapeuti credono che tali sostanze possano essere proficuamente impiegate per far emergere, ed esplorare, i contenuti dell'inconscio.

D'altra parte, la DMN non esercita soltanto un controllo *top-down* sul materiale proveniente dall'interno; aiuta anche a regolare quello che viene lasciato entrare nella coscienza dal mondo esterno. Funziona come una sorta di filtro (o di «valvola di riduzione») con il compito di ammettere soltanto quel «misero rigagnolo» di informazione necessario per arrivare a fine giornata. Se non fosse per i meccanismi-filtro del cervello, il torrente di informazioni rese disponibili dai sensi in ogni dato istante potrebbe dimostrarsi difficile da elaborare – come in effetti a volte accade durante l'esperienza psichedelica. «C'è da chiedersi» dice David Nutt «perché – invece di essere così aperto – il cervello sia di norma tanto costretto». La risposta potrebbe essere molto semplice: «efficienza». Oggi la maggior parte dei neuroscienziati adotta un paradigma del cervello inteso come macchina che produce previsioni. Per formare la percezione di qualcosa presente nel mondo esterno, il cervello accoglie la quantità di informazioni sensoriali strettamente indispensabile a compiere un'ipotesi ben fondata. In sostanza, quando si tratta di dar forma alle percezioni attuali, noi andiamo sempre dritti al punto e saltiamo alle conclusioni basandoci su esperienze precedenti.

L'esperimento della maschera che avevo cercato di eseguire durante il mio viaggio con la psilocibina è una dimostrazione convincente di questo fenomeno. Se qualche indizio visivo suggerisce che stiamo guardando una faccia, il cervello – almeno in condizioni normali – insiste nel vederla come una struttura convessa anche quando non lo è, perché di solito è così che sono le facce.

Il modello della «codificazione predittiva» ha implicazioni strane e profonde, ovvero che le nostre percezioni non ci offrano una trascrizione letterale della realtà, ma piuttosto un'illusione, priva di soluzioni di continuità, intessuta a partire tanto dai dati forniti dai sensi, quanto dai modelli presenti nella memoria. Nel normale stato di veglia la coscienza sembra perfettamente trasparente; eppure, più che una finestra sulla realtà, è un prodotto della nostra immaginazione – una sorta di allucinazione controllata. Questo solleva un interrogativo: in che misura la normale coscienza in stato di veglia è diversa da altri prodotti della nostra immaginazione, in apparenza meno fedeli, come i sogni, i deliri psicotici o i trip psichedelici? In effetti, tutti questi stati della coscienza sono «immaginari»: sono costrutti mentali che intrecciano nuove informazioni con precedenti di vario genere. Nel caso della coscienza normale in stato di veglia, però, a siglare l'accordo tra i dati offerti dai sensi e i nostri preconetti è una stretta di mano particolarmente salda. L'accordo è infatti soggetto a un continuo processo di «esame di realtà», un po' come quando ci protendiamo per assicurarci dell'esistenza di un oggetto nel campo visivo, oppure quando, dopo esserci risvegliati da un incubo, consultiamo la nostra memoria per capire se davvero ci siamo presentati a far lezione senza vestiti addosso. A differenza di quegli altri stati, la consueta coscienza in stato di veglia è stata ottimizzata dalla selezione naturale affinché facilitasse al meglio la nostra quotidiana sopravvivenza.

In realtà, quella sensazione di trasparenza che associamo alla coscienza ordinaria è forse dovuta più alla familiarità e all'abitudine che non all'autenticità. Come mi disse uno psiconauta che conosco, «se fosse possibile sperimentare temporaneamente lo stato mentale di un'altra persona, credo che – a causa della sua enorme disparità con il nostro stato mentale abituale, quale che esso sia – ci sembrerebbe più simile a uno stato psichedelico che non a uno stato "normale"».

Un altro esperimento di pensiero che ha il sapore di un trip consiste nel cercare di immaginare come appaia il mondo a una creatura con un apparato sensoriale e modalità di vita completamente diversi dai nostri. Qui si capisce subito che non

esiste un'unica realtà in attesa di essere trascritta in modo completo e fedele; i nostri sensi sono evoluti per uno scopo molto più limitato e catturano solo quello che serve alle nostre necessità di animali d'un particolare tipo. L'ape è sensibile a uno spettro di luce completamente diverso dal nostro;²⁹³ guardare il mondo con i suoi occhi significa vedere i disegni ultravioletti sui petali dei fiori (evoluti per guidarla nell'atterraggio, quasi che fossero le luci ai bordi di una pista) – disegni che per noi non esistono. E questo esempio almeno si riferisce a un particolare tipo di vista, cioè a un senso che noi e le api condividiamo. Ma come possiamo anche solo lontanamente concepire i sensi che permettono loro (mediante certi «peli» che hanno sulle zampe) di registrare i campi elettromagnetici prodotti dalle piante?²⁹⁴ (Un campo debole indica che un'altra ape ha recentemente visitato il fiore, il quale, ormai svuotato di nettare, probabilmente non vale una fermata). E poi c'è il mondo secondo i polpi! Immaginate come la realtà debba presentarsi diversa a un cervello che è stato così drasticamente decentralizzato, la cui intelligenza è distribuita su otto braccia in modo che ciascuna di esse possa assaggiare, toccare e perfino prendere le proprie «decisioni» senza consultare il quartier generale.

Che cosa accade quando, sotto l'influenza degli psichedelici, quella stretta di mano tra cervello e realtà – generalmente salda – viene meno? Nulla, a quanto pare. Ho chiesto a Carhart-Harris se, quando è in trip, il cervello favorisca le previsioni *top-down* o i dati sensoriali *bottom-up*. «Questo è il classico dilemma» disse: se la mente, libera dai vincoli, tenda a favorire i precedenti oppure le evidenze fornite dai sensi. «Spesso si riscontra una sorta di irruenza o di zelo eccessivo verso i precedenti, come quando si vedono dei volti nelle nuvole». Impaziente di dare un senso al veloce flusso dei dati in entrata, il cervello salta a conclusioni erranee e a volte ne risulta un'allucinazione (il paranoide fa più o meno la stessa cosa, imponendo senza tregua una falsa narrazione al flusso delle informazioni in entrata). In altri casi, però, la valvola di riduzione si spalanca, così da lasciar passare una gran quantità di informazioni, a volte gradite e accolte senza alcun editing.

Quando assumono gli psichedelici, le persone con cecità cromatica riferiscono di poter vedere per la prima volta certi colori, e alcune ricerche indicano che sotto l'effetto di tali sostanze la musica viene sentita in modo diverso: il timbro o il colore – una dimensione della musica che trasmette emozione – è elaborato in modo più intenso.²⁹⁵ Durante il mio viaggio con la psilocibina, quando ascoltai la suite di Bach, ero certo di averne colto più di quanto mi fosse mai capitato: d'averne registrato sfumature e toni che non ero stato in grado di sentire prima, e che non ho più sentito da allora.

Carhart-Harris ritiene che, nella percezione, gli psichedelici rendano la consueta stretta di mano tra cervello e realtà meno salda e più scivolosa: durante un trip il cervello può «oscillare avanti e indietro» tra l'imposizione dei precedenti e l'accettazione di evidenze non elaborate offerte dai sensi. Sospetta, per esempio, che durante l'esperienza psichedelica vi siano momenti in cui la fiducia nelle nostre consuete nozioni *top-down* sulla realtà viene meno, aprendo così la strada al passaggio, attraverso il filtro, di una maggior quantità di informazioni *bottom-up*; quando però tutta quell'informazione sensoriale minaccia di sopraffarci, la mente genera freneticamente nuove idee (folli o geniali, poco importa) per dare un senso a tutto l'insieme – «e così magari vedi saltar fuori delle facce dalla pioggia».

«È il cervello che fa quel che fa il cervello»: in altre parole, lavora per ridurre l'incertezza raccontandosi, in buona sostanza, delle storie.

Il cervello umano è un sistema inconcepibilmente complesso – forse il più complesso mai esistito –, nel quale è emerso un ordine le cui massime espressioni sono il sé sovrano e la normale coscienza in stato di veglia. In età adulta il cervello è ormai diventato abilissimo a osservare e verificare la realtà, come pure a formulare previsioni attendibili tali da ottimizzare i nostri investimenti di energia (mentale e non solo) e pertanto le nostre probabilità di sopravvivenza. L'incertezza è la più grande sfida che un cervello complesso debba affrontare, e la codificazione predittiva evolse per aiutarci a ridurla. In generale il tipo di pensiero predigerito o convenzionale prodotto da

questo adattamento ci rende un buon servizio. Ma solo fino a un certo punto.

Dove si trovi precisamente quel punto è una questione che Robin Carhart-Harris e colleghi hanno esplorato in un articolo ambizioso e stimolante intitolato *The Entropic Brain: A Theory of Conscious States Informed by Neuroimaging Research with Psychedelic Drugs*, pubblicato nel 2014 su «Frontiers in Human Neurosciences»: qui Carhart-Harris cerca di esporre la sua ambiziosa sintesi tra psicoanalisi e scienze cognitive. Il nocciolo della questione è: il raggiungimento, nella mente umana adulta, di un ordine e di un'individualità ha un prezzo? L'articolo conclude che sì, lo ha. Se è vero che, nel cervello, sopprimere l'entropia (in questo contesto sinonimo di incertezza) «serve a promuovere il realismo, la lungimiranza, la riflessione ponderata e una capacità di riconoscere e superare le pie illusioni e le fantasie paranoide», allo stesso tempo questo traguardo tende a «vincolare la cognizione» e a esercitare «un'influenza limitante o riduttiva sulla coscienza».

A qualche mese dalla pubblicazione dell'articolo sull'entropia, dopo una serie di colloqui via Skype, Robin Carhart-Harris e io stavamo per incontrarci nel suo appartamento al quinto piano di una casa senz'ascensore, in una zona senza pretese di Notting Hill. Di persona, fui colpito dalla spontaneità e dall'intensità di Robin. Malgrado l'ambizione, ha un atteggiamento straordinariamente modesto che non ti prepara alla sua inclinazione ad avventurarsi in imprese intellettuali che spaventerebbero scienziati meno intrepidi.

L'articolo sull'entropia ci chiede di concepire la mente come una macchina per la riduzione di incertezza gravata da qualche serio difetto. La grande complessità del cervello umano e il maggior numero di stati mentali presenti nel suo repertorio rispetto ad altri animali fanno del mantenimento dell'ordine una priorità assoluta, per evitare che il sistema sprofondi nel caos.

Un tempo, scrive Carhart-Harris, il cervello umano o protoumano presentava una forma di «coscienza primaria» molto più anarchica, caratterizzata dal «pensiero magico» – convinzioni sulla realtà generate da desideri, paure e interpretazioni in chiave soprannaturale (nella coscienza primaria, scrive Carhart-Harris, «la cognizione effettua un campionamento della realtà esterna meno

meticoloso ed è invece facilmente indotta al pregiudizio dall'emozione, ovvero da ansie e desideri»). Il pensiero magico è un modo grazie al quale la mente umana riduce la propria incertezza nei confronti della realtà, ma si rivela tutt'altro che ottimale per il successo della specie.

Secondo Carhart-Harris, con l'evoluzione della DMN – un sistema di regolazione cerebrale assente o meno sviluppato negli animali inferiori e nei bambini piccoli – emerge un modo migliore per sopprimere, nel cervello umano, incertezza ed entropia. Insieme alla DMN, «compare un senso coerente del sé o dell'“ego”» e, con quello, la capacità umana di autoriflessione e ragionamento. Il pensiero magico lascia così il posto a «uno stile di pensiero più aderente alla realtà, governato dall'ego». Attingendo da Freud, Carhart-Harris chiama questa modalità di cognizione più evoluta «coscienza secondaria». La coscienza secondaria «rispetta la realtà, e cerca di rappresentarla diligentemente nel modo più preciso possibile» così da minimizzare «la sorpresa e l'incertezza (ovvero, l'entropia)».

L'articolo contiene una bella illustrazione che mostra uno «spettro di stati cognitivi», da quelli ad alta entropia a quelli a bassa entropia. All'estremo dello spettro corrispondente ai primi, gli autori collocano gli stati psichedelici, la coscienza dei bambini piccoli, le fasi iniziali delle psicosi, il pensiero magico e il pensiero divergente o creativo. All'estremo corrispondente agli stati a bassa entropia, elencano invece il pensiero rigido o limitato, le dipendenze, il disturbo ossessivo-compulsivo, la depressione, l'anestesia e infine il coma.

Carhart-Harris ipotizza che i «disturbi» psicologici collocati sull'estremo a bassa entropia dello spettro non derivino da una mancanza di ordine a livello cerebrale, ma piuttosto da un suo eccesso. Quando i solchi del pensiero autoriflessivo si fanno più rigidi e profondi, l'ego diventa dispotico. Forse è nella depressione – quando l'ego si ripiega su se stesso e a poco a poco la realtà viene oscurata da un'introspezione incontrollabile – che questo diventa più chiaramente palese. Carhart-Harris cita ricerche che indicano come questo stato mentale debilitante (a volte denominato *heavy self-consciousness* o realismo depressivo) possa essere il risultato di una DMN iperattiva, in grado di intrappolarci in cicli di ruminazione

ripetitivi e distruttivi che alla fine ci escludono dal mondo esterno. La valvola di riduzione di Huxley si contrae a zero. Secondo Carhart-Harris chi soffre di vari disturbi caratterizzati da schemi di pensiero eccessivamente rigidi – tra cui le dipendenze, le ossessioni e i disturbi alimentari, come pure la depressione – può aspettarsi di trarre beneficio dalla «capacità degli psichedelici di interrompere schemi di pensiero e comportamento stereotipati, disintegrando gli schemi di attività [neurale] sui quali essi si fondano».

È dunque possibile che alcuni cervelli riescano a trarre vantaggio da un po' più di entropia – e non da un po' meno. È qui che entrano in scena gli psichedelici. Silenziando la DMN, questi composti possono allentare la presa dell'ego sui meccanismi della mente e «lubrificare» la cognizione là dove questa, come un ingranaggio arrugginito, s'era precedentemente inceppata. «Gli psichedelici alterano la coscienza *disorganizzando* l'attività cerebrale» scrive Carhart-Harris. Aumentano l'entropia, con il risultato che il sistema torna a una modalità di cognizione meno vincolata.²⁹⁶

«Non c'è soltanto l'attenuazione di un sistema,» dice «ma anche il riaffiorare di un sistema più antico». Il quale è la coscienza primaria, una modalità di pensiero in cui l'ego perde temporaneamente il suo dominio e l'inconscio, ora non più controllato, «viene portato in uno spazio osservabile». Questo è il valore euristico degli psichedelici per lo studio della mente, secondo Carhart-Harris – che peraltro ne riconosce anche il valore terapeutico.

Vale la pena di notare che Carhart-Harris non romanticizza gli psichedelici ed è piuttosto insofferente verso il tipo di «pensiero magico» e di «metafisica» che essi alimentano nei loro accoliti – per esempio l'idea che la coscienza sia «transpersonale», cioè una proprietà dell'universo invece che del cervello umano. Secondo lui, le forme di coscienza liberate dagli psichedelici sono regressioni a una modalità di cognizione «più primitiva». Come Freud, Carhart-Harris crede che la perdita del sé e il senso di perfetta armonia, caratteristici dell'esperienza mistica – sia essa indotta dalla chimica o dalla religione –, ci riportino alla condizione psicologica del bambino attaccato al seno materno, cioè a uno stadio in cui deve ancora sviluppare un senso del sé come individuo separato e distinto. Per Carhart-Harris, l'apice dello sviluppo umano è il

raggiungimento di questo sé o ego differenziato, con la sua imposizione di un ordine all'anarchia di una mente primitiva spinta da desideri e paure, e dedita a varie forme di pensiero magico. Benché sostenga come Aldous Huxley che gli psichedelici spalanchino le porte della percezione, non è d'accordo con lui sul fatto che tutto quanto arriva da quell'apertura – compreso l'«Intelletto in Genere» intravisto da Huxley – sia necessariamente reale. «L'esperienza psichedelica può offrire una gran quantità di oro falso» mi disse.

Nondimeno, crede che nell'esperienza psichedelica vi sia anche dell'oro autentico. Quando ci incontrammo, mi portò l'esempio di scienziati che avevano avuto alcune intuizioni sul funzionamento del cervello grazie alle proprie esperienze personali con l'LSD. Nel cervello umano, un eccesso di entropia può condurre a modalità di pensiero ancestrali e, qualora sia portato all'estremo, alla follia; d'altra parte, se l'entropia si riduce, può ugualmente paralizzarci. La presa di un ego dispotico può costringere a una rigidità di pensiero psicologicamente distruttiva. Può rivelarsi tale anche sul piano sociale e politico, in quanto chiude la mente alle informazioni e a punti di vista alternativi.

In una delle nostre conversazioni, Robin ipotizzò che una classe di sostanze in grado, nella mente, di rovesciare le gerarchie e di promuovere il pensiero non convenzionale abbia il potenziale di rimodellare gli atteggiamenti dei suoi consumatori nei confronti di autorità di ogni tipo; in altre parole, che questi composti possano avere un effetto politico. Molti ritengono che l'LSD abbia avuto esattamente quel ruolo nel rivolgimento politico degli anni Sessanta.

«Furono gli hippie a gravitare verso gli psichedelici – oppure furono questi ultimi a creare gli hippie? Nixon pensava che fosse corretta la seconda ipotesi. Può darsi che avesse ragione!». Robin crede che gli psichedelici siano anche in grado di spostare in modo impercettibile l'atteggiamento degli individui nei confronti della natura, anch'esso andato incontro a cambiamenti epocali negli anni Sessanta. Quando l'influenza della DMN declina, viene meno anche il nostro senso di separazione dall'ambiente. Il suo gruppo all'Imperial College ha sottoposto alcuni volontari a un test con una scala psicologica standard che misura la «connessione con la natura» (i rispondenti valutano il proprio accordo nei confronti di

affermazioni come questa: «lo non sono separato dalla natura, ma parte di essa»). Un'esperienza psichedelica aumentava i punteggi dei partecipanti.²⁹⁷

Che aspetto ha, dunque, un cervello nella modalità ad alta entropia? Le varie tecnologie di scansione utilizzate dal laboratorio dell'Imperial College per mappare il cervello durante un trip psichedelico dimostrano che mentre le singole reti neurali specializzate – come la DMN e il sistema di elaborazione visiva – si disintegrano, il cervello diventa nel complesso *più* integrato e compaiono nuove connessioni tra regioni di norma reciprocamente isolate oppure connesse soltanto attraverso l'*hub* centrale della DMN. In altri termini, le varie reti del cervello diventano meno specializzate.

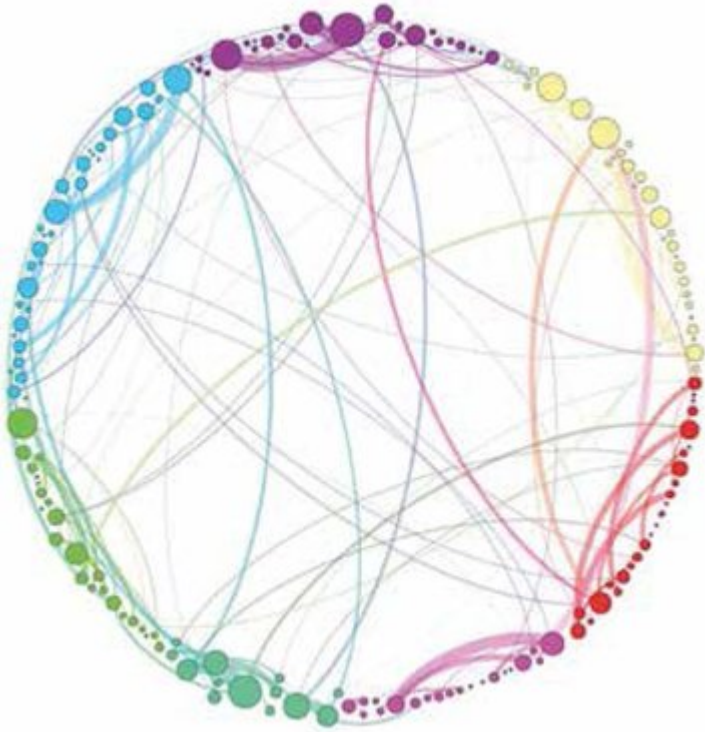
«Sotto l'effetto della droga, reti distinte diventano meno distinte,» scrivevano Carhart-Harris e i colleghi «il che implica una comunicazione più libera» con altre reti cerebrali. «Sotto l'effetto degli allucinogeni, il cervello opera con maggior flessibilità e interconnessione».²⁹⁸

In un articolo pubblicato nel 2014 sul «Journal of the Royal Society Interface» il gruppo dell'Imperial College ha dimostrato che quando la DMN è disattivata e si permette alla marea dell'entropia di montare, le consuete vie di comunicazione presenti all'interno del cervello vengono radicalmente riorganizzate.²⁹⁹ Utilizzando la magnetoencefalografia, una tecnica di scansione che localizza l'attività elettrica cerebrale, gli autori hanno prodotto una mappa delle comunicazioni che hanno luogo nel cervello sia in corrispondenza della normale coscienza in stato di veglia sia dopo un'iniezione di psilocibina (i risultati sono mostrati nelle pagine seguenti). In condizioni normali – come mostra l'immagine in alto – le varie reti del cervello (qui raffigurate sulla circonferenza, ciascuna con un colore diverso) comunicano per lo più al proprio interno, mentre tra di loro le vie molto trafficate sono in numero relativamente limitato.

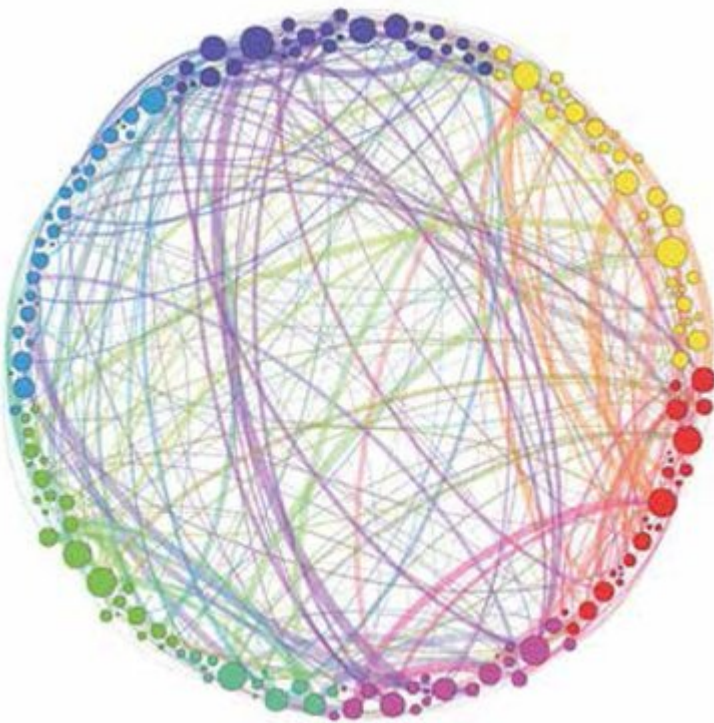
Quando però – come mostrato in basso – il cervello è sotto l'influenza della psilocibina, si formano migliaia di nuove connessioni

tra regioni cerebrali lontane che nella coscienza in un normale stato di veglia non si scambiano molta informazione. In effetti, il traffico viene reindirizzato da un numero relativamente contenuto di autostrade, a una miriade di strade più piccole che collegano molte più destinazioni. Il cervello sembra diventare meno specializzato e, nell'insieme, più interconnesso, con una quantità considerevolmente superiore di rapporti, o «conversazioni», tra i suoi vari quartieri.

Placebo



Psilocibina



Questo temporaneo ricablaggio può influenzare l'esperienza mentale in diversi modi. Quando i centri della memoria e delle emozioni sono in grado di comunicare direttamente con i centri dell'elaborazione visiva, è possibile che desideri e paure, come pure pregiudizi ed emozioni, comincino a ispirare ciò che vediamo: un tratto caratteristico della coscienza primaria, e una ricetta per il pensiero magico. Allo stesso modo, l'instaurarsi di nuovi legami tra i sistemi cerebrali può dar luogo alla sinestesia, per esempio quando le informazioni sensoriali vengono incrociate così che i colori diventano suoni, o i suoni informazioni tattili. Oppure, i nuovi legami generano allucinazioni, come accadde quando i contenuti della mia memoria trasformarono la percezione visiva di Mary in María Sabina, o l'immagine della mia faccia allo specchio in una visione di mio nonno. La formazione di nuove connessioni di tipo ancora diverso potrebbe manifestarsi nell'esperienza mentale come una nuova idea, una prospettiva originale, un'intuizione creativa, l'attribuzione di nuovi significati a oggetti familiari – o tutti quei fenomeni mentali bizzarri che vengono riferiti nel corso di un'esperienza psichedelica. L'aumento di entropia consente la fioritura di migliaia di stati mentali, molti dei quali bizzarri e privi di senso, ma alcuni rivelatori, fantasiosi e, almeno potenzialmente, trasformativi.

Un modo di pensare a questa fioritura di stati mentali è che essa aumenta temporaneamente la diversità presente nella nostra vita mentale. Se la risoluzione di problemi è qualcosa di simile a un adattamento evolutivo, quanto più numerose sono le possibilità di cui la mente dispone, tanto più creative saranno le sue soluzioni. In questo senso, l'entropia è nel cervello un po' come la variazione nell'evoluzione: in altre parole, fornisce la diversità dei materiali sui quali la selezione potrà poi operare così da risolvere problemi e portare innovazione nel mondo. Se, come molti artisti e scienziati hanno testimoniato, l'esperienza psichedelica è d'aiuto alla creatività – al pensiero «fuori dagli schemi» –, questo modello potrebbe contribuire a spiegare perché: può darsi che in realtà il problema sorga quanto si ha a che fare con uno «schema» soltanto.

Una questione fondamentale, a cui la scienza non ha neanche lontanamente iniziato a rispondere, è se le nuove connessioni

neurali rese possibili dagli psichedelici siano in qualche modo durature o se, una volta esaurito l'effetto della droga, il cablaggio del cervello ritorni allo *status quo ante*. La scoperta effettuata nel laboratorio di Roland Griffiths – e cioè che l'esperienza psichedelica conduce a cambiamenti a lungo termine nel tratto della personalità definito come «apertura» – solleva la possibilità che mentre il cervello viene ricablato abbia luogo una sorta di apprendimento, e che in un modo o nell'altro quest'ultimo possa persistere. L'apprendimento implica l'instaurarsi di nuovi circuiti neurali i quali, più vengono esercitati, più diventano robusti. Il destino a lungo termine delle nuove connessioni formatesi durante l'esperienza psichedelica – persistenti o evanescenti che siano – potrebbe dipendere dalla misura in cui, una volta conclusa l'esperienza, noi le richiamiamo e, di fatto, le esercitiamo (cosa che potrebbe ridursi semplicemente a ricordare quanto abbiamo sperimentato, rinforzandolo durante il processo di integrazione, oppure a usare la meditazione per ricreare lo stato alterato di coscienza). Franz Vollenweider ha ipotizzato che l'esperienza psichedelica possa promuovere la «neuroplasticità»: aprire una finestra in cui schemi di pensiero e comportamento diventano più plastici e quindi più facili da modificare. Il suo modello suona come una forma chimicamente mediata di terapia cognitiva comportamentale. Finora però tutto questo resta altamente speculativo; per adesso le mappature del cervello – effettuate prima e dopo l'assunzione di psichedelici, così da determinare che cosa venga modificato in modo duraturo dall'esperienza, ammesso che qualcosa lo sia – sono state poche.

Nel suo articolo sull'entropia, Carhart-Harris sostiene che perfino un ricablaggio cerebrale temporaneo possa rivelarsi prezioso, soprattutto nel caso di persone con disturbi caratterizzati da rigidità mentale. Un'esperienza con dosi elevate di psichedelici ha la capacità di «scuotere la palla di vetro con la neve» dice, disorganizzando schemi di pensiero poco sani e creando uno spazio di flessibilità – entropia – in cui schemi e narrazioni più salutari hanno l'opportunità di confluire, man mano che la neve torna a posarsi.

L'idea che aumentare il livello di entropia nel cervello umano possa in realtà essere una cosa buona è di certo controintuitiva: la maggior parte di noi attribuisce infatti a questo termine una connotazione negativa: «entropia» suggerisce un graduale deterioramento dell'ordine tanto faticosamente conquistato, la disintegrazione del sistema con il passare del tempo. Senza dubbio invecchiare dà *l'impressione* di un processo entropico – in cui mente e corpo vanno incontro a un graduale esaurimento e a un crescente disordine. Può darsi però che questo sia un modo sbagliato di visualizzare le cose. L'articolo di Robin Carhart-Harris mi indusse a chiedermi se, almeno nel caso della mente, l'invecchiamento non sia in realtà un processo di *declino* dell'entropia che comporta l'attenuarsi, col tempo, di quello che dovremmo considerare un attributo positivo della vita mentale.

Certo è che, nella mezza età, l'influenza del pensiero abituale sulle operazioni della mente è pressoché assoluta: ormai posso contare sull'esperienza passata affinché mi proponga risposte veloci, e in genere utili, per far fronte praticamente a qualsiasi richiesta della realtà: che si tratti di consolare un bambino o di rabbonire il coniuge, di sistemare una frase, di accettare un complimento, di rispondere alla domanda successiva, o di capire qualcosa che sta accadendo nel mondo. Con il tempo e l'esperienza, diventa più facile venire al punto e saltare alle conclusioni – avvalersi di cliché che implicano una certa agilità ma che di fatto denotano esattamente l'opposto: una pietrificazione del pensiero. Visualizzatelo come una codificazione predittiva, rapportata alla scala della vita; di solito i precedenti – e io ormai ne ho milioni – sono pronti a difendermi, e io posso confidare che mi offrano una risposta decorosa, anche se non particolarmente nuova o creativa. Un termine adulatorio per riferirsi a questo sistema di previsioni abbastanza buone è «saggezza».

Leggere l'articolo di Robin mi ha aiutato a capire meglio che cosa stessi cercando quando decisi di esplorare gli psichedelici: volevo dare una vigorosa scossa alla neve nella mia palla di vetro, vedere se potevo rinnovare la mia vita mentale quotidiana introducendovi una dose maggiore di entropia e di incertezza. Probabilmente invecchiare rende il mondo più prevedibile (in ogni senso), d'altra parte può anche alleggerire il carico di responsabilità, creando un

nuovo spazio per la sperimentazione. Nel mio caso, avevo cercato di capire se fossi ancora in tempo per evitare alcuni dei solchi più profondi dell'abitudine, impressi nella mia mente dai vari «ci sono già passato» e «l'ho già fatto» legati alla lunga esperienza.

Nella fisica come nella teoria dell'informazione, l'entropia è spesso associata all'espansione, per esempio nel caso di un gas riscaldato o liberato dai vincoli d'un contenitore. Nel momento in cui le sue molecole diffondono nello spazio, diventa sempre più difficile prevedere la posizione di ognuna di esse singolarmente: l'incertezza del sistema, pertanto, aumenta. In una riga lasciata cadere alla fine del suo articolo sull'entropia, Carhart-Harris ci ricorda che negli anni Sessanta l'esperienza psichedelica era solitamente descritta come «espansione della coscienza»; che ne fossero o meno consapevoli, Timothy Leary e colleghi avevano trovato proprio la giusta metafora per il cervello entropico, metafora che ben si armonizza anche con la valvola di riduzione di Huxley, giacché implica che la coscienza esista in uno stato di apertura o di contrazione.

Sul piano dell'esperienza, per noi è quasi impossibile cogliere una qualità astratta come l'entropia, ma forse con l'espansione è diverso. Judson Brewer, il neuroscienziato che studia la meditazione, ha osservato come la sensazione che la coscienza si espanda sia correlata a una riduzione dell'attività in un particolare nodo della DMN – la corteccia del cingolo posteriore (CCP) – associato all'elaborazione autoreferenziale. Una delle cose più interessanti di un'esperienza psichedelica è che acuisce la sensibilità nei confronti dei propri stati mentali, soprattutto nei giorni immediatamente successivi. La consueta continuità della coscienza è disturbata in modo tale che ogni stato particolare – le divagazioni, l'attenzione concentrata, la ruminazione – è reso al tempo stesso più saliente e in qualche modo più facile da manipolare. Sulla scia delle mie esperienze psichedeliche (e forse della mia conversazione con Judson Brewer) scoprii che, se mi ci applicavo, ero in grado di collocare il mio stato di coscienza su uno spettro esteso dalla contrazione all'espansione.

Quando mi sento particolarmente generoso o grato, aperto ai sentimenti, agli altri e alla natura, registro per esempio un senso di espansione. Questo sentimento è spesso accompagnato da un'attenuazione dell'ego, come pure da un declino dell'attenzione prestata al passato e al futuro, con cui invece l'ego va a nozze (e dai quali dipende). Per lo stesso motivo, avverto un pronunciato senso di contrazione quando mi ossessiono sulle cose, ho paura, sono sulla difensiva, mi sento sotto pressione, sono preoccupato e pieno di rimpianti (questi ultimi due stati d'animo non esistono senza un viaggio nel tempo). In questi momenti, mi sento complessivamente più *me stesso*, e non in modo positivo. Se i neuroscienziati hanno ragione, quello che sto osservando nella mia mente ha un correlato fisico nel cervello: la DMN è attivata o disattivata, l'entropia è alta o bassa. Su come poi *utilizzare* esattamente questa informazione, non sono ancora sicuro.

Può darsi che ormai ne abbiamo perso il ricordo, ma tutti noi – anche quelli che non hanno mai preso psichedelici – abbiamo vissuto l'esperienza personale di un cervello entropico e dell'insolito tipo di coscienza che esso promuove: è stato quando eravamo piccoli. La coscienza di un bambino è talmente diversa da quella adulta, da costituire un territorio mentale tutto suo, dal quale a un certo punto, nella prima adolescenza, veniamo espulsi. C'è modo di ritornarci? In età adulta, il momento in cui ci avviciniamo di più a quella terra straniera è probabilmente durante un viaggio psichedelico. Questa, almeno, è la sorprendente ipotesi di Alison Gopnik, filosofa e psicologa dell'età evolutiva, mia collega a Berkeley.

Alison Gopnik e Robin Carhart-Harris affrontano il problema della coscienza da quelle che sembrano direzioni e discipline completamente diverse; tuttavia, non appena vennero a conoscenza dei rispettivi lavori (avevo inviato una e-mail ad Alison con il pdf dell'articolo di Robin, mentre a lui avevo parlato del magnifico libro di lei, *Il bambino filosofo*), iniziarono uno scambio che, almeno per me, si è dimostrato straordinariamente illuminante. Nell'aprile del 2016 quella loro conversazione arrivò davanti al pubblico, a un convegno

sulla coscienza tenutosi a Tucson, in Arizona, dove si incontrarono di persona per la prima volta e parteciparono insieme a un dibattito.³⁰⁰

Proprio come gli psichedelici hanno offerto a Carhart-Harris un'inquadratura obliqua da cui accostarsi al fenomeno della coscienza normale esplorandone uno stato alterato, Gopnik ci propone di considerare la mente del bambino piccolo come un altro tipo di «stato alterato», sotto diversi aspetti straordinariamente simile. Ci mette poi in guardia, avvertendoci che di solito il nostro pensiero sul tema è vincolato dalla nostra esperienza – personale e limitata – della coscienza, che naturalmente noi assumiamo sia il quadro completo. In questo caso, la maggior parte delle teorie e delle generalizzazioni sulla coscienza è stata formulata da persone che ne condividono un sottotipo abbastanza limitato, quella che Gopnik chiama la «coscienza del professore» e definisce come «la fenomenologia del professore medio di mezza età».

«Come accademici, o siamo straordinariamente concentrati su un problema particolare» dice Gopnik rivolgendosi al pubblico di filosofi e neuroscienziati raccolti a Tucson «o ce ne stiamo lì a dire a noi stessi: “Perché non riesco a concentrarmi su questo problema su cui dovrei concentrarmi, e invece sogno a occhi aperti?”». La stessa Gopnik sembra perfetta nei panni di una professoressa di Berkeley tra i sessanta e i sessantacinque anni, con le sue sciarpe colorate, le camicie sciolte e le scarpe comode. Bambina negli anni Sessanta e oggi nonna, ha uno stile, nel parlare, al tempo stesso spiritoso ed erudito, disseminato di citazioni e indice di una mente a proprio agio tanto in campo scientifico quanto in campo umanistico.

«Se pensavate, come spesso la gente ha pensato, che la coscienza fosse tutta lì ... potreste benissimo ritrovarvi a credere che i bambini piccoli siano in effetti meno coscienti di noi», giacché mancano sia dell'attenzione concentrata sia dell'autoriflessione. Gopnik ci esorta invece a pensare alla coscienza dei bambini non in termini di quello che le manca o è meno sviluppato, ma piuttosto di quello che è presente in modo esclusivo e meraviglioso: qualità che, secondo lei, gli psichedelici possono aiutarci ad apprezzare meglio e, forse, a risperimentare.

Nel suo *Il bambino filosofo* Gopnik traccia un'utile distinzione tra la «coscienza “faro”» degli adulti e la «coscienza “lanterna”» dei

bambini piccoli. La prima conferisce agli adulti la capacità di concentrare l'attenzione rigorosamente su un obiettivo (nei suoi commenti, Carhart-Harris l'ha definita «coscienza dell'ego» o «coscienza localizzata»). Nella seconda – la coscienza «lanterna» – l'attenzione è più ampiamente diffusa e consente al bambino di ricevere informazioni praticamente da ogni punto del suo campo di consapevolezza, che è molto ampio, più ampio di quello della maggior parte degli adulti (in questo, rispetto agli adulti, i bambini sono più coscienti e non meno). Mentre i bambini mostrano raramente periodi prolungati di coscienza «faro», gli adulti sperimentano a volte quella «vivida illuminazione panoramica del quotidiano» offerta dalla coscienza «lanterna». Per usare i termini di Judson Brewer, la coscienza «lanterna» è espansiva, la coscienza «faro» circoscritta o contratta.

Il cervello adulto orienta il faro della sua attenzione dove vuole, e poi si affida alla codificazione predittiva per comprendere quanto percepisce. Come ha scoperto Gopnik, l'approccio del bambino non è affatto questo: essendo inesperta del mondo, la sua mente dispone di un numero relativamente scarso di precedenti o preconcetti che ne guidino le percezioni lungo binari prevedibili. Il bambino si accosta invece alla realtà con la meraviglia di un adulto sotto l'effetto degli psichedelici.

Il significato di tutto questo in termini di cognizione e apprendimento può essere compreso meglio, secondo Gopnik, analizzando l'apprendimento d'una macchina, ovvero l'intelligenza artificiale. Quando insegnano ai computer ad apprendere e a risolvere problemi, i programmatori di IA parlano delle ricerche di risposte descrivendole come ad «alta» o «bassa temperatura». Una ricerca a bassa temperatura (chiamata così perché richiede meno energia) comporta il ricorso alla risposta più probabile e a portata di mano, per esempio quella che ha funzionato per un problema simile in passato. Il più delle volte, le ricerche a bassa temperatura vanno a buon fine. Per contro, una ricerca ad alta temperatura richiede più energia perché comporta il ricorso a risposte meno probabili ma forse più ingegnose e creative – quelle fuori dagli schemi preconcetti. Attingendo dalla sua grande esperienza, nella maggior parte dei casi la mente adulta effettua ricerche a bassa temperatura.

Gopnik ritiene che il bambino piccolo (di età pari o inferiore ai cinque anni), come pure l'adulto sotto l'effetto degli psichedelici, abbiano una più forte predilezione per la ricerca ad alta temperatura; nello sforzo di comprendere le cose, la loro mente esplora non solo quanto è vicino e più probabile, ma «l'intero spazio delle possibilità». Queste ricerche ad alta temperatura potrebbero essere inefficienti, giacché incorrono in un più alto tasso d'errore e la loro esecuzione richiede più tempo e più energie mentali. Le ricerche ad alta temperatura possono inoltre produrre risposte più magiche che realistiche; nondimeno, vi sono casi in cui sono l'unico modo per risolvere un problema, e sporadicamente danno luogo a risposte di straordinaria bellezza e originalità. $E = mc^2$ fu il prodotto di una ricerca ad alta temperatura.

Gopnik ha verificato questa ipotesi sui bambini nel suo laboratorio, e ha scoperto l'esistenza di problemi che i piccoli di quattro anni risolvono meglio degli adulti; si tratta esattamente dei problemi che impongono di pensare fuori dagli schemi, quando l'esperienza in effetti non lubrifica ma intralcia i meccanismi risolutivi, spesso perché il problema è nuovo. In un esperimento, Gopnik mostrò ai bambini una scatola che si illumina e suona quando viene posto sopra di essa un oggetto di un certo tipo. Normalmente questo «rilevatore di "blicket"»³⁰¹ è impostato in modo da rispondere a un singolo pezzo di un certo colore o di una certa forma; ma, quando lo sperimentatore riprogramma la macchina in modo che essa risponda soltanto quando *due* pezzi sono posti su di essa, i bambini di quattro anni ci arrivano molto più velocemente degli adulti.

«Il loro pensiero è meno vincolato dall'esperienza, e quindi provano anche le opzioni più improbabili»; in altre parole, effettueranno moltissime ricerche ad alta temperatura, verificando le ipotesi più stravaganti. «In molti casi i bambini apprendono meglio degli adulti quando le soluzioni non sono ovvie» oppure, come dice lei, quando sono «più remote nello spazio delle possibilità», un regno in cui si sentono più a loro agio di noi. Stravaganti, appunto.

«Noi abbiamo l'infanzia più lunga di qualsiasi altra specie» spiega Gopnik. «Questo periodo esteso di apprendimento ed esplorazione è ciò che ci distingue. Io penso all'infanzia come a uno stadio ricerca e sviluppo della specie, dedito esclusivamente all'apprendimento e

all'esplorazione. Noi adulti siamo invece divisioni produzione e marketing». In seguito le chiesi se intendesse dire che i bambini eseguono le funzioni di ricerca e sviluppo a livello individuale e non di specie, ma in effetti Gopnik intendeva esattamente quello che aveva detto.

«Ogni generazione di bambini si confronta con un ambiente nuovo,» mi spiegò «e il loro cervello è particolarmente abile ad apprendere e prosperare in quell'ambiente. Pensi ai figli dei migranti, o a bambini di quattro anni che si confrontano con un iPhone. Non sono i bambini a inventare questi nuovi strumenti o a creare i nuovi ambienti, ma a ogni generazione costruiscono il tipo di cervello che vi può prosperare al meglio. L'infanzia è il metodo grazie al quale la specie inietta rumore nel sistema dell'evoluzione culturale». In questo contesto, ovviamente, «rumore» è un altro termine per «entropia».

«Il cervello del bambino è estremamente plastico, buono per l'apprendimento, non per la realizzazione» – migliore per «esplorare che non per mettere a frutto». Ha anche moltissime connessioni neurali in più rispetto a quello degli adulti (durante la tavola rotonda, Carhart-Harris mostrò la sua mappa della mente sotto l'effetto della psilocibina, con la densa foresta di linee che mettono in connessione ogni regione con tutte le altre). Nel momento in cui raggiungiamo l'adolescenza, però, la maggior parte di quelle connessioni viene potata, così che «il cervello umano diventa una macchina efficientissima nell'azione». Un elemento chiave di quel processo di sviluppo è la soppressione dell'entropia, con tutte le implicazioni che ciò comporta, nel bene e nel male. Il sistema si raffredda, e le ricerche calde diventano l'eccezione invece della regola: viene attivata la DMN.

«Quando cresciamo, la coscienza si contrae» afferma Gopnik. «Gli adulti si cristallizzano nelle loro convinzioni e sono difficili da smuovere» ha scritto, mentre «i bambini sono più fluidi e di conseguenza più disposti ad accogliere idee nuove.³⁰²

«Se volete capire com'è una coscienza espansa, non dovete far altro che intrattenervi con un bambino di quattro anni».

O mandar già una compressa di LSD. Gopnik mi disse di essere rimasta colpita dalle somiglianze tra la fenomenologia

dell'esperienza psichedelica con l'LSD e la sua interpretazione della coscienza infantile: ricerche più calde, attenzione diffusa, più rumore (o entropia) mentale, pensiero magico e uno scarso senso di un sé continuo nel tempo.

«Per farla breve: in sostanza, i bambini – sia quelli molto piccoli che quelli un po' più grandicelli – sono continuamente in trip».

Di certo questa visione è interessante, ma è anche utile? Gopnik e Carhart-Harris credono entrambi che lo sia; ritengono che l'esperienza psichedelica, così come loro la concettualizzano, abbia le potenzialità di aiutare sia le persone malate sia quelle che non lo sono. Introducendo più rumore o entropia nel cervello, gli psichedelici potrebbero riscuotere chi sta bene dai suoi consueti schemi di pensiero – come dice Carhart-Harris, «lubrificare la cognizione» – in modi forse in grado di aumentare il benessere, renderci più aperti e promuovere la creatività. Nei termini di Gopnik, le droghe potrebbero aiutare gli adulti a raggiungere quel tipo di pensiero fluido che è la seconda natura dei bambini, espandendo lo spazio delle possibilità creative. Se «l'infanzia è un modo per iniettare rumore – e novità – nel sistema dell'evoluzione culturale», come ipotizza Gopnik, gli psichedelici potrebbero fare la stessa cosa per il sistema nella mente adulta.

Per quanto riguarda chi invece non sta bene, i pazienti che possono aspettarsi i maggiori benefici sono probabilmente quelli affetti dai disturbi mentali caratterizzati da rigidità: le dipendenze, la depressione, le ossessioni.

«Negli adulti esiste una gamma di problemi e patologie – per esempio la depressione – connessi alla fenomenologia della ruminazione e a un'attenzione eccessivamente ristretta e concentrata sull'ego» afferma Gopnik. «Si resta bloccati sulla stessa cosa, non ci si riesce a liberare, si diventa ossessivi, forse dipendenti. Mi sembra plausibile che l'esperienza psichedelica possa aiutarci a uscire da quegli stati, creare un'opportunità in cui sia possibile riscrivere la vecchia storia di chi siamo». L'esperienza psichedelica potrebbe funzionare come una sorta di resettaggio – come quando «introduciamo una scarica di rumore in un sistema»

bloccato all'interno di uno schema rigido. Per queste persone potrebbe essere utile anche silenziare la DMN e allentare la presa dell'ego – che Gopnik ipotizza possa ad ogni modo essere illusoria. L'idea di Gopnik, di un riavvio del cervello, suonava molto simile a quella di Carhart-Harris di dare una scossa alla neve dentro la palla di vetro: un modo per promuovere l'entropia, o il calore, in un sistema che si è congelato bloccandosi.

Subito dopo la pubblicazione dell'articolo sull'entropia, Carhart-Harris decise di mettere in pratica alcune delle sue teorie, verificandole sui pazienti: per la prima volta il suo laboratorio estese il proprio campo di interesse dalla ricerca pura a un'applicazione clinica. David Nutt ottenne un finanziamento del governo del Regno Unito affinché il suo laboratorio conducesse un piccolo studio pilota per indagare la capacità della psilocibina di alleviare i sintomi della «depressione resistente al trattamento»: pazienti che non avevano risposto ai consueti protocolli terapeutici e ai farmaci.

La ricerca clinica era decisamente al di fuori dell'esperienza e della *comfort zone* di Carhart-Harris, e lo stesso valeva per il laboratorio nel suo complesso. Uno sfortunato episodio, avvenuto all'inizio, evidenziò le intrinseche tensioni tra il ruolo del clinico, che è esclusivamente consacrato al benessere del paziente, e quello dello scienziato, che è determinato anche alla raccolta di dati. In una sperimentazione condotta da Carhart-Harris (non una sperimentazione clinica, va sottolineato) un volontario poco meno che quarantenne di nome Toby Slater, dopo l'iniezione di LSD – mentre era all'interno dello scanner per la fMRI – cominciò a sentirsi ansioso e chiese di uscire. Fatta una pausa, forse sperando di compiacere i ricercatori, Slater si offrì di tornare nella macchina per completare l'esperimento («temo possa aver colto il mio disappunto» ricorda mestamente Carhart-Harris). Tuttavia, l'ansia si ripresentò: «mi sentivo come un ratto da laboratorio» mi disse. Slater chiese nuovamente di uscire e cercò di lasciare il laboratorio: i ricercatori dovettero persuaderlo a restare e a farsi somministrare un sedativo.

Carhart-Harris descrive l'episodio – uno di pochissimi eventi avversi osservati nella ricerca condotta all'Imperial – come «un'esperienza istruttiva» e, a detta di tutti, da allora ha dimostrato di essere, oltre che uno scienziato originale, anche un clinico

compassionevole ed efficace: di sicuro una rara combinazione. Come vedremo nel prossimo capitolo, la risposta di moltissimi pazienti partecipanti alla sperimentazione sulla depressione è stata nettamente positiva, almeno nel breve periodo. Mentre eravamo a cena in un ristorante di West London, Robin mi parlò di una donna gravemente depressa, partecipante alla sperimentazione; nel corso di diversi incontri non l'aveva mai vista sorridere. Mentre era accanto a lei, durante il suo viaggio con la psilocibina, «lo fece per la primissima volta».

«È bello sorridere» disse.

«Terminata la seduta, mi raccontò di essere stata visitata da un angelo custode. Mi descrisse una presenza di qualche tipo, una voce estremamente incoraggiante, desiderosa che lei stesse bene. Diceva cose come “Cara, devi sorridere di più, tenere la testa alta, smettere di guardare il pavimento. Poi si protese verso di me e mi spinse in alto le guance” disse la donna “sollevandomi gli angoli della bocca”.

«Doveva essere quello che stava accadendo nella sua mente quando la vidi sorridere» mi disse Robin, lui stesso con un largo sorriso, anche se un po' imbarazzato. In seguito a quella esperienza il punteggio della depressione della donna scese da trentasei a quattro.

«Devo dire che fu una sensazione bellissima».

6
IL TRIP COME TRATTAMENTO
GLI PSICHEDELICI NELLA PSICOTERAPIA

Uno: fine vita

Alla New York University i trip con la psilocibina hanno luogo in una stanza dei trattamenti allestita con cura, affinché sembri più simile a un salotto accogliente che a un ambiente ospedaliero. La cosa quasi funziona, anche se non del tutto: qua e là, infatti, attraverso il velo dell'atmosfera domestica, sbucano le attrezzature di plastica e acciaio inossidabile tipiche della medicina moderna, raggelanti promemoria del fatto che comunque la stanza in cui stai viaggiando si trova nel ventre di un grande complesso ospedaliero cittadino.

Addossato a una parete c'è un divano confortevole abbastanza lungo perché un paziente vi si distenda durante la seduta. Sulla parete di fronte è appeso un dipinto astratto – o forse è un paesaggio cubista? –, mentre libri d'arte e mitologia di grande formato si dividono lo spazio sugli scaffali con oggetti di artigianato nativo e ninnoli spirituali: un grosso fungo di ceramica vetrificata, un Buddha, un cristallo. Potrebbe essere l'appartamento di uno strizzacervelli di una certa età, uno che abbia girato il mondo e sia interessato alle religioni orientali e all'arte di quelle che un tempo si chiamavano «culture primitive». L'illusione, però, va in frantumi non appena si alza lo sguardo al soffitto, dove le mattonelle bianche insonorizzate sono percorse dai binari che normalmente sostengono le tende divisorie tra un letto d'ospedale e l'altro. E poi c'è il bagno enorme, inondato di luce fluorescente e attrezzato con i necessari pedali e maniglioni di sostegno.

Fu in questa stanza che ascoltai per la prima volta la storia di Patrick Mettes – un volontario della sperimentazione condotta dalla NYU con la psilocibina nei pazienti oncologici –, il quale, nel corso di un turbolento viaggio di sei ore sul divano dove adesso ero seduto io, ebbe un'esperienza che gli cambiò la vita; o forse dovrei dire la morte. Ero venuto per intervistare Tony Bossis, lo psicologo del

programma di cure palliative che guidò Mettes quel giorno, e il suo collega Stephen Ross, lo psichiatra del Bellevue a capo della sperimentazione che cercava di determinare se una singola dose elevata di psilocibina potesse alleviare l'ansia e la depressione spesso conseguenti alla diagnosi di un tumore maligno.

Se Bossis, un uomo irsuto e massiccio, sembra perfetto come strizzacervelli di Manhattan sulla cinquantina, interessato alle terapie alternative, Ross, d'una decina d'anni più giovane, dà più l'impressione di un tipo convenzionale: curato, giacca e cravatta, potrebbe passare per un banchiere di Wall Street. Adolescente studioso cresciuto a Los Angeles, afferma di non aver avuto alcuna esperienza personale con gli psichedelici e di non averne saputo nulla prima che un collega, per caso, accennasse al fatto che negli anni Cinquanta e Sessanta l'LSD era stata usata con buoni risultati nel trattamento degli alcolisti. Poiché quella era la sua specialità psichiatrica, Ross fece qualche ricerca e rimase sbalordito nello scoprire un «corpo di conoscenze completamente sepolto». Negli anni Novanta, quando cominciò il suo internato in psichiatria alla Columbia e al New York State Psychiatric Institute, la storia della terapia con gli psichedelici era stata ormai cancellata dalla psichiatria per non essere più menzionata.

La sperimentazione alla NYU, insieme a uno studio gemello condotto nel laboratorio di Roland Griffiths alla Johns Hopkins, rappresenta uno dei tentativi di riprendere il filo della ricerca lasciato cadere negli anni Settanta, quando la terapia con gli psichedelici uscì dalla legalità. Mentre le sperimentazioni della NYU e della Hopkins stanno valutando il potenziale di queste sostanze come aiuto per i malati terminali, altre sperimentazioni oggi in corso esplorano la possibilità che gli psichedelici (in genere la psilocibina più che l'LSD, perché la prima, come mi spiegò Ross, «non è gravata dalla zavorra politica di quell'acronimo») siano utilizzabili per alleviare la depressione e spezzare le dipendenze – dall'alcol, dalla cocaina e dal tabacco.

Nessuno di questi lavori è esattamente nuovo: immergersi nella storia della ricerca clinica sugli psichedelici significa accorgersi che gran parte di questo terreno era stato già dissodato a suo tempo. Charles Grob – lo psichiatra dell'UCLA il cui studio del 2011 sull'uso

della psilocibina nell'ansia da cancro spianò la strada alle sperimentazioni della NYU e della Hopkins – riconosce che «sotto molti aspetti ci stiamo limitando a raccogliere il testimone dalle generazioni dei ricercatori precedenti costretti a posarlo a causa di pressioni culturali». Ma se gli psichedelici dovessero mai essere ammessi nella medicina moderna, tutte quelle conoscenze sepolte dovranno essere riportate alla luce, e gli esperimenti che le produssero dovranno essere ripetuti seguendo gli standard scientifici attuali.

D'altra parte, proprio nel momento in cui le terapie con gli psichedelici vengono testate dalla scienza moderna, la singolarità stessa di queste molecole, e dei loro effetti sulla mente, sta a sua volta mettendo alla prova la capacità della medicina occidentale di far fronte alle difficoltà implicite che esse comportano. Per citare un esempio ovvio, con gli psichedelici è difficile, se non impossibile, effettuare le classiche sperimentazioni farmacologiche in cieco: la maggior parte dei partecipanti capirà se sta ricevendo la psilocibina o un placebo, e lo stesso vale per le guide. E ancora: quando i ricercatori testano queste sostanze, come possono sperare di separare l'effetto della molecola dalla decisiva influenza del *set* e del *setting*? La scienza occidentale e le moderne sperimentazioni sui farmaci dipendono dalla possibilità di isolare una singola variabile, ma non è chiaro se gli effetti di una sostanza psichedelica siano *mai* isolabili da fattori quali il contesto in cui viene somministrata, la presenza dei terapeuti coinvolti, o le aspettative del volontario, ciascuno dei quali può intorbidare le acque della causalità. In che modo, poi, la medicina occidentale valuterà un farmaco psichiatrico che sembra agire non tramite un effetto strettamente biologico, ma somministrando un certo tipo di esperienza alla mente di chi lo assume?

Si aggiunga a questo il fatto che il genere di esperienza promosso da queste sostanze rientra spesso nella categoria dello «spirituale» ed ecco che, con la terapia psichedelica, la medicina moderna si ritrova a dover mandar giù una pillola enorme. Charles Grob coglie benissimo la sfida e – cosa stimolante – non se ne duole affatto: descrive la terapia psichedelica come una forma di «misticismo applicato». Di sicuro questa è una frase curiosa sulla bocca di uno

scienziato, e a molte orecchie suona pericolosamente non scientifica.

«Per me quello non è un concetto medico»³⁰³ disse Franz Vollenweider, il pioniere della ricerca sugli psichedelici, quando la rivista «Science» gli chiese di commentare il ruolo del misticismo nella terapia psichedelica. «È più simile a un interessante concetto sciamanico». Altri ricercatori che lavorano sugli psichedelici, tuttavia, non rifuggono dall'idea che alcuni elementi di sciamanesimo possano avere un ruolo nella terapia con queste sostanze – come in effetti hanno probabilmente avuto per diverse migliaia di anni prima che esistesse qualcosa di simile alla scienza. «Se dobbiamo sviluppare disegni sperimentali ottimali finalizzati a valutare l'utilità terapeutica degli allucinogeni,» ha scritto Grob «non basterà soltanto aderire agli standard rigorosi della metodologia scientifica. Dovremo anche fare attenzione agli esempi fornitici dalle applicazioni del paradigma sciamanico rivelatesi efficaci».³⁰⁴ Secondo tale paradigma, il terapeuta – o lo sciamano – controlla con attenzione «variabili extrafarmacologiche» quali il *set* e il *setting* così da fare il miglior uso delle «proprietà iper-influenzabili» di queste «medicine». A quanto pare, la terapia con gli psichedelici opera esattamente qui: su una frontiera tra spiritualità e scienza che è fonte di stimolo, non meno che di disagio.

La nuova ricerca sugli psichedelici compare tuttavia in un momento in cui, negli Stati Uniti, il trattamento della salute mentale è talmente «scalcinato» – per usare le parole di Tom Insel, fino al 2015 a capo del National Institute of Mental Health –, che la disponibilità ad accogliere approcci radicalmente nuovi è forse maggiore oggi di quanto lo fosse una generazione fa. Attualmente la dotazione di strumenti farmacologici per il trattamento della depressione – un disturbo che affligge quasi un decimo di tutti gli americani e che è la principale causa di disabilità nel mondo – è alquanto esigua, giacché gli antidepressivi vanno perdendo efficacia³⁰⁵ e l'introduzione di nuovi farmaci psichiatrici si sta esaurendo: le case farmaceutiche infatti non investono più nello sviluppo di molecole la cui azione è mirata al sistema nervoso centrale (SNC). Il sistema per la tutela della salute mentale raggiunge solo una frazione delle persone che soffrono di disturbi psichiatrici, la maggior parte delle quali è scoraggiata dal

cercare cure per via dei costi, dello stigma sociale o della loro inefficacia. Ogni anno, in America, hanno luogo quasi quarantatremila suicidi (più del numero di decessi per il cancro al seno o per gli incidenti stradali), eppure solo circa la metà di coloro che si tolgono la vita ha mai ricevuto assistenza da parte dei servizi di salute mentale.³⁰⁶ «Scalcinato» non sembra una descrizione troppo severa di tale sistema.

Secondo Jeffrey Guss, psichiatra di Manhattan e uno dei ricercatori della sperimentazione della NYU, i tempi sono probabilmente maturi perché la psicoterapia accolga un paradigma completamente nuovo. Guss sottolinea che da molti anni ormai «abbiamo questo conflitto fra i trattamenti su base biologica e quelli psicodinamici. I due approcci si sono combattuti per garantirsi legittimità e risorse. La malattia mentale è un disturbo della chimica, oppure è una perdita di significato nella propria vita? La terapia con gli psichedelici sancisce l'unione di questi due approcci».

Come ha detto uno psicoanalista, in anni recenti «la psichiatria, che un tempo era senza cervello, ora è senza mente».³⁰⁷ Se la terapia con gli psichedelici si dimostrerà efficace, sarà perché riuscirà a unire cervello e mente nella prassi della psicoterapia. Per lo meno, questa è la promessa.

Per i terapeuti che lavorano con persone prossime alla fine, l'interesse di questi temi non è meramente accademico. Mentre chiacchieravo con Stephen Ross e Tony Bossis nella stanza dei trattamenti della NYU, fui colpito dal loro entusiasmo, quasi vertiginoso, di fronte ai risultati che stavano osservando nei pazienti oncologici dopo una singola seduta guidata con la psilocibina. Al principio, Ross non riusciva a credere ai propri occhi: «Pensavo che le prime dieci-venti persone si fossero infiltrate nella sperimentazione e stessero necessariamente simulando. Dicevano cose come "Capisco che l'amore è la forza più importante sul pianeta" oppure "Ho avuto un incontro con il mio cancro, questa nuvola nera di fumo". Durante il viaggio i pazienti visitavano la prima parte della loro vita e tornavano con un nuovo senso profondo delle cose, con nuove priorità. Persone in precedenza palesemente terrorizzate dalla morte non avevano più paura. Il fatto che una sostanza somministrata un'unica volta possa produrre un tale effetto

così prolungato è un risultato senza precedenti. Non abbiamo mai avuto nulla del genere in campo psichiatrico».

Fu a questo punto che Tony Bossis mi raccontò la propria esperienza con Patrick Mettes mentre questi era in viaggio in un luogo della sua mente che, in qualche modo, gli tolse l'assedio stretto dal terrore.

«Sei in questa stanza, ma sei in presenza di qualcosa di grande. Mi ricordo che dopo due ore di silenzio Patrick cominciò a piangere sommessamente e ripeté due volte: “La nascita e la morte sono una gran fatica”. Essere lì fu una lezione di umiltà. È stato il giorno più gratificante della mia carriera».

Come specialista di cure palliative, Bossis passa moltissimo tempo con i pazienti terminali. «La gente non si rende conto di quanto siano inadeguati gli strumenti di cui disponiamo, in psichiatria, per affrontare la sofferenza esistenziale». «Sofferenza esistenziale» è il termine che gli psicologi usano per riferirsi al complesso di depressione, ansia e paura comune in chi si confronta con una diagnosi terminale. «La risposta non è lo Xanax». Se una risposta esiste, Bossis crede debba essere di natura più spirituale che farmacologica.

«E allora perché non esplorare anche questo,» si chiede «se può ricalibrare il modo in cui moriamo?».

Era un lunedì di aprile del 2010 quando Patrick Mettes, direttore di telegiornale cinquantatreenne in cura per un cancro dei dotti biliari, lesse sulla prima pagina del «New York Times» l'articolo che gli avrebbe cambiato la morte. La malattia gli era stata diagnosticata tre anni prima, dopo che la moglie, Lisa Callaghan, aveva notato un improvviso ingiallimento delle sue cornee. Nel 2010 il cancro s'era ormai diffuso ai polmoni, e Patrick stava cedendo sotto il peso di un regime chemioterapico particolarmente debilitante e della consapevolezza che probabilmente non sarebbe sopravvissuto. L'articolo, intitolato *Hallucinogens Have Doctors Tuning In Again*, accennava brevemente alla ricerca condotta alla NYU, in cui la psilocibina veniva testata come mezzo per alleviare la sofferenza esistenziale dei pazienti oncologici. Secondo Lisa, Patrick non aveva

esperienza con gli psichedelici, tuttavia decise di chiamare immediatamente la NYU e di offrirsi come volontario.

Lisa era contraria all'idea. «Non volevo una facile via d'uscita» mi disse. «Volevo che combattesse».

Patrick telefonò comunque e, dopo aver compilato alcuni moduli e risposto a una lunga serie di domande, venne ammesso alla sperimentazione e assegnato a Tony Bossis. Tony aveva più o meno la sua stessa età, ed è anche un uomo sensibile capace di una cordialità e di una compassione fuori dal comune: i due si trovarono immediatamente.

Al loro primo incontro, Bossis disse a Patrick che cosa aspettarsi. Dopo tre o quattro sedute preparatorie di terapia della parola, sarebbero state programmate due somministrazioni, una di un «placebo attivo» (in questo caso una dose elevata di niacina, che produce una sensazione di formicolio) e l'altra di una capsula contenente venticinque milligrammi di psilocibina. Entrambe le sedute avrebbero avuto luogo nella stanza dei trattamenti dove incontrai Bossis e Ross. Durante ciascuna seduta, che sarebbe durata buona parte di una giornata, Patrick sarebbe stato disteso sul divano con la mascherina sugli occhi, ascoltando in cuffia una *playlist* di musica compilata con grande attenzione – Brian Eno, Philip Glass, Pat Metheny e Ravi Shankar, insieme a qualche classica composizione New Age. Due guide – un uomo (Bossis) e una donna (Krystallia Kalliontzi) – sarebbero state presenti per tutto il tempo, dicendo pochissimo ma restando pronte ad aiutarlo se avesse avuto un qualsiasi problema. Come preparazione, i due condivisero con Patrick le «istruzioni di volo» scritte da Bill Richards, il ricercatore della Hopkins.

Bossis suggerì a Patrick di usare la frase «fidati e lasciati andare» come una sorta di mantra per il suo viaggio. Va ovunque ti porti, gli suggerì: «sali scale, apri porte, esplora strade, sorvola paesaggi». Ma il consiglio più importante che gli diede fu: invece di cercare di fuggire, vai sempre avanti, qualsiasi cosa davvero minacciosa o mostruosa incontri, guardala dritta negli occhi. «Non spostarti d'un millimetro e chiedi: “Che stai facendo nella mia mente?” oppure “Che cosa posso imparare da te?”».

L'idea di somministrare una sostanza psichedelica ai pazienti terminali fu proposta la prima volta non da un terapeuta o da uno scienziato, ma da Aldous Huxley, il quale in una lettera a Humphrey Osmond propose un progetto di ricerca che comportasse «la somministrazione di LSD in casi di cancro terminale, nella speranza che renda la morte un processo più spirituale, e meno esclusivamente fisiologico». Sul letto di morte, il 22 novembre 1963, lo stesso Huxley si fece fare dalla moglie Laura un'iniezione di LSD.

All'epoca, in Nord America, l'idea di Huxley era già stata testata su un certo numero di pazienti oncologici. Nel 1965 Sidney Cohen scrisse un saggio per «Harper's» (*LSD and the Anguish of Dying*) in cui esplorava la capacità degli psichedelici di «alterare l'esperienza della morte». Descriveva il trattamento con LSD come una «terapia attraverso l'autotrascendenza». Alla base dell'approccio vi era la premessa che la paura della morte fosse una funzione dell'ego, il quale nel momento in cui ci avviciniamo alla fine ci opprime con un senso di separazione che può diventare intollerabile. «Nasciamo in un mondo senza ego,» scriveva Cohen «ma viviamo e moriamo imprigionati nel nostro sé».

L'idea era di usare gli psichedelici per evadere da quella prigione. «Volevamo offrire [ai pazienti] un intervallo breve e lucido di completa assenza dell'ego, così da dimostrare che l'integrità personale non era una necessità assoluta, e che forse "là fuori" c'era qualcosa – qualcosa di più grande del nostro sé individuale – che poteva sopravvivere alla nostra fine. Cohen citò una paziente, una donna che stava morendo per un cancro ovarico, la quale descriveva in questi termini il proprio cambiamento di prospettiva in seguito a una seduta con l'LSD:

«A questo punto, la mia estinzione non è di grande importanza, nemmeno per me. È solo un'altra oscillazione nell'altalena dell'esistenza e della non esistenza. Credo che abbia poco a che fare con la chiesa o con i discorsi sulla morte. Suppongo che io sia distaccata – proprio così – da me stessa, dal mio dolore e dal mio declino. Potrei benissimo morire adesso, se dovessi. Non sollecito la cosa, ma nemmeno la allontano».

Nel 1972 Stanislav Grof e Bill Richards, che stavano collaborando a Spring Grove, scrissero che l'LSD offriva ai pazienti un'esperienza di «unione cosmica»,³⁰⁸ così che la morte «invece di essere vista come la fine assoluta di tutto, e un passo nel nulla, appare all'improvviso come una transizione a un altro tipo di esistenza ... L'idea di una possibile continuità della coscienza oltre la morte fisica diventa molto più plausibile del suo contrario».

Ai volontari che partecipano alla sperimentazione con la psilocibina in corso alla NYU viene chiesto di scrivere un resoconto del loro viaggio subito dopo il suo completamento, e Patrick Mettes, che lavorava in campo giornalistico, prese il compito seriamente. Sua moglie Lisa disse che dopo la seduta del venerdì Patrick lavorò tutto il fine settimana per trovare un senso nella propria esperienza, e metterlo per iscritto. Lisa acconsentì a condividere con me quella descrizione e autorizzò inoltre Tony Bossis, il terapeuta del marito, a mostrarmi gli appunti che aveva preso durante la seduta, come pure le note relative a diverse sedute di *follow-up*.

All'epoca Lisa lavorava come dirigente del marketing in un'azienda di articoli per cucina e quella mattina di gennaio del 2011 aveva una riunione importante; Patrick andò quindi da solo nella stanza del trattamento presso la facoltà di odontoiatria della NYU, tra la First Avenue e la Trentaquattresima, prendendo la metropolitana dal loro appartamento a Brooklyn (la stanza del trattamento era ospitata a odontoiatria perché a quei tempi tanto il Bellevue quanto il centro di oncologia della NYU volevano tenere le distanze da una sperimentazione che contemplava la somministrazione di psichedelici). Tony Bossis e Krystallia Kalliontzi, le sue guide, lo accolsero, ripassarono con lui il piano della giornata, e poi alle nove di mattina gli offrirono un calice contenente la pillola: se contenesse psilocibina o placebo, nessuno di loro lo seppe per almeno trenta minuti. Chiesero quindi a Patrick di dichiarare le sue intenzioni, e lui disse che voleva sia imparare a far fronte meglio all'ansia e alla depressione che provava per il cancro, sia lavorare su quello che definiva il suo «rimpianto nella vita»; dispose poi nella stanza alcune

fotografie di se stesso e di Lisa il giorno del loro matrimonio, e del loro cane Arlo.

Alle 9.30 Patrick si stese sul divano, indossò cuffie e mascherina e divenne silenzioso. Nella sua descrizione, paragonò l'inizio del viaggio al lancio di una navetta spaziale: «un decollo fisicamente violento e abbastanza maldestro che alla fine lasciò il passo alla serena beatitudine dell'assenza di peso».

Tra i volontari che ho intervistato, erano in molti a riferire di aver avuto episodi iniziali di ansia e paura intense prima di essersi abbandonati all'esperienza come li incoraggiavano a fare le guide. È qui che entrano in gioco le istruzioni di volo: la loro promessa è che se ti arrendi a qualsiasi cosa accada («fidati, lasciati andare, apriti»; oppure «rilassati e abbandonati alla corrente»), tutto quello che all'inizio può sembrare terrificante si trasformerà immediatamente in qualcos'altro, probabilmente qualcosa di piacevole, perfino di estatico.

Al principio del suo viaggio, Patrick incontrò la moglie di suo fratello, morta di cancro a quarantatré anni, più di vent'anni prima. «Ruth mi fece da guida nel mio viaggio» scrisse e «non sembrò sorpresa di vedermi. "Indossava" il suo corpo semitrasparente così che la riconoscessi ... questa parte del mio viaggio sembrò riguardare il femminile». Michelle Obama vi fece una comparsa. «La considerevole energia femminile, tutt'attorno a me, chiarì l'idea che una madre, qualunque madre, a prescindere dalle sue manchevolezze... non potrebbe mai NON amare i suoi figli. Questo era davvero potente. Capii che stavo piangendo ... fu a questo punto che mi sentii come se stessi uscendo dall'utero ... rimesso al mondo. La mia rinascita fu serena... confortante».

Dall'esterno, però, quello che stava accadendo a Patrick sembrava tutt'altro che sereno. Stava piangendo, annotò Bossis, e aveva il respiro pesante. Fu qui che disse per la prima volta «la nascita e la morte sono una gran fatica» e sembrò avere delle convulsioni. Poi si protese ad afferrare la mano di Kalliontzi e sollevò le ginocchia spingendo come se stesse partorendo. Cito gli appunti di Bossis:

11.15 «Oh Dio».

11.25 «È davvero semplicissimo».

11.47 «Chi avrebbe detto che un uomo potesse partorire?». E poi: «Ho partorito, non so che cosa».

12.10 «È proprio troppo fantastico». A questo punto Patrick alterna riso e pianto. «Oh Dio, ora tutto ha un senso, semplicissimo e stupendo».

Adesso Patrick chiese di fare una pausa. «Stava diventando troppo intenso» scrisse. Si tolse le cuffie e la mascherina. «Mi misi a sedere e parlai con Tony e Krystallia. Accennai al fatto che tutti meritavano di avere questa esperienza... che, se tutti l'avessero, nessuno farebbe mai più male a qualcun altro ... le guerre sarebbero impossibili. La stanza, con tutto quello che conteneva, era bellissima. Tony e Krystallia, seduti sui loro cuscini, erano raggianti!». Lo accompagnarono in bagno. «Perfino i germi (se ce ne fosse stato qualcuno) erano bellissimi, come qualsiasi cosa nel nostro mondo e nell'universo».

In seguito espresse una certa riluttanza a «rientrare».

«La fatica era notevole, ma mi piaceva il senso dell'avventura». Alla fine si rimise mascherina e cuffie, e si coricò di nuovo.

«Da qui in poi, l'amore fu l'unica considerazione ... Era ed è l'unico scopo. L'amore sembrava emanare da un singolo punto di luce ... e vibrava ... potevo sentire il mio corpo fisico cercare di vibrare in armonia con il cosmo ... e mi sentivo come uno che non sa ballare, una cosa frustrante ... ma l'universo lo accettò. La pura gioia ... la beatitudine ... il nirvana ... era indescrivibile. E in effetti non ci sono parole per cogliere accuratamente la mia esperienza ... il mio stato... questo luogo. So di non aver mai provato un piacere terreno che si sia anche solo lontanamente avvicinato a questo sentimento ... nessuna sensazione, nessuna immagine di bellezza, nulla durante il tempo che ho trascorso sulla terra mi è parso puro, gioioso e glorioso come il climax di questo viaggio». Ad alta voce disse: «non avevo mai avuto un orgasmo dell'anima, prima». Durante tutta l'esperienza la musica fu una presenza fondamentale: «Stavo imparando una canzone, e la canzone era semplice ... una sola nota ... un do ... la vibrazione dell'universo ... l'insieme di tutto quello che era mai esistito ... che nel complesso era pari a Dio».

Patrick descrisse poi un'epifania che aveva a che fare con la semplicità. Stava pensando alla politica e al cibo, alla musica e all'architettura, e – questo era il suo campo – ai telegiornali, i quali, adesso comprese, come moltissime altre cose, erano «sovraccarichi. Mettiamo troppe note in una canzone ... troppi ingredienti nelle nostre ricette ... troppi fronzoli negli abiti che indossiamo e nelle case che abitiamo ... sembrava tutto assolutamente inutile, quando in effetti non dovevamo fare altro che concentrarci sull'amore». Proprio in quel momento vide Derek Jeter, che allora era l'interbase degli Yankee, «voltarsi come un ballerino verso la prima base».

«Ero convinto d'aver capito tutto, in quel momento ... era proprio lì di fronte a me ... l'amore ... l'unica cosa che contava. Adesso sarebbe stata quella la ragione della mia vita».

Poi disse qualcosa che Bossis appuntò alle 12.15: «Va bene, ho capito! Potete tutti timbrare il cartellino, abbiamo finito».

Ma non era finito, non ancora. Adesso «feci un giro dei miei polmoni ... Ricordo di aver respirato profondamente per facilitare la "visuale"». Bossis annotò che alle 14.30 Patrick disse: «Sono entrato nei miei polmoni e ho visto due macchie. Niente di che».

«Mi venne detto (senza parole) di non preoccuparmi per il cancro ... è un dettaglio nel grande schema delle cose... semplicemente un'imperfezione della tua umanità mentre la questione più importante ... il lavoro veramente importante da fare è davanti a te. Ancora, amore».

A questo punto Patrick provò quella che chiamò «una breve morte».

«Mi avvicinai a qualcosa che sembrava un pezzo di acciaio inossidabile molto tagliente e appuntito. Aveva qualcosa della lama di un rasoio. Proseguii fino alla punta di questo oggetto metallico lucente e non appena arrivai, ebbi una scelta: guardare o non guardare oltre il filo della lama nell'abisso infinito ... la vastità dell'universo ... il centro di tutto ... [e] di nulla. Ero esitante ma non spaventato. Volevo andare fino in fondo, ma capivo che se l'avessi fatto forse avrei lasciato il mio corpo per sempre ... una morte da questa vita. Non fu una decisione difficile, però ... sapevo che per

me, qui, c'era ancora molto». Raccontando la sua scelta alle guide, Patrick spiegò che non era «pronto a saltar giù e a lasciare Lisa».

Poi, in modo abbastanza improvviso, verso le 15.00, tutto finì. «La transizione da uno stato in cui non avevo alcun senso del tempo o dello spazio, alla relativa opacità di adesso, avvenne rapidamente. Avevo mal di testa».

Lisa ricorda che quando arrivò per portare Patrick a casa «sembrava che avesse fatto una corsa. Non aveva un bel colore in faccia, sembrava stanco e sudato, ma era entusiasta. Era eccitato per tutte le cose che voleva raccontarmi, e per tutte quelle che non poteva dirmi». Le raccontò di «aver toccato il volto di Dio».

Benché ogni viaggio psichedelico sia diverso, in quelli di chi lotta contro il cancro sembrano ricorrere alcuni temi comuni. Tra i pazienti oncologici che ho intervistato, molti descrivevano l'esperienza di partorire o essere partoriti, anche se in nessun caso intensa come quella di Patrick. Molti raccontavano anche un incontro con il proprio cancro (o con la paura che provavano nei suoi confronti), incontro che aveva l'effetto di ridurre il suo potere su di loro. Ho già accennato all'esperienza di Dinah Bazer, una newyorkese gentile e minuta, sulla sessantina, istruttrice di pattinaggio artistico, alla quale venne diagnosticato un cancro alle ovaie nel 2010. Quando ci incontrammo nella stanza dei trattamenti della NYU, Dinah – che ha riccioli fulvi e portava grandi cerchi alle orecchie – mi disse che anche dopo un ciclo di chemioterapia andato a buon fine era paralizzata dalla paura di una ricorrenza, e sprecava le sue giornate «aspettando l'inevitabile colpo di grazia».

Nei primi difficili momenti della sua seduta, guidata da Tony Bossis, Dinah si immaginò intrappolata nella stiva di una nave, a dondolarsi avanti e indietro, consumata dalla paura. «Tirai fuori la mano dalla coperta e dissi: "Ho tanta paura". Tony mi prese la mano e mi disse di affrontarla. La sua mano divenne la mia àncora.

«Vidi la mia paura. Quasi come in un sogno, se ne stava lì a sinistra, sotto le mie costole; non era il tumore, ma questa cosa nera nel mio corpo. E mi faceva sentire immensamente in collera; la paura mi rendeva rabbiosa. Gridai: "*Vattene fuori dai coglioni! Non mi farò mangiare viva*". E lo sa? Non c'era più! Andò via. La cacciai via con la mia rabbia». Dinah racconta che a distanza di anni non s'è

ripresentata. «Il cancro è qualcosa di completamente fuori dal mio controllo, ma capii che la paura non lo è».

L'epifania di Dinah lasciò il passo a sentimenti di «amore travolgente» mentre i suoi pensieri si spostavano dalla paura ai figli. Mi disse che era e resta un'«atea irremovibile», e tuttavia «la frase che usai – che detesto usare ma è l'unico modo per descriverlo – è che mi sentii “inondata dall'amore di Dio”». Il paradosso è un segno caratteristico dell'esperienza mistica, e la contraddizione tra l'amore divino percepito da Dinah e il «non avere un briciolo di fede» non sembra turbarla. Quando sottolineai questo aspetto, si strinse nelle spalle e poi sorrise: «Che altro modo c'è per dirlo?».

Il fatto che nei viaggi dei pazienti oncologici che intervistai alla NYU e alla Hopkins incombano visioni di morte non è sorprendente. Una donna sulla sessantina sopravvissuta a un cancro al seno (che mi ha chiesto di restare anonima) mi descrisse d'aver sfrecciato allegramente nello spazio come in un videogame, finché arrivò dritta contro il muro di un crematorio e comprese, scioccata, «di essere morta e sul punto di essere cremata (ma non ebbi l'esperienza di essere bruciata – e come avrei potuto? Ero morta!). La cosa successiva che so, è che mi trovo in questa fantastica foresta, nel fitto del bosco, sotto terra, terra argillosa e scura. Tutt'attorno a me ci sono radici e io vedo gli alberi crescere, e sono parte di essi. Ero morta ma ero là, nella terra, insieme a tutte quelle radici e non mi sentivo triste o felice, solo naturale, soddisfatta, in pace. Non ero sparita. Ero parte della terra».

Diversi pazienti oncologici raccontavano di essersi accostati al precipizio della morte e d'aver guardato dall'altra parte, prima di ritrarsi. Tammy Burgess – alla quale, cinquantacinquenne, era stato diagnosticato un cancro ovarico – si ritrovò a scrutare «la grande pianura della coscienza. Era molto serena, e bellissima. Mi sentivo sola, ma potevo protendermi e toccare chiunque avessi mai conosciuto».

«Arrivato il mio momento, ecco dove sarebbe andata la vita dopo avermi lasciata – e per me andava bene».

La misteriosa autorità dell'esperienza psichedelica poteva aiutare a spiegare perché nelle sperimentazioni così tanti pazienti oncologici riferissero che la loro paura della morte era scomparsa o almeno

attenuata: l'avevano guardata in faccia ed erano arrivati a conoscerne qualcosa, in una sorta di prova generale. «Un'esperienza con un'elevata dose di psichedelici è come far pratica della morte» commenta Katherine MacLean, ex psicologa della Hopkins. «Perdi tutto quello che sai essere reale, lasci andare il tuo ego e il tuo corpo, e quel processo può darti la sensazione di stare morendo». E d'altra parte l'esperienza porta la confortante notizia che sull'altro versante di quella morte c'è *qualcosa* – che si tratti della «grande pianura della coscienza» o delle proprie ceneri assorbite sottoterra dalle radici degli alberi –, insieme a un'intelligenza persistente e disincarnata che in qualche modo conosce quel qualcosa. «Adesso sono consapevole che esiste tutta un'altra "realtà"» disse una volontaria della NYU a un ricercatore qualche mese dopo il suo viaggio. «Rispetto agli altri, è come se io conoscessi un'altra lingua».

Qualche settimana dopo il suo viaggio, Patrick Mettes – che la moglie Lisa descrive come «una persona con i piedi per terra, con legami sociali, uno che agisce» – discusse con Tony Bossis l'idea d'una vita dopo la morte durante la seduta di *follow-up*. Gli appunti di Bossis mostrano che Patrick interpretava il suo viaggio «molto chiaramente [come] una finestra ... [su] un tipo di vita dopo la morte, qualcosa al di là di questo corpo fisico». Parlava della «pianura dell'esistenza dell'amore» come di un «infinito». Nelle sedute successive, Patrick si riferì al suo corpo e al suo cancro «come a un tipo di illusione». Era anche chiaro che dopo la seduta, almeno dal punto di vista psicologico, Patrick stava benissimo. Faceva regolarmente meditazione, sentiva che la sua capacità di vivere nel presente era aumentata, e «raccontò di amare sua moglie ancora di più». In una seduta svoltasi a marzo, a due mesi dal suo viaggio, Bossis osservò che, benché stesse lentamente morendo di cancro, Patrick «era felicissimo della sua vita».

«Sono l'uomo più fortunato del mondo».³⁰⁹

In che misura dovremmo preoccuparci dell'autenticità di queste esperienze? In massima parte i terapeuti coinvolti nella ricerca adottano sulla questione una prospettiva rigorosamente pragmatica:

si concentrano sull'alleviare la sofferenza dei pazienti e mostrano scarso interesse per le teorie metafisiche o le questioni riguardanti la verità. Quando gli chiesi se pensasse che le esperienze di coscienza cosmica descritte dai suoi pazienti fossero reali o fittizie, Tony Bossis mi rispose con un'alzata di spalle: «Questo va oltre il livello per cui mi pagano». Messo di fronte alla stessa domanda, Bill Richards citò William James, il quale suggeriva di giudicare l'esperienza mistica non sulla base della sua veridicità, che è inconoscibile, ma dei «suoi frutti»: orienta la vita di qualcuno in una direzione positiva?

Molti ricercatori riconoscono che, quando una sostanza come la psilocibina, i cui effetti sono tanto suggestionabili, viene somministrata da medici professionisti in un contesto istituzionale di legalità, può esserci un forte effetto placebo: in tali condizioni, è molto più probabile che il paziente soddisfi le aspettative del terapeuta (per contro sono molto meno probabili i *bad trips*). Qui ci scontriamo con uno dei paradossi più intriganti delle sperimentazioni con la psilocibina: se da un lato, in buona misura, questa sostanza è efficace perché ha dalla sua l'approvazione e l'autorità della scienza, dall'altro la sua efficacia sembra dipendere da un'esperienza mistica da cui si esce convinti che in questo mondo vi sia più di quanto la scienza può spiegare. Quest'ultima viene dunque usata per validare un'esperienza che sembrerebbe minare la stessa prospettiva scientifica, in quello che si potrebbe definire «sciamanesimo dei camici bianchi».

Se la terapia aiuta chi sta soffrendo, le questioni sull'autenticità sono importanti? Mi è stato difficile trovare qualcuno, coinvolto nella ricerca, che fosse turbato da questi problemi. David Nichols – il chimico e farmacologo della Purdue University, oggi in pensione, che nel 1993 fondò l'Heffter Research Institute per sostenere la ricerca sugli psichedelici (comprese le sperimentazioni condotte alla Hopkins, per le quali sintetizzò la psilocibina) –, formula l'argomentazione pragmatica in termini quanto mai espliciti. «Se dà loro la pace, se aiuta le persone a morire tranquille con i parenti e gli amici al proprio fianco,» disse in un'intervista per la rivista «Science» nel 2014 «non mi interessa se è reale o un'illusione».

Da parte sua, Roland Griffiths riconosce che «quella dell'autenticità è una questione scientifica ancora irrisolta. Tutto

quello di cui disponiamo è la fenomenologia» – ovvero, quello che la gente ci racconta delle proprie esperienze interiori. Fu a questo punto che cominciai a farmi domande sul mio personale sviluppo spirituale: io gli confessai che era ancora abbastanza primitivo e che la mia visione del mondo era sempre stata incrollabilmente materialista.

«Benissimo, ma allora che cosa penseremo del miracolo della coscienza? Ci rifletta solo un secondo: il fatto che siamo consapevoli, e che siamo consapevoli di essere consapevoli. Quanto è improbabile *questo?*». Quanto possiamo essere sicuri, mi stava suggerendo, che la nostra esperienza della coscienza sia «autentica»? La risposta è che non possiamo esserlo; è fuori dalla portata della nostra scienza – e tuttavia chi dubita che la coscienza sia reale? In effetti le prove della sua esistenza sono molto simili a quelle della realtà dell'esperienza mistica: crediamo che esista non perché la scienza può verificarlo in modo indipendente, ma perché moltissime persone si sono convinte della sua realtà; anche qui, tutto quel che abbiamo è la fenomenologia. Griffiths stava suggerendo che, nella misura in cui accettavo un «miracolo» che si colloca ben oltre la portata della scienza materialista – «il prodigio della coscienza», come una volta lo definì Vladimir Nabokov, «quella finestra che si spalanca improvvisa su un paesaggio assoluto nella notte del non-essere» –, probabilmente dovevo mantenere una mente più aperta alla possibilità che ve ne fossero anche altri.

Nel dicembre del 2016 un servizio uscito in prima pagina sul «New York Times»³¹⁰ riportava gli impressionanti risultati ottenuti somministrando la psilocibina ai pazienti oncologici negli studi condotti alla Johns Hopkins e alla NYU; i due studi erano stati pubblicati insieme su un numero speciale del «Journal of Psychopharmacology», unitamente a una dozzina di commenti provenienti da voci insigni dell'*establishment* psichiatrico – compresi due ex presidenti dell'American Psychiatric Association – che ne celebravano i risultati.

In entrambe le sperimentazioni, della Hopkins e della NYU, circa l'80 per cento dei pazienti oncologici mostrava una riduzione

cl clinicamente significativa nelle classiche misure dell'ansia e della depressione, un effetto che persisteva almeno sei mesi dopo la seduta con la psilocibina. Sempre in entrambe le sperimentazioni, l'intensità dell'esperienza mistica riportata dai volontari era fortemente correlata alla misura in cui i loro sintomi si attenuavano. Pochi interventi psichiatrici di qualsiasi tipo – ammesso che ve ne siano – hanno dimostrato risultati così impressionanti e prolungati nel tempo.³¹¹

Quelle sperimentazioni erano di piccole dimensioni – in tutto, ottanta soggetti – e prima che il governo prenda in considerazione una riclassificazione della psilocibina e l'approvazione del trattamento dovranno essere ripetute su scala maggiore.³¹² I risultati furono tuttavia abbastanza incoraggianti da conquistare l'attenzione e il cauto supporto dei professionisti della salute mentale, che hanno auspicato ulteriori ricerche. Decine di facoltà di medicina hanno chiesto di partecipare a future sperimentazioni, per sovvenzionare le quali si sono già fatti avanti dei finanziatori. Dopo decenni trascorsi nell'ombra, la terapia con gli psichedelici è improvvisamente tornata rispettabile, o quasi. Adesso la New York University pubblicizzava orgogliosamente i risultati di una sperimentazione un tempo tollerata con riluttanza, e invitò Stephen Ross a trasferire la sua stanza dei trattamenti dalla facoltà di odontoiatria alla sede principale dell'ospedale. Anche il centro di oncologia della NYU, inizialmente restio a indirizzare i pazienti alla sperimentazione con la psilocibina, chiese a Ross di allestire, in vista di un'imminente sperimentazione, una stanza dei trattamenti nelle sue strutture.

Gli articoli avevano poco da offrire, in termini teorici, per spiegare gli effetti della psilocibina, se non per sottolineare che i pazienti con i risultati migliori erano quelli che avevano l'esperienza mistica più completa. Ma perché, esattamente, quell'esperienza doveva tradursi in un sollievo dall'ansia e dalla depressione? A spiegare l'effetto è forse il suggerimento d'un qualche tipo di immortalità? Questo sembra troppo semplice, e non rende conto della varietà delle esperienze dei volontari, molte delle quali non avevano a che fare con l'idea di una vita dopo la morte. Alcune di quelle che effettivamente la prendevano in considerazione, concepivano quanto accade dopo la morte in termini naturalistici – per esempio quando la

volontaria anonima immaginava se stessa come «parte della terra», particelle di materia assorbite dalle radici degli alberi. Qualcosa che accade davvero.

Naturalmente l'esperienza mistica consiste di diverse componenti, la maggior parte delle quali non richiede una spiegazione soprannaturale. La dissoluzione del senso del sé, per esempio, può essere interpretata sia in termini psicologici, sia in termini neurobiologici (forse come la disintegrazione della DMN) e può spiegare molti dei benefici sperimentati durante il viaggio senza che vi sia bisogno di far ricorso ad alcun concetto spirituale di «armonia». Allo stesso modo, il senso di «sacralità» che tipicamente accompagna l'esperienza mistica può essere interpretato in termini più secolari, semplicemente come un aumentato senso di scopo o significato. Siamo ancora agli inizi della comprensione della coscienza, e per accostarsi alla materia non esiste alcun vocabolario – biologico, psicologico, filosofico o spirituale – che si sia guadagnato il diritto all'ultima parola. Può darsi che stratificando queste diverse prospettive sia possibile ottenere un quadro più significativo di ciò che probabilmente accade.

In uno studio di *follow-up* della sperimentazione della NYU – *Patient Experience of Psilocybin-Assisted Psychotherapy*, pubblicato sul «Journal of Humanistic Psychology» nel 2017 – Alexander Belser, un membro del gruppo di ricerca, intervistò i volontari per comprendere meglio i meccanismi psicologici alla base delle trasformazioni sperimentate. Io interpreto lo studio come un sottile tentativo di andare oltre il paradigma dell'esperienza mistica verso un modello più umanistico, e al tempo stesso di sottolineare l'importanza dello psicoterapeuta nell'esperienza psichedelica. (Si noti, nel titolo, l'uso dell'espressione «psicoterapia assistita con psilocibina»; nessuno dei due articoli usciti su «Psychopharmacology» aveva accennato alla psicoterapia nel titolo, dove si menzionava solo la sostanza).

Emersero alcuni temi fondamentali. Tutti i pazienti intervistati descrissero forti sentimenti di connessione con le persone care («radicamento relazionale» è il termine usato dagli autori) e, più generalmente, uno spostamento «da sentimenti di separazione a sentimenti di connessione». Nella maggior parte dei casi, tale

spostamento era accompagnato da un repertorio di potenti emozioni, comprese «sensazioni esaltanti di gioia, beatitudine e amore». I momenti difficili vissuti durante il viaggio erano seguiti in genere, quando la paura svaniva, da sentimenti positivi di resa e accettazione (perfino del cancro).

Jeffrey Guss, psichiatra e coautore dell'articolo, interpreta quanto accade durante la seduta in termini di effetti «egolitici» della psilocibina – ovvero la capacità della sostanza di silenziare, o per lo meno attenuare, la voce dell'ego. Dalla prospettiva di Guss, che si ispira alla sua formazione psicoanalitica, l'ego è un costrutto mentale che esegue determinate funzioni per conto del sé. Fondamentale, tra queste, è il mantenimento sia del confine tra i regni della mente corrispondenti a conscio e inconscio, sia del confine tra il sé e l'altro, o tra soggetto e oggetto. È solo quando tali confini sfumano o scompaiono, come sembra accadere sotto l'influenza degli psichedelici, che possiamo «lasciar perdere gli schemi di pensiero rigidi, consentendo a noi stessi di percepire significati nuovi con meno paura».

Tutta la questione del significato è fondamentale per l'approccio adottato dai terapeuti della NYU,³¹³ e forse è particolarmente utile per comprendere l'esperienza dei pazienti oncologici con la psilocibina. Per molti di loro una diagnosi di cancro terminale costituisce, tra le altre cose, una crisi di significato. *Perché io? Perché sono stato scelto per questo destino? C'è un senso nella vita e nell'universo?* Sotto il peso di questa crisi esistenziale – nel momento in cui la mente si volge su se stessa, chiudendo fuori il mondo –, l'orizzonte si restringe, il repertorio emozionale si contrae e il centro dell'attenzione diventa più circoscritto. Circoli viziosi di ruminazioni e preoccupazioni finiscono per invadere una maggior quantità di tempo e spazio mentali, rinforzando abiti di pensiero cui diventa sempre più difficile sottrarsi.

La sofferenza esistenziale alla fine della vita ha molti elementi caratteristici di una DMN iperattiva, compresa la riflessione ossessiva su di sé e l'incapacità di andar oltre i solchi sempre più profondi del pensiero negativo. Messo di fronte alla prospettiva di estinguersi, l'ego si volge verso l'interno e diventa ipervigilante, ritirando i propri investimenti nel mondo e nelle altre persone. I

pazienti oncologici che ho intervistato raccontavano di sentirsi isolati dalle persone amate, dal mondo e dalla gamma completa delle emozioni; come disse uno di loro, si sentivano «esistenzialmente soli».

Disattivando temporaneamente l'ego, la psilocibina sembra aprire un nuovo campo di possibilità psicologica, simbolizzato dalla morte e dalla rinascita riferite da molti dei pazienti da me intervistati. All'inizio, la dissoluzione del sé è percepita come una minaccia, ma se la persona riesce a lasciarsi andare e ad abbandonarsi, ecco che affluiscono emozioni potenti e solitamente positive, insieme a ricordi, impressioni sensoriali e significati in precedenza inaccessibili. Non più difeso dall'ego, il cancello tra il sé e l'altro – la valvola di riduzione di Huxley – si spalanca. E per molte persone, ad attraversare quell'apertura, come una grande inondazione, è l'amore. Amore per individui particolari, certo, ma anche – come arrivò a percepire (a *sapere!*) Patrick Mettes – amore per chiunque e per qualsiasi cosa: amore come significato e scopo della vita, come chiave dell'universo e verità ultima.

È dunque possibile che la perdita del sé porti a un guadagno in termini di significato. Tutto questo è spiegabile biologicamente? Forse non ancora, tuttavia le neuroscienze recenti ci offrono qualche indizio intrigante. Ricorderete la scoperta del gruppo dell'Imperial College, e cioè che quando la DMN si disintegra (portandosi via il senso del sé), la connettività cerebrale generale aumenta, consentendo l'instaurarsi di nuove linee di connessione tra regioni che solitamente non comunicano. È possibile che alcune di queste nuove connessioni si manifestino nella mente come significati o prospettive nuovi? Come la connessione di punti in precedenza remoti?

Può anche darsi che gli psichedelici possano direttamente permeare di significato informazioni sensoriali altrimenti irrilevanti. Un recente articolo pubblicato su «Current Biology»³¹⁴ descriveva un esperimento in cui brani musicali privi di rilevanza personale venivano fatti ascoltare ad alcuni volontari sotto l'effetto dell'LSD: in tali condizioni, i volontari attribuivano a quelle stesse canzoni un significato personale marcato e duraturo. È possibile che queste «medicine» ci aiutino a costruire significato, se non a scoprirlo.

Senza dubbio, nell'attribuzione di significato all'esperienza hanno un ruolo anche fattori quali la suggestionabilità della mente sotto l'effetto degli psichedelici e la presenza di psicoterapeuti che fanno da guida. Nel preparare i volontari al loro viaggio, Jeffrey Guss parla esplicitamente dell'acquisizione di significato, dicendo ai suoi pazienti che «la medicina vi mostrerà parti-ombra nascoste o sconosciute di voi stessi; avrete rivelazioni su voi stessi, e apprenderete qualcosa sul significato della vita e dell'esistenza» (dice anche loro che potranno avere un'esperienza mistica o trascendentale ma evita attentamente di definirla). «Grazie alla presenza di questa molecola nel vostro corpo, comprenderete meglio voi stessi, la vita e l'universo». Il più delle volte, questo è proprio ciò che accade. Sostituite il termine «molecola», che sa di scienza, con «funghi sacri» o «pianta maestro», e avrete le formule degli incantesimi recitate da uno sciamano all'inizio di una guarigione cerimoniale.

Comunque funzioni, e quale che sia il vocabolario usato per spiegarlo, il grande dono del viaggio psichedelico, soprattutto per i morenti, mi sembra questo: la sua capacità di permeare, con un senso potenziato di scopo e importanza, tutto quanto si trova nel campo della nostra esperienza. A seconda del proprio orientamento, questo può essere interpretato in termini umanistici o spirituali – perché che cosa è il Sacro se non una versione del significato con la lettera maiuscola? Anche nel caso di atei come Dinah Bazer – o *come me!* – gli psichedelici possono caricare di significato un mondo dal quale gli dèi si sono allontanati da tempo, conferendogli l'immanenza che un tempo gli era infusa dalla divinità. Il senso di un universo freddo e arbitrario governato puramente dal caso viene così bandito. Soprattutto in assenza di fede queste «medicine», nelle mani giuste, possono offrire potenti antidoti contro i terrori esistenziali che affliggono non soltanto i morenti.

Crederci che la vita abbia un qualsiasi significato è ovviamente un gran presupposto che ad alcuni richiede un salto di fede; di certo è tuttavia utile, più che mai quando si approssima la morte. Collocare il sé in un contesto di significato più ampio, quale che esso sia – un senso di armonia con la natura o di amore universale – può rendere la sua estinzione più facile da contemplare. La religione ha sempre

accettato questa scommessa, ma perché dovrebbe godere d'un monopolio? Bertrand Russell scrisse che il modo migliore per superare la propria paura della morte «consiste nell'allargare gradualmente i nostri interessi e renderli più impersonali, finché, un po' alla volta, le mura dell'ego si allarghino e la vostra vita venga a confondersi progressivamente con la vita universale». ³¹⁵ Poi proseguiva:

«Una esistenza individuale umana dovrebbe essere come un fiume: minuscolo da principio, strettamente contenuto dalle sue rive, e che scorre ansioso oltre i macigni del greto e giù per le cascate. Man mano il fiume si fa più largo, le rive si allontanano, le acque scorrono più quiete, e, alla fine, senza alcun distacco visibile, vengono a essere mescolate col mare, e perdono senza alcuna pena la loro esistenza individuale».

Patrick Mettes visse ancora diciassette mesi dopo la seduta con la psilocibina, e secondo Lisa quei mesi furono pieni di moltissime gratificazioni inattese; Patrick inoltre cominciò ad accettare la propria morte imminente.

Al principio Lisa era stata diffidente nei confronti della sperimentazione alla NYU, interpretando il desiderio di parteciparvi del marito come un segno della sua rinuncia a combattere. In realtà, Patrick ne uscì convinto di avere ancora molto da fare in questa vita – molto amore da dare e ricevere – e di non essere ancora pronto a lasciarla, soprattutto a lasciare la moglie. Il viaggio psichedelico aveva spostato la sua prospettiva da una visuale ristretta concentrata sul pensiero della morte, a una nuova messa a fuoco su come vivere al meglio il tempo rimastogli. «Aveva una nuova determinazione. Nella sua vita c'era uno scopo, lui l'aveva capito, e procedeva con esso».

«Avevamo ancora le nostre discussioni» ricordava Lisa, e fu «un'estate molto difficile» con una intempestiva ristrutturazione del loro appartamento a Brooklyn. «Fu un inferno» ricordava Lisa, ma Patrick «era cambiato. Aveva una pazienza che non aveva mai avuto prima, e si godeva veramente le cose insieme a me. Era come se fosse stato sollevato dal doversi preoccupare dei dettagli della

vita, e potesse lasciarli perdere tutti. Adesso l'importante era di stare con gli altri, godersi il suo panino e fare quattro passi. È come se avessimo vissuto una vita intera in un anno».

Dopo la seduta con la psilocibina, in un modo o nell'altro Lisa si convinse che, in fondo, Patrick non stesse per morire: continuava la chemioterapia e il morale migliorava. Adesso però pensa che in tutto quel periodo «lui sapesse benissimo che non ce l'avrebbe fatta». Mentre Lisa continuava a lavorare, Patrick passava le giornate buone a passeggiare in città. «Andava a piedi dappertutto, provava tutti i ristoranti, e poi mi raccontava dei posti fantastici che aveva scoperto. Le giornate buone, però, erano sempre di meno». Poi, nel marzo del 2012, le disse che voleva smettere la chemio.

«Non è che volesse morire,» dice Lisa «credo solo che avesse deciso di non voler vivere così».

Quell'autunno i polmoni cominciarono a cedere, e Patrick si ritrovò in ospedale. «Riunì tutti quanti, ci disse addio e spiegò che quello era il modo in cui voleva morire. È stata una morte molto consapevole». L'apparente equanimità di Patrick di fronte alla fine esercitò un'influenza potente su chiunque fosse vicino a lui – mi disse Lisa –, e la sua camera, nell'unità cure palliative del Mount Sinai, divenne un centro di gravità dell'ospedale. «Tutti, medici e infermieri, volevano fermarsi nella nostra stanza; proprio non volevano andarsene. Patrick parlava in continuazione – come se fosse uno yogi. Emanava moltissimo amore». Quando Tony Bossis lo visitò, una settimana prima che morisse, rimase colpito dalla sua serenità e dall'atmosfera presente nella stanza.

«Fu lui a consolare *me*. Mi disse che la sua più grande tristezza era di lasciare sua moglie. Ma non aveva paura».

Lisa mi mandò per e-mail una fotografia che aveva fatto a Patrick qualche giorno prima che morisse, e quando l'immagine si aprì sul mio schermo, per un attimo mi tolse il fiato. C'era un uomo emaciato, con una vestaglia d'ospedale e le cannule per l'ossigeno nel naso, ma con occhi azzurri luminosi e splendenti e un ampio sorriso. Alla vigilia della morte, quell'uomo era raggianti.

Lisa stava con Patrick nella sua stanza d'ospedale, una notte dopo l'altra, e spesso facevano le ore piccole a parlare. «Mi sento come se avessi un piede in questo mondo e l'altro nel prossimo» le

confidò a un certo punto. «Una delle ultime notti che passammo insieme, mi disse: “Tesoro, non farmi pressione. Sto cercando la mia strada”». Allo stesso tempo, cercava di confortarla. «Questa non è che la ruota della vita» Lisa ricorda di avergli sentito dire. «Adesso ti senti a terra, ma la ruota girerà, e tornerai ad alzarti».

Era da giorni che Lisa non faceva una doccia, così alla fine suo fratello la persuase ad andare a casa per qualche ora. Pochi minuti prima che tornasse al suo capezzale, Patrick si spense. «Sono andata a casa a fare una doccia» mi disse «e lui è morto». Eravamo al telefono, e capii che stava piangendo sommessamente. «Non aveva intenzione di morire finché io ero lì. Mio fratello mi aveva detto: “Devi lasciarlo andare”».

Quando tornò in ospedale, Patrick se n'era andato. «Era morto qualche secondo prima. Fu come se qualcosa fosse evaporata via da lui. Rimasi lì con lui per tre ore. Ci vuole molto tempo prima che l'anima esca dalla stanza».

«Fu una buona morte» mi disse Lisa, un fatto di cui riconosce il merito sia alle persone che lavorano alla NYU, sia al viaggio con la psilocibina. «Mi sento in debito con loro per quello che gli hanno permesso di provare – per le risorse profonde a cui gli hanno permesso di attingere – che erano risorse profonde sue. Questo, credo, è ciò che fanno queste sostanze che alterano la mente».

«Patrick era sempre stato di gran lunga più spirituale di me» mi disse Lisa l'ultima volta che parlammo. Era chiaro che il viaggio del marito aveva cambiato anche lei. «Fu l'affermazione di una realtà di cui io non sapevo nulla. Ma in questo mondo ci sono molte dimensioni di cui non conoscevo neppure l'esistenza».

Due: dipendenza

Gli astronauti delle missioni Apollo che uscirono dall'orbita terrestre e viaggiarono verso la Luna – più o meno una dozzina – ebbero il privilegio di vedere il pianeta da una prospettiva in precedenza mai disponibile per gli esseri umani, e più d'uno riferì che l'esperienza l'aveva cambiato in modo profondo e duraturo. La vista di quel «puntino azzurro» sospeso nell'infinito vuoto nero dello

spazio cancellò dalle nostre mappe i confini nazionali e fece della Terra un luogo piccolo, vulnerabile, eccezionale e prezioso.

Di ritorno dalla Luna, a bordo dell'*Apollo 14*, Edgar Mitchell ebbe quella che in seguito descrisse come un'esperienza mistica, specificamente una *savikalpa samadhi*, in cui l'ego svanisce confrontandosi con l'immensità dell'universo durante la meditazione su un oggetto: in questo caso, il pianeta Terra.

«La più grande gioia fu sulla via del ritorno» ricordò. «Dal finestrino della cabina, ogni due minuti: la Terra, la Luna, il Sole – e tutto il panorama del firmamento. Fu un'esperienza potente, da levare il fiato.

«E all'improvviso capii che i prototipi delle molecole del mio corpo, ma anche della navicella e del corpo dei miei compagni, erano stati sintetizzati in qualche antica generazione di stelle. [Provavo] un senso sopraffacente di armonia, di connessione ... Non era "Loro e Noi", era "Quello sono io! Quello è tutto, è una cosa sola". E quel pensiero era accompagnato da un'estasi, una sensazione di "Oh, mio Dio, oh sì" – una rivelazione, un'epifania». ³¹⁶

A ispirare il moderno movimento ambientalista come pure l'ipotesi di Gaia – cioè l'idea che la Terra e la sua atmosfera, nel complesso, costituiscano un unico organismo vivente – fu proprio la potenza di questa nuova prospettiva, la stessa che Steward Brand si prodigò a disseminare nella cultura dopo il suo trip con l'LSD su un tetto di North Beach nel 1966.

Pensai a questo cosiddetto «effetto della veduta d'insieme» durante le mie conversazioni con i volontari partecipanti alle sperimentazioni con la psilocibina, in particolare con coloro che, dopo un viaggio psichedelico – se volete, un viaggio nello spazio interiore – avevano superato le proprie dipendenze. Diversi di loro mi raccontarono d'aver preso le distanze dalla propria vita in un modo nuovo, raggiungendo un punto d'osservazione dal quale problemi un tempo scoraggianti, compresa la dipendenza, adesso apparivano ridimensionati e gestibili. Era come se l'esperienza psichedelica avesse offerto a molti di loro una veduta d'insieme sullo scenario della loro stessa vita, rendendo possibile un cambiamento di prospettiva e di priorità che aveva consentito di abbandonare vecchie abitudini nocive, a volte con notevole facilità. Come mi disse

un tale che fumava da una vita, in termini così semplici che trovai difficile credergli, «Il fumo divenne irrilevante, e quindi smisi».

Lo studio pilota sulla cessazione del fumo a cui aveva preso parte quest'uomo – il suo nome è Charles Bessant, ormai astinente da sei anni – era diretto da Matthew Johnson, un *protégé* di Roland Griffiths alla Johns Hopkins, dove ebbe luogo la sperimentazione. Johnson è uno psicologo poco più che quarantenne che, come Griffiths, ha una formazione da comportamentista e ha studiato cose come il «condizionamento operante» nei ratti. Alto, magro e spigoloso, porta una barba nera ben curata e occhiali con una grossa montatura retro-nerd nera. Il suo interesse per gli psichedelici risale ai tempi in cui frequentava il college, quando lesse Ram Dass e apprese dello Psilocybin Project di Harvard: tuttavia, non aveva mai osato immaginare che un giorno avrebbe lavorato con quelle sostanze in un laboratorio.

«In fondo alla mia mente c'era quest'idea di fare ricerca, prima o poi, con i composti psichedelici,» mi disse quando ci incontrammo nel suo studio alla Hopkins «ma lo immaginavo in un futuro lontanissimo». E invece, nel 2004, non appena arrivò alla Johns Hopkins per un periodo di lavoro post-dottorato, Johnson scoprì «che Roland aveva questo progetto super-segreto con la psilocibina. Tutto coincideva alla perfezione».

Johnson lavorò ai primi studi sulla psilocibina condotti dal laboratorio della Hopkins, facendo da guida in diverse decine di sedute e aiutando a elaborare i dati, prima di avviare una ricerca sua nel 2009. La sperimentazione sul fumo offriva a quindici volontari, fumatori che stavano cercando di smettere, diverse sedute di terapia cognitiva comportamentale seguite da due o tre dosi di psilocibina. Studio cosiddetto «in aperto», non prevedeva placebo, e quindi tutti i partecipanti sapevano che stavano assumendo la sostanza. Prima della seduta con la psilocibina i volontari dovevano smettere di fumare; per assicurarsi la loro adesione al protocollo e confermare che rimanevano astinenti, si misuravano i loro livelli di monossido di carbonio a vari intervalli.

Lo studio era di piccole dimensioni e non randomizzato, tuttavia i risultati furono notevoli, soprattutto se si considera che il fumo è una delle dipendenze più difficili da spezzare – più difficile, secondo

alcuni, di quella dall'eroina. Sei mesi dopo le sedute con gli psichedelici, l'80 per cento dei volontari si confermava astinente;³¹⁷ a un anno dalla conclusione, quella percentuale era scesa al 67 per cento, che è ancora un tasso di successo superiore a quello raggiunto dal miglior trattamento attualmente disponibile (è ora in corso uno studio randomizzato molto più ampio, in cui l'efficacia della terapia con psilocibina viene confrontata con quella del cerotto di nicotina). Come negli studi sull'ansia da cancro, i volontari che avevano le esperienze mistiche più complete ottenevano i risultati migliori e, al pari di Charles Bessant, riuscivano a smettere di fumare.

Dopo aver intervistato i pazienti oncologici che affrontavano la prospettiva della morte – persone che avevano avuto viaggi epici in cui si erano confrontate con il cancro e avevano viaggiato nel mondo degli inferi –, mi chiedevo come sarebbe stata l'esperienza nel caso in cui la posta fosse più bassa: che genere di viaggio avrebbe fatto gente comune che sperava semplicemente di liberarsi di una cattiva abitudine, e con che tipo di rivelazioni sarebbe tornata?

Sorprendentemente banali, a quanto pare. Non che fossero banali i loro viaggi – la psilocibina li trasportava in tutto il mondo, e anche attraverso la storia e lo spazio esterno –, ma le rivelazioni con cui tornavano erano estremamente terra terra. Nel corso del suo trip, Alice O'Donnell, un'editor sulla sessantina, irlandese di nascita, si godette «la libertà di andare ovunque». Le erano spuntate delle penne che le consentivano di viaggiare a ritroso nel tempo recandosi su vari scenari della storia europea; morì tre volte, osservò la propria «anima staccarsi dal corpo e salire su una pira funeraria galleggiante sul Gange», e si ritrovò «in piedi sul bordo dell'universo, testimone dell'alba della creazione». Comprese, e fu «un bagno di umiltà», che «nell'universo ogni cosa ha la medesima importanza, compreso te».

«Invece di essere concentrata in modo tanto limitato nell'attraversamento di questo angusto tunnel della vita adulta», il viaggio – scoprì Alice – «mi aveva riportata al più ampio senso di meraviglia dell'infanzia, al mondo di Wordsworth. Una parte del mio cervello, che era andata a dormire, adesso s'era risvegliata.

«L'universo era così grande, e c'erano talmente tante cose che potevi fare e vedere, che uccidersi sembrava un'idea sciocca.

Questo mise il fumo in un contesto completamente diverso: adesso sembrava veramente privo d'importanza – a essere onesti, sembrava stupido».

Alice si immaginò intenta a buttar via una gran quantità di spazzatura da casa sua, e a svuotare solaio e cantina: «Mi vidi gettare tutto dal davanzale, tutta la roba che non mi serviva più. È sorprendente come puoi ridurre le cose a quelle poche davvero importanti, necessarie per la sopravvivenza. E la cosa più importante di tutte è il respiro. Se quello si ferma, sei morto». Riaffiorò dal suo viaggio con una convinzione: «Dovresti prenderti amorevolmente cura del tuo respiro». Dal suo viaggio con la psilocibina, non ha più fumato una sigaretta. Ogni volta che sente il desiderio di farlo, torna con la memoria alla sua seduta «e pensa a tutte quelle cose meravigliose che ho sperimentato, e a come mi sentivo a trovarmi su quel piano molto più alto».

Charles Bessant, progettista di mostre museali tra i sessanta e i settanta, ebbe la sua epifania mentre era su un analogo «piano più alto»: si ritrovò in cima a una montagna sulle Alpi, «con la tutta Germania estesa davanti a me, fino al Baltico» (stava ascoltando Wagner in cuffia). «Il mio ego s'era dissolto, eppure lo sto raccontando questo. Fu una cosa formidabile». Sembrava un romantico dell'Ottocento che descrivesse un incontro con il sublime, al tempo stesso terrificante e capace d'ispirare una profonda meraviglia.

«La gente usa parole come “armonia”, “connessione”, “unità” – io l'ho provato! Ero parte di un tutto immensamente più grande di qualsiasi cosa avessi mai immaginato». Era un sabato mattina, io e Bessant stavamo parlando al telefono, quando a un certo punto lui interruppe il racconto per descrivermi la scena di fronte a sé.

«Proprio adesso, sono qui nel mio giardino, e la luce filtra attraverso le foglie degli alberi. Per me star qui nella bellezza di questa luce a parlare con lei è possibile solo perché i miei occhi sono aperti per vederla. Se uno non si ferma a guardare, non la vedrà mai. Lo so che è l'affermazione d'una cosa ovvia, ma percepire questa luce, guardarla ed esserne incantati» è un dono che Bessant attribuisce alla sua seduta, che gli ha dato «un senso di connessione a tutto».

Dopo la nostra conversazione mi inviò un'e-mail contenente una serie di spiegazioni e approfondimenti, cercando di trovare parole all'altezza dell'immensità dell'esperienza. Fu proprio di fronte a quell'immensità che, all'improvviso, il fumo gli apparve pateticamente meschino. «Perché smettere di fumare? Perché lo trovai irrilevante. Perché altre cose erano diventate molto più importanti».

Alcuni volontari si meravigliavano di come le loro rivelazioni fossero simultaneamente potenti e banali. Savannah Miller è una madre single di circa trent'anni, che lavora nel Maryland come contabile nell'azienda paterna. Tra i venti e i trent'anni era stata invischiata in una relazione violenta con un uomo che definiva «psicopatico», e forse per questo il suo trip fu un'esperienza dolorosa ma in ultima analisi catartica: ricorda d'aver pianto in modo incontrollabile e d'aver prodotto un'enorme quantità di muco (cosa confermata dalle sue guide). Durante il viaggio, Savannah pensò poco alla sua dipendenza, tranne quando, verso la fine, si visualizzò come una *gargouille* intenta a fumare.

«Ha presente l'aspetto delle *gargouilles*, tutte accuciate e ingobbite? Era così che mi sentivo e mi vedevo, un piccolo golem che aspira il fumo senza lasciarlo uscire, finché il torace non gli fa male e soffoca. Fu una cosa potente e disgustosa. Ogni volta che immagino me stessa come una fumatrice, rivedo ancora quell'orrenda *gargouille* che tossisce». A distanza di mesi Savannah dice che l'immagine le è ancora utile quando affiora l'inevitabile desiderio.

All'improvviso, nel mezzo della seduta, Savannah si alzò a sedere e annunciò di aver scoperto qualcosa di importante, un'«epifania» che le sue guide dovevano appuntarsi in modo che non andasse perduta per la posterità. «Mangia sano. Fa' movimento. Fai *stretching*».

Matt Johnson si riferisce a queste scoperte come a «momenti in cui scatta il "ma non mi dire...!"» e spiega che sono comuni tra i suoi volontari e per nulla privi di importanza. I fumatori sanno benissimo che la loro abitudine è malsana, disgustosa, costosa e inutile, ma sotto l'influenza della psilocibina quella conoscenza acquista un nuovo peso, diventa «qualcosa che sentono nelle viscere e nel

cuore. Rivelazioni di questo tipo diventano più convincenti, più spiacevoli, ed è più difficile evitare di pensarci. Queste sedute privano le persone del lusso dell'inconsapevolezza» – il nostro stato di default, in cui possono fiorire dipendenze come quella dal fumo.

Johnson crede che per la persona dipendente il valore della psilocibina sia nella nuova prospettiva – al tempo stesso ovvia e profonda – che apre sulla vita e sulle abitudini malsane. «La dipendenza è una storia in cui rimaniamo invischiati, rinforzata ogni volta che cerchiamo di liberarcene senza riuscirci: “lo sono un fumatore, e non riesco a smettere”. Il viaggio consente loro di prendere le distanze, considerare il quadro generale e vedere i piaceri a breve termine del fumo nel contesto più ampio e a lungo termine della loro vita».

Naturalmente, questa ricontestualizzazione di una vecchia abitudine non accade così; infinite persone hanno preso la psilocibina e hanno continuato a fumare. Se effettivamente accade, è perché spezzare la dipendenza è l'intenzione dichiarata della seduta, fortemente rinforzata dal terapeuta negli incontri preparatori e nell'integrazione successiva. Il «set» del viaggio psichedelico è meticolosamente orchestrato dal terapeuta, proprio come uno sciamano userebbe l'autorità e l'abilità scenica per massimizzare il grande potere di suggestione esercitato dalla medicina. Per questo motivo è importante capire che la «terapia psichedelica» non è semplicemente il trattamento con una sostanza psichedelica, ma piuttosto una forma di «terapia assistita con psichedelici», come molti ricercatori si affannano a sottolineare.

Nondimeno, come si spiega l'insolita autorevolezza delle rivelazioni alquanto ordinarie che i volontari riportano dai loro viaggi? «Con nessun'altra droga hai una cosa del genere» sottolinea Roland Griffiths. In effetti, dopo la maggior parte delle esperienze di droga, siamo pienamente consapevoli, spesso con imbarazzo, dell'*inautenticità* di quello che abbiamo pensato e sentito mentre eravamo sotto l'effetto della sostanza. Benché né Griffiths né Johnson ne abbiano fatto menzione, questo senso di autenticità potrebbe spiegarsi considerando la connessione tra vedere e credere: molto spesso, sotto l'effetto degli psichedelici, i nostri pensieri diventano visibili. Non sono vere e proprie allucinazioni,

perché il soggetto è sovente del tutto consapevole che quello che sta vedendo non è realmente davanti ai suoi occhi; e d'altra parte, questi pensieri resi visibili sono straordinariamente concreti, intensi, e pertanto memorabili.

Questo è un fenomeno curioso, che finora le neuroscienze non hanno spiegato, benché di recente sia stata proposta qualche ipotesi interessante. Quando i neuroscienziati che studiano la visione usano la fMRI per avere delle immagini dell'attività cerebrale, constatano che alcune regioni della corteccia visiva si accendono sia quando il soggetto sta vedendo un oggetto in diretta – «on-line» –, sia quando lo sta meramente ricordando o immaginando, «off-line». Questo indica che la capacità di visualizzare i nostri pensieri dovrebbe essere la regola, e non l'eccezione.³¹⁸ Alcuni neuroscienziati sospettano che durante il normale stato di veglia qualcosa, nel cervello, inibisca la corteccia visiva impedendole di presentare alla coscienza un'immagine visiva di qualsiasi cosa stiamo pensando. Non è difficile capire perché tale inibizione possa essere adattativa: ingombrare la mente di vivide immagini complicherebbe il ragionamento e il pensiero astratto, per non parlare di attività quotidiane come camminare o guidare un'automobile. D'altra parte, quando *possiamo* visualizzare i nostri pensieri – per esempio quello di noi stessi come fumatori simili a *gargouilles* scosse dalla tosse –, essi acquistano maggiore impatto e ci sembrano più reali. Vedere è credere.

Forse questo è uno degli effetti degli psichedelici: allentano l'inibizione esercitata dal cervello sulla visualizzazione dei pensieri, rendendoli pertanto più autorevoli, memorabili e adesivi. L'effetto della veduta d'insieme descritto dagli astronauti non aggiungeva nulla alla nostra comprensione razionale di quel «puntino azzurro» nel mare immenso dello spazio; vederlo, però, lo rese reale come mai prima d'allora. Forse, ciò che rende possibile, ad alcune persone, modificare il proprio comportamento è un effetto – ugualmente intenso – della veduta d'insieme sugli scenari della vita, offerto loro dagli psichedelici.

Matt Johnson crede che gli psichedelici possano essere usati per modificare non solo le dipendenze ma ogni genere di comportamento. La chiave, per come la vede lui, sta nel loro potere

di dar luogo a un'esperienza abbastanza drammatica da «buttar fuori il soggetto dalla sua storia, come per effetto d'uno scappellotto. È letteralmente un riavvio del sistema – un *control-alt-delete* biologico. Gli psichedelici aprono una finestra di flessibilità mentale in cui è possibile abbandonare i modelli mentali che usiamo per organizzare la realtà».

Il più importante di tali modelli, nella prospettiva di Johnson, è il sé o l'ego – che un'elevata dose di psichedelici dissolve temporaneamente. Johnson parla della «nostra dipendenza da uno schema di pensiero di cui il sé occupa il centro». È questa dipendenza di fondo da uno schema di pensiero o di stile cognitivo a legare chi ha una dipendenza a chi è depresso e al paziente oncologico ossessionato dalla morte o dalla ricorrenza della malattia.

«Moltissima sofferenza umana deriva dall'avere questo sé che dev'essere psicologicamente difeso a ogni costo. Siamo intrappolati in una storia che vede noi stessi come soggetti indipendenti, isolati, che agiscono nel mondo. Quel sé, però, è un'illusione. Può essere un'illusione *utile*, quando ci muoviamo dondolando tra i rami degli alberi, o se scappiamo da un ghepardo, o quando cerchiamo di fare la dichiarazione dei redditi: ma a livello di sistemi, non contiene alcuna verità. Possiamo adottare moltissime prospettive più accurate: che siamo un aggregato di geni, veicoli per trasmettere il DNA; che, nel profondo, siamo creature sociali incapaci di sopravvivere da sole; che siamo organismi all'interno di un ecosistema, legati tra loro, su questo pianeta sospeso in mezzo al nulla. Ovunque si guardi, il livello di interconnessione è davvero sorprendente, eppure noi insistiamo a considerarci come agenti individuali». Albert Einstein definì il senso di separazione dell'essere umano moderno «una sorta di illusione ottica della sua coscienza».³¹⁹

«Gli psichedelici abbattono quel modello dalle fondamenta, il che – nelle circostanze sbagliate – può essere pericoloso e portare a *bad trips*, se non peggio». Johnson citava l'esempio di Charles Manson, che si dice usasse l'LSD per piegare i suoi seguaci e lavar loro il cervello, teoria che ritiene plausibile. «Ma in un *setting* appropriato, in cui la tua sicurezza è garantita, può essere un buon intervento per affrontare alcuni dei problemi del sé» – problemi dei quali la dipendenza non è che un esempio. La malattia terminale, la

depressione, le ossessioni, i disturbi del comportamento alimentare – sono tutti esacerbati dalla tirannia dell’ego e dalle narrazioni rigide che esso costruisce sul nostro rapporto con il mondo. Con l’aiuto di un bravo terapeuta, gli psichedelici – abbattendo temporaneamente quella tirannia e lanciando la mente in uno stato insolitamente plastico (che Robin Carhart-Harris definirebbe di «aumentata entropia») – offrono l’opportunità di proporre, sul sé e sulla sua relazione con la realtà, alcune storie nuove e più costruttive, storie che potrebbero benissimo far presa.

Questo è un tipo di terapia molto diverso da quella a cui siamo abituati in Occidente, perché non è né solamente chimica, né solamente psicodinamica – non esclude né la mente né il cervello. Se poi la medicina occidentale sia pronta ad accogliere un modello così radicalmente nuovo – e antico – della trasformazione mentale, è una questione aperta. Johnson riconosce che – guidando gli individui in condizioni di sicurezza attraverso lo stato liminare tanto suggestionabile generato dagli psichedelici – medici e ricercatori «ricoprono lo stesso ruolo degli sciamani e degli anziani».

«Quale che sia la cosa in cui ci stiamo tuffando, appartiene allo stesso dominio del placebo. Ma un placebo con i razzi ausiliari».

Nel suo complesso, l’idea di utilizzare una sostanza psichedelica per trattare le dipendenze non è nuova. I nativi americani usano da tempo il peyote sia come sacramento sia come cura per l’alcolismo, una piaga che affligge la comunità indigena dall’arrivo dell’uomo bianco. Nel 1971, parlando a un convegno dell’American Psychiatric Association, lo psichiatra Karl Menninger disse che «il peyote non è pericoloso per queste persone ... È un antidoto contro l’alcol migliore di qualsiasi altra cosa i missionari, l’uomo bianco, l’American Medical Association e i servizi sanitari siano riusciti a inventare». ³²⁰

Negli anni Cinquanta e Sessanta migliaia di alcolisti furono trattati con l’LSD e altre sostanze psichedeliche; fino a poco tempo fa, tuttavia, è stato difficile dire qualcosa di definitivo sui risultati. Per un certo periodo la terapia fu ritenuta abbastanza efficace da diventare, nel Saskatchewan, un trattamento standard per l’alcolismo. I rapporti clinici erano entusiastici, d’altra parte la maggioranza degli studi

ufficiali aveva seguito un disegno sperimentale inadeguato ed era stata controllata malamente, sempre che prevedesse dei controlli. Quando gli studi erano condotti da terapeuti empatici (e soprattutto che avessero assunto essi stessi l'LSD), i risultati erano decisamente impressionanti, mentre erano molto scarsi se a eseguirli erano ricercatori inesperti che somministravano ai pazienti dosi enormi senza prestare alcuna attenzione al *set* o al *setting*.

La situazione rimase totalmente confusa fino al 2012, quando una meta-analisi – combinando i dati provenienti dai sei migliori studi randomizzati controllati effettuati negli anni Sessanta (che avevano visto in tutto la partecipazione di oltre cinquecento pazienti) – scoprì che dal punto di vista clinico, con una singola dose di LSD, c'era stato davvero un «significativo effetto benefico sull'abuso di alcol», statisticamente robusto e protrattosi fino a sei mesi. «Considerata l'evidenza di un effetto benefico dell'LSD sull'alcolismo,» concludevano gli autori «è sconcertante che tale trattamento sia stato in larga misura ignorato».³²¹

Da allora, la terapia psichedelica per la dipendenza da alcol e da altre sostanze è andata incontro a una modesta ripresa, finora incoraggiante, sia in ambito universitario che in vari scenari clandestini.³²² In uno studio pilota condotto nel 2015³²³ alla University of New Mexico, dieci alcolisti hanno ricevuto psilocibina, in combinazione con una «terapia di potenziamento motivazionale»: un tipo di intervento cognitivo comportamentale espressamente mirato alla cura delle dipendenze. Di per sé, la psicoterapia aveva uno scarso effetto sul comportamento del bere, ma dopo la seduta con la psilocibina il consumo di alcol diminuì in modo significativo, e tali cambiamenti furono mantenuti nel corso delle trentasei settimane di *follow-up*. Michael Bogenschutz, lo sperimentatore capo, riferì una forte correlazione tra la «potenza dell'esperienza e il suo effetto» sul comportamento del bevitore. I risultati ottenuti in New Mexico furono abbastanza incoraggianti da giustificare una sperimentazione di fase II molto più ampia, su centottanta volontari, attualmente condotta da Bogenschutz alla NYU, in collaborazione con Stephen Ross e Jeffrey Guss.

«L'alcolismo può essere interpretato come un disturbo spirituale» mi disse Ross la prima volta che ci incontrammo, nella stanza dei

trattamenti presso la NYU. «Con il tempo si perde il contatto con qualsiasi cosa, tranne che con l'alcol. La vita perde tutto il suo significato. Alla fine, nulla è più importante della bottiglia, nemmeno tua moglie o i tuoi figli. A quel punto, non c'è niente che tu non sia disposto a sacrificare per l'alcol».

Fu Ross a raccontarmi per primo la storia di Bill W., il fondatore della AA: di come fosse divenuto sobrio dopo un'esperienza mistica con la belladonna e avesse poi cercato, negli anni Cinquanta, di introdurre l'uso dell'LSD nell'associazione. Servirsi di una droga per promuovere la sobrietà potrebbe suonare controintuitivo, perfino folle, eppure ha una sua logica se si considera come gli psichedelici riescano costantemente a promuovere progressi spirituali, insieme alla convinzione, fondamentale nella filosofia dell'AA, che – prima di poter sperare di guarire – l'alcolista debba riconoscere la propria «impotenza». L'AA considera l'ego umano in una luce negativa e – come la terapia psichedelica – cerca di allontanare l'attenzione dell'alcolista dal sé, concentrandola su un «potere superiore» e sulla consolazione dell'amicizia: sul senso di connessione.

Michael Bogenschutz mi mise in contatto con una donna che chiamerò Terry McDaniels, una volontaria che ha partecipato nel New Mexico al suo studio pilota sull'alcolismo – una cosa sorprendente, pensai poi, giacché non si trattava del tipo di storia di successo incondizionato che i ricercatori passano volentieri ai giornalisti. Parlai con McDaniels al telefono, dal campo caravan fuori Albuquerque dove vive con il sussidio di invalidità a qualche roulotte di distanza dalla figlia. Non è più stata in grado di lavorare dal 1997, da quando – racconta – «il mio ex-marito mi colpì alla testa con una padella di ghisa. Da allora, ho grossi problemi di memoria».

McDaniels, che è del 1954, ha avuto una vita dura fin dall'infanzia, quando i genitori la affidavano per lunghi periodi alle cure insensibili dei fratelli maggiori. «Ancora oggi per me è difficile ridere». Mi raccontò che trascorre molte giornate impantanata in sentimenti di rimpianto, rabbia, invidia, disprezzo di sé e, soprattutto, in un profondo senso di colpa nei confronti dei figli. «Mi sento malissimo per non avergli dato la vita che avrei potuto offrirgli se fossi stata alla larga dalla bottiglia. Penso in continuazione a quell'altra vita che avrei potuto avere».

Quando le chiesi da quanto tempo fosse sobria, la sua risposta mi sorprese: non lo era. In effetti s'era presa una sbornia proprio qualche settimana prima, quando sua figlia, così mi disse, «ferì i miei sentimenti chiedendomi del denaro che le dovevo». Ma la trasgressione durò solo un giorno e a disposizione aveva soltanto birra e vino; negli anni precedenti la sua seduta psichedelica andava avanti a bere superalcolici per due settimane di fila, smettendo solo quando perdeva coscienza. Per McDaniels, la sporadica bevuta d'una giornata soltanto rappresenta un progresso.

McDaniels lesse della sperimentazione con la psilocibina su un settimanale alternativo locale. Prima d'allora non aveva mai usato sostanze psichedeliche, ma era disperata e disposta a provare qualcosa di nuovo; aveva fatto molti tentativi di restare sobria: era stata in riabilitazione, in terapia, s'era rivolta all'AA, ma era sempre tornata alla bottiglia. Temeva che il trauma cranico potesse farla escludere dallo studio, invece fu accettata e alla fine ebbe una potente esperienza spirituale.

La prima parte del suo trip fu intollerabilmente cupa: «Vidi i miei figli e stavo piangendo, piangevo per la vita che non avevano mai avuto». Alla fine, però, si trasformò in qualcosa che ispirava un senso di profonda meraviglia.

«Vidi Gesù sulla croce» ricordò. «Solo la testa e le spalle, era come se fossi una bambina a bordo di un minuscolo elicottero che girava intorno alla sua testa. Ma lui era sulla croce. E in qualche modo mi prese nelle sue mani – ha presente? – come si conforterebbe un bambino piccolo. Io sentii che un peso enorme veniva sollevato dalle mie spalle, mi sentii molto in pace. Fu un'esperienza meravigliosa».

L'insegnamento dell'esperienza, crede McDaniels, fu di autoaccettazione. «Passo meno tempo a pensare a chi ha una vita migliore della mia. Capisco di non essere una cattiva persona; mi sono capitate un mucchio di brutte cose. Probabilmente Gesù stava cercando di dirmi che andava bene, che sono cose che capitano. Stava cercando di confortarmi». Adesso, dice McDaniels, «leggo la Bibbia tutti i giorni e mantengo un contatto consapevole con Dio».

Per come la vede lei, se non proprio bene, sta comunque meglio. L'esperienza l'ha aiutata a rivedere la storia che racconta a se

stessa sulla propria vita: «Non prendo più tutto sul personale come facevo una volta. Mi accetto di più, e questo è un dono, perché per moltissimi anni non mi sono piaciuta. Ma non sono cattiva».

Il fatto che in assenza di un qualsiasi cambiamento di circostanze la prospettiva di una persona possa cambiare in tal modo mi colpisce come qualcosa di incoraggiante e commovente. Mi ricordai di un esperimento di cui mi avevano parlato diversi ricercatori che lavoravano sulle dipendenze – il cosiddetto esperimento del Rat Park. Nel campo della ricerca sull'abuso di sostanze è risaputo che ratti chiusi in gabbia, con accesso a sostanze di vario tipo, diventeranno ben presto dipendenti e premeranno delle piccole leve per autosomministrarsi le droghe invece del cibo: spesso fino alla morte. Molto meno noto, invece, è che se la gabbia viene «arricchita» con opportunità di gioco, interazione con altri ratti, ed esposizione alla natura, gli stessi animali ignoreranno completamente le droghe e non svilupperanno mai dipendenza. Gli esperimenti del Rat Park avallano l'idea che la propensione alla dipendenza possa essere legata non tanto ai geni o alla chimica, quanto alla storia e all'ambiente personale.

E adesso arriva una classe di sostanze chimiche che forse possono cambiare il modo in cui *sperimentiamo* la nostra storia e il nostro ambiente personali, per quanto squallidi o dolorosi essi siano. «Vedi il mondo come una prigione o come un parco giochi?». Questa è la domanda fondamentale che Matt Johnson ricava dall'esperimento del Rat Park. Se la dipendenza rappresenta una radicale limitazione della prospettiva e del repertorio comportamentale ed emozionale dell'individuo, allora il viaggio psichedelico ha il potenziale di ribaltare quella concezione, di aprire le persone alla possibilità di cambiare attraverso la perturbazione e l'arricchimento del loro ambiente interiore.

«Uno esce da queste esperienze vedendo il mondo un po' più simile a un parco giochi».

Una parola adatta per descrivere tanto le esperienze degli astronauti dell'*Apollo* quanto quelle dei volontari durante i viaggi con la psilocibina è *awe*,³²⁴ un'emozione umana che può forse aiutare a

intrecciare i diversi fili di interpretazione psicologica offerti dai ricercatori con cui ho parlato. Fu Peter Hendricks, un giovane psicologo della University of Alabama che conduceva una sperimentazione con la psilocibina nelle dipendenze da cocaina, a suggerirmi per primo che l'esperienza dell'awe potrebbe offrire la chiave psicologica per spiegare la capacità degli psichedelici di alterare schemi di comportamento profondamente radicati.

«Le persone con dipendenze sanno che si stanno facendo del male – che stanno danneggiando la propria salute, la propria carriera e il proprio benessere sociale –, ma spesso non riescono a vedere il danno che il loro comportamento sta facendo agli altri». La dipendenza è, tra le altre cose, una forma estrema di egoismo. Una delle difficoltà, nel trattare queste persone, sta nel riuscire ad ampliare la loro prospettiva al di là dell'interesse per la propria dipendenza, un interesse che le consuma, un comportamento che è arrivato a definire la loro identità e a organizzare le loro giornate. Secondo Hendricks, l'awe, ha il potere di farlo.

Hendricks mi accennò alla ricerca di Dacher Keltner, uno psicologo di Berkeley che è anche un caro amico. «Keltner crede che l'awe sia un'emozione umana fondamentale, evoluta perché promuove il comportamento altruista. Noi discendiamo da coloro che trovarono sublime quell'esperienza, giacché per la specie è vantaggioso provare un'emozione che ci fa sentire parte di qualcosa di molto più grande di noi stessi». Quest'entità più vasta potrebbe essere la collettività sociale, la natura nel suo complesso, o anche un mondo di spiriti, comunque qualcosa di abbastanza potente da farci sentire piccoli – noi e il nostro egoismo. L'«awe promuove un senso del “piccolo sé” che distoglie l'attenzione dall'individuo orientandola verso il gruppo e il bene superiore».

A Berkeley, il laboratorio di Keltner ha eseguito una serie di ingegnosi esperimenti dimostrando che la probabilità di andare in aiuto degli altri aumenta perfino dopo un'esperienza modesta di awe – per esempio nel contemplare alberi altissimi. (In questo esperimento, condotto in un boschetto di eucalipti nel campus di Berkeley, i volontari passavano un minuto guardando gli alberi oppure la facciata di un edificio vicino.³²⁵ A quel punto, un complice degli sperimentatori si avvicinava ai partecipanti e inciampava,

spargendo a terra tutte le sue penne. Gli astanti che avevano contemplato gli alberi si dimostravano più propensi ad andare in suo aiuto rispetto a quelli che avevano guardato l'edificio). In un altro esperimento condotto presso il laboratorio di Keltner, emerse che se si chiede a delle persone di disegnare se stesse prima e dopo aver guardato immagini di natura ispiranti una profonda meraviglia, gli autoritratti tracciati dopo occuperanno sulla pagina decisamente meno spazio.³²⁶ Sembra che quel tipo di esperienza sia un eccellente antidoto contro l'egotismo.

«Oggi disponiamo di un intervento farmacologico che può dar luogo a esperienze autenticamente profonde» sottolineò Hendricks: *awe* in una pillola. Per la persona con una dipendenza, ossessionata dal sé, «può essere una benedizione sentirsi parte di qualcosa più ampio e più grande di se stessa, sentirsi riconnessa agli altri», al tessuto delle relazioni sociali e familiari che la dipendenza immancabilmente sfilaccia. «Molto spesso arrivano a riconoscere il male che stanno facendo non solo a se stessi ma anche ai loro cari. Ed è proprio da lì che spesso arriva la motivazione a cambiare – un rinnovato senso di connessione e responsabilità, come pure la sensazione positiva di essere un piccolo sé in presenza di qualcosa di più grande».

Il concetto di *awe*, compresi, poteva contribuire a collegare i diversi punti che stavo raccogliendo nel corso del mio viaggio nel territorio della terapia psichedelica. Non è del tutto chiaro se l'*awe* sia una causa o un effetto dei cambiamenti mentali favoriti dagli psichedelici. Comunque sia, però, è implicato in gran parte della fenomenologia della coscienza psichedelica, compresa l'esperienza mistica, l'effetto della veduta d'insieme, la trascendenza di sé, l'arricchimento del nostro ambiente interiore, e perfino la generazione di nuovi significati. Come ha scritto Keltner, la forza schiacciante e il mistero dell'*awe* sono tali che la sua esperienza non può facilmente essere interpretata servendosi dei consueti schemi di pensiero. Disturbando quei quadri concettuali, essa ha il potere di cambiare la nostra mente.

Tre: depressione

Al principio del 2017, quando Roland Griffiths e Stephen Ross presentarono alla FDA i risultati dei loro studi clinici sperando di ottenere l'approvazione per una più ampia sperimentazione di fase III sull'uso della psilocibina nei pazienti oncologici, accadde qualcosa di inatteso. Impressionato dai loro dati ed evidentemente per nulla scoraggiato dalle difficoltà esclusive poste dalla ricerca con gli psichedelici – per esempio il problema del mascheramento, la combinazione di terapia e medicina, e il fatto che la sostanza in questione è ancora illecita –, lo staff dell'FDA sorprese i ricercatori chiedendo loro di espandere il proprio interesse e le proprie ambizioni, verificando se la psilocibina non potesse essere usata per trattare il problema ben più vasto e urgente della depressione nella popolazione generale. Secondo le autorità regolatorie, i dati contenevano un «segnale» abbastanza forte del fatto che la psilocibina potesse alleviare la depressione; considerando l'enorme necessità di terapie e i limiti di quelle oggi disponibili, sarebbe stato un peccato non verificare quell'ipotesi. Ross e Griffiths si erano concentrati sui pazienti oncologici perché pensavano che sarebbe stato più semplice ottenere l'approvazione per lo studio di una sostanza controllata in persone già seriamente ammalate o in fase terminale. Adesso invece le autorità stavano dicendo loro di mirare più in alto. «Una cosa surreale» commentò Ross – due volte – raccontandomi l'episodio, ancora sbalordito dalla reazione e dall'esito di quell'incontro. (La FDA rifiutò di confermare o negare questa descrizione, spiegando che non rilascia dichiarazioni su sostanze in corso di sviluppo o in esame per l'approvazione).

Qualcosa di molto simile accadde in Europa, quando nel 2016 alcuni ricercatori si rivolsero all'EMA (l'European Medicines Agency, ovvero l'agenzia per la valutazione dei medicinali dell'Unione Europea) chiedendo l'approvazione per l'uso della psilocibina nel trattamento dell'ansia e della depressione in pazienti con diagnosi che stravolgono la vita. La «sofferenza esistenziale» non è una diagnosi ufficiale del DSM, sottolinearono le autorità, e quindi i servizi sanitari nazionali non ne copriranno i costi. Esiste tuttavia un segnale che la psilocibina possa essere utile nel trattamento della depressione: perché allora non fare un grande studio multicentrico per quell'indicazione?

L'EMA stava reagendo non solo ai dati della Hopkins e della NYU ma anche al piccolo «studio di fattibilità» sul possibile uso della psilocibina nella depressione diretto da Robin Carhart-Harris nel laboratorio di David Nutt all'Imperial College. In quest'ultimo lavoro, i cui risultati preliminari apparvero su «Lancet Psychiatry» nel 2016, i ricercatori somministrarono la psilocibina a sei uomini e sei donne con «depressione resistente al trattamento» – in altre parole, persone che avevano già provato senza successo almeno due terapie.³²⁷ Non era previsto gruppo di controllo, e quindi ciascuno sapeva che stava prendendo la psilocibina.

In capo a una settimana tutti i volontari mostrarono un miglioramento dei sintomi, e due terzi di essi non erano più depressi, in alcuni casi per la prima volta dopo anni. A tre mesi di distanza sette dei dodici volontari mostravano ancora un sostanziale beneficio. Lo studio fu ampliato così da comprendere un totale di venti volontari; dopo sei mesi, sei restavano in remissione, mentre gli altri avevano avuto ricadute di diversa entità, a indicazione del fatto che probabilmente il trattamento va ripetuto. Lo studio era di scala modesta e non randomizzato, ma dimostrò che in quella popolazione la psilocibina era ben tollerata, giacché non aveva indotto eventi avversi e la maggior parte dei soggetti aveva tratto benefici rapidi e marcati.³²⁸ L'EMA rimase a tal punto impressionata dai dati, che suggerì la conduzione di uno studio molto più ampio per il trattamento della depressione resistente al trattamento, un problema che in Europa affligge più di ottocentomila persone (su un totale – secondo l'Organizzazione mondiale della Sanità – di circa quaranta milioni di europei con disturbi depressivi).

Rosalind Watts era una giovane psicologa clinica che lavorava per il National Health Service quando lesse sul «New Yorker» un articolo riguardante la terapia con gli psichedelici.³²⁹ L'idea che si potesse effettivamente riuscire a curare la malattia mentale invece di limitarsi a gestirne i sintomi la spinse a scrivere a Robin Carhart-Harris, che la ingaggiò per collaborare allo studio sulla depressione: la prima incursione del suo laboratorio nella ricerca clinica. Watts guidò diverse sedute e poi condusse interviste qualitative con tutti i volontari a sei mesi dai trattamenti, sperando di capire esattamente quale fosse stato l'impatto della seduta con gli psichedelici.

Le interviste di Watts portarono alla luce due «temi» principali.³³⁰ Il primo era che i volontari descrivevano la propria depressione soprattutto come uno stato di «disconnessione»: dagli altri, dal proprio sé precedente, dai sensi e dai sentimenti, dalle convinzioni profonde e dai valori spirituali, oppure dalla natura. Diversi soggetti riferivano di vivere in una «prigione mentale», altri di essere «bloccati» in circoli viziosi di ruminazione infinita che paragonavano a «ingorghi» mentali. Mi tornò in mente l'ipotesi di Carhart-Harris, e cioè che la depressione possa derivare da un'iperattività della DMN – il sito del cervello in cui sembra aver luogo la ruminazione.

I soggetti depressi dell'Imperial si sentivano scollegati anche dai propri sensi. «Guardavo le orchidee» disse a Watts uno di loro «e razionalmente capivo che c'era della bellezza, ma non la sentivo».

Anche se solo temporaneamente, l'esperienza con la psilocibina aveva fatto uscire moltissimi volontari dalle loro gabbie mentali. Una partecipante allo studio mi disse che il mese successivo alla sua seduta era stato il primo periodo, dal 1991, in cui non si era sentita depressa. Altri descrissero esperienze simili.³³¹

«Fu come prendermi una vacanza dalla prigione del mio cervello. Mi sono sentito libero, pieno di energia».

«Fu come accendere la luce in una casa buia».

«Non sei più immerso negli schemi di pensiero; la copertura di cemento è saltata via».

«Un po' come quando fai la deframmentazione dell'hard disk del computer... Pensavo: "il mio cervello si sta deframmentando, è proprio fantastico!"».

Per molti volontari queste modificazioni nell'esperienza della propria mente si dimostrarono persistenti.

«La mia mente funziona in modo diverso. Rumino molto meno, e ho la sensazione che i miei pensieri siano ordinati, contestualizzati».

Diversi soggetti riferirono di essersi nuovamente connessi ai propri sensi.

«Mi cadde un velo che avevo sugli occhi, e all'improvviso le cose divennero chiare, luminose, brillanti. Guardavo le piante e percepivo la loro bellezza. Ancora adesso guardo le mie orchidee e riesco a sentirla – questa è una cosa che effettivamente è rimasta».

Alcuni rientrarono in connessione con se stessi:

«Provai tenerezza nei miei confronti».

«In sostanza, mi sento come prima della depressione».

Ci fu chi rientrò in contatto con le altre persone.

«Stavo parlando con degli sconosciuti. Avevo lunghe e intense conversazioni con chiunque incontrassi».

«Guardavo la gente per strada e pensavo: “Quanto siamo interessanti” – mi sentivo legato a tutti loro».

E alla natura.

«Prima, la natura mi dava piacere; adesso mi sento parte di essa. Prima la guardavo come un oggetto, come la tv o come un quadro. Invece tu sei parte di lei, non c'è alcuna separazione o distinzione, tu sei lei».

«Ero chiunque, un'unità, una vita con sei miliardi di facce. Ero quello che chiedeva amore e dava amore; nuotavo in mare, e allo stesso tempo il mare era me».

Il secondo tema principale era un nuovo accesso a emozioni difficili, che spesso la depressione ottunde o blocca completamente. Watts ipotizza che l'incessante ruminazione dei pazienti depressi limiti il loro repertorio emozionale. In altri casi, il depresso tiene a bada le emozioni perché viverle è troppo doloroso.

Questo è vero soprattutto per i traumi infantili. Watts mi mise in contatto con un trentanovenne che aveva partecipato allo studio: Ian Rouiller, un giornalista che scriveva di musica, il quale, da bambino, insieme alla sorella maggiore, era stato abusato dal padre. Divenuti adulti, i due fratelli denunciarono il genitore, che finì in carcere per diversi anni, ma questo non aveva alleviato la depressione che ha perseguitato Ian per gran parte della sua vita.

«Ricordo benissimo il momento in cui quell'orribile nube mi sovrastò la prima volta. Ero nella sala del Fighting Cocks, un pub di St. Albans. Avevo dieci anni». Gli antidepressivi furono d'aiuto per un po', ma «mettere il cerotto sulla ferita non guarisce nulla». Con la psilocibina, Ian riuscì per la prima volta a confrontarsi con il suo dolore di sempre – e con il padre.

«In genere, quando mi viene in mente papà, mi limito a respingere il pensiero. Ma quella volta andò diversamente». La sua guida gli aveva detto che doveva «affrontare e sperimentare» qualsiasi materiale spaventoso gli si presentasse durante il viaggio.

«Così questa volta lo guardai negli occhi. Per me fu una cosa veramente grandissima, letteralmente come affrontare il demone. E eccolo lì. Ma era un cavallo! Un cavallo militare in piedi sulle zampe posteriori, in divisa, con un elmo e un'arma da fuoco. Era terrificante, e volevo allontanare l'immagine, ma non lo feci. *Affrontare e sperimentare*. Così guardai il cavallo negli occhi – e cominciai immediatamente a ridere, era veramente ridicolo».

«Fu il momento della vera svolta in quello che era stato un *bad trip*. Adesso avevo ogni genere di emozione – positiva, negativa, non importa. Pensavo ai rifugiati [siriani] a Calais e cominciai a piangere per loro, e capivo che ogni emozione è valida come qualsiasi altra. Non devi scegliere felicità e divertimento, le cosiddette emozioni buone; andava bene anche avere pensieri negativi. È la vita. Per me, cercare di resistere alle emozioni non faceva che amplificarle. Una volta che entrai in questo stato fu bellissimo – un senso di profondo appagamento. Avevo questa sensazione travolgente – non era nemmeno un pensiero – che tutto e tutti, me compreso, dovessero essere avvicinati con amore».

Ian godette diversi mesi di sollievo dalla depressione e maturò anche una nuova prospettiva sulla sua vita – qualcosa che nessun antidepressivo gli aveva mai offerto. «Come Google Earth, avevo zoomato all'indietro» disse a Watts nell'intervista svoltasi sei mesi dopo. Per diverse settimane dopo la seduta «rimasi completamente connesso con me stesso, con ogni creatura vivente, con l'universo». Alla fine, però, l'effetto della veduta di insieme sparì, e Ian fece ritorno allo Zolof.

«Il brillio e la lucentezza che la vita e l'esistenza avevano riacquisito subito dopo la sperimentazione, e che conservarono per diverse settimane, a poco a poco svanirono»³³² scriveva un anno dopo. «Le rivelazioni avute durante la sperimentazione non mi hanno mai lasciato e non mi lasceranno mai. Ora, però, sembrano più delle idee» dice. Afferma che adesso sta meglio di prima ed è riuscito a conservarsi un lavoro, ma la depressione è tornata. Mi ha detto che vorrebbe poter fare un'altra seduta con la psilocibina all'Imperial; poiché attualmente non è possibile, a volte fa meditazione e riascolta la playlist usata nella sua seduta. «Mi aiuta molto a riportarmi laggiù».

Alla fine, più di metà dei volontari partecipanti alla sperimentazione dell'Imperial hanno visto tornare le nubi della depressione, e quindi sembra probabile che, qualora si dimostrasse utile e fosse approvata, la terapia psichedelica non si risolva in un unico intervento. Ad ogni modo i volontari consideravano preziosa anche la tregua temporanea, perché ricordava loro che esisteva un altro modo di essere, e che per riconquistarlo valeva la pena di impegnarsi. Come la terapia elettroconvulsiva, a cui per certi versi somiglia, la terapia con gli psichedelici è uno shock inferto al sistema – un «riavvio» o una «deframmentazione» – che può dover essere ripetuto di tanto in tanto (supponendo che, quando viene ripetuto, il trattamento funzioni altrettanto bene). Il potenziale della terapia spinge tuttavia autorità regolatorie, ricercatori e gran parte di coloro che si occupano di salute mentale a nutrire delle speranze.

«Io credo che questo possa rivoluzionare l'assistenza nel campo della salute mentale» mi disse Watts. La sua convinzione è condivisa da tutti gli altri ricercatori che lavorano sugli psichedelici e che ho intervistato.

«Quando contro una data malattia si ordinano tante medicine,» scrisse Čechov, che era medico oltre che scrittore, «significa solo che la malattia è incurabile». Ma che dire dell'inverso di quell'affermazione? Che cosa dovremmo pensare di un unico rimedio prescritto per moltissime malattie? Come è possibile che la terapia con gli psichedelici si riveli utile per disturbi diversi come la depressione, le dipendenze, l'ansia dei pazienti oncologici – per non parlare del disturbo ossessivo compulsivo (sul quale è stato svolto uno studio incoraggiante) e dei disturbi del comportamento alimentare (che la Hopkins ha in programma di studiare)?

Non dovremmo dimenticare che fin dall'inizio la ricerca sugli psichedelici è stata afflitta da entusiasmi irrazionali; la convinzione che queste molecole siano una panacea per qualsiasi nostro male risale almeno a Timothy Leary. Può darsi benissimo che l'attuale entusiasmo lascerà infine il passo a una valutazione più moderata del loro potenziale: all'inizio i nuovi trattamenti sembrano sempre più brillanti e promettenti. Nei primi studi condotti su piccoli campioni, i

ricercatori – che tendono a essere sbilanciati a favore del riscontro di un effetto – si permettono il lusso di selezionare i volontari che hanno maggiori probabilità di rispondere. Poiché i numeri sono tanto esigui, questi volontari si avvantaggiano delle cure e dell'attenzione di terapeuti eccezionalmente preparati e dedicati, anch'essi con una visione parziale a favore del successo del trattamento. Di solito, poi, l'effetto placebo è più forte per un nuovo medicinale, e col tempo tende a ridursi, come è stato osservato nel caso degli antidepressivi: oggi non sono neanche lontanamente efficaci com'erano negli anni Ottanta, dopo la loro introduzione. Nessuna di queste terapie psichedeliche si è finora dimostrata efficace in grandi popolazioni; più che dimostrazioni definitive di guarigione, i successi finora riportati dovrebbero essere considerati segnali promettenti che emergono dal rumore di fondo dei dati.

Nondimeno, il fatto che gli psichedelici abbiano prodotto tale segnale in una serie di indicazioni diverse può essere interpretato in una luce più positiva. Parafrasando Čechov, il fatto che un singolo rimedio sia prescritto per moltissime malattie potrebbe significare che esse sono più simili di quanto siamo soliti pensare. Se una terapia ha in sé un'implicita teoria del disturbo cui si propone di rimediare, il fatto che la terapia psichedelica sembri affrontare così tante indicazioni che cosa può insegnarci? Che cosa ha da dirci su ciò che quei disturbi hanno forse in comune, e sulla malattia mentale in genere?

Ho posto questa domanda a Tom Insel, l'ex direttore del National Institute of Mental Health. «Non mi sorprende affatto» che lo stesso trattamento si mostri promettente in moltissime indicazioni. Sottolinea poi che il DSM – il *Manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali*, ormai alla quinta edizione – traccia confini alquanto arbitrari tra i disturbi mentali, confini che si spostano a ogni nuova edizione.

Secondo Insel, «le categorie del DSM non riflettono la realtà»; esistono più che altro per comodità delle compagnie assicurative. «Questi disturbi mentali si trovano lungo un continuum, molto più di quanto riconosca il DSM». Qui si riferisce al fatto che, quando funzionano, gli SSRI sono utili per trattare, oltre alla depressione, tutta una serie di condizioni, compresi l'ansia e il disturbo ossessivo-

compulsivo, il che suggerisce l'esistenza di qualche meccanismo comune di fondo.³³³

Andrew Solomon, nel suo libro *Il demone di mezzogiorno*, traccia i collegamenti tra dipendenze e depressione, spesso presenti simultaneamente, come pure l'intimo rapporto tra depressione e ansia. Cita un esperto di ansia che ci suggerisce di pensare ai due disturbi come a «gemelli fraterni»: «La depressione è la risposta a una perdita passata, l'ansia a una perdita futura».³³⁴ Entrambi sono il riflesso di una mente impantanata nella ruminazione, in un caso intenta a rimuginare sul passato, nell'altro a preoccuparsi per il futuro. A distinguere i due disturbi è più che altro il tempo verbale.

Alcuni ricercatori attivi nel campo della salute mentale sembrano procedere a tentoni verso una grande teoria unificata della malattia mentale, benché non siano così pretenziosi da definirla così. David Kessler, il medico già a capo della FDA, ha recentemente pubblicato un libro intitolato *Capture: Unraveling the Mystery of Mental Suffering*, nel quale sostiene un tale approccio. «Capture» – cattura – è il suo termine per descrivere il comune meccanismo alla base di problemi quali dipendenze, depressione, ansia, mania e ossessione; secondo lui, tutti questi disturbi comportano abitudini apprese di pensiero e comportamento negativi che sequestrano la nostra attenzione intrappolandoci in circoli viziosi di autoriflessione. «Quello che era cominciato come un piacere diventa poi una necessità; quello che un tempo era cattivo umore diventa un continuo autoaccusarsi; quello che un tempo era un fastidio diventa una persecuzione», in un processo che Kessler descrive come una forma di «apprendimento inverso». «Ogni volta che rispondiamo [a uno stimolo], rafforziamo il circuito neurale che ci spinge a ripetere» i medesimi pensieri o comportamenti distruttivi.³³⁵

La scienza degli psichedelici potrebbe offrire un contributo allo sviluppo di una grande teoria unificata della malattia mentale – o almeno di alcune malattie mentali? La maggior parte dei ricercatori attivi nel campo – da Robin Carhart-Harris a Roland Griffiths, Matthew Johnson e Jeffrey Guss – è convinta che, nel cervello e nella mente, gli psichedelici agiscano su alcuni meccanismi di ordine superiore che probabilmente sono alla base di un'ampia gamma di

disturbi mentali e comportamentali, e forse anche della comune infelicità – e che contribuiscano a spiegarli.

Potrebbe essere qualcosa di semplice come il concetto di «riavvio mentale» – il *control-alt-delete* biologico di Matt Johnson –, che scuote il cervello liberandolo da schemi distruttivi (quali la «cattura» di Kessler) offrendo a nuovi schemi l'opportunità di metter radici. Potrebbe essere che, come ha ipotizzato Franz Vollenweider, gli psichedelici aumentino la neuroplasticità.³³⁶ La miriade di nuove connessioni che spuntano nel cervello durante l'esperienza psichedelica e che sono state mappate negli esperimenti di *neuroimaging* effettuati all'Imperial College, insieme alla disintegrazione di vecchie connessioni a lungo utilizzate, può servire semplicemente – per usare l'espressione di Robin Carhart-Harris – ad «agitare la palla di vetro con la neve»: una premessa per aprire nuove vie.

Mendel Kaelen, un olandese che svolge il suo lavoro di post-dottorato all'Imperial, propone un'altra metafora, sempre con la neve, ma più estesa: «Pensi al cervello come a una collina innevata e ai pensieri come a slitte che scivolano giù dal pendio. Via via che, una dopo l'altra, le slitte scendono sulla neve, vi lasceranno un piccolo numero di solchi più profondi. E ogni volta che scenderà un'altra slitta, sarà attirata nei solchi preesistenti, quasi come da una calamita». Quelle tracce più profonde rappresentano, nel cervello, le connessioni neurali più utilizzate, molte delle quali attraversano la DMN. «Col tempo, è sempre più difficile scendere dalla collina in una direzione diversa o percorrendo una qualsiasi altra traiettoria.

«Ora, pensi agli psichedelici come agenti che, temporaneamente, battono la neve. I solchi più profondi scompaiono, e all'improvviso le slitte possono andare anche in altre direzioni, esplorando nuovi paesaggi e creando letteralmente nuove piste». Quando la neve è più fresca, la mente è più impressionabile, e basta una minima esortazione – qualsiasi cosa, una canzone, un'intenzione o il suggerimento di un terapeuta – per esercitare un'influenza potente sulla sua direzione futura.

La teoria del cervello entropico proposta da Robin Carhart-Harris rappresenta una promettente elaborazione di quest'idea generale, e un primo tentativo in direzione d'una teoria unificata della malattia

mentale che contribuisca a spiegare tutti e tre i disturbi esaminati in queste pagine. Secondo lui, un cervello felice è un cervello flessibile ed elastico; la depressione, l'ansia, le ossessioni e il fortissimo desiderio tipico delle dipendenze sono ciò che si prova ad avere un cervello troppo rigido o fissato nelle sue vie e nei suoi collegamenti: un cervello con più ordine del giusto. Sullo spettro da lui tracciato nell'articolo sul cervello entropico – spettro che si estende dall'eccesso di ordine a quello di entropia – la depressione, la dipendenza e i disturbi ossessivi coincidono tutti con l'estremo del troppo ordine. (La psicosi si trova invece all'estremo entropico dello spettro, il che probabilmente spiega perché non risponda alla terapia con gli psichedelici).

Nella visione di Carhart-Harris, il valore terapeutico degli psichedelici sta nella loro capacità di aumentare temporaneamente l'entropia di un cervello troppo rigido, riscuotendo il sistema dai suoi schemi di default. Carhart-Harris usa la metafora della ricottura, prelevata dalla metallurgia: gli psichedelici introducono energia nel sistema, conferendogli la flessibilità necessaria perché esso si pieghi, e quindi cambi. I ricercatori della Hopkins usano una metafora simile per ribadire lo stesso concetto: la terapia psichedelica crea un intervallo di massima plasticità in cui, con una guida appropriata, è possibile apprendere nuovi schemi di pensiero e di comportamento.

Tutte queste metafore riferite all'attività del cervello sono esattamente quello – metafore – e non l'oggetto in sé. Nondimeno gli studi di *neuroimaging* eseguiti sui cervelli in trip all'Imperial College (da allora replicati in diversi altri laboratori usando non solo la psilocibina ma anche l'LSD e l'ayahuasca) hanno identificato modificazioni cerebrali misurabili conferendo credibilità a queste metafore. In particolare, i cambiamenti di attività e connettività riscontrati nella DMN sotto l'effetto degli psichedelici indicano la possibilità di mettere in relazione l'esperienza percepita in alcuni tipi di sofferenza mentale con qualcosa di osservabile e alterabile nel cervello. Se la DMN fa quello che i neuroscienziati pensano faccia, allora un intervento che abbia come bersaglio quella rete può forse contribuire ad attenuare diverse forme di malattia mentale, compresi

i disturbi che i ricercatori interessati agli psichedelici hanno sottoposto finora a sperimentazione.

Moltissimi dei volontari con cui ho parlato – sia tra i malati terminali, sia tra le persone con dipendenze o con depressione – raccontavano la sensazione di essere mentalmente «bloccati», catturati in circoli viziosi di ruminazione che sentivano di non poter spezzare. Parlavano di «prigioni del sé», di spirali di introspezione ossessiva che alzavano un muro tra loro e gli altri, la natura, il loro sé precedente e il momento attuale. Tutti questi pensieri e sentimenti possono essere generati da una DMN iperattiva, ovvero da quell'insieme di strutture cerebrali strettamente collegate che sono implicate nella ruminazione, nel pensiero autoreferenziale e nella metacognizione (pensare al pensiero). Il fatto che silenziando la rete cerebrale responsabile del pensiero su se stessi e della metacognizione sia possibile spingersi al di là di quella pista, o cancellarla dalla neve, ha una sua logica.

La DMN sembra essere la sede non soltanto dell'ego, o del sé, ma anche della abilità mentale di viaggiare nel tempo. Ovviamente le due cose sono strettamente legate: senza la capacità di ricordare il nostro passato e di immaginare un futuro, il concetto di un sé coerente sarebbe difficile da sostenere; noi ci definiamo facendo riferimento alla nostra storia personale e ai nostri obiettivi futuri (come scopre chi fa meditazione, se si smette di pensare al passato o al futuro e ci si immerge nel presente, il sé sembra scomparire). Il viaggio mentale nel tempo ci porta costantemente lontano dalla frontiera del momento presente, il che può avere un grande valore adattativo: ci permette di imparare dal passato e di pianificare il futuro. Ma quando il viaggio nel tempo diventa ossessivo, alimenta lo sguardo volto all'indietro della depressione e il protendersi in avanti dell'ansia. Anche la dipendenza sembra implicare un viaggio nel tempo incontrollabile – chi ne soffre se ne serve per scandire il tempo: *Quand'è stato l'ultimo buco, e quando posso farmi il prossimo?*

Affermare che la DMN è la sede del sé non è un'asserzione semplice, soprattutto se si considera che il sé può non essere del tutto reale. Nondimeno, possiamo dire che esiste un insieme di operazioni mentali – il viaggio nel tempo ne è un esempio –

associate al sé; pensate dunque ad esso semplicemente come al luogo di questo particolare insieme di attività mentali, molte delle quali sembrano avere la propria sede nelle strutture della DMN.

Un altro tipo di attività mentale che il *neuroimaging* ha collocato nella DMN (e specificamente nella corteccia del cingolo posteriore) è il lavoro del cosiddetto sé autobiografico o esperienziale: l'operazione mentale responsabile delle narrazioni che legano la nostra prima persona al mondo esterno, contribuendo in tal modo a definirci. «*Questo sono io*», «*Non merito di essere amata*», «*Sono il tipo di persona che non ha la forza di volontà per spezzare questa dipendenza*». Attaccarsi eccessivamente a queste narrazioni, ripeterle come verità immutabili su se stessi e non come storie soggette a revisione, contribuisce in modo potente alle dipendenze, alla depressione e all'ansia. La terapia con gli psichedelici sembra indebolire la presa di tali narrazioni, forse disintegrando temporaneamente le regioni della DMN in cui esse operano.

E poi c'è l'ego, forse la creazione più formidabile della DMN, il quale lotta per difenderci da minacce interne ed esterne. Quando tutto funziona come dovrebbe, l'ego mantiene l'organismo in carreggiata, aiutandolo a realizzare i suoi obiettivi e a far fronte alle sue necessità, in particolare quelle mirate alla sopravvivenza e alla riproduzione. Fa quel che va fatto. È anche, però, fondamentale conservatore. Come dice Matt Johnson, «l'ego ci trattiene nei nostri solchi»: nel bene e, a volte, nel male. Sporadicamente infatti può diventare tirannico e rivolgere i suoi formidabili poteri contro altre parti di noi stessi.³³⁷ Forse è questo che lega le varie forme di malattia mentale in cui la terapia con gli psichedelici sembra essere di maggior aiuto: implicano tutte un disturbo dell'ego – dispotico, punitivo e deviato.³³⁸

Nel discorso pronunciato a un college³³⁹ tre anni prima di togliersi la vita, David Foster Wallace chiese al suo pubblico di «pensare al vecchio luogo comune sulla mente, che “è un ottimo servitore ma un pessimo padrone”. Come molti luoghi comuni, in superficie tanto deboli e banali, esso esprime in effetti una verità grande e terribile» disse.

«Il fatto che quando commettono suicidio con un'arma da fuoco, quasi sempre gli adulti si sparino in testa, non è affatto una

coincidenza. Sparano a quel pessimo padrone».

Di tutti gli effetti fenomenologici riferiti dalle persone sotto l'effetto degli psichedelici, la dissoluzione dell'ego mi sembra di gran lunga il più importante e il più terapeutico. Ho trovato uno scarso consenso terminologico tra i ricercatori che ho intervistato; tuttavia, in ultima analisi, quando esplicitano le proprie metafore e i propri vocabolari – siano essi di natura spirituale, umanistica, psicoanalitica o neurologica –, essi indicano quale fondamentale fattore psicologico che orienta l'esperienza la perdita dell'ego o del sé (quella che Jung chiamava la «morte psichica»). È questa perdita a donarci l'esperienza mistica, il processo di far pratica della morte, l'effetto della veduta d'insieme, l'idea di un riavvio mentale, la costruzione di nuovi significati e l'esperienza dell'*awe*.

Consideriamo il caso dell'esperienza mistica: le sensazioni di trascendenza, sacralità, coscienza unitiva, infinitezza e beatitudine riferite dai soggetti possono tutte essere spiegate come ciò che una mente prova quando le viene improvvisamente a mancare il suo senso di essere, o di avere, un sé distinto. C'è forse da meravigliarsi se ci sentiamo tutt'uno con l'universo, nel momento in cui i confini tra il sé e il mondo, sorvegliati dall'ego, improvvisamente vengono meno? Poiché siamo creature che generano significati, la nostra mente cerca di escogitare nuove storie per spiegare quanto sta accadendo durante l'esperienza. Alcune di esse probabilmente saranno soprannaturali o «spirituali», se non altro perché i fenomeni sono così straordinari che è difficile dar loro una spiegazione utilizzando le nostre consuete categorie concettuali. Il cervello predittivo riceve un tal numero di segnali d'errore che è costretto a sviluppare nuove e stravaganti interpretazioni di un'esperienza che va oltre le sue capacità di comprensione.

Se poi le più grandiose di queste storie rappresentino una regressione al pensiero magico, come credeva Freud, oppure l'accesso a domini transpersonali quali l'«Intelletto in Genere», come credeva invece Huxley, è essa stessa una questione di interpretazione. Chi può dirlo con sicurezza? A me comunque sembra molto probabile che la perdita o la contrazione del sé faccia

sentire più «spirituali», comunque si decida di definire la parola, e che questo tenda a far stare meglio.

Il consueto antonimo del termine «spirituale» è «materiale». Questo almeno è ciò che credevo quando ho cominciato questa ricerca – ovvero che l'intera questione della spiritualità dipendesse da una questione di metafisica. Adesso sono incline a pensare che probabilmente un antonimo di «spirituale» molto migliore e di certo più efficace sia «egotistico». Il sé e lo spirito definiscono gli estremi opposti di uno spettro, ma affinché quello spettro abbia per noi un significato non occorre che si spinga al cielo: può benissimo restare qui sulla terra. Quando l'ego si dissolve, si dissolve anche una concezione limitata non soltanto del nostro sé ma anche del nostro personale interesse. Immancabilmente, quella che emerge al suo posto è un'idea più ampia, più magnanima e altruistica – in altre parole, più spirituale – di ciò che conta nella vita: un'idea in cui sembra essere prominente un nuovo senso di connessione o di amore, comunque lo si definisca.

«Il viaggio psichedelico può non darle ciò che desidera,» fu il memorabile avvertimento di più d'una guida; «ma le darà ciò di cui ha bisogno». Credo che nel mio caso sia stato così – forse nulla di simile a ciò per cui mi ero imbarcato, ma adesso capisco che in definitiva il viaggio è stato un'educazione spirituale.

Coda: conoscere la propria DMN

Subito dopo aver intervistato Judson Brewer, lo psichiatra e neuroscienziato che studia il cervello dei meditatori, mi si presentò l'opportunità – non farmacologica – di osservare la mia DMN. Come ricorderete, fu Brewer a scoprire che il cervello dei meditatori esperti è molto simile a quello delle persone sotto l'effetto della psilocibina: entrambe, la pratica meditativa e la «medicina», riducono drasticamente l'attività nella DMN.

Brewer mi invitò a visitare il suo laboratorio – presso il Center for Mindfulness alla facoltà di medicina della University of Massachusetts di Worcester – per effettuare qualche esperimento sulla mia DMN. Il suo laboratorio ha sviluppato uno strumento di

feedback neurale che consente ai ricercatori (e ai volontari) di osservare in tempo reale l'attività in una delle strutture fondamentali della DMN: la corteccia del cingolo posteriore (CCP).

Finora ho cercato di risparmiarvi i nomi e le funzioni di parti specifiche dell'anatomia cerebrale, ma questa devo descriverla in modo un po' più dettagliato. La corteccia del cingolato posteriore è un nodo al centro della DMN, implicato nei processi mentali autoreferenziali. Collocata in mezzo al cervello, connette la corteccia prefrontale – sito della nostra funzione esecutiva, dove facciamo progetti ed esercitiamo la volontà – ai centri della memoria e delle emozioni nell'ippocampo. Si ritiene che la CCP sia la sede del sé narrativo o esperienziale: sembra generare le storie che legano quello che ci accade alla sensazione persistente di chi siamo. Brewer crede che questa operazione particolare, quando è disturbata, sia alla radice di diverse forme di sofferenza mentale, comprese le dipendenze.

L'attività nella CCP è correlata non tanto ai pensieri e ai sentimenti quanto piuttosto, come spiega Brewer, al «nostro modo di *metterci in relazione* con i nostri pensieri e i nostri sentimenti». ³⁴⁰ È il sito in cui veniamo «trascinati in balia della nostra esperienza». (Questo ha particolare rilevanza per la persona dipendente: «Una cosa è provare desiderio», come sottolinea Brewer, «ma tutt'altra è rimanere irretito nei tuoi desideri»). Quand'è che prendiamo sul personale qualcosa che ci accade? Quando la CCP fa il suo (egotistico) mestiere. Ascoltare Brewer che la descrive equivale a farsi venire il sospetto che le neuroscienze possano avere finalmente trovato, nel cervello, l'indirizzo del centro *Ma su di te adesso basta!*

I buddhisti credono che l'attaccamento sia alla radice di tutte le forme di sofferenza mentale; se le neuroscienze hanno visto giusto, gran parte di questi attaccamenti hanno il loro ormeaggio nella CCP, dove sono alimentati e sostenuti. Brewer pensa che riducendo l'attività di questa struttura, grazie alla meditazione o agli psichedelici, possiamo imparare a «convivere con i nostri pensieri e i nostri desideri senza restarne irretiti». Negli insegnamenti buddhisti (e in quelli di diverse altre tradizioni di saggezza), raggiungere un

tale distacco dai propri pensieri, sentimenti e desideri rappresenta la via più sicura per liberarsi dalla sofferenza umana.

Brewer mi portò in una stanzetta oscurata, con una sedia comoda sistemata davanti al monitor di un computer. Un'assistente entrò portando il marchingegno: una cuffia da bagno in lattice rosso, con 128 sensori disposti in un fitto reticolo a coprire ogni centimetro della superficie. Ogni sensore era collegato a un cavo. Una volta sistemata con gran cura la cuffia sul mio cranio, l'assistente spruzzò un poco di gel conduttore sotto ciascuno dei 128 elettrodi, per assicurarsi che i deboli segnali emanati dal profondo del mio cervello potessero attraversare facilmente lo scalpo. Brewer mi fece una fotografia con il cellulare: m'era germogliato in testa un bizzarro groviglio di rasta high-tech.

Per stabilire il livello di attività basale della mia CCP, Brewer proiettò sullo schermo una serie di aggettivi: «coraggioso», «economico», «patriottico», «impulsivo», eccetera. La semplice lettura della lista non fa nulla per attivare la CCP, ed è per questo che a quel punto mi chiese di pensare a come quegli stessi aggettivi si applicassero, o non si applicassero, a me. Ovvero: *li prenda sul personale*. È precisamente per eseguire questo processo di pensiero, cioè per mettere in relazione pensieri ed esperienze al nostro senso di chi siamo, che esiste la CCP.

Una volta tracciata una linea basale, Brewer mi guidò, da un'altra stanza, in una serie di esercizi per capire se fossi in grado, con pensieri di diversa natura, di alterare l'attività della mia CCP. Completata ciascuna sequenza – della durata di qualche minuto –, proiettava sullo schermo di fronte a me un grafico a barre; la lunghezza di ciascuna barra indicava in quale misura l'attività nella mia CCP aveva superato la linea basale o era scesa sotto di essa, considerando intervalli di dieci secondi. Potevo seguire gli alti e bassi dell'attività della mia CCP anche ascoltando l'innalzamento e l'abbassamento di toni emessi da un dispositivo, ma trovavo questo sistema troppo distraente.

Cominciai cercando di meditare, un'abitudine che avevo preso all'inizio della mia incursione nella scienza e nella pratica della coscienza psichedelica. Una breve meditazione quotidiana era diventata un modo per rimanere in contatto con il genere di pensieri

avuti sotto l'effetto degli psichedelici. Scoprii che i trip mi avevano reso più facile calarmi in un luogo mentalmente silenzioso, cosa che in passato non mi era mai riuscita. Chiusi quindi gli occhi e cominciai a seguire il mio respiro. Non avevo mai cercato di meditare davanti ad altre persone, ed era imbarazzante, ma quando Brewer mandò il grafico sullo schermo vidi che ero riuscito ad acquietare – benché non di molto – la mia CCP: adesso la maggior parte delle barre era al di sotto della linea basale. Il grafico aveva, tuttavia, un profilo a dente di sega, con diverse barre sopra la linea basale: come mi spiegò Brewer, è quello che succede quando ci si sforza troppo di meditare e si è consapevoli dello sforzo. Eccolo lì, nero su bianco: il grafico del mio sforzo concentrato e della mia autocritica.

Poi Brewer mi chiese di fare un tipo particolare di meditazione, detto della «gentilezza amorevole», in cui devi chiudere gli occhi e intrattenere pensieri amichevoli e benevolenti sulle persone: prima su te stesso, poi su chi ti è più vicino, e infine su chi non conosci, l'umanità in senso lato. Le barre scesero prontamente sotto la linea basale, più in basso di prima: *questo mi veniva bene!* (ecco un pensiero di autoelogio che senza dubbio fece schizzare una barra verso il cielo).

Per la sequenza successiva, che era anche l'ultima, dissi a Brewer che mi interessava provare un esercizio mentale, una mia idea, ma che non volevo raccontargli di che si trattasse prima d'averlo fatto. Chiusi gli occhi e provai a richiamare alcune scene dei miei viaggi psichedelici. Quella che mi venne in mente per prima era l'immagine di un paesaggio bucolico, una coltre dolcemente ondulata di campi, foreste e stagni sulla quale incombeva, dall'alto, una sorta di gigantesca impalcatura rettangolare d'acciaio. La struttura, alta qualche piano ma cava, somigliava a un traliccio delle linee elettriche o a qualcosa che un bambino potrebbe montare con un gioco di costruzioni – tra i giocattoli preferiti della mia infanzia. Ad ogni modo, stando alla singolare logica dell'esperienza psichedelica, anche sul momento per me era chiaro che quella struttura rappresentava il mio ego mentre – presumo – il paesaggio sul quale incombeva era il resto di me.

La descrizione dà l'idea che la struttura fosse minacciosa, incumbente dall'alto come un UFO, ma in realtà il tono emotivo

dell'immagine era in larga misura benigno. La struttura si era rivelata vuota e superflua, e aveva perso la presa sul terreno – su di me. La scena mi aveva trasmesso una sorta di effetto della veduta d'insieme: *contempla il tuo ego*, robusto, grigio, vuoto e liberamente fluttuante come un traliccio staccato dal suolo. Considera quanto sarebbe più bella, la scena, se non ci fosse. Continuava a girarmi per la mente l'espressione «gioco per bambini»: quella struttura non era altro che un giocattolo, qualcosa che un bambino poteva montare e smontare a suo piacimento. Durante il trip il traliccio continuò a incombere gettando sulla scena un'ombra dal disegno complicato – ma adesso, nel ricordo, potevo immaginarla mentre si allontanava lentamente, lasciandomi... essere.

Chissà che genere di segnali elettrici fuoriuscirono dalla mia DMN durante questa fantasticheria, o – anche – che cosa simbolizzava quell'immagine. Avete letto questo capitolo: ovviamente, io ho pensato molto all'ego e alle sue frustrazioni. Qui, parte di quel pensiero era resa chiaramente visibile. Almeno nella fantasia, ero riuscito a staccarmi dal mio ego – qualcosa che non avrei mai creduto possibile prima di provare gli psichedelici. Non coincidiamo forse con esso? Che cosa resta di noi, senza di lui? La lezione impartita dagli psichedelici e dalla meditazione è la stessa: la risposta alla prima domanda è un *No!* e alla seconda un *Più che abbastanza*: compreso questo bel paesaggio della mente, che divenne ancora più bello quando lasciai che quell'assurda struttura d'acciaio fluttuasse via portandosi dietro la sua ombra.

Un *beep* segnalò che il test era finito. Dall'altoparlante mi arrivò la voce di Brewer: «A cosa diavolo stava *pensando?*». A quanto pare, ero precipitato sotto la linea basale. Glielo dissi, stando sulle generali. Sembrava emozionato all'idea che il mero ricordo di un'esperienza psichedelica potesse in qualche modo replicare quello che accade nel cervello durante l'esperienza vera e propria. Può darsi che stesse succedendo proprio quello; oppure, che il potere di silenziare la mia DMN risiedesse nel contenuto specifico dell'immagine e nel mero pensiero di dire addio al mio ego osservandolo fluttuar via come una mongolfiera.

Brewer cominciò a declamare ipotesi, le quali, in sostanza, sono tutto quello che la scienza può offrirci a questo punto: intuizioni,

teorie, moltissimi altri esperimenti da provare. Abbiamo una gran quantità di indizi e, oggi più che mai, un rinascimento della scienza degli psichedelici; restiamo però molto lontani da una comprensione esatta di quello che accade alla coscienza quando la alteriamo, con una molecola o con la meditazione. D'altra parte, mentre osservavo le barre del grafico lì davanti a me – quei grezzi geroglifici di pensiero psichedelico – mi sentii come ai margini di una immensa frontiera spalancata, con gli occhi strizzati per intravedere qualcosa di meraviglioso.

EPILOGO ELOGIO DELLA DIVERSITÀ NEURALE

Nell'aprile del 2017 la comunità psichedelica internazionale si riunì all'Oakland Convention Center for Psychedelic Science per un evento che, a intervalli di qualche anno, veniva organizzato dalla Multidiplinary Association for Psychedelic Studies (MAPS), l'organizzazione non-profit fondata da Rick Doblin nel 1986 con l'improbabile obiettivo di restituire alle sostanze psichedeliche la loro rispettabilità scientifica e culturale. Nel 2016 lo stesso Doblin sembrò colpito da quanto velocemente le cose si fossero messe in moto e quanto fossero andate lontano, e di come ormai la vittoria sembrasse a portata di mano. In precedenza, quello stesso anno, la FDA aveva approvato le sperimentazioni di fase III con la MDMA, e per la psilocibina non mancava molto. Se i risultati di queste sperimentazioni si avvicineranno a quelli della fase II, il governo dovrà presumibilmente riclassificare le due sostanze, e quindi i medici potranno prescriberle. «Noi non siamo la controcultura» disse Doblin a un giornalista durante la conferenza. «Noi siamo la cultura».³⁴¹

Quello che soltanto nel 2010 era stato un modesto raduno di psiconauti e di qualche ricercatore fuorilegge adesso era un congresso-con-assemblea di sei giorni che aveva attirato da tutto il mondo più di tremila persone desiderose di ascoltare la presentazione dei risultati ottenuti da ricercatori di venticinque paesi. Non che non ci fossero anche moltissimi psiconauti e schiere di semplici curiosi: tra conferenze, dibattiti e sedute plenarie, costoro giravano per un mercato diffuso che offriva libri sugli psichedelici, arte psichedelica e musica psichedelica.

Per me l'evento fu una sorta di rimpatriata, giacché raccolse sotto lo stesso tetto la maggior parte dei personaggi che compaiono nella mia storia. Riuscii a rivedere quasi tutti gli scienziati che avevo intervistato (anche se Robin Carhart-Harris, avendo un bambino in arrivo, non presenziò all'evento), come pure molte delle guide clandestine con le quali avevo lavorato.

Sembrava fossero tutti lì: scienziati accanto a guide e sciamani, psiconauti veterani, un nutrito contingente di terapeuti ansiosi di aggiungere gli psichedelici alla loro prassi, oltre a finanziatori, *filmmakers* e perfino qualche imprenditore che sentiva odore di opportunità illimitate. E benché io abbia colto frammenti di preoccupazione per via dei tentativi del nuovo procuratore generale degli Stati Uniti di rinfocolare la guerra contro le droghe, nel complesso l'atmosfera era senza dubbio festosa.

Quando chiesi ai partecipanti quale sessione considerassero più memorabile, quasi immancabilmente menzionarono la tavola rotonda intitolata «Future of Psychedelic Psychiatry».³⁴² La cosa più notevole di quel dibattito era l'identità dei partecipanti, identità che, in un evento sugli psichedelici, era fonte di dissonanza cognitiva: c'era Paul Summergrad, medico ed ex presidente dell'American Psychiatric Association, seduto accanto a Tom Insel, medico e già a capo del National Institute of Mental Health. L'incontro era organizzato e moderato da George Goldsmith, un imprenditore americano e consulente in campo sanitario e farmaceutico, con base a Londra. Negli ultimi anni lui e la moglie, la dottoressa russa Ekaterina Malievskaja, hanno dedicato considerevoli energie e risorse all'ottenimento dell'approvazione, nell'Unione Europea, della terapia assistita con psilocibina.

Nella sala stipata di pubblico in piedi, era chiaro a tutti che cosa rappresentassero esattamente i tre uomini sul palco, e cioè il riconoscimento della terapia con gli psichedelici da parte dell'*establishment* sanitario. Insel disse che i risultati conseguiti nel campo della salute mentale sono meno brillanti rispetto a quelli delle altre branche della medicina. Sottolineò che i modelli di assistenza convenzionali non sono riusciti ad abbassare il tasso di mortalità derivante dai disturbi mentali gravi e parlò della promessa rappresentata da nuovi modelli di trattamento, come la terapia con gli psichedelici. «Sono davvero impressionato dall'approccio che vedo qui» disse rivolto al gruppo. «La gente non dice semplicemente "somministreremo gli psichedelici". Parla di "psicoterapia assistita con psichedelici" ... Credo che sia un approccio veramente nuovo». Insel moderò tuttavia il suo entusiasmo, osservando che un paradigma tanto innovativo potrebbe creare problemi alle autorità

regolatorie, abituate come sono a valutare i nuovi farmaci utilizzati da soli.

George Goldsmith chiese a entrambi, Insel e Summergrad, quale consiglio avrebbero dato ai ricercatori presenti in sala, uomini e donne che lavorano diligentemente da anni per portare ai pazienti la terapia con gli psichedelici. Senza esitazione, Insel si rivolse al pubblico e disse: «Non mandate tutto a rotoli!».

«Qui possono esserci davvero molte prospettive,» disse Insel «ma è facilissimo dimenticare le questioni legate alla sicurezza, al rigore, ai rischi per la reputazione». Sugerì che probabilmente occorrerà modificare l'immagine degli psichedelici nell'opinione pubblica, e che sarebbe essenziale stare alla larga da qualsiasi cosa sappia di «uso ricreazionale». L'avvertimento suo e di Summergrad era che basta un unico ricercatore sciatto, o un solo paziente con un'esperienza disastrosa, per avvelenare il pozzo da cui bevono tutti. Nessuno dovette menzionare esplicitamente Timothy Leary.

Quanto siamo vicini a un mondo in cui la terapia con gli psichedelici sia una prassi approvata e di routine – e come sarebbe un mondo del genere? Bob Jesse era tra il pubblico quando l'ex capo del NIMH lanciò la sua frecciata contro l'«uso ricreazionale», e benché non lo vedessi, posso immaginare la sua smorfia. *E che cosa c'è, esattamente, di sbagliato nel ri-creare noi stessi?* Bob Jesse teme che la «medicalizzazione» degli psichedelici, invocata da questi relatori come l'unica autentica via, sia un errore.

Non che la medicalizzazione si prospetti facile: prima, occorrerà superare diverse barriere a livello regolatorio. Le sperimentazioni di fase III coinvolgono numerosi centri e centinaia di volontari: possono costare decine di milioni di dollari. Di norma a pagare il conto è Big Pharma, ma finora le aziende farmaceutiche hanno dimostrato scarso interesse per gli psichedelici. In primo luogo, questa classe di sostanze ha poco o nulla da offrire in termini di proprietà intellettuale: la psilocibina è un prodotto naturale, e il brevetto dell'LSD è scaduto da decenni. In secondo luogo, Big Pharma tende a investire in farmaci destinati alle patologie croniche, in altre parole il genere di

pillole da prendere ogni giorno. Perché mai investire su qualcosa di cui i pazienti potrebbero aver bisogno soltanto una volta nella vita?

La psichiatria affronta un dilemma simile: che si tratti degli antidepressivi da assumere quotidianamente o delle sedute settimanali di psicoterapia, anch'essa è legata a terapie interminabili. Certo, una seduta con gli psichedelici dura diverse ore e solitamente richiede la presenza di due terapeuti per tutta la sua durata; se funziona come si suppone che funzioni, però, non ci sarà da guadagnare sulla ripetizione del trattamento. Non è del tutto chiaro quale potrebbe essere il modello di business. Per adesso.

Diversi ricercatori e terapeuti che ho intervistato, d'altra parte, non vedono l'ora che arrivi il momento, non lontano, in cui la terapia con gli psichedelici sarà una routine facilmente disponibile, sotto forma d'un ibrido innovativo tra farmacologia e psicoterapia. George Goldsmith immagina una rete di centri per il trattamento con queste sostanze, strutture situate in ambienti naturali piacevoli dove i pazienti possano recarsi per le sedute. Per costruire questi centri, ha fondato una società denominata Compass Pathways, nella convinzione che essi possano offrire, per diverse malattie mentali, un trattamento abbastanza efficace ed economico perché i servizi sanitari nazionali europei lo rimborsino. Finora Goldsmith ha raccolto tre milioni di sterline per finanziare e organizzare in diversi centri europei le sperimentazioni con la psilocibina (cominciando da quelle sulla depressione resistente al trattamento). Sta già lavorando con l'IDEO, l'azienda internazionale di progettazione, per ridisegnare l'intera esperienza della terapia con gli psichedelici. Paul Summergrad e Tom Insel si sono uniti entrambi al suo comitato consultivo.

Katherine MacLean, l'ex ricercatrice della Hopkins che scrisse il fondamentale articolo sull'apertura all'esperienza, spera un giorno di istituire un «*hospice* psichedelico», un centro di ricovero immerso nella natura dove, non solo i malati terminali, ma anche i loro cari possano usare gli psichedelici, come aiuto per lasciare la presa: entrambi, i pazienti e i loro cari.

«Se limitiamo la somministrazione degli psichedelici al paziente,» spiega «ricadiamo nel vecchio modello medico. Gli psichedelici, però, sono più radicali. Io mi innervosisco quando la gente dice che

dovrebbero essere prescritti soltanto da un medico. Ho in mente un'applicazione più ampia».

Nelle parole di MacLean, è facile cogliere gli echi dell'esperienza psichedelica degli anni Sessanta, l'entusiasmo di fronte al loro potenziale di aiutare non soltanto i malati ma chiunque. Questo genere di pensiero – o di discorso – dà sui nervi ad alcuni dei suoi colleghi *mainstream*: è esattamente il tipo di esternazione dal quale Insel e Summergrad avevano messo in guardia la comunità. Buona fortuna.

«Il miglioramento delle condizioni di chi sta bene» è ben presente nella mente della maggior parte dei ricercatori che ho intervistato, benché alcuni di loro fossero più riluttanti a discuterne ufficialmente rispetto ad *outsiders* istituzionali come Bob Jesse, Rick Doblin e Katherine MacLean. Per loro, l'accettazione da parte della classe medica è un primo passo verso un'accettazione culturale molto più ampia – nella visione di Doblin verso una completa legalizzazione, in quella di MacLean e Jesse verso qualcosa di più attentamente controllato. Jesse vorrebbe vedere queste sostanze somministrate da guide preparate in quelli che definisce «contesti multigenerazionali longitudinali» – e che nella sua descrizione suonano molto simili a delle chiese (si pensi qui alle chiese in cui l'ayahuasca è usata in un contesto rituale, somministrata da anziani esperti in situazioni collettive). Altri immaginano invece un futuro in cui chi desidera un'esperienza psichedelica – vuoi per ragioni di salute mentale, di ricerca spirituale o di semplice curiosità – possa recarsi, molto sporadicamente, in qualcosa di simile a un «club di salute mentale», come l'ha descritto Julie Holland, una psichiatra che lavorava al Bellevue con Stephen Ross. «Una specie di incrocio tra un centro benessere, un luogo di ritiro e una palestra, dove sia possibile sperimentare gli psichedelici in un ambiente sicuro e in grado di offrire supporto».³⁴³

Tutti parlano dell'importanza di guide psichedeliche ben preparate – abilitate a esercitare – e della necessità, dopo la seduta, di aiutare le persone a integrare le loro potenti esperienze così da comprenderle e renderle veramente utili. Tony Bossis parafrasa una dichiarazione, a questo proposito, di Huston Smith, lo studioso di religione e volontario del Good Friday Experiment: «Di per se stessa,

un'esperienza spirituale non rende spirituale una vita». L'integrazione è essenziale per comprendere l'esperienza, sia all'interno sia all'esterno del contesto medico: altrimenti rimane semplicemente un'esperienza di droga.

Per quanto riguarda le guide stesse, vengono già formate e certificate: alla fine del 2016 il California Institute of Integral Studies diplomò la prima classe di quarantadue terapeuti psichedelici (nell'ambiente clandestino questo è uno sviluppo che preoccupa chi teme d'essere lasciato indietro quando la terapia con gli psichedelici diverrà lecita. D'altra parte, è difficile immaginare che questi professionisti, con tutta l'esperienza e l'abilità che hanno, non continuino a trovare clienti soprattutto tra le persone sane).

Quando chiesi a Rick Doblin se temesse un'altra reazione negativa, sottolineò che dagli anni Sessanta la nostra cultura ha fatto parecchia strada, dimostrando una notevole capacità di digerire moltissime delle innovazioni culturali escogitate in quel periodo.

«Era un'epoca davvero diversa. La gente allora non parlava neanche di cancro o di morte. Alle donne venivano somministrati sedativi per partorire, e gli uomini non erano ammessi in sala parto! Lo yoga e la meditazione erano considerati un mistero totale. Adesso la consapevolezza è patrimonio comune, tutti fanno yoga, e ovunque ci sono centri nascita e *hospices*. Abbiamo integrato tutte queste cose nella nostra cultura. E io credo che ora siamo pronti a integrare anche gli psichedelici».

Doblin osserva che tra coloro che oggi sono ai vertici delle nostre istituzioni molti appartengono a una generazione che conosce bene queste molecole. Il che, lascia intendere, è l'autentica eredità di Timothy Leary. È facile per i ricercatori di oggi disprezzare le sue «buffonate» e incolparlo d'aver fatto deragliare la prima ondata di ricerca; eppure, come Doblin sottolinea sorridendo, «non ci sarebbe mai stata una seconda ondata se Leary non avesse "acceso" un'intera generazione». Infatti. Considerate il caso di Paul Summergrad, che ha parlato pubblicamente del suo personale uso giovanile degli psichedelici. In un'intervista videoregistrata con Ram Dass,³⁴⁴ mostrata al meeting del 2015 della American Psychiatric Association, Summergrad raccontò ai suoi colleghi di come un trip con l'acido fatto al college avesse avuto un valore formativo nel suo

sviluppo intellettuale (anche Jeffrey Lieberman, un altro ex presidente dell'America Psychiatric Association, ha scritto sulle intuizioni attinte dai suoi esperimenti giovanili con l'LSD).³⁴⁵

Eppure... Per quanto io voglia credere alla luminosa previsione di Doblin, non è difficile immaginare che le cose possano facilmente uscire dai binari. Tony Bossis ne conviene, benché speri che un giorno gli psichedelici diventino un approccio di routine nelle cure palliative.

«In America non moriamo bene. Chiedete alla gente dove vuole morire, e vi dirà – a casa, con i propri cari. La maggior parte di noi, invece, muore in un'unità di cura intensiva. Il più grande tabù in America è la conversazione sulla morte. Certo, le cose stanno migliorando; adesso abbiamo gli *hospices*, che soltanto poco tempo fa non esistevano. Per un medico, però, lasciar andare un paziente è ancora un'onta». Doblin crede che gli psichedelici abbiano non solo il potenziale di intavolare quella difficile conversazione, ma anche quello di cambiare l'esperienza stessa della morte. Se i medici li accetteranno.

«Questa cultura ha paura della morte, paura della trascendenza, e paura dell'ignoto: tutte cose che sono parte integrante di questo lavoro». A causa della loro stessa natura, è probabile che gli psichedelici siano troppo sovversivi per essere accolti dalle nostre istituzioni: a queste ultime, in genere, piace mediare l'accesso dell'individuo all'autorità – quale che sia, medica o spirituale – l'esperienza con gli psichedelici, invece, offre qualcosa di simile a una rivelazione diretta, il che la rende intrinsecamente antinomista. Nondimeno, alcune culture sono riuscite a concepire forme di rituali per contenere e imbrigliare le loro energie dionisiache: pensate ai misteri eleusini dell'antica Grecia o alle cerimonie sciamaniche attualmente fiorite nelle Americhe intorno al peyote o all'ayahuasca. Non è impossibile.

La prima volta che sollevai l'idea di Jesse – di migliorare le condizioni delle persone sane – parlando con Roland Griffiths, lui mi diede l'impressione di agitarsi un po' sulla sedia, e poi scelse le parole con cura. «Culturalmente, adesso come adesso, è un'idea pericolosa da promuovere». Eppure, da quello che ci siamo detti nell'arco di tre anni, è chiaro che anche secondo lui molti di noi, e

non solo chi affronta il cancro o la depressione o le dipendenze, potrebbero trarre beneficio da queste molecole straordinarie e, ancor di più, dalle esperienze spirituali a cui esse – come Griffiths stesso crede e come, in effetti, ha dimostrato la sua ricerca – possono aprire una porta.

«Tutti noi dobbiamo affrontare la morte» mi disse quando ci incontrammo la prima volta. «È qualcosa di troppo prezioso per limitarlo ai malati». Uomo prudente, consapevole delle mine politiche che possono ancora trovarsi sul cammino, Griffiths ritoccò leggermente quell'ultima frase, formulandola al futuro: «Sarà qualcosa di troppo prezioso per limitarlo ai malati».

Per quanto mi riguarda, spero sinceramente che in futuro il genere di esperienze che ho avuto io con gli psichedelici *non* sia limitato ai malati, e possa essere più ampiamente disponibile. Intendo forse dire che secondo me queste sostanze dovrebbero semplicemente essere legalizzate? Non proprio. È vero: io ho avuto un'esperienza molto positiva facendo un uso «ricreazionale» della psilocibina, senza il supporto di una guida – e per alcune persone questo potrebbe funzionare. Prima o poi, però, sembra che tutti incappino in un trip per il quale l'attributo «bad» è di gran lunga annacquato. Se dovesse accadere, di certo non vorrei trovarmi da solo. Per me, lavorare a tu per tu con una guida esperta, in un luogo sicuro, lontano dalla mia vita quotidiana, si è rivelato il modo ideale di esplorare gli psichedelici. Esistono comunque altri modi di strutturare il viaggio – di fornire un contenitore sicuro alle sue energie potenzialmente travolgenti. L'ayahuasca e il peyote sono tradizionalmente usati in gruppo, con un leader – spesso ma non necessariamente uno sciamano – che ha un ruolo di supervisione e aiuta gli altri a orientarsi e a interpretare l'esperienza. A prescindere dal fatto che lo si faccia individualmente o in gruppo, comunque, avere qualcuno preparato ed esperto che possa «stare al tuo fianco» – per usare un'espressione dai toni vagamente New Age – è più significativo e confortante di quanto avrei immaginato.

Non solo le mie guide crearono un *setting* in cui mi sentivo abbastanza sicuro da abbandonarmi all'esperienza psichedelica, ma in seguito mi aiutarono anche a comprenderla. Altrettanto importante, mi aiutarono a capire che c'era qualcosa che valeva la

pena di essere capito – e questo non è affatto scontato. È fin troppo facile liquidare quanto avviene nella nostra mente durante un viaggio psichedelico semplicemente come un'«esperienza di droga» – che poi è proprio quello che la nostra cultura ci incoraggia a fare. Matt Johnson mise in chiaro questo punto la prima volta che parlammo: «Supponiamo che dei diciannovenni prendano i funghi a una festa. Uno di loro ha un'esperienza profonda. È arrivato a capire che cosa è Dio, oppure il proprio legame con l'universo. Che cosa dicono i suoi amici? “Oh, ragazzo, te ne sei fatti troppi ieri sera! Devi darci un taglio!”».

«“Eri sbronzo o ti eri fatto?” – questo è quello che dice la nostra cultura quando uno ha un'esperienza potente».

Eppure, basta un istante di riflessione per comprendere che attribuire il contenuto dell'esperienza psichedelica alle «droghe» non spiega praticamente nulla di esso. Le immagini, le narrazioni e le rivelazioni non provengono dal nulla, e di certo non da una sostanza chimica: vengono invece dall'interno della nostra mente, e come minimo hanno qualcosa da dirci su *quella*.³⁴⁶ Se sogni, fantasie e libere associazioni meritano d'essere interpretati, allora di sicuro lo merita anche il materiale, più vivido e dettagliato, offertoci dal viaggio psichedelico. Materiale che apre una nuova porta sulla nostra mente.

E su quella, i viaggi psichedelici m'hanno insegnato una quantità di cose interessanti. Molte erano il genere di informazioni che si potrebbero apprendere nel corso della psicoterapia: intuizioni su relazioni importanti; i contorni di paure e desideri solitamente lontani dalla vista; ricordi ed emozioni rimossi e – forse le più utili e intriganti – nuove prospettive sul funzionamento della propria mente.

Qui, io credo, sta il grande valore dell'esplorazione di stati di coscienza non ordinari: nella luce che essi gettano su quelli ordinari, che non sembrano più tali, né così trasparenti. Comprendere, come concluse William James, che la normale coscienza in stato di veglia non è che una delle molte forme potenziali di coscienza – modi di percepire o interpretare la realtà –, separate da essa soltanto «dal più trasparente degli schermi», significa riconoscere che, nella migliore delle ipotesi, la nostra descrizione della realtà, interiore o esteriore che sia, è incompleta. È possibile che nel consueto stato di

veglia la coscienza offra una mappa fedele del territorio della realtà: in molti casi funziona, ma è soltanto una mappa – e non è l'unica. Sul perché, poi, esistano queste altre modalità di coscienza, possiamo solo fare delle ipotesi. Il più delle volte, gli interessi della sopravvivenza sono tutelati al meglio dalla normale coscienza dello stato di veglia, che ha quindi un grande valore adattativo. Nell'esistenza di un individuo o di una comunità vi sono tuttavia alcuni momenti in cui le novità creative proposte dagli stati di coscienza alterati introducono esattamente il tipo di variazione che può orientare una vita, o una cultura, su una nuova strada.

Per me, il momento in cui riconobbi l'inconsistenza e la relatività della mia DMN arrivò quel pomeriggio in cima alla montagna, quando Fritz mi insegnò come entrare in uno stato di *trance* servendomi soltanto di un tipo di respirazione rapida e del suono di percussioni ritmiche. *E questo dove diavolo era stato durante tutta la mia vita?* Non è nulla che Freud o moltissimi psicologi ed economisti comportamentali non ci avessero già detto, ma adesso per me l'idea che la coscienza «normale» non sia che la punta di un iceberg psichico, in larga misura non mappato, è qualcosa di più di una teoria: ora la vastità nascosta della mente è una realtà percepita.

Non intendo implicare d'aver raggiunto questo stato di consapevolezza che trascende l'ego: ne ho avuto soltanto un assaggio. Queste esperienze non durano, o quanto meno, per me non sono durate. Dopo ciascuna delle mie sedute psichedeliche c'era un periodo di diverse settimane in cui mi sentivo decisamente diverso – più calato nel presente, molto meno incline ad arrovellarmi sul futuro. Ero anche molto più emotivo e in diverse occasioni mi sono sorpreso nel constatare quanto poco occorresse per farmi piangere o sorridere. Mi ritrovavo a pensare a cose come la morte, il tempo e l'infinito, ma non tanto in uno stato d'angoscia, quanto piuttosto di meraviglia (passavo una sconsiderata quantità di tempo a riflettere su quale evenienza improbabile e fortunata sia vivere qui e ora, alla frontiera tra due eternità di non esistenza). E poi tutt'a un tratto, inaspettatamente, s'abbattevano su di me onde di compassione, o di meraviglia, o di pietà.

Era un modo di essere che consideravo prezioso ma purtroppo, ogni volta, alla fine svaniva. È difficile non ricadere nei solchi familiari

dell'abitudine mentale: sono così ben battuti; è difficile resistere alla forza di marea esercitata da quelle che i buddhisti chiamano «energie dell'abitudine». A questo si aggiungano poi le aspettative altrui, che insidiosamente ti inducono a un certo modo d'essere te stesso, non importa quanto tu voglia tentarne un altro. Dopo un mese, o pressappoco, ero in larga misura tornato alla linea di partenza.

Non del tutto, però, non completamente. Perché proprio come nel caso dei pazienti depressi da me intervistati a Londra – che raccontavano di essere rafforzati e addirittura ispirati da quei periodi di licenza dalla gabbia della depressione – l'esperienza d'un altro modo di essere persiste nella memoria come una possibilità e una destinazione.

Nel mio caso, l'esperienza psichedelica aprì una porta su una particolare modalità della coscienza, che adesso posso di tanto in tanto ritrovare nella meditazione. Sto parlando di un certo spazio cognitivo che si apre verso la fine di un trip, oppure anche nel mezzo di un trip leggero, uno spazio in cui ci si può intrattenere in ogni genere di pensiero e scenario senza giungere ad alcuna risoluzione. Ricorda, per certi versi, la coscienza ipnagogica, quello stato soglia, in equilibrio sul confine del sonno, quando immagini e frammenti di storie d'ogni tipo affiorano per breve tempo prima di fluttuar via. In questo caso, invece, lo stato si prolunga, e quanto vi emerge può essere chiaramente rievocato. E benché immagini e idee non siano sotto il tuo diretto controllo, ma sembrano piuttosto arrivare e andarsene di propria iniziativa, tu *puoi* lanciare un tema o cambiarlo, come fosse un canale della tv. L'ego non è del tutto assente – non sei stato disintegrato in particelle, né ritorni da quello stato particolare –, ma il flusso di coscienza sta imboccando il suo corso erratico, e tu ti stai facendo portare, ondeggiando alla deriva, senza guardare né avanti né indietro, immerso nelle correnti dell'essere invece che in quelle del fare. Nondimeno, un certo tipo di lavoro mentale in realtà *viene fatto*, e a volte sono riemerso da quello stato con delle idee, delle immagini o delle metafore utilizzabili.³⁴⁷

Le mie avventure psichedeliche mi hanno fatto familiarizzare con questo territorio mentale e a volte – non sempre – mi accorgo che posso tornarci nel corso della mia meditazione quotidiana. Non so se

questo sia esattamente il luogo in cui dovrei essere quando medito, ma sono sempre felice di trovarmi sospeso in questo particolare flusso mentale. Non lo avrei mai scoperto se non fosse stato per gli psichedelici. Questo mi sembra uno dei grandi doni che essi offrono: l'espansione del proprio repertorio di stati coscienti.

Il fatto che il viaggio psichedelico abbia luogo per intero nella mente non significa che non sia reale. È in ogni caso un'esperienza e, per alcuni di noi, una delle più profonde che si possano avere. In quanto tale, prende il suo posto come un aspetto del paesaggio di una vita. Può servire come punto di riferimento, come cartello indicatore, come sorgente e, per alcuni, come una sorta di segnale spirituale o di santuario. Per me, le esperienze psichedeliche sono punti di riferimento intorno ai quali muoversi e a cui rivolgersi per ricevere significati – su me stesso, ovviamente, ma anche sul mondo. Penso in continuazione a diverse immagini comparse nel corso dei miei trip, nella speranza di scartare il pacchetto di quello che sembra un dono di significato: proveniente da dove, o da che cosa, o da chi, non so dirlo. C'era quel traliccio d'acciaio che incombeva sul paesaggio del sé. Oppure l'immagine del cranio di mio nonno che mi fissava nello specchio di Mary. O gli alberi in cui mi apparvero i miei genitori, alberi maestosi ma adesso cavi che rischiavano di cadere alla prima tempesta di vento. Oppure il pozzo d'inchiostro del violoncello di Yo-Yo Ma, che risuonava nel caldo abbraccio di morte della musica di Bach. Ma c'è un'altra immagine che non ho condiviso e che continuo a pensare debba contenere qualche insegnamento importante, anche se continua a sconcertarmi.

L'ultimo viaggio psichedelico che ho fatto è stato con l'ayahuasca. Fui invitato a unirmi a un circolo di donne che si ritrovano ogni tre o quattro mesi per lavorare con un'ottima guida, una donna ultraottantenne che s'era formata con Leo Zeff (e che, a sua volta, aveva poi formato Mary, che guidò il mio trip con la psilocibina). Questa esperienza fu diversa dalle altre in quanto ebbe luogo in compagnia di una buona decina di altri viaggiatori, per me tutti estranei. Confacente a questo particolare preparato psichedelico – un tè ottenuto dall'infusione di due piante amazzoniche (le liane di una e le foglie dell'altra) – c'era un notevole cerimoniale, secondo le

modalità sciamaniche: il canto di *icaros* tradizionali, preghiere e invocazioni alla «nonna» (nota anche come «pianta maestro» o ayahuasca), campane, sonagli e *shakapas*, mentre venivano soffiati su di noi vari fumi e incensi. Tutto questo contribuiva a uno stato d'animo di profondo mistero e sospensione dello scetticismo particolarmente benvenuto, dal momento che ci trovavamo in una scuola di yoga lontani da qualsiasi giungla.

Come è sempre accaduto per tutti i miei viaggi, la notte precedente era stata insonne, mentre una parte di me cercava di convincere l'altra a non fare questa cosa folle. Naturalmente, quella parte era il mio ego, che prima di ogni trip ha combattuto con ferocia e ingegno la minaccia alla propria integrità, disseminando dubbi e scenari catastrofici che mi era difficile allontanare. *Come la mettiamo col cuore, amico mio? Potresti morire! E se vomitassi, o peggio ancora te la facessi addosso?! E se poi la «nonna» riesumasse qualche trauma infantile? Davvero vuoi liberarlo in mezzo a quegli estranei? Donne?* (Parte del potere dell'ego deriva dal controllo che esercita sulle facoltà razionali). Quando arrivai all'incontro avevo i nervi a pezzi, ed ero assillato da ripensamenti e riripensamenti sul buon senso di quanto stavo per fare.

Tuttavia, come ogni volta, non appena inghiottii la «medicina» scivolando oltre il punto di non ritorno, la voce del dubbio tacque e io mi abbandonai a qualsiasi cosa mi attendesse. Che non fu diversa dalle altre mie esperienze psichedeliche, salvo un paio di eccezioni notevoli. Forse perché il tè – denso, pungente e inaspettatamente dolce – fa sentire la sua presenza aliena nello stomaco e nell'intestino, l'esperienza con l'ayahuasca è più fisica di quella con alcuni altri psichedelici. Non ho vomitato, ma ero molto consapevole del denso infuso che si muoveva dentro di me e, nel momento in cui la DMT (il principio attivo dell'ayahuasca) salì, la immaginai come un rampicante che si avvolgeva alle anse del mio intestino, occupando il mio corpo prima di farsi strada, in un percorso lento e tortuoso, fino alla mia testa.

Seguirono moltissimi ricordi e immagini, alcuni orribili, altri magnifici, ma voglio descriverne uno in particolare perché, sebbene non lo capisca del tutto, coglie qualcosa che mi è stato insegnato dagli psichedelici, qualcosa di importante.

Poiché quando iniziò la cerimonia nella stanza c'era ancora un po' di luce, indossavamo tutti delle mascherine, e la mia stringeva leggermente intorno alla testa. All'inizio del viaggio sentii i lacci neri trasformarsi in sbarre. La mia testa era in una gabbia d'acciaio. Le sbarre cominciarono poi a crescere, scendendo dalla mia testa fino a circondarmi il torso e quindi le gambe. Adesso ero intrappolato da capo a piedi, in una gabbia d'acciaio nero. Io premevo contro le sbarre, ma quelle non cedevano: non c'era modo di venirne fuori. Il panico stava montando, quando notai alla base della gabbia l'apice verde di un rampicante. Cresceva costantemente verso l'alto e poi girava, sinuosamente, scivolando tra due sbarre, liberandosi e allo stesso tempo protendendosi verso la luce. «Una pianta non può essere messa in gabbia» sentii me stesso pensare. «Solo un animale può essere chiuso in gabbia».

Non saprei dire che cosa significhi, sempre che significhi qualcosa. Forse la pianta mi stava mostrando la via d'uscita? Può darsi, ma non è che io potessi effettivamente seguirla – dopo tutto, io sono un animale. Eppure sembrava che stesse cercando di insegnarmi *qualche cosa*, che mi stesse proponendo una sorta di koan affinché io lo decifrassi, ed è da allora che me lo giro e rigiro nella mente. Magari era una lezione su quanto sia folle accostarsi a un ostacolo a testa bassa, sul fatto che a volte la risposta non sta nell'applicazione della forza ma nel cambiare i termini del problema in modo da fargli perdere il suo potere senza di fatto disintegrarlo. Sembrava una sorta di jujitsu; il rampicante, infatti, non stava semplicemente evadendo dai confini della gabbia: ne stava usando la struttura per migliorare la propria situazione, arrampicandosi più in alto per ricevere più luce.

Oppure può essere che la lezione fosse più universale, qualcosa riguardante le piante stesse e il modo in cui noi le sottostimiamo. La mia pianta maestro – cominciavo a pensare al rampicante in questi termini – stava cercando di dirmi qualcosa su se stessa e sul regno verde che rappresentava, un regno che ha sempre avuto un ruolo importante nel mio lavoro e nella mia immaginazione. Che le piante siano intelligenti io lo credo da tempo – non necessariamente nel modo a cui noi pensiamo all'intelligenza, ma in un modo appropriato a loro. Noi possiamo fare molte cose che le piante non possono fare,

ma anche loro riescono a fare moltissime cose che noi non sappiamo fare – per esempio evadere da gabbie d'acciaio, oppure nutrirsi della luce del sole. Se definiamo l'intelligenza come l'abilità di risolvere i nuovi problemi che la realtà propone ai viventi, senza dubbio le piante ne sono dotate. Possiedono anche capacità di agire, una consapevolezza del loro ambiente, e una sorta di soggettività – un insieme di interessi che perseguono, e di conseguenza un punto di vista. Ma anche se queste sono tutte idee in cui credo da tempo e che sono pronto a difendere, non le avevo mai *sentite* vere e tanto radicate come mi accadde dopo i miei viaggi psichedelici.

Il rampicante impossibile da confinare in gabbia mi ricordava di quel primo viaggio con la psilocibina, quando sentii le foglie e le piante del giardino restituirmi lo sguardo. Uno dei doni degli psichedelici è quel loro rianimare il mondo, come se distribuissero la benedizione della coscienza più ampiamente e uniformemente sul paesaggio – spezzando, nel farlo, il monopolio umano sulla soggettività, qualcosa che noi moderni diamo per scontato. Ai nostri occhi noi siamo gli unici soggetti coscienti del mondo, mentre il resto del creato è costituito da oggetti; per i più egotisti tra noi, contano come oggetti perfino le altre persone. La coscienza psichedelica rovescia questa prospettiva offrendoci una lente più ampia e generosa attraverso cui osservare la qualità soggettiva – lo spirito! – di ogni cosa: animale, vegetale, perfino minerale, adesso tutte in qualche modo in grado di restituirci lo sguardo. Gli spiriti, a quanto pare, sono ovunque. Raggi di relazione appaiono tra noi e tutti gli Altri del mondo.

Perfino nel caso dei minerali la fisica moderna (dimenticate gli psichedelici!) ci dà ragione di domandarci se qualche forma di coscienza non possa forse entrare nella costruzione della realtà. La meccanica quantistica sostiene che la materia potrebbe non essere così incontaminata dalla mente, come vorrebbero farci credere i materialisti. Per esempio, fintanto che non viene misurata – ovvero percepita da una mente – una particella subatomica può occupare simultaneamente più posizioni. Solo allora, e non un istante prima, essa scivola nella realtà come noi la conosciamo: acquista coordinate precise nello spazio e nel tempo. L'implicazione qui è che

la materia potrebbe non esistere come tale in assenza di un soggetto percipiente. Inutile dire che – ai fini di un’interpretazione materialista della coscienza – questo solleva alcune questioni difficili: il terreno sotto i nostri piedi potrebbe essere molto meno solido di quello che pensiamo.

Benché *sia* in effetti una teoria molto psichedelica, di fatto questa non è la visione di qualche psiconauta, ma della fisica quantistica. Ne faccio menzione solo perché conferisce un po’ dell’autorità della scienza a speculazioni che altrimenti sembrerebbero del tutto folli. Io tendo ancora a pensare che la coscienza *debba* essere confinata al cervello, d’altra parte ne sono meno sicuro adesso di quanto lo fossi prima di imbarcarmi in questo viaggio. Può darsi che anche la mia convinzione sia scivolata fuori, tra le sbarre di quella gabbia. I misteri resistono. Posso però dire questo con certezza: la mente è più vasta, e il mondo davvero molto più vivo, di quanto pensassi quando sono partito.

GLOSSARIO

Allucinogeni – Classe di sostanze psicoattive che inducono allucinazioni: comprendono sostanze psichedeliche, sostanze a effetto dissociativo e sostanze che inducono deliri. Il termine è spesso usato come sinonimo di psichedelico, anche se gli psichedelici non producono necessariamente allucinazioni complete.

Ayahuasca – Tè psichedelico ottenuto combinando piante native del bacino amazzonico, di solito *Banisteriopsis caapi* e *Psychotria viridis* (o *P. chacruna*), usato come sacramento dalle popolazioni indigene del Sud America. *P. chacruna* contiene il composto psichedelico DMT (N,N-dimetiltriptamina), che viene però disattivato dagli enzimi digestivi a meno che non sia ingerito insieme a un inibitore delle monoaminoossidasi (presente in *Banisteriopsis*). Nel 2006 la corte suprema degli Stati Uniti sancì il diritto della chiesa UDV, con sede in Brasile, di usare l'ayahuasca come sacramento.

Beckley Foundation – Organizzazione fondata nel 1998 da Amanda Feilding in Inghilterra, al fine di sostenere la ricerca sugli psichedelici e fare pressione a livello internazionale per la riforma delle leggi sulle droghe. L'organizzazione prende il nome dalla proprietà di famiglia di Amanda Feilding nell'Oxfordshire (BeckleyFoundation.org).

5-MeO-DMT (5-metossi-N,N-dimetiltriptamina) – Composto psichedelico potente, con azione di breve durata, presente in alcune piante sudamericane e nel veleno del rospo del deserto di Sonora (*Incilius alvarius*). In genere il veleno del rospo viene vaporizzato e fumato; la 5-MeO-DMT ottenuta dalle piante viene invece solitamente assunta nella forma di un preparato da fiuto. Il composto è stato usato come sacramento in Sud America per molti anni; sintetizzato nel 1936, è stato bandito soltanto nel 2011.

Council on Spiritual Practices (CSP) – Organizzazione non-profit fondata da Bob Jesse nel 1993 allo scopo di «rendere l'esperienza diretta del sacro più accessibile a un maggior numero di persone». Il CSP ha contribuito a organizzare e finanziare i primi esperimenti nell'ambito della ricerca sugli psichedelici condotta alla Johns Hopkins; ha anche appoggiato la causa che nel 2006 si concluse con la decisione della Corte Suprema statunitense di riconoscere l'ayahuasca come sacramento della chiesa UDV. Nel 1995 il CSP ha approntato e pubblicato il *Code of Ethics for Spiritual Guides* adottato da molte guide psichedeliche operanti in clandestinità (csp.org).

DMN (default mode network) – Insieme di strutture cerebrali interagenti descritto per la prima volta da Marcus Raichle, neuroscienziato della Washington University. La DMN – letteralmente «rete della modalità di default», meglio nota in italiano come «connettività funzionale intrinseca» – è così chiamata perché è attiva soprattutto quando il cervello si trova in uno stato di riposo; essa collega alcune regioni della corteccia cerebrale con strutture del cervello evolutivamente più antiche e situate più in profondità, coinvolte nella memoria e nelle emozioni. (Le sue componenti più importanti comprendono, e connettono, la corteccia del cingolo posteriore, la corteccia prefrontale mediale e l'ippocampo). Studi di *neuroimaging* indicano che la DMN è implicata in attività «metacognitive» di ordine superiore quali l'autoriflessione, la proiezione mentale, i viaggi nel tempo e la teoria della mente, ovvero la capacità di attribuire stati mentali agli altri. Durante le esperienze psichedeliche l'attività della DMN si riduce: spesso, quando tale riduzione è molto brusca, i volontari riferiscono una dissoluzione del senso del sé.

DMT (N,N-dimetiltriptamina) – Composto psichedelico dagli effetti a rapida insorgenza, intensi e di breve durata, a volte detto «il trip dell'uomo d'affari» (*businessman trip*). Questa triptamina si trova in molte piante e animali, per ragioni non ancora chiarite.

Empatogeno – Sostanza psicoattiva che induce un aumentato senso di connessione, apertura emozionale e compassione. L'MDMA, o ecstasy, è un empatogeno. A volte denominato anche «entactogeno».

Enteogeno – Dal greco, «che genera il divino internamente». Sostanza psicoattiva che produce o facilita un'esperienza spirituale. Gli enteogeni sono stati usati per migliaia di anni in molte culture, sia da sciamani, sia nel contesto di pratiche religiose o spirituali. Il termine venne tuttavia coniato solo negli anni Settanta da un gruppo di studiosi comprendente R. Gordon Wasson, Richard Evans Schultes, Jonathan Ott e Carl Ruck. La parola intendeva contribuire a riabilitare gli psichedelici, distinguendo il loro antico ruolo spirituale dagli usi ricreazionali che spesso ne sono stati fatti a partire dagli anni Sessanta.

Esalen, o Esalen Institute – Centro di ritiro con sede a Big Sur, in California, fondato nel 1962 con l'intento di esplorare i vari metodi per espandere la coscienza, spesso genericamente indicati con l'espressione «movimento del potenziale umano». Prima che le sostanze psichedeliche fossero bandite, Esalen si era identificato con il movimento psichedelico; negli anni successivi ospitò diversi incontri nel corso dei quali furono messe a punto le strategie per riabilitare e riavviare la ricerca sugli psichedelici. Molte guide che oggi lavorano in clandestinità furono formate a Esalen.

Fenetilamine – Classe di molecole organiche, e anche il nome di uno dei due principali tipi di composti psichedelici (l'altro è quello delle triptamine); la mescalina e la MDMA sono esempi di fenetilamine.

Harvard Psilocybin Project («Progetto psilocibina» di Harvard) – Il programma di ricerca psicologica istituito nel 1960 da Timothy Leary e Richard Alpert (che in seguito si rinominò Ram Dass) al Department of Social Relations di Harvard. I ricercatori (tra i quali c'era Ralph Metzner, allora specializzando) somministrarono la psilocibina a centinaia di volontari in un «*setting* naturalistico»;

condussero esperimenti anche sui detenuti della Concord State Prison e su studenti di teologia alla Marsch Chapel della Boston University. Successivamente, il gruppo cominciò a lavorare con l'LSD. Nel 1962 il progetto fu sopraffatto dalle polemiche e venne chiuso quando si seppe che Alpert aveva somministrato psilocibina a uno studente non ancora laureato, in violazione dei suoi accordi con Harvard. Leary e Alpert istituirono, sempre a Cambridge, ma indipendentemente da Harvard, un'organizzazione che proseguisse il lavoro del progetto, e la chiamarono International Federation for Internal Freedom.

Heffter Research Institute – Organizzazione non-profit istituita nel 1993 da David E. Nichols, chimico e farmacologo della Purdue University, in collaborazione con diversi colleghi, allo scopo di sostenere la ricerca scientifica sui composti psichedelici. L'istituto venne così denominato in onore di Arthur Heffter, il chimico, farmacologo e medico tedesco che per primo, negli anni Novanta dell'Ottocento, identificò la mescalina come componente psicoattiva del peyote. Fondato in un periodo in cui la ricerca sugli psichedelici era ormai dormiente da vent'anni, l'Heffter Institute ha avuto un ruolo fondamentale, benché discreto, nella ripresa di quella ricerca; in particolare, ha contribuito al finanziamento della maggior parte delle sperimentazioni sulla psilocibina svolte in America a partire dalla fine degli scorsi anni Novanta, comprese le ricerche condotte alla Hopkins e alla NYU (Heffter.org).

LSD (dietilamide dell'acido lisergico) – Noto anche come «acido», questo composto psichedelico venne sintetizzato nel 1938 da Albert Hofmann, un chimico svizzero che lavorava per la Sandoz e stava cercando una sostanza che stimolasse la circolazione. L'LSD era la venticinquesima molecola ricavata da Hofmann dagli alcaloidi prodotti dall'ergot, un fungo che infetta i cereali. Quando il composto si rivelò inefficace come medicinale, Hofmann lo accantonò, ma cinque anni dopo, mosso da un presentimento, tornò a sintetizzarlo. Avendone accidentalmente ingerita una piccola quantità, ne scoprì le potenti proprietà psicoattive. Nel 1947 la Sandoz commercializzò l'LSD come farmaco per uso psichiatrico con il nome di Delysid,

salvo poi ritirarlo nel 1966 dopo che il composto era comparso sul mercato nero.

MAPS (Multidisciplinary Association for Psychedelic Studies) – Organizzazione non-profit fondata nel 1986 da Rick Doblin per promuovere la conoscenza delle sostanze psichedeliche e sostenere la ricerca scientifica sulle loro applicazioni terapeutiche. L'associazione, che ha sede a Santa Cruz in California, ha concentrato i suoi sforzi sull'MDMA (ecstasy) come intervento terapeutico per soggetti con disturbo post-traumatico da stress (PTSD). Nel 2016 ha ottenuto dall'FDA l'approvazione per condurre sperimentazioni di fase III sull'MDMA, nel trattamento del PTSD; nel 2017 l'FDA ha indicato l'MDMA come «*breakthrough therapy*», ovvero una terapia innovativa, per il PTSD, spianando così la strada a una procedura di approvazione accelerata. Doblin, e l'associazione, hanno avuto un ruolo fondamentale nella ripresa della ricerca sugli psichedelici. Essa promuove anche Psychedelic Science, il congresso internazionale dedicato alla ricerca sugli psichedelici le cui diverse edizioni si tengono nella California Settentrionale a distanza di qualche anno una dall'altra.

MDMA (3,4-metilendiossimetanfetamina) – Composto psicoattivo sintetizzato dalla Merck nel 1912 ma mai commercializzato. Risintetizzato negli anni Settanta dal chimico della Bay Area Alexander «Sasha» Shulgin, il composto si diffuse come complemento alla psicoterapia in quanto le sue qualità di «empatogeno» aiutavano i pazienti a stabilire un forte legame di fiducia con i terapeuti. Negli anni Ottanta la sostanza fece la sua comparsa sulla scena *rave*, dov'era venduta con il nome di ecstasy (o E, o in seguito Molly); nel 1986 il governo federale inserì l'MDMA nella Tabella 1, dichiarandola quindi sostanza d'abuso senza alcun uso medico riconosciuto. Recenti sperimentazioni sponsorizzate dal MAPS, tuttavia, ne hanno dimostrato il valore nel trattamento del PTSD. La MDMA non è considerata uno «psichedelico classico», in quanto sembra agire su vie cerebrali differenti da quelle della psilocibina o dell'LSD.

Mescalina – Composto psichedelico derivante da diverse specie di cactacee, tra cui il peyote e il San Pedro (*Echinopsis pachanoi*). Fu identificata e nominata dal chimico tedesco Arthur Heffter nel 1897. Nelle *Porte della percezione* Huxley narra la sua prima esperienza con questa sostanza.

Microdosaggio – La pratica di ingerire, a distanza di qualche giorno l'una dall'altra, piccole dosi cosiddette «sub-percettive» di uno psichedelico, in genere LSD o psilocibina, come aiuto per la salute o le prestazioni mentali. Un comune protocollo prevede l'assunzione di dieci microgrammi di LSD (un decimo di una dose media) ogni quattro giorni. La prassi è relativamente recente, e finora le evidenze della sua efficacia restano aneddotiche. Sono in corso diverse sperimentazioni.

MK-Ultra – Nome in codice di un programma di ricerca segreto condotto dalla CIA a partire dal 1953 e poi chiuso nel 1963 o nel 1964. In varie occasioni la CIA cercò di determinare se l'LSD e i composti affini potessero essere utilizzati come metodo per il controllo della mente; come strumento negli interrogatori (un siero della verità); come arma biologica (immiettendola negli acquedotti in territorio nemico); o anche come strumento politico (somministrandola agli avversari per indurli a comportamenti insensati). Nel contesto del programma di ricerca – che in alcune occasioni coinvolse quarantaquattro tra università e college – civili e personale militare ignari ricevettero le sostanze a volte con conseguenze disastrose. Il pubblico venne a conoscenza del programma MK-Ultra durante le udienze della Commissione Church sulla CIA tenute nel 1975; altre udienze sul programma si svolsero in seguito, nel 1977. La maggior parte dei documenti dell'agenzia ad esso relativa era stata tuttavia distrutta nel 1973 per ordine del suo direttore Richard Helms.

Mystical Experience Questionnaire (MEQ) – Questionario psicologico sviluppato da Walter Pahnke e William Richards negli anni Sessanta, allo scopo di valutare se un volontario partecipante a una sperimentazione avesse avuto un'esperienza di tipo mistico. Il

questionario cerca di misurare, su una scala da uno a cinque, sette attributi di un'esperienza mistica: unità interna; unità esterna; trascendenza dal tempo e dallo spazio; qualità ineffabile e paradossa; senso di sacralità; qualità noetica; stato d'animo positivo, profondamente sentito. Da allora sono state messe a punto diverse edizioni rivedute del MEQ.

Placebo attivo – Tipo di placebo usato nelle sperimentazioni sui farmaci per indurre il volontario a credere di aver ricevuto la sostanza psicoattiva oggetto di studio. Nelle sperimentazioni sulla psilocibina, sono stati usati a tale scopo la niacina, che produce una sensazione di formicolio, e il metilfenidato (il principio attivo di Ritalin), che è uno stimolante.

Psichedelico – Dal greco, significa «che rende manifesta la mente». Il termine venne coniato nel 1956 da Humphry Osmond per descrivere sostanze come l'LSD e la psilocibina, che producono drastiche alterazioni della coscienza.

Psicolitico – Termine coniato negli anni Sessanta per una sostanza, o una dose di sostanza, che allenta i vincoli della mente, consentendo al materiale subconscio di penetrare nella consapevolezza del soggetto. È anche il nome dato a una forma di psicoterapia che fa uso di basse dosi di psichedelici per allentare l'ego del paziente senza cancellarlo.

Psicotomimetico – Qualunque sostanza produca effetti simili alla psicosi. Il termine era comune per riferirsi all'LSD e a sostanze analoghe quando vennero introdotte in psichiatria negli anni Cinquanta: i ricercatori credevano che producessero psicosi temporanee, e che ciò avrebbe permesso di comprendere la natura della malattia mentale offrendo ai terapeuti l'opportunità di sperimentare personalmente la follia.

Psilocibina – Il principale composto psicoattivo presente nei funghi psilocibinici.

Psilocina – Uno dei due principali composti psicoattivi presenti nei funghi psilocibinici. L'altro è la psilocibina, che in determinate condizioni si scinde dando luogo alla psilocina. Entrambi i composti furono isolati (dai funghi forniti da R. Gordon Wasson) e nominati da Albert Hofmann nel 1958. È la psilocina a conferire ai funghi psilocibinici la loro colorazione azzurrognola quando vengono strofinati.

Psilocybe – Genere comprendente circa duecento specie di funghi con lamelle, delle quali pressapoco la metà sintetizza composti psicoattivi come la psilocibina e la psilocina. I funghi *Psilocybes* sono distribuiti in tutto il mondo. Il loro possesso è illegale in molti stati. Le specie più note di questo genere sono *Psilocybe cubensis*, *Psilocybe cyanescens*, *Psilocybe semilanceata* e *Psilocybe azurescens*.

Qualità noetica – Termine introdotto dallo psicologo americano William James per riferirsi al fatto che lo stato mistico è vissuto non solo come un sentimento ma anche come uno stato della conoscenza. I soggetti ne riemergono con la persistente convinzione che siano state rivelate loro importanti verità. La qualità noetica era, per James, uno dei quattro segni dell'esperienza mistica, insieme all'ineffabilità, alla transitorietà e alla passività.

Recettore 5-HT_{2A} – Uno dei diversi tipi di recettori presenti nel cervello che rispondono al neurotrasmettitore serotonina. Anche i composti psichedelici si legano a questo recettore, innescando una cascata di eventi (scarsamente compresi) che danno luogo all'esperienza psichedelica. A causa della sua caratteristica struttura molecolare, l'LSD si lega particolarmente bene a questo recettore; una porzione di quest'ultimo, poi, si ripiega sulla molecola di LSD e la trattiene al proprio interno, il che potrebbe spiegare l'intensità e la lunga durata dell'azione psichedelica.

Respirazione ologotropa – Esercizio di respirazione sviluppato a metà degli anni Settanta dal terapeuta psichedelico Stanislav Grof e da sua moglie Christina dopo la messa al bando dell'LSD. Respirando rapidamente, con espirazioni profonde, fin quasi

all'iperventilazione, i soggetti entrano in uno stato di coscienza alterato senza far uso di sostanze. Questo stato simile alla *trance* può dare accesso a materiale subconscio. «Olotropico» significa «orientato verso il tutto, l'interezza, la completezza».

Set e setting - L'ambiente – rispettivamente interno ed esterno – in cui ha luogo un'esperienza con una droga; il primo si riferisce alla disposizione mentale e alle aspettative che il soggetto porta nell'esperienza; il secondo alle circostanze esterne in cui essa ha luogo. Nel caso degli psichedelici *set* e *setting* esercitano una particolare influenza. Il conio di questi termini è generalmente attribuito a Timothy Leary, ma i concetti furono riconosciuti e utilizzati da ricercatori precedenti, per esempio Al Hubbard.

Triptamine – Classe di molecole organiche comuni in natura, nonché il nome di uno dei due tipi principali di composti psichedelici; l'altro è quello delle fenetilamine. L'LSD, la psilocibina e la DMT sono triptamine. Anche la serotonina, che è un neurotrasmettitore, fa parte delle triptamine.

Valvola di riduzione – Termine usato da Aldous Huxley nel suo *Le porte della percezione* per riferirsi al filtro che ammette nella nostra consapevolezza solo un «misero rigagnolo della specie di coscienza» necessaria per sopravvivere. Secondo Huxley, il valore degli pschedelici stava nella loro capacità di aprire la valvola di riduzione, dandoci accesso alla pienezza dell'esperienza e all'universale «Intelletto in Genere».

RINGRAZIAMENTI

Cambiare la propria mente, o il proprio argomento di scrittura, non è mai cosa facile, e non avrei mai arrischiato questo libro, meno che mai l'avrei portato a termine, se non fosse stato per l'incoraggiamento e il sostegno delle persone intorno a me. Ann Godoff, mia editor ormai da circa quarant'anni, non batté ciglio e nemmeno impallidì quando le dissi che volevo scrivere un libro sugli psichedelici; durante tutta la lavorazione di questo volume – l'ottavo che facciamo insieme – il suo entusiasmo e la sua guida editoriale sicura sono stati una benedizione. Anche Amanda Urban ha favorito quest'avventura in moltissimi modi: il mio debito nei suoi confronti, maturato durante un'intera carriera, è incalcolabile. Un grazie anche alle superbe squadre dei loro rispettivi uffici: Sarah Hutson, Casey Denis e Karen Mayer alla Penguin; e, all'ICM, Liz Farrell, Maris Dyer, Daisy Meyrick, Molly Atlas e Ron Bernstein.

La cosa migliore dell'essere giornalista è che ti pagano – da adulto – per imparare argomenti interamente nuovi. D'altra parte, un'educazione continua di questo tipo non sarebbe possibile senza la pazienza delle persone a cui chiediamo di farci da maestri. Sono grato a tutti – gli scienziati, i volontari, i pazienti, i terapeuti e i sostenitori – che hanno sopportato le mie numerose, lunghe interviste e tutte le mie domande stupide. Un grazie speciale va a Bob Jesse, Roland Griffiths, Matthew Johnson, Mary Cosimano, Bill Richards, Katherine MacLean, Rick Doblin, Paul Stamets, James Fadiman, Stephen Ross, Tony Bossis, Jeffrey Guss, George Goldsmith, Ekaterina Malievskaia, Charles Grob, Teri Krebs, Robin Carhart-Harris, David Nutt, David Nichols, George Sarlo, Vicky Dulai, Judson Brewer, Bia Labate, Gabor Maté, Lisa Callaghan e Andrew Weil. Benché non siano tutti citati per nome, coloro che ho intervistato sono stati tutti ottimi maestri – e io sono loro profondamente grato per la pazienza che hanno dimostrato verso le mie domande, e la generosità delle loro risposte. Molte persone hanno corso un rischio considerevole nel condividere la propria storia con me; anche se non posso ringraziarle pubblicamente, ho

un immenso debito di riconoscenza con le molte guide clandestine che mi hanno offerto con tanta generosità il loro tempo, la loro esperienza e la loro saggezza. È un vero peccato che almeno per adesso la loro pratica di guaritori dipenda da atti di disobbedienza civile.

Ho trascorso un anno piacevole e produttivo come *fellow* del Radcliffe Institute for Advanced Study a Harvard, un periodo che mi ha dato l'opportunità di fare ricerche, e di scrivere la storia della ricerca sugli psichedelici, nella stessa città in cui si svolse un suo importante capitolo. L'istituto mi ha offerto l'ambiente perfetto per seguire un progetto che tocca numerose discipline diverse: mi bastava andare in fondo al corridoio per consultare un neuroscienziato, un biologo, un antropologo o un giornalista d'inchiesta. A Radcliffe ho avuto la fortuna di avere come assistente un tenace laureando che mi ha aiutato a orientarmi negli archivi di Harvard e che – una dopo l'altra – scopriva gemme nascoste: grazie, Teddy Delwiche. Sono anche in debito con Ed Wasserman, mio preside alla Graduate School of Journalism di Berkeley, per avermi concesso un periodo di aspettativa dall'insegnamento, così che potessi andare a Cambridge e, in seguito, portare a termine il libro.

A Berkeley, Bridget Huber ha fatto un lavoro splendido, prima come assistente di ricerca e poi come *fact-checker*; è tutto merito della sua scrupolosità e della sua abilità se questo è, tra i miei libri, quello meglio documentato. Molti miei colleghi a Berkeley hanno enormemente contribuito alla mia formazione nel campo delle neuroscienze e della psicologia: David Presti, Dacher Keltner e Alison Gopnik hanno arricchito questo libro più di quanto ne siano essi stessi consapevoli e, nel caso di David e della sua partner Kristi Panik, che hanno letto una bozza del capitolo sulle neuroscienze, mi hanno salvato da errori grandi e piccoli (non hanno, peraltro, alcuna responsabilità degli errori eventualmente rimasti). Mark Edmundson mi ha dato alcuni consigli iniziali fondamentali che mi hanno aiutato a dar forma alla narrazione, e Mark Danner è stato, come sempre, un prezioso ascoltatore durante le nostre camminate a Inspiration Point. Mi ritengo particolarmente fortunato ad avere come caro amico un editor accorto e generoso come Gerry Marzorati; i suoi

commenti sul manoscritto sono stati preziosi e hanno risparmiato, a voi cari lettori, diverse migliaia di parole inutili.

La mia prima incursione nel tema degli psichedelici fu un pezzo pubblicato nel 2015 sul «New Yorker», *The Trip Treatment*; ringrazio Alan Burdick, il talentuoso editor che mi incaricò di scriverlo, e David Remnick, per averlo considerato adatto alla pubblicazione; quel pezzo ha aperto molte porte.

Per la fondamentale assistenza nella ricerca offertami lungo il percorso, come pure per la loro indispensabile biblioteca online, sono profondamente grato a Earth and Fire, proprietari di Erowid, la più importante risorsa esistente sugli psichedelici. Dategli un'occhiata.

Per la loro consulenza legale saggia, utile e rassicurante, sono riconoscente al mio caro amico Howard Sobel e al suo collega Marvin Putnam dello studio Latham & Watkins. Dormo molto più tranquillo sapendo che sono pronti a difendermi.

Il progetto di un lungo libro – questo forse più degli altri – riesce a modulare l'atmosfera emotiva d'una famiglia. Isaac, per me ha significato moltissimo poter parlare dei miei viaggi con te; sono sempre uscito dalle nostre conversazioni con qualcosa di intelligente, utile e inatteso. Il tuo sostegno, la tua curiosità e il tuo incoraggiamento hanno fatto la differenza.

Quando mi sono imbarcato in questo viaggio lungo e strano, Judith si chiese che cosa avrebbe potuto significare per il nostro sodalizio di oltre trent'anni. Ne sarei riemerso in qualche modo cambiato? Mai avrei immaginato che dopo tutto questo tempo qualcosa potesse avvicinarci – e invece ecco. Grazie per avermi spinto a provare qualcosa di nuovo, per le domande indagatrici, le intuizioni lungo il cammino, l'editing attento di ogni capitolo e – soprattutto – grazie per aver viaggiato con me.

BIBLIOGRAFIA

- Bai, Yang, Laura A. Maruskin, Serena Chen, Amie M. Gordon, Jennifer E. Stellar, Galen D. McNeil, Kaiping Peng e Dacher Keltner, *Awe, the Diminished Self, and Collective Engagement: Universals and Cultural Variations in the Small Self*, in «Journal of Personality and Social Psychology», 113 (2017), 2, pp. 185-209. doi:10.1037/pspa0000087.
- Barrett, Frederick S., Hollis Robbins, David Smooke, Jenine L. Brown e Roland R. Griffiths, *Qualitative and Quantitative Features of Music Reported to Support Peak Mystical Experiences During Psychedelic Therapy Sessions*, in «Frontiers in Physiology», 8 (luglio 2017), pp. 1-12. doi:10.3389/fpsyg.2017.01238.
- Beacon Health Options, *We Need to Talk About Suicide*, 2017.
- Belser, Alexander B., Gabrielle Agin-Liebes, T. Cody Swift, Sara Terrana, Nese Devenot, Harris L. Friedman, Jeffrey Guss, Anthony Bossis e Stephen Ross, *Patient Experiences of Psilocybin-Assisted Psychotherapy: An Interpretative Phenomenological Analysis* in «Journal of Humanistic Psychology», 57 (2017), 4, pp. 354-88. doi:10.1177/0022167817706884.
- Bogenschutz, Michael P., Alyssa A. Forcehimes, Jessica A. Pommy, Claire E. Wilcox, P.C.R. Barbosa e Rick J. Strassman, *Psilocybin-Assisted Treatment for Alcohol Dependence: A Proof-of-Concept Study*, in «Journal of Psychopharmacology», 29 (2015), 3, pp. 289-99. doi: 10.1177/0269881114565144.
- Brewer, Judson, *The Craving Mind: From Cigarettes to Smartphones to Love – Why We Get Hooked and How We Can Break Bad Habits*, Yale University Press, New Haven, Conn., 2017 [Vincere la dipendenza. Sigarette, smartphone, relazioni: come superare le abitudini autodistruttive, trad. it. di V. Reali, FerrariSinibaldi, Milano, 2018].
- Buckner, Randy L., Jessica R. Andrews-Hanna e Daniel L. Schacter, *The Brain's Default Network: Anatomy, Function, and Relevance to*

Disease, in «Annals of the New York Academy of Sciences», 1124 (2008), 1, pp. 1-38. doi:10.1196/annals.1440.011.

Carbonaro, Theresa M., Matthew P. Bradstreet, Frederick S. Barrett, Katherine A. MacLean, Robert Jesse, Matthew W. Johnson e Roland R. Griffiths, *Survey Study of Challenging Experiences After Ingesting Psilocybin Mushrooms: Acute and Enduring Positive and Negative Consequences*, in «Journal of Psychopharmacology», 30 (2016), 12, pp. 1268-78.

Carhart-Harris, Robin L., *et al.*, *Neural Correlates of the Psychedelic State as Determined by fMRI Studies with Psilocybin*, in «Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America», 109 (2012), 6, pp. 2138-43. doi:10.1073/pnas.1119598109.

—, *Psilocybin with Psychological Support for Treatment-Resistant Depression: An Open-Label Feasibility Study*, in «Lancet Psychiatry», 3 (2016), 7, pp. 619-27. doi: 10.1016/S2215-0366(16)30065-7.

Carhart-Harris, Robin L., Mendel Kaelen e David J. Nutt, *How Do Hallucinogens Work on the Brain?*, in «Psychologist», 27 (2014), 9, pp. 662-65.

Carhart-Harris, Robin L., Robert Leech, Peter J. Hellyer, Murray Shanahan, Amanda Feilding, Enzo Tagliazucchi, Dante R. Chialvo e David Nutt, *The Entropic Brain: A Theory of Conscious States Informed by Neuroimaging Research with Psychedelic Drugs*, in «Frontiers in Human Neuroscience», 8 (febbraio 2014), p. 20. doi:10.3389/fnhum.2014.00020.

Cohen, Maimon M., Kurt Hirschhorn e William A. Frosch, *In Vivo and In Vitro Chromosomal Damage Induced by LSD-25*, in «New England Journal of Medicine», 277 (1967), 20, pp. 1043-49. doi:10.1056/NEJM197107222850421.

Cohen, Sidney, *The Beyond Within: The LSD Story*, Atheneum, New York, 1964.

—, *A Classification of LSD Complications*, in «Psychosomatics», 7 (1966), 3, pp. 182-86.

- , *LSD and the Anguish of Dying*, in «Harper's Magazine», settembre 1965, pp. 69-78.
- , *Lysergic Acid Diethylamide: Side Effects and Complications*, in «Journal of Nervous and Mental Disease», 130 (1960), 1, pp. 30-40.
- Cohen, Sidney e Keith S. Ditman, *Complications Associated with Lysergic Acid Diethylamide (LSD-25)*, in «Journal of the American Medical Association», 181 (1962), 2, pp. 161-62.
- , *Prolonged Adverse Reactions to Lysergic Acid Diethylamide*, in «Archives of General Psychiatry», 8 (1963), 5, pp. 475-80.
- Cole, Jonathan O. e Martin M. Katz, *The Psychotomimetic Drugs: An Overview*, in «Journal of the American Medical Association», 187 (1964), 10, pp. 758-61.
- Davis, Wade, *One River: Explorations and Discoveries in the Amazon Rain Forest*, Simon & Schuster, New York, 1966.
- Doblin, Rick, *Dr. Leary's Concord Prison Experiment: A 34-Year Follow-Up Study*, in «Journal of Psychoactive Drugs», 30 (1998), 4, pp. 419-26. doi: 10.1080/02791072.1998.10399715.
- , *Pahnke's 'Good Friday Experiment': A Long-Term Follow-Up and Methodological Critique*, in «Journal of Transpersonal Psychology», 23 (1991), 1, pp.1-28. doi:10.1177/0269881108094300.
- Dyck, Erika, *Psychedelic Psychiatry: LSD from Clinic to Campus*, Johns Hopkins University Press, Baltimore, 2008.
- Dyer, Adrian G., Jair E. Garcia, Mani Shrestha e Klaus Lunau, *Seeing in Colour: A Hundred Years of Studies on Bee Vision Since the Work of the Nobel Laureate Karl von Frisch*, in «Proceedings of the Royal Society of Victoria», 127 (luglio 2015), pp. 66-72. doi:10.1071/RS15006.
- Eisner, Betty Grover, *Remembrances of LSD Therapy Past*, 2002, disponibile online sul sito www.maps.org.
- Emerson, Ralph Waldo, *Nature*, James Munroe, Boston, 1836 [*Natura. Utilità, bellezza armonia*, trad. it. di I. Tattoni e M. Matullo, Donzelli, Roma, 2010].

- Epstein, Mark, *Thoughts Without a Thinker: Psychotherapy from a Buddhist Perspective*, Basic Books, New York, 1995 [*Pensieri senza un pensatore: la psicoterapia e la meditazione buddista*, trad. it. di C. Carbone, Ubaldini, Roma, 1996].
- Estrada, Alvaro, *María Sabina: Her Life and Chants*, Ross-Erikson, Santa Barbara, Calif., 1981 [*Vita di Maria Sabina: la sciamana dei funghi allucinogeni*, trad. it. di V. Di Qual e M. La Torre, Savelli, Roma, 1982].
- Fadiman, James, *The Psychedelic Explorer's Guide: Safe, Therapeutic and Sacred Journeys*, Park Street Press, Rochester, Vt, 2011.
- Fahey, Todd Brendan, *The Original Captain Trips*, in «High Times», novembre 1991.
- Frank, Adam, *Minding Matter*, in «Aeon», marzo 2017.
- Freud, Sigmund, *Civilization and Its Discontents*, Norton, New York, 1961 [ediz. or. *Das Unbehagen in der Kultur*, Internationaler Psychoanalytischer Verlag, Wien, 1930; *Il disagio della civiltà e altri saggi*, trad. it. di E. Sagittario, Boringhieri, Torino, 1971; ora Bollati Boringhieri, Torino, 2012].
- Goldsmith, Neal, *A Conversation with George Greer and Myron Stolaroff*, 2013, erowid.org/culture/characters/stolaroff_myron/stolaroff_myron_interview1.shtml.
- Gonzales v. O Centro Espirita Beneficente Uniao do Vegetal*, 546 U.S. 418, 2006.
- Gopnik, Alison, *The Philosophical Baby: What Children's Minds Tell Us About Truth, Love, and the Meaning of Life*, Farrar, Straus and Giroux, New York, 2009 [*Il bambino filosofo: come i bambini ci insegnano a dire la verità, amare e capire il senso della vita*, trad. it. di F. Gerla, Bollati Boringhieri, Torino, 2014].
- Greenfield, Robert, *Timothy Leary: A Biography*, Harcourt, Orlando, Fla, 2006 [*Timothy Leary: una biografia*, trad. it. di A. Ciappa, Fandango Libri, Roma, 2012].

- Griffiths, R.R., W.A. Richards, U. McCann, e R. Jesse, *Psilocybin Can Occasion Mystical-Type Experiences Having Substantial and Sustained Personal Meaning and Spiritual Significance*, in «Psychopharmacology», 187 (2006), 3, pp. 268-83. doi:10.1007/s00213-006-0457-5.
- Grinker, Roy R., *Bootlegged Ecstasy*, in «Journal of the American Medical Association», 187 (1964), 10, p. 768.
- , *Lysergic Acid Diethylamide*, in «Archives of General Psychiatry», 8 (1963), 5, p. 425. doi:10.1056/NEJM196802222780806.
- Grinspoon, Lester e James B. Bakalar, *Psychedelic Drugs Reconsidered*, Basic Books, New York, 1979.
- Grob, Charles S., *Psychiatric Research with Hallucinogens: What Have We Learned?*, in «Yearbook for Ethnomedicine and the Study of Consciousness», 3 (1994), pp. 91-112; nuova ediz. in «Heffter Review of Psychedelic Research», 1 (1998).
- Grob, Charles S., Anthony P. Bossis, e Roland R. Griffiths, *Use of the Classic Hallucinogen Psilocybin for Treatment of Existential Distress Associated with Cancer*, in *Psychological Aspects of Cancer: A Guide to Emotional and Psychological Consequences of Cancer, Their Causes and Their Management*, a cura di B.I. Carr e J. Steel, Springer, New York, 2013, pp. 291-308. doi:10.1007/978-1-4614-4866-2.
- Grob, Charles S., Alicia L. Danforth, Gurpreet S. Chopra, Marycie Hagerty, Charles R. McKay, Adam L. Halberstadt e George R. Greer, *Pilot Study of Psilocybin Treatment for Anxiety in Patients with Advanced-Stage Cancer*, in «Archives of General Psychiatry», 68 (2011), 1, pp. 71-78. doi:10.1001/archgenpsychiatry.2010.116.
- Grof, Stanislav, *LSD: Doorway to the Numinous: The Groundbreaking Psychedelic Research into Realms of the Human Unconscious*, Park Street Press, Rochester, Vt, 2009.
- Hertzberg, Hendrik, *Moon Shots (3 of 3): Lunar Epiphanies*, in «New Yorker», agosto 2008.
- Hoffman, Jan, *A Dose of a Hallucinogen from a 'Magic Mushroom', and Then Lasting Peace*, in «New York Times», 1° dicembre, 2016.

- Hofmann, Albert, *LSD, My Problem Child*, Multidisciplinary Association for Psychedelic Studies, Santa Cruz, Calif., 2009 [ed. orig. *LSD, mein Sorgenkind*, Klett, Stuttgart, 1979; *LSD, il mio bambino difficile*, trad. it. di R. Fedeli, Apogeo, Milano, 1995; ora Feltrinelli, Milano, 2015].
- Huxley, Aldous, *The Doors of Perception, and Heaven and Hell*, Harper & Row, New York, 1963 [*Le porte della percezione: Paradiso e Inferno*, trad. it. di L. Sautto, Mondadori, Milano, 1958].
- , *Moksha: Writings on Psychedelics and the Visionary Experience (1931 - 1963)*, a cura di Michael Horowitz e Cynthia Palmer, Stonehill, New York, 1977 [*Moksha: scritti sulla psichedelia e sull'esperienza della visione*, trad. it. di M. Castagnone, Mondadori, Milano, 2018].
- , *The Perennial Philosophy*, Chatto & Windus, London, 1947 [*La filosofia perenne*, trad. it. di G. De Angelis, Mondadori, Milano, 1959; ora Adelphi, Milano, 1995]. doi:10.1017/S0031819100023330.
- Isaacson, Walter, *Steve Jobs*, Simon & Schuster, New York, 2011 [*Steve Jobs*, trad. it. di P. Canton, L. Serra, L. Vanni, Mondadori, Milano, 2011].
- James, William, *The Varieties of Religious Experience*, Longmans, Green & Co., London, 1902; disponibile online sul sito Project Gutenberg (www.gutenberg.org/ebooks/621) [*Le varie forme dell'esperienza religiosa: uno studio sulla natura umana*, trad. it. di P. Paoletti, Morcelliana, Brescia, 1998].
- Johansen, Pål-Ørjan e Teri Suzanne Krebs, *Psychedelics Not Linked to Mental Health Problems or Suicidal Behavior: A Population Study*, in «Journal of Psychopharmacology», 29 (2015), 3, pp. 270-79. doi:10.1177/0269881114568039.
- Johnson, Matthew W., Albert Garcia-Romeu, Mary P. Cosimano e Roland R. Griffiths, *Pilot Study of the 5-HT_{2AR} Agonist Psilocybin in the Treatment of Tobacco Addiction*, in «Journal of Psychopharmacology», 28 (2014), 11, pp. 983-92. doi:10.1177/02698811 14548296.

- Kaelen, Mendel, «The Psychological and Human Brain Effects of Music in Combination with Psychedelic Drugs», tesi di PhD, Imperial College London, 2017.
- Kessler, David A., *Capture: Unraveling the Mystery of Mental Suffering*, Harper Wave, New York, 2016.
- Killingsworth, Matthew A. e Daniel T. Gilbert, *A Wandering Mind Is an Unhappy Mind*, in «Science», 330 (2010), 6006, p. 932. doi:10.1126/science.1192439.
- Kleber, Herbert D., *Commentary On: Psilocybin Can Occasion Mystical-Type Experiences Having Substantial and Sustained Personal Meaning and Spiritual Significance*, in «Psychopharmacology», 187 (2006), 3, pp 291-92.
- Krebs, Teri S. e Pål-Ørjan Johansen, *Lysergic Acid Diethylamide (LSD) for Alcoholism: Meta-analysis of Randomized Controlled Trials*, in «Journal of Psychopharmacology», 26 (2012), 7, pp. 994-1002. doi:10.1177/0269881112439253.
- Kupferschmidt, Kai, *High Hopes*, in «Science», 345 (2014), 6192.
- Langlitz, Nicolas, *Neuropsychedelica: The Revival of Hallucinogen Research Since the Decade of the Brain*, University of California Press, Berkeley, 2013.
- Lattin, Don, *The Harvard Psychedelic Club: How Timothy Leary, Ram Dass, Huston Smith, and Andrew Weil Killed the Fifties and Ushered in a New Age for America*, HarperCollins, New York, 2010.
- Leary, Timothy, *Flashbacks: A Personal and Cultural History of an Era: An Autobiography*. G.P. Putnam's Sons, New York, 1990 [prima ediz. Houghton Mifflin Co., Boston, 1983].
- , *High Priest*, Ronin, Berkeley, Calif., 1995 [prima ediz. World Pub. Co., New York, 1968; *Grande sacerdote*, trad. it. di A. Trentini, Sugar, Milano, 1968; ora *Il gran sacerdote*, Shake Edizioni, Milano, 2006].
- Leary, Timothy e Richard Alpert, *Letter from Alpert, Leary*, in «Harvard Crimson», 1962.

- Leary, Timothy e James Penner, *Timothy Leary, The Harvard Years: Early Writings on LSD and Psilocybin with Richard Alpert, Huston Smith, Ralph Metzler, and Others*, Park Street Press, Rochester, Vt., 2014.
- Leary, Timothy, Robert Anton Wilson, George A. Koopman e Daniel Gilbertson, *Neuropolitics: The Sociobiology of Human Metamorphosis*, Starseed/Peace Press, Los Angeles, 1977 [*Neuropolitica: il potere, la controcultura e l'America conforme*, trad. it. di F. Rossi, Castelvecchi, Roma, 2005 (trad. it. sull'edizione americana del 1988)].
- Lee, Martin A., e Bruce Shlain, *Acid Dreams: The Complete Social History of LSD: The CIA, the Sixties, and Beyond*, Grove Press, New York, 1992.
- Letcher, Andy, *Shroom: A Cultural History of the Magic Mushroom*, Ecco, New York, 2007.
- Lieberman, Jeffrey A., *Shrinks: The Untold Story of Psychiatry*, Little, Brown, New York, 2015.
- Lucas, Christopher G., Sophie Bridgers, Thomas L. Griffiths e Alison Gopnik, *When Children Are Better (or at Least More Open-Minded) Learners Than Adults: Developmental Differences in Learning the Forms of Causal Relationships*, in «Cognition 131», 2 (2014), pp. 284-99. doi:10.1016/j.cognition.2013.12.010.
- MacLean, Katherine A., Matthew W. Johnson e Roland R. Griffiths, *Mystical Experiences Occasioned by the Hallucinogen Psilocybin Lead to Increases in the Personality Domain of Openness*, in «Journal of Psychopharmacology», 25 (2011), 11, pp. 1453-61. doi:10.1177/0269881111420188.
- McHugh, Paul, recensione di *The Harvard Psychedelic Club* di Don Lattin, *Commentary*, aprile 2010.
- McKenna, Terence, *Food of the Gods: The Search for the Original Tree of Knowledge*, Bantam Books, New York, 1992 [*Il nutrimento degli dei: la ricerca dell'albero originale della conoscenza*, trad. it. di A. Stanley e M. Venerato, Apogeo, Milano, 1995; poi Urra, Milano, 2001].

- Markoff, John, *What the Dormouse Said: How the Sixties Counterculture Shaped the Personal Computer Industry*, Penguin, New York, 2005.
- Moore, Gerald, e Larry Schiller, *The Exploding Threat of the Mind Drug That Got out of Control*, in «Life», 25 marzo, 1966.
- Moreno, Francisco A., Christopher B. Wiegand, E. Keolani Taitano e Pedro L. Delgado, *Safety, Tolerability, and Efficacy of Psilocybin in 9 Patients with Obsessive-Compulsive Disorder*, in «Journal of Clinical Psychiatry», 67 (2006), 11, pp. 1735-40. doi: 10.4088/JCP.v67n1110.
- Nagel, Thomas, *What Is It Like to Be a Bat?*, in «Philosophical Review», 83 (1974), 4, pp. 435-50. doi:10.2307/2183914 [*Cosa si prova ad essere un pipistrello?*, in Hofstadter, Douglas R. e Daniel C. Dennett, *L'io della mente*, trad. it. di G. Longo, Adelphi, Milano, 1985, pp. 379-91].
- Nichols, David E., *Commentary On: Psilocybin Can Occasion Mystical-Type Experiences Having Substantial and Sustained Personal Meaning and Spiritual Significance*, in «Psychopharmacology», 187 (2006), 3, pp. 284-86. doi:10.1007/s00213-006-0457-5.
- , *LSD: Cultural Revolution and Medical Advances*, in «Chemistry World», 3 (2006), 1, pp. 30-34.
- , *Psychedelics*, in «Pharmacological Reviews», 68 (2016), 2, pp. 264-355.
- Nour, Matthew M., Lisa Evans e Robin L. Carhart-Harris, *Psychedelics, Personality and Political Perspectives*, in «Journal of Psychoactive Drugs» (2017), pp. 1-10.
- Novak, Steven J., *LSD Before Leary: Sidney Cohen's Critique of 1950s Psychedelic Drug Research*, in «History of Science Society», 88 (1997), 1, pp. 87-110.
- Nutt, David, *A Brave New World for Psychology?*, in «Psychologist», 27 (2014), 9, pp. 658-60. doi:10.1097/NMD.0000000000000113.
- , *Drugs – Without the Hot Air: Minimising the Harms of Legal and Illegal Drugs*, UIT Cambridge, Cambridge, UK, 2012.

Osmond, Humphry, *On Being Mad*, in «Saskatchewan Psychiatric Services Journal», 1 (1952), 2.

—, *A Review of the Clinical Effects of Psychotomimetic Agents*, in «Annals of the New York Academy of Sciences», 66 (1957), 1, pp. 418-34.

Pahnke, Walter, *The Psychedelic Mystical Experience in the Human Encounter with Death*, in «Harvard Theological Review», 62 (1969), 1, pp. 1-22.

“Pass It On”: The Story of Bill Wilson and How the A.A. Message Reached the World, Alcoholics Anonymous World Services, edizione per Kindle, 1984.

Petri, G., P. Expert, F. Turkheimer, R. Carhart-Harris, D. Nutt, P.J. Hellyer e F. Vaccarino, *Homological Scaffolds of Brain Functional Networks*, in «Journal of the Royal Society Interface», 11 (2014), 101.

Piff, Paul K., Pia Dietze, Matthew Feinberg, Daniel M. Stancato e Dacher Keltner, *Awe, the Small Self, and Prosocial Behavior*, in «Journal of Personality and Social Psychology», 108 (2015), 6, pp. 883-99. doi:10.1037/pspi0000018.

Pollan, Michael, *The Trip Treatment*, in «New Yorker», 9 febbraio, 2015.

Preller, Katrin H., Marcus Herdener, Thomas Pokorny, Amanda Planzer, Rainer Krahenmann, Philipp Stämpfli, Matthias E. Liechti, Erich Seifritz e Franz X. Vollenweider, *The Fabric of Meaning and Subjective Effects in LSD-induced States Depend on Serotonin 2A Receptor Activation*, in «Current Biology», 27 (2017), 3, pp. 451-57.

Presti, David e Jerome Beck, *Strychnine and Other Enduring Myths: Expert and User Folklore Surrounding LSD*, in *Psychoactive Sacramentals: Essays on Entheogens and Religion*, a cura di Thomas B. Roberts, Council on Spiritual Practices, San Francisco, 2001, pp. 125-35.

Raichle, Marcus E., *The Brain's Dark Energy*, in «Scientific American», 302 (2010), 3, pp. 44-49.

- doi:10.1038/scientificamerican0310-44 [*L'attività del cervello a riposo*, in «Le Scienze», 501, maggio 2010].
- Raichle, Marcus E., Ann Mary MacLeod, Abraham Z. Snyder, William J. Powers, Debra A. Gusnard e Gordon L. Shulman, *A Default Mode of Brain Function*, in «Proceedings of the National Academy of Sciences», 98 (2001), 2, pp. 676-82. doi:10.1073/pnas.98.2.676.
- R.C., *B.C.'s Acid Flashback*, in «Vancouver Sun», 8 dicembre 2001.
- Richards, William, Stanislav Grof, Louis Goodman e Albert Kurland, *LSD-Assisted Psychotherapy and the Human Encounter with Death*, in «Journal of Transpersonal Psychology», 4 (1972), 2, pp.121-50.
- Russell, Bertrand, *How to Grow Old*, in *Portraits from Memory and Other Essays*, Simon and Schuster, New York, 1956 [*Del modo d'invecchiare*, in *Una filosofia per il nostro tempo*, trad. it. di R. Pellizzi, Tea, Milano, 1995].
- Samorini, Giorgio, *Animali che si drogano*, Telesterion, Vicenza, 2000.
- Schuster, Charles R., *Commentary On: Psilocybin Can Occasion Mystical-Type Experiences Having Substantial and Sustained Personal Meaning and Spiritual Significance*, in «Psychopharmacology», 187 (2006), 3, pp. 289-90. doi:10.1007/s00213-006-0457-5.
- Schwartz, Casey, *Molly at the Marriott: Inside America's Premier Psychedelics Conference*, in «New York Times», 6 maggio 2017.
- Siff, Stephen, *Acid Hype: American News Media and the Psychedelic Experience*, University of Illinois Press, Urbana, 2015.
- Simard, Suzanne W., David A. Perry, Melanie D. Jones, David D. Myrold, Daniel M. Durall e Randy Molina, *Net Transfer of Carbon Between Ectomycorrhizal Tree Species in the Field*, in «Nature», 388 (1997), pp. 579-82.
- Smith, Huston, *Cleansing the Doors of Perception: The Religious Significance of Entheogenic Plants and Chemicals*, Jeremy P. Tarcher /Putnam, New York, 2000.

- , *The Huston Smith Reader*, a cura di Jeffery Paine, University of California Press, Berkeley, Calif., 2012.
- Smith, Robert Ellis, *Psychologists Disagree on Psilocybin Research*, in «Harvard Crimson», 15 marzo, 1962.
- Solomon, Andrew, *The Noonday Demon: An Atlas of Depression*, Scribner, New York, 2015 [ediz. or. ivi, 2001; *Il demone di mezzogiorno. Depressione: la storia, la scienza, le cure*, trad. it. di A. Tisconi, Mondadori, Milano, 2002].
- Srinivasan, Mandyam V., *Honey Bees as a Model for Vision, Perception, and Cognition*, in «Annual Review of Entomology», 55 (2010), 1, pp. 267-84. doi:10.1146/annurev. ento.010908.164537.
- Stamets, Paul, *Psilocybin Mushrooms of the World*, Ten Speed Press, Berkeley, Calif., 1996.
- Stevens, Jay, *Storming Heaven: LSD and the American Dream*, Grove Press, New York, 1987.
- Stolaroff, Myron J., *The Secret Chief Revealed*, Multidisciplinary Association for Psychedelic Studies, Sarasota, Fla., 2004.
- Strauss, Neil, *Everyone Loves You When You're Dead: Journeys into Fame and Madness*, e-book, 2011.
- Sullivan, Walter, *The Einstein Papers. A Man of Many Parts*, in «New York Times», 29 marzo, 1972.
- Sutton, Gregory P., Dominic Clarke, Erica L. Morley e Daniel Robert, *Mechanosensory Hairs in Bumblebees («Bombus terrestris») Detect Weak Electric Fields*, in «Proceedings of the National Academy of Sciences», 113 (2016), 26, pp. 7261-65. doi:10.1073/pnas. 1601624113.
- Tennyson, Alfred, *Luminous Sleep*, in «The Spectator», 1° agosto, 1903.
- Tierney, John, *Hallucinogens Have Doctors Tuning In Again*, in «New York Times», 12 aprile, 2010.
- U.S. Congress Senate Subcommittee on Executive Reorganization of the Committee on Government Operations: Hearing on the Organization and Coordination of Federal Drug Research and

Regulatory Programs: LSD. 89th Cong., 2nd sess., 24-26 maggio 1966.

Vollenweider, Franz X. e Michael Kometer, *The Neurobiology of Psychedelic Drugs: Implications for the Treatment of Mood Disorders*, in «Nature Reviews Neuroscience», 11 (2010), 9, pp. 642-51. doi:10.1038/nrn2884.

Vollenweider, Franz X., Margreet F. I. Vollenweider-Scherpenhuyzen, Andreas Bäbler, Helen Vogel e Daniel Hell, *Psilocybin Induces Schizophrenia-Like Psychosis in Humans via a Serotonin-2 Agonist Action*, in «NeuroReport», 9 (1998), 17, pp. 3897-902. doi:10.1097/00001756-199812010-00024.

Wasson, R. Gordon, *Drugs: The Sacred Mushroom*, in «New York Times», 26 settembre 1970. —, *Seeking the Magic Mushroom*, in «Life», 13 maggio 1957, pp. 100-20.

Wasson, R. Gordon, Albert Hofmann e Carl A.P. Ruck, *The Road to Eleusis: Unveiling the Secret of the Mysteries*, North Atlantic Books, Berkeley, Calif., 2008 [ediz. or. Harcourt, Brace Jovanovich, New York-London, 1977; *Alla scoperta dei misteri eleusini*, trad. it. di R. Fedeli, Apogeo, Milano, 1996].

Wasson, Valentina Pavlovna e R. Gordon Wasson, *Mushrooms, Russia, and History*, Pantheon Books, New York, 1957, vol. II.

Watts, Rosalind, Camilla Day, Jacob Krzanowski, David Nutt, e Robin Carhart-Harris, *Patients' Accounts of Increased 'Connectedness' and 'Acceptance' After Psilocybin for Treatment-Resistant Depression*, in «Journal of Humanistic Psychology», 57 (2017), 5, pp. 520-64. doi:10.1177/0022167817709585.

Weil, Andrew T., *The Strange Case of the Harvard Drug Scandal*, in «Look», novembre, 1963.

Whitman, Walt, *Leaves of Grass: The First (1855) Edition*, Penguin, New York, 1986 [*Foglie d'erba: 1855*, trad. it. di M. Corona, Marsilio, Venezia, 1996].

Wit, Harriet de, *Towards a Science of Spiritual Experience*, in «Psychopharmacology», 187 (2006), 3, p. 267. doi:10.1007/s00213-006-0462-8.

Wulf, Andrea, *The Invention of Nature: Alexander von Humboldt's New World*, Alfred A. Knopf, New York, 2015 [*L'invenzione della natura. Le avventure di Alexander von Humboldt: l'eroe perduto della scienza*, trad. it. di L. Berti, Luiss University Press, Roma, 2017].

INDICE ANALITICO³⁴⁸

abuso di sostanze psichedeliche

Acid Tests

Addiction Research Foundation (Toronto)

adrenalina

agnostici e atei

– esperienze mistiche di

– valore del significato per

alberi e reti miceliali

alcolismo

– esperienze psichedeliche di Bill W.

– Hubbard, suoi centri per il trattamento dell'

– LSD come trattamento per l'

– peyote come trattamento per l'

– psicoterapia e

– ricerche di Osmond-Hoffer

– ricerche svolte a Spring Grove

– risultati del trattamento

– soppressione della ricerca sugli psichedelici e

– storia/ambiente personali e

Alcolisti Anonimi

Allen, Don

allucinazioni

allucinogeni (termine)

Alpert, Richard (*alias* Ram Dass)

– allontanato da Harvard

– critiche alla sua ricerca

– difesa della sua ricerca

– e controcultura

– Fadiman e

– fuoriuscita degli psichedelici dai laboratori

– Harvard Psilocybin Project

– International Federation for Internal Freedom

– Johnson e

- periodo post-Harvard
- Weil e
- *si veda anche* Ram Dass

Altered States of Consciousness (a cura di Tart)
amadou

ambiente, atteggiamenti verso l'
ambiente delle esperienze psichedeliche

- *bad trips* e
- concetti di *set* e *setting*
- critiche della terapia psichedelica
- ricerca di Osmond-Hoffer e
- ruolo di Hubbard

ambiente personale

American Psychiatric Association

Ampex

Animali che si drogano (Samorini)

ansia

- abitudini di pensiero negative
- DMN e
- effetto degli psichedelici sull'ego e
- narrazioni autobiografiche
- nelle esperienze psichedeliche
- ruminazione e
- terapia psicotica con l'LSD e
- viaggi mentali nel tempo e

antidepressivi

- effetto placebo
- neurochimica
- perdita di efficacia
- scoperta
- spettro dei disturbi su cui agiscono

apertura all'esperienza

- cambiamento a lungo termine della
- dissoluzione dell'ego e
- nei viaggi psichedelici dell'autore

api

Apollo, astronauti delle missioni

apprendimento da parte delle macchine
aspettativa, effetti dell'

- ambivalenza di Cohen verso l'LSD
- aspettative del terapeuta
- Huxley e
- ricerca di Griffiths sulla psilocibina e
- terapia dell'alcolismo con l'LSD e autismo

autorevolezza delle esperienze psichedeliche
awe, esperienze di
ayahuasca

- esiguità della ricerca
- in *setting* collettivi
- nel trattamento delle dipendenze
- UDV e sentenza della Corte Suprema
- uso rituale
- viaggi psichedelici dell'autore
Aztechi

bad trips

- aspettative del terapeuta e
- importanza del *setting*
- nella popolazione generale
- primo *bad trip* della storia
- reazioni negative contro gli psichedelici e
- ruolo delle guide
- terapia con l'LSD per l'alcolismo e
- «trattamento» di Weil contro i

Balick, Michael

bambini

- come stadio ricerca e sviluppo della specie
- coscienza nei
- DMN nei
- e risoluzione dei problemi
- e soppressione dell'entropia
- ricordi dell'infanzia

Bambino filosofo, II (Gopnik)

Barlow, John Perry
Bay Area, comunità tecnologica della
bayesiane, inferenze
Bazer, Dinah
Be Here Now (Ram Dass)
Beatles
Beckley Foundation
belladonna
Belser, Alexander
benessere
– miglioramento del
– successivo all'esperienza psichedelica
Bergson, Henri
Bessant, Charles
Beug, Michael
Bigwood, Jeremy
Bill W., *si veda* Wilson, Bill
bioterrorismo
Blake, William
Bogenschutz, Michael
Boothby, Richard
Bossis, Tony
– risultati nei pazienti oncologici
– sull'importanza delle guide
– sulla paura culturale della morte
– sulle questioni di autenticità
– terapia di Dinah Bazer e
– terapia di Patrick Mettes e
Botanica del desiderio, La (Pollan)
Brand, Stewart
Brewer, Judson
– espansione/contrazione della coscienza
– esperimento di meditazione con l'autore
– silenziamento della DMN
Bronfman, Jeffrey
Bucke, R.M.
Buckley, Lord

buddhismo

Burgess, Tammy

Burning Man

Bush, George

Caen, Herb

California Institute of Integral Studies

Canada

cannabis; *si veda anche* marijuana

Capture: Unraveling the Mystery of Mental Suffering (Kessler)

Carhart-Harris, Robin

– e psicoanalisi

– Feilding e

– Gopnik e

– studio pilota sulla depressione

– sugli effetti politici degli psichedelici

– sul ricablaggio del cervello

– sul valore delle esperienze psichedeliche

– sull'effetto «disorganizzatore» degli psichedelici

– sull'effetto della psilocibina sull'attività cerebrale

– sull'elaborazione *top-down vs. bottom-up*

– sull'espansione della coscienza

– *si vedano anche*, cervello entropico, teoria del; DMN

case farmaceutiche

CBS News

Čechov, Anton

cecità cromatica

celebrità in terapia psicotica con l'LSD

Centre for Psychiatry dell'Imperial College London; *si veda anche*

Carhart-Harris, Robin

cervello entropico, teoria del

– comunicazioni all'interno del cervello

– eccesso di ordine nel cervello

– espansione/contrazione della coscienza e

– evoluzione della DMN e

– grande teoria unificata della malattia mentale e

– invecchiamento e

- nei bambini
- silenziamento della DMN e
- spettro degli stati cognitivi
- valore degli psichedelici

cervello; *si veda anche* neuroscienze, e psichedelici

Charnay, Amy

chiesa cattolica

CIA (Central Intelligence Agency)

- esperimenti nel programma MK-Ultra
- Hubbard e la
- modello psicotomimetico
- ricerca di applicazioni per l'LSD
- rivoluzione culturale degli anni Sessanta e la cibernetica

5-HT_{2A}, recettori

5-MeO-DMT («il rospo»)

Claviceps purpurea; si veda anche LSD

Cleaver, Eldridge

Coburn, James

cocaina

codificazione predittiva

Cohen, Sidney

- ambivalenza verso gli psichedelici
- Commission for the Study of Creative Imagination
- esperienze con l'LSD
- Hubbard e
- riunione con i protagonisti della prima ondata di ricerca
- sui pazienti terminali
- sui rischi degli psichedelici
- sulle esperienze psichedeliche di Bill W.
- sulle questioni metodologiche di Leary
- terapia con l'LSD
- testimonianza alle udienze in senato

collasso degli alveari (CCD - *colony collapse disorder*)

Come Together (Beatles)

Commission for the Study of Creative Imagination

Compass Pathways

comportamenti pericolosi in persone sotto l'effetto degli psichedelici

comportamentismo

comportamento altruista

Concord Prison Experiment

connettività funzionale intrinseca, *si veda* DMN

controcultura

– Acid Tests di Kesey

– approccio fai-dai-te

– ascesa della

– associazione degli psichedelici alla

– associazioni negative

– gap generazionale

– guerra in Vietnam e

– Hubbard e

– inevitabilità della

– Leary e

– presidenza di Nixon e

– Ram Dass e

– religioni orientali e

– ricercatori e

– rivolgimenti degli anni Sessanta

– tecnologia informatica e

– tentativi di separare la ricerca sugli psichedelici dalla

– termine «psichedelici» e

convinzioni associate alle esperienze mistiche

Cordyceps

Corte Suprema (USA)

corteccia del cingolo posteriore (CCP)

coscienza

– approccio filosofico alla

– avvento degli psichedelici e

– Bergson a proposito della

– codificazione predittiva

– come prodotto del cervello

– come proprietà dell'universo

– desiderio universale di alterarla

– DMN e

- espansione del repertorio della
- espansione e contrazione della
- evidenze scientifiche della
- ipnagogica
- Jesse a proposito della
- «lanterna» vs. «faro»
- Leary a proposito della
- meccanica quantistica e
- meditazione e
- nei bambini
- neuroscienze e
- nostra percezione della realtà e
- paradosso della psilocibina e
- teoria di Carhart-Harris sulla
- trapanazione del cranio e
- valore dei suoi stati alterati
- «valvola di riduzione» di Huxley e
Cosimano, Mary
Costa, José Gabriel da
Council on Spiritual Practices (CSP)
Coyne, James
cultura giovanile

- Dalai Lama
Davis, Wade
Delysid (LSD-25)
Demone di mezzogiorno(Solomon)
depressione
- accesso alle emozioni e
 - antidepressivi
 - come «disconnessione»
 - DMN e
 - eccesso di ordine nel cervello e
 - legami con le dipendenze della
 - narrazioni autobiografiche
 - ripresentarsi della
 - ruminazione e

- studi richiesti dalla FDA
- studio pilota di Carhart-Harris
- terapia psicotica con l'LSD
- tirannia dell'ego e
- trattamenti inadeguati
- viaggio mentale nel tempo e
- deprivazione sensoriale
- deschematizzazione, fattore di
- Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, si veda DSM*
- digiuno
- dimetiltriptamina (DMT)
- Dio, esperienze riguardanti
- dipendenza/e
- abitudini di pensiero negativo e
- abitudini nocive e
- ayahuasca
- banalità delle «rivelazioni» e
- dissoluzione dell'ego e
- DMN e
- eccesso di ordine nel cervello e
- effetto della veduta d'insieme
- esperienze che ispirano awe e
- esperimento del Rat Park
- legami con la depressione
- narrazioni autobiografiche e
- Nutt, sue conclusioni sulla/e
- rischi degli psichedelici e
- viaggi mentali nel tempo e
- *si vedano anche* alcolismo; fumo, cessazione del
- disturbi del comportamento alimentare
- disturbo post-traumatico da stress (PTSD)
- divagazioni mentali
- DMN (*default mode network*)
- corteccia del cingolo posteriore e
- depressione e
- effetti della psilocibina sulla
- ego e

- espansione/contrazione della coscienza e
 - esperienze mistiche e
 - evoluzione
 - funzione
 - iperattività
 - malattia mentale e
 - metafora delle tracce sulla neve
 - narrazione autobiografica e
 - nei bambini
 - relazione con la natura e
 - ricablaggio del cervello e
 - riduzione della sua attività
 - scoperta
 - sofferenza esistenziale e
 - strutture fondamentali
 - sua disorganizzazione per effetto degli psichedelici
 - suo silenziamento con la meditazione
 - viaggi mentali nel tempo e
- Doblin, Rick
- ambizioni
 - formazione
 - e MAPS
 - sperimentazione con l'MDMA
 - sui progressi nella ricerca sugli psichedelici
 - sulla legalizzazione
 - sulla qualità della ricerca condotta a Harvard
- doppio cieco, sperimentazioni in
droghe, guerra alle
Drug Enforcement Administration (DEA)
Drugs Without the Hot Air (Nutt)
DSM (Manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali)
Dulles, Allen
Dylan, Bob
Dyson, Esther
- ecstasy, *si veda* MDMA
effetti collaterali degli psichedelici

ego

- Alcolisti Anonimi e
 - controllo eccessivo da parte dell'
 - DMN e
 - espansione/contrazione della coscienza e
 - esperienze che ispirano *awe* e
 - funzioni
 - paura della morte e
 - silenziamento dell'
 - sofferenza esistenziale e
 - spiritualità e
 - stato attenuato dell'
 - viaggio mentale nel tempo e
 - ego, dissoluzione dell'
 - consente di prevedere tendenze e atteggiamenti
 - DMN e
 - esperienze mistiche e
 - nei racconti dei volontari
 - nei viaggi psichedelici dell'autore
 - nel viaggio psichedelico di Hofmann
 - *Psilocybin Can Occasion...* (Griffiths *et al.*) e
 - qualità noetica e
 - spiritualità e
 - trattamento delle dipendenze e
 - valore terapeutico
- Einstein, Albert
- Eisner, Betty
- Hubbard e
 - interessi nel paranormale
 - menzione dell'«unsanity» di Cohen
 - ricerca della West Coast
 - sulla terapia con l'LSD
- Eliot, T.S.
- Emerson, Ralph Waldo
- emozioni
- difficili, accesso alle
 - inibite dalla DMN

- ricerca sui pazienti oncologici e
- silenziamento della DMN e

Engelbart, Doug
English, William
enteogeni
ergot
Esalen Institute
«esperienze picco» (Maslow)
essere vs. fare, dualismo
estasi, nelle esperienze psichedeliche
estasi adamica, momenti di
European Medicines Agency (EMA)
Evergreen State College
evoluzione, ruolo della psilocibina nell'
Exxon Valdez, disastro della

Fadiman, James

- Alpert e
- Council on Spiritual Practices
- dosi creative di LSD
- Hubbard e
- International Foundation for Advanced Study
- Jesse e
- pioniere nel campo degli psichedelici
- revoca dell'autorizzazione della ricerca da parte dell'FDA
- su Schuster
- sui terapeuti clandestini
- *The Psychedelic Explorer's Guide*

Fahey, Todd Brendan
fase III, sperimentazioni sugli psichedelici di
FBI (Federal Bureau of Investigation)
FDA (U.S. Food and Drug Administration)
– approvazione della sperimentazione di Strassman
– approvazione delle sperimentazioni di fase III, 409
– possibile riclassificazione degli psichedelici
– regolamentazione delle sostanze sperimentali
– revoca dell'autorizzazione della ricerca

- ricerca clinica di Hubbard e
- richiesta di studi sulla depressione
- sperimentazioni sulla psilocibina alla Hopkins e
- talidomide e
- Feilding, Amanda
- Carhart-Harris e
- finanziamento delle ricerche e
- origini e formazione
- teoria della circolazione ematica cerebrale di
- fenomenologia
- Fischer, Roland
- flashback
- Flashbacks* (Leary)
- Foglie d'erba* (Whitman)
- Fomes fomentarius*
- foreste, reti miceliali nelle
- formiche carpentiere
- Frankl, Viktor
- Freud, Sigmund
- fumo, cessazione del
- funghi
- *Claviceps purpurea*; *si veda anche* LSD
- *Cordyceps*
- difesa di Stamets dei
- foreste e
- *Galerina autumnalis*
- identificazione
- micorisanamento
- reti miceliali
- *Russula*
- sculture in pietra
- specie letali
- viaggi psichedelici dell'autore
- *si vedano anche* psilocibina; *Psilocybe*
- Fungi Perfecti (azienda)
- Gaia, ipotesi di

Galerina autumnalis

Gates, Bill

gerarchie, loro ribaltamento ad opera degli psichedelici

Ginsberg, Allen

«giornata della bicicletta» (19 aprile)

Gitlin, Todd

Goldsmith, George

Good Friday Experiment

Gopnik, Alison

Gottlieb, Sidney

Gran sacerdote, II (Leary)

Grant, Cary

Graves, Robert

Grey, Alex

Griffiths, Roland

- applicazioni per le persone sane
- cambiamenti a lungo termine nell'«apertura»
- carriera e successo
- dedizione alla ricerca
- disponibilità ad accettare mistero e incertezza
- enfasi spirituale
- formazione
- Jesse e
- medaglie con i funghi
- preparazione dei volontari per le sperimentazioni
- *Psilocybin Can Occasion...* (Griffiths *et al.*) e
- ricerca sulla depressione
- Richards e
- significato associato alle esperienze psichedeliche
- sperimentazioni con la psilocibina alla Hopkins
- su Schuster
- sull'autorevolezza delle esperienze
- sulla morte
- sulla ricerca condotta a Spring Grove
- sulle «minacce» degli psichedelici
- sulle questioni di autenticità
- suo «risveglio»

Grinker, Roy

Grob, Charles

- e la prima ondata della ricerca sugli psichedelici
- «misticismo applicato»
- paradigma sciamanico
- sperimentazioni con l'MDMA

Grof, Stanislav

- a Spring Grove
- al California Institute of Integral Studies
- all'Esalen Institute
- e i pazienti terminali
- e le esperienze di nascita
- guide
- *Realms of the Human Unconscious*
- Richards e
- sugli effetti amplificatori degli psichedelici
- valori americani

Guatemala

guide

- addestramento
- altari e santuari
- *bad trips* e
- codice etico
- esperienze personali con gli psichedelici
- futuro degli psichedelici e
- integrazione, dopo la conclusione del viaggio
- interviste con
- linee guida e protocolli
- nei viaggi psichedelici dell'autore
- nell'ambiente psichedelico clandestino
- requisiti delle
- rischi personali
- ruolo
- seconda ondata della ricerca sugli psichedelici e
- sito web

Guss, Jeffrey

hackers

Harman, Willis

- al Stanford Research Institute
- all'International Foundation for Advanced Study (IFAS)
- ambizioni
- Hubbard e
- Jesse e
- e psichedelici nella Silicon Valley
- ricerca sulla risoluzione creativa di problemi
- riunione con i protagonisti della prima ondata di ricerca

Harvard Psilocybin Project

- consumo di droghe da parte dei ricercatori
- controversie e polemiche
- critiche
- errori di percezione
- natura degli esperimenti
- ricerca del decennio precedente e
- Weil e

Harvard University

- Concord Prison Experiment
- Good Friday Experiment
- James alla
- Leary, suo lavoro presso la
- Leary, suo seminario sugli psichedelici alla
- Schultes alla

Hayes, Johnn

Heard, Gerald

Heffter Research Institute

Helms, Richard

Hendricks, Peter

hippies

Hitchcock, Billy

Hoffer, Abram

- Commission for the Study of Creative Imagination
- Hubbard e
- importanza dell'ambiente

- Leary e
- modello psicotomimetico
- terapia dell'alcolismo con l'LSD
- Hofmann, Albert
- convegni sui funghi
- esperienze psichedeliche
- festeggiamenti in occasione del suo centesimo compleanno
- Hubbard e
- isolamento della psilocibina e della psilocina
- sintesi dell'LSD-25
- Stamets e
- sul ricongiungimento con la natura
- Holland, Julie
- Hollywood, celebrità di
- Hoover, J. Edgar
- hospices*
- Huautla de Jiménez (Messico)
- Hubbard, Al
- ambizioni
- aspetti contraddittori della sua vita
- Captain Trips (soprannome)
- CIA, suo coinvolgimento con la
- Commission for the Study of Creative Imagination
- e ambiente delle esperienze psichedeliche
- e comunità della Bay Area
- e controcultura
- e LSD
- e mescalina
- e ricercatori di punta
- esperienze con l'LSD
- formazione
- Huxley e
- Leary e
- Osmond e
- paradigma della terapia psichedelica
- perorazione a favore degli psichedelici
- riunione con i protagonisti della prima ondata di ricerca

- Stanford Research Institute
- sul valore terapeutico degli psichedelici
- sulla ricerca di Osmond-Hoffer
- sulle guide
- Wasson e
Human Be-In (San Francisco)
- Humboldt, Alexander von
- Huxley, Aldous
- ambizioni
- Commission for the Study of Creative Imagination
- concetto della «valvola di riduzione»
- concetto di «filosofia perenne»
- e il termine «psichedelico»
- e l'«Intelletto in Genere»
- e pazienti terminali
- effetti dell'aspettativa
- esperienza con la mescalina
- esperienze con l'LSD
- Hubbard e
- *Il mondo nuovo*
- influenza sulle moderne esperienze con gli psichedelici
- *Le porte della percezione*
- Leary e
- morte
- Osmond e
- paradigma della terapia psichedelica
- sull'ego
- Huxley, Laura
- Hyams, Joe

ibogaina

immaginazione

– creativa

induismo

ineffabilità delle esperienze mistiche

informatica, tecnologia

ingegneri e tecnici, uso degli psichedelici da parte di

inquinamento (micorisanamento)

Insel, Tom

intelligenza artificiale

interconnessione

– Alcolisti Anonimi, sua enfasi sul concetto di

– DMN e

– effetto della veduta d'insieme

– esperienza dell'autore con *Psilocybe* e

– nelle esperienze mistiche

– opinioni di Stamets sull'

– ricerca sui pazienti oncologici e

– studio pilota sulla depressione e

– trattamento delle dipendenze e

International Federation for Internal Freedom (IFIF)

International Foundation for Advanced Study (IFAS)

– Brand e l'

– lavoro di Fadiman presso l'

– Leary e l'

– revoca dell'autorizzazione alla ricerca da parte dell'FDA

– ricerca condotta presso l'

– sua chiusura

Inuit

ipnagogica, coscienza

Jagger, Mick

James, William

– come fonte per il questionario sulle esperienze mistiche (MEQ)

– e questioni di veridicità/autenticità

– Harvard, ricerca e tradizione

– *Le varie forme dell'esperienza religiosa*

– sui quattro segni fondamentali dell'esperienza mistica

– sulla coscienza

– sulla qualità noetica dell'esperienza mistica

– sulle esperienze mistiche

Janiger, Oscar

– centro di ricerca sulla West Coast

– Hubbard e

- riunione con i protagonisti della prima ondata di ricerca
- terapia con l'LSD
- terapia con LSD e celebrità

Jesse, Bob

- abitazione
- Council on Spiritual Practices
- e gli «anziani» della comunità psichedelica
- e la prima ondata della ricerca sugli psichedelici
- e le ambizioni di Doblin
- enfasi spirituale
- Esalen Institute
- formazione
- Griffiths e
- lavoro dietro le quinte
- MDMA
- miglioramento delle condizioni delle persone sane
- preoccupazioni circa la «medicalizzazione»
- prime esperienze con gli psichedelici
- Richards e
- ruolo nella seconda ondata della ricerca
- sperimentazioni alla Johns Hopkins
- sul termine «uso ricreazionale»

Jobs, Steve

Johanson, Chris-Ellyn

Johns Hopkins, ricerca sugli psichedelici alla

- applicazioni terapeutiche
- controllo degli effetti delle aspettative
- guide
- inizio della sperimentazione
- metafora dell'astronauta e del controllo da Terra
- *Psilocybin Can Occasion...* (Griffiths *et al.*) e
- reclutamento e preparazione dei volontari
- replica del Good Friday Experiment
- resoconti dei volontari
- segni fondamentali degli stati mistici
- Stamets e la
- sui pazienti oncologici

Johnson, Matthew

- controllo dell'ego
- formazione
- «riavvio» della mente
- storia e ambiente personali
- studio sulla cessazione del fumo
- sulla banalità delle «rivelazioni»
- sulle reazioni a esperienze potenti
- valore degli psichedelici

Jung, Carl

Kaelen, Mendel

Kaiser Hospital (Oakland)

Kalliontzi, Krystallia

Katz, Sidney

Kelly, Kevin

Kelman, Herbert

Keltner, Dacher

Kennedy, Robert F.

Kerouac, Jack

Kesey, Ken

Kessler, David

Kleber, Herbert D.

Kleiman, Mark

Kubrick, Stanley

Kurland, Albert

Laing, R.D.

League for Spiritual Discovery

Leary, Timothy

- approccio fai-da-te
- arresti e condanne
- concetti di *set* e *setting*
- Concord Prison Experiment
- critiche alla sua ricerca
- desiderio di produrre cambiamenti sociali
- e articolo di Wasson su «Life»
- e controcultura

- e psichedelici
- e psilocibina
- entusiasmo
- *Flashbacks*
- fuoriuscita degli psichedelici dai laboratori
- Ginsberg e
- Good Friday Experiment
- guide
- Harvard
- Hubbard e
- *Il gran sacerdote*
- impatto sulla ricerca
- influenze orientali
- International Federation for Internal Freedom
- «l'uomo più pericoloso d'America» (Nixon)
- Osmond e
- panico morale da lui provocato
- periodo post-Harvard
- preoccupazioni dei ricercatori
- ricerca del decennio precedente e
- ricercato dalle autorità statunitensi
- Richards e
- riunione con i protagonisti della prima ondata di ricerca
- sconvolgimenti culturali degli anni Sessanta
- sempre sorridente
- sincerità
- slogan «accenditi, sintonizzati, lasciati andare» (*turn on, tune in, drop out*)
- sull'espansione della coscienza
- suo seminario sugli psichedelici
- udienze in senato
- Weil e
- *si veda anche* Harvard Psilocybin Project
- Lennon, John
- Letcher, Andy
- Liddy, G. Gordon
- Lieberman, Jeffrey

«Life»

– articolo di Wasson sulla psilocibina

– sul panico morale

limbico, sistema

Lincoff, Gary

Linkletter, Art

Los Angeles, gruppo di; *si vedano anche* Cohen, Sidney; Eisner,

Betty; Janiger, Oscar

LSD (diethylamide dell'acido lisergico)

– Acid Tests di Kesey

– adottato dalla cultura giovanile

– ambivalenza di Cohen verso l'

– assunto da ingegneri e tecnici

– assunzione accidentale

– aziende farmaceutiche e

– *bad trips*

– come derivato di un fungo

– come trattamento per l'alcolismo

– Delysid, sua distribuzione e ritiro da parte della Sandoz

– disinformazione

– «giornata della bicicletta»

– immaginazione creativa e

– mito della creazione

– modello psicotomimetico

– nella Silicon Valley

– neuroscienze e

– Nutt a proposito dei suoi bassi rischi

– omicidi di Manson e

– panico morale riguardo all'

– potere sovversivo

– prima sintesi

– primi viaggi con

– produzione clandestina

– recettori per l'

– ricerca a Spring Grove

– ricerca presso l'Esalen Institute

– ricerca sulla schizofrenia

- ricerche della CIA
 - rischi percepiti
 - sconvolgimenti politici degli anni Sessanta e
 - seconda ondata di ricerca sugli psichedelici
 - status legale
 - sua fuoriuscita dai laboratori
 - teoria della circolazione ematica cerebrale di Feilding e
 - triptamina
 - valore terapeutico secondo Hubbard
 - viaggi psichedelici dell'autore
 - zavorra politica
- Luce, Clare Boothe
Luce, Henry

MacLean, Katherine

«Maclean's» (rivista)

malattia mentale

- associata alla rigidità mentale
- DMN e
- ego e
- grande teoria unificata
- inadeguatezza dei trattamenti disponibili
- meccanismi alla base della
- potenzialità degli psichedelici come terapia
- suicidio e
- *si vedano anche* depressione; dipendenza/e

Malievskaia, Ekaterina

Man's Search for Meaning (Frankl)

mania

Manson, Charles

marijuana; *si veda anche* cannabis

Marsh Chapel Experiment, *si veda* Good Friday Experiment

Maryland Psychiatric Research Center (Spring Grove)

maschera rotante, test della

Maslow, Abraham

materialista, prospettiva

maya, civiltà

Mazatechi

McClelland, David

McDaniels, Terry

McHugh, Paul

McKenna, Terence

McLuhan, Marshall

MDMA (ecstasy)

- Doblin, sua distribuzione della

- legame con il terapeuta

- nei trattamenti per il disturbo post-traumatico da stress

- Nutt, sue conclusioni sulla

- preoccupazioni per gli effetti sul cuore

- Schuster, sua posizione sulla

- Shulgin, sua sintesi della

- sperimentazioni

- sperimentazioni di fase III e

meccanica quantistica

media

- controversie e polemiche sullo Harvard Psilocybin Project e

- fuoriuscita dell'LSD dai laboratori e

- *My 12 Hours as a Madman* e

- panico morale e

- pericoli legati agli psichedelici e

- psichedelici a Harvard e

- terapia psicotica con l'LSD e

medicalizzazione delle sostanze psichedeliche

meditazione

- accesso ad altre modalità della coscienza e

- Griffiths e

- silenziamento della DMN e

- viaggio mentale nel tempo e

Menlo Park, uso degli psichedelici a

- Hubbard e

- International Foundation for Advanced Study

- ricerca della CIA sul controllo della mente e

Menninger, Karl

MEQ, *si veda* Mystical Experience Questionnaire

meraviglia; *si veda anche awe*

Merry Pranksters

mescalina

– controversie e polemiche a Harvard

– Hubbard e la

– Huxley e la

– James e la

– modello psicotomimetico

– ricerca di Osmond sulla

– ricerca sulla schizofrenia e

– rischi percepiti

– Weil e la

mesoamericani

Mettes, Patrick

Metzner, Ralph

miceliali, reti

Michaux, Henri

micopesticidi

micorisanamento

microdosaggio

Miller, Savannah

Miserabile miracolo (Michaux)

mistiche, esperienze

– aspetti condivisi delle

– cessazione del fumo e

– di agnostici e atei

– di Griffiths

– di Hubbard

– di Huxley

– di Richards

– di Wasson

– di Zeff

– disattivazione della DMN e

– dissoluzione dell'ego e

– effetti delle aspettative e

– effetto della veduta d'insieme e

– esperienze che ispirano awe e

- esplorazione scientifica delle
- fanatismo e
- Good Friday Experiment
- in letteratura
- ineffabilità delle
- interconnessione nelle
- linguaggio e
- loro spiegazione basata sul cervello
- nella ricerca in Europa
- nella ricerca sui pazienti oncologici
- paradossi e
- paradosso scienza/misticismo
- passività come segno caratteristico delle
- perdita della soggettività
- potenza delle
- profondità vs. banalità delle rivelazioni
- *Psilocybin Can Occasion...* (Griffiths *et al.*) e
- qualità noetica delle
- suggestionabilità degli effetti degli psichedelici
- transitorietà come loro segno caratteristico

Mitchell, Edgar

MK-Ultra (esperimenti della CIA),

modello psicotomimetico

- Cohen e il
- critiche sulla terapia psichedelica mosse dagli psichiatri
- *establishment* psichiatrico e
- Osmond e il
- ricerca della CIA sugli psichedelici e
- Saskatchewan Mental Hospital e il
- Mondo nuovo*, II (Huxley)

Moore, James

morte e fine vita

- assistenza presso gli *hospices*
- decessi associati agli psichedelici
- esperienze di quasi-morte
- «far pratica» della morte, processo
- paura della

- percezioni della
- prospettiva di Griffiths
- ricongiungimento con i defunti
- viaggi psichedelici dell'autore e
- visioni della
- *si veda anche* pazienti oncologici, ricerca sui Multidisciplinary Association for Psychedelic Studies (MAPS)
- Mushrooms, Russia, and History* (Wasson)
- Mycelium Running* (Stamets)
- mysterium tremendum*
- Mystical Experience Questionnaire (MEQ)

Nabokov, Vladimir

Nagel, Thomas

narcisismo

NASA, prima fotografia della Terra dallo spazio

nascita, esperienza/e di

National Institute of Mental Health

nativi americani

- conversione al cristianesimo

- peyote

- soppressione dell'uso dei funghi da parte degli spagnoli

- uso sacramentale di piante

natura

- atteggiamento nei confronti della

- Hofmann sulla riconnessione con la

Natural Mind, The (Weil)

neurochimica

neuroplasticità

neuroscienze e psichedelici

- allucinazioni

- autorevolezza dell'esperienza psichedelica

- cervello infantile

- codificazione predittiva

- corteccia visiva

- coscienza

- disorganizzazione indotta dagli psichedelici

- espansione/contrazione della coscienza
- inferenze bayesiane
- psicoanalisi
- recettori
- ricablaggio del cervello
- rigidità nella malattia mentale
- test della maschera rotante
- *si vedano anche* cervello entropico, teoria del; DMN neurotrasmettitori

New Age

New York University

- ricerca sui pazienti oncologici
- trattamento dell'alcolismo

«New York Times»

Nichols, David

Nicholson, Jack

Nin, Anaïs

Nixon, Richard

noetica, qualità dell'esperienza mistica

Novak, Steven

Nutrimento degli dei, II (McKenna)

Nutt, David

- *Drugs Without the Hot Air*
- formazione
- ricerca di Carhart-Harris e
- studio pilota sulla depressione
- sulla rimozione
- valutazione dei rischi delle diverse droghe

ololiuqui (semi di *Rivea corymbosa*)

olotropica, respirazione

Olson, Frank

oppiacei

Osmond, Humphry

- ambizioni
- Commission for the Study of Creative Imagination
- e il termine «psichedelico»

- e il termine «psicodelitico»
- Hubbard e
- Huxley e
- importanza dell'ambiente
- Leary e
- mescalina
- modello psicotomimetico
- paradigma della terapia psichedelica
- ricerca sulla schizofrenia
- riunione con i protagonisti della prima ondata di ricerca
- terapia dell'alcolismo con l'LSD
- ossessivo-compulsivo, disturbo
- abitudini di pensiero negativo
- eccesso di ordine nel cervello
- terapia psicotica con l'LSD e
- tirannia dell'ego e
- ossido nitroso
- Ott, Jonathan
- overdose con gli psichedelici
- ovvietà

Pahnke, Walter

- a Spring Grove
- Good Friday Experiment
- questionario sulle esperienze mistiche (MEQ)
- Richards e
- sulle modalità della coscienza
- panico morale provocato dagli psichedelici
- copertura mediatica
- effetti sulla ricerca sugli psichedelici
- Leary e il
- messa al bando degli psichedelici e
- paranoia
- passività delle esperienze mistiche
- pazienti oncologici, ricerca sui
- a Spring Grove
- alla New York University

- cambiamento di prospettiva nei pazienti
- critiche
- esperienze di parto/nascita
- esperienze mistiche
- «far pratica» della morte, processo
- «istruzioni di volo»
- origini
- Patrick Mettes e la
- paura della morte
- paura e/o ansia durante i trattamenti
- *Psilocybin Can Occasion...* (Griffiths *et al.*) e
- questioni di autenticità
- questioni di significato
- resoconti dei volontari
- risultati
- stanze del trattamento
- studi di *follow-up*
- temi comuni
- terapia psicotica con l'LSD
- visioni della morte
- pensiero magico
- pensiero negativo
- percezioni e sensi
- Person to Person* (notiziario della CBS)
- personalità, disturbi della
- persone di mezza età, uso degli psichedelici da parte di
- peyote; *si veda anche* mescalina
- placebo
- attivi, psichedelici considerati come
- effetto
- in doppio cieco vs. sperimentazioni controllate
- Plotkin, Mark
- Plowman, Tim
- politici, effetti p. degli psichedelici
- Porte della percezione, Le* (Huxley)
- preghiera
- Previn, André

primati, consumo di funghi nei
pronto soccorso, ricoveri al
protocolli per l'uso degli psichedelici, valore dei
psichedelici
– rischi legati agli
– termine
psichiatria
psicoanalisi
psicolitico, modello
psicosi
– crolli psicotici
– modello psicotomimetico e
– reazioni da panico scambiate per
– rischi associati agli psichedelici e
– teoria del cervello entropico e
psicoterapia
psilocibina
– a Harvard, *si veda* Harvard Psilocybin Project
– alla Johns Hopkins, *si veda* Johns Hopkins, ricerca sugli
psichedelici alla
– approvazione per la conduzione di sperimentazioni di fase III
– arrivo in Occidente
– case farmaceutiche e
– Concord Prison Experiment
– effetto sull'attività cerebrale
– esperienze mistiche e
– evoluzione umana e
– funzione evolutiva
– Ginsberg e la
– Good Friday Experiment
– in quanto triptamina
– Leary e la
– molecola di sintesi
– paradosso materialista vs. non materialista
– *Psilocybin Can Occasion...* (Griffiths *et al.*) e
– recettori della
– ricablaggio del cervello e

- ricerca della CIA sugli psichedelici e
- Schuster sulla
- scoperta
- seconda ondata della ricerca
- Spring Grove, ricerca condotta a
- studi richiesti dalla FDA
- suo isolamento da parte di Hofmann
- teoria di Stamets del messaggero chimico inviato dalla Terra
- viaggi psichedelici dell'autore
- *si veda anche* funghi

psilocina

- consumo di funghi negli animali e
- misurazione dei livelli di
- nel micelio
- prospettiva materialista e
- sua identificazione nei funghi
- suo isolamento da parte di Hofmann

Psilocybe Mushrooms and Their Allies (Stamets)

Psilocybe

- America Latina come fonte di
- Aztechi e
- collezione di immagini di Stamets
- come «carne degli dèi»
- consumo negli animali di
- convegni sui funghi e
- esperienza dell'autore con *P. azurescens*
- funzione evolutiva della psilocibina in
- habitat
- identificazione
- nativi americani e
- nel Pacifico Nordoccidentale
- *P. azurescens*
- prima esperienza dell'autore con
- repressione dell'uso
- ricerca
- sanzioni per il possesso di
- *'shrooms* (termine)

- specie
- teoria della scimmia drogata
- uso sacramentale
- Wasson e la loro riscoperta
- Psilocybin Can Occasion Mystical-Type Experiences...* (Griffiths *et al.*)
- Psilocybin Mushrooms of the World* (Stamets)
- Psychedelic Drugs Reconsidered* (Grinspoon e Bakalar)
- Psychedelic Psychiatry* (Dyck)
- Psychedelic Science del 2017

quasi-morte, esperienze di

Raichle, Marcus

Ram Dass; *si veda anche* Alpert, Richard Rank, Otto

Rat Park, esperimento del

Realms of the Human Unconscious (Grof)

realtà virtuale

recidive, dopo l'esperimento alla Concord State Prison

religione

- fanatismo religioso
- origini della fede religiosa
- repressione dell'uso di piante psicoattive
- uso di sostanze nelle pratiche religiose
- *si veda anche* spiritualità

religioni orientali

Religious Freedom Restoration Act (1993)

respirazione

Rheingold, Howard

ricerca sugli psichedelici, prima ondata

- a Spring Grove
- al Saskatchewan Mental Hospital
- aspirazioni dei suoi fautori
- avviata dalla distribuzione di Delysid da parte della Sandoz
- *bad trips*
- centri di ricerca
- conclusione

- consumo delle sostanze da parte dei ricercatori in studio
- controcultura e
- difficoltà incontrate
- effetti delle aspettative
- entità e portata
- entusiasmo dei ricercatori
- finanziamenti federali
- fuoriuscita degli psichedelici dai laboratori
- Good Friday Experiment
- guide
- International Foundation for Advanced Study
- Jesse, suo interesse per la
- Leary, suo impatto sulla
- modello psicotico
- modello psicotomimetico
- monitoraggio e limitazioni imposte dal governo federale
- panico morale provocato dagli psichedelici
- pazienti terminali
- protocolli strutturati
- questioni metodologiche
- repressione
- riunione dei suoi protagonisti (1979)
- scetticismo nei confronti della
- sovvenzioni federali alla
- terapia dell'alcolismo con LSD
- udienze in senato
- *si vedano anche* CIA; Harvard Psilocybin Project
- ricerca sugli psichedelici, seconda ondata
- approvata dalla FDA
- assenza di eventi avversi
- controcultura degli anni Sessanta e
- critiche
- CSP, sito web
- difficoltà incontrate
- entusiasmo dei ricercatori
- Jesse, suo ruolo
- miglioramento delle condizioni delle persone sane

- protocolli della FDA
- psilocibina di sintesi
- questioni metodologiche
- replica del Good Friday Experiment
- ruolo di *outsiders* scientifici
- scoperte della ricerca precedente (prima ondata)
- simposio per il centesimo compleanno di Hofmann
- sperimentazioni di fase III
- terapeuti clandestini
- *si veda anche* pazienti oncologici, ricerca sui Richards, Bill
- a Spring Grove
- come ponte tra la prima e la seconda ondata
- e pazienti terminali
- esperienze con gli psichedelici
- «istruzioni di volo» preparate da
- Jesse e
- Pahnke e
- sperimentazioni con la psilocibina condotte alla Hopkins
- sulle questioni di autenticità
- ricordi
- ricreazionale, uso di droghe a scopo
- rinascimento degli psichedelici
- *Psilocybin Can Occasion...* (Griffiths *et al.*) e
- seconda ondata di ricerca
- sentenza della Corte Suprema sull'UDV
- simposio per il centesimo compleanno di Hofmann
- risoluzione di problemi
- impatto degli psichedelici sulla
- ricablaggio del cervello e
- ricerche ad alta/bassa temperatura e
- rito di passaggio, viaggi psichedelici come
- rituali psichedelici
- rivoluzione culturale; *si veda anche* controcultura
- Roberts Jr., John G.
- «rospo», *si veda* 5-MeO-DMT
- Ross, Stephen

- nuova rispettabilità della ricerca
- studi richiesti dalla FDA
- sui risultati ottenuti nei pazienti oncologici
- sull'alcolismo
- sulla soppressione della ricerca

Rouiller, Ian

ruminazione

Russell, Bertrand

Russula

Sabina, María

- nei viaggi psichedelici dell'autore

- Wasson e

sacramento, uso degli psichedelici come

saggezza

Sahagún, Bernardino de

Samorini, Giorgio

Sandoz (casa farmaceutica)

- distribuzione e ritiro del Delysid (LSD-25)

- Hubbard e

- modello psicotomimetico e

- sintesi dell'LSD-25

Saskatchewan Mental Hospital (Canada); *si vedano anche* Hoffer,

Abram; Osmond, Humphry

Savage, Charles

schizofrenia

- LSD come fattore innescante i crolli psicotici

- modello psicotomimetico

- nascita della neurochimica e

- ricerca di Spring Grove e

- test della maschera rotante e

Schultes, Richard Evans

Schuster, Charles «Bob»

Schwartz, Peter

sciamanesimo

scienza

- ambivalenza di Cohen verso l'LSD

- esperienza mistica e
- misteri della natura e
- paradosso misticismo vs. scienza
- scienziati romantici
- spiritualità e
- standard metodologici
- testimonianze individuali e
- validazione delle esperienze mistiche
- scimmia drogata, teoria della
- scorie industriali (micorisanamento)
- sé autobiografico
- sensi e percezione
- serotonina
- set e setting*
- setting* di gruppo e psichedelici
- 'shrooms (termine)
- Shulgin, Ann e Sasha
- significato personale
- dissoluzione dell'ego e
- esperienze che ispirano awe e
- Griffiths sul
- recettori 5-HT_{2A} e
- ricerca sui pazienti oncologici e
- sua costruzione
- suggestionabilità degli effetti degli psichedelici e
- valore del
- Silicon Valley
- sinestesia
- Skinner, B.F.
- Slater, Toby
- Smith, Huston
- Council on Spiritual Practices
- Good Friday Experiment
- Jesse e
- su *Psilocybin Can Occasion...* (Griffiths *et al.*)
- sulla spiritualità
- Smith, Robert Ellis

Smythies, John

social media

sofferenza esistenziale

soggettività

sogno/i

Sokel, Karin

Solomon, Andrew

spagnoli, repressione dell'uso dei funghi psicoattivi da parte degli spiritualità

– dissoluzione dell'ego e

– medicina moderna e

– *Psilocybin Can Occasion...* (Griffiths *et al.*) e

– ruolo delle guide e

– scienza e

– viaggi psichedelici dell'autore e

sport estremi

Spring Grove (Baltimora), ospedale e centro di ricerca

Stace, W.T.

Stamets, Paul

– abitazione

– cercatore di funghi

– collezione di pietre-fungo

– competenza di micologo

– convegni sui funghi

– formazione

– Fungi Perfecti, sua azienda

– guide sui funghi

– Hofmann e

– identificazione dei funghi

– identificazione di nuove specie

– immagini di *Psilocybe*

– McKenna e

– *Mycelium Running*

– onorificenze

– *P. azurescens*

– patrocinio dei funghi

– *Psilocybe Mushrooms and Their Allies*

- *Psilocybin Mushrooms of the World*
- scienziato romantico
- 'shrooms (termine)
- sull'evoluzione umana
- sulla funzione evolutiva della psilocibina
- teoria della scimmia drogata
- teorie micologiche
- Stanford Research Institute (SRI)
- Stanford University
- Stanley III, Owsley
- status legale degli psichedelici
- Steindl-Rast, David
- stigmatizzazione delle sostanze psichedeliche
- Stolaroff, Myron
 - carriera
 - esperienze psichedeliche
 - formazione
 - guide
 - Hubbard e
 - International Foundation for Advanced Study (IFAS)
 - Jesse e
 - Leary e
 - psichedelici nella Silicon Valley e
 - riunione con i protagonisti della prima ondata di ricerca
 - terapeuti clandestini e
 - Zeff e
- storia personale
- Strassman, Rick
- subconscio
- suggestionabilità, riguardo agli effetti degli psichedelici
 - ambivalenza di Cohen verso l'LSD
 - aspettative degli utilizzatori e
 - attribuzione di significato e
 - effetto placebo e
 - Hubbard e
 - ricerca con la psilocibina alla Hopkins e
- suicidio

Summergrad, Paul

tabagismo, *si veda* fumo, cessazione del
talidomide, tragedia della
tecnologia

Tennyson, Alfred

teonanácatl (fungo sacro degli Aztechi)

terapia della parola

terapia psichedelica

- alla frontiera tra spiritualità e scienza
- ambivalenza di Cohen verso l'LSD
- aspirazioni dei fautori della
- basso rischio
- California Institute of Integral Studies
- come «misticismo applicato»
- come riavvio del sistema
- crescente riconoscimento
- critiche e difficoltà incontrate
- dissoluzione dell'ego
- emergere di un paradigma
- *establishment* psichiatrico e
- futuro
- gamma dei disturbi affrontati
- Hubbard e la
- immaginazione visiva nella
- importanza fondamentale dell'esperienza nella
- miglioramento delle condizioni delle persone sane
- precedenti modelli teorici
- preparazione dei pazienti
- protocolli e «accordi»
- ripresa
- ripresentarsi dei sintomi
- risultati
- ruolo dello sciamanesimo
- ruolo del terapeuta; *si veda anche* guide
- ruolo dell'ambiente
- simbologia spirituale

- suggestionabilità degli effetti
- «terapia assistita con psichedelici» (termine)
- *si vedano anche* depressione; dipendenza/e; pazienti oncologici, ricerca sui terminali, pazienti, *si veda* pazienti oncologici, ricerca sui *The Psychedelic Explorer's Guide* (Fadiman) *The Secret Chief* (Zeff) Time-Life, pubblicazioni tolleranza circa l'uso degli psichedelici *Tomorrow Never Knows* (Beatles) tossicità degli psichedelici, basso livello della *trance* transitorietà dell'esperienza mistica trapanazione del cranio triptamine «True: The Man's Magazine» Turner, Brian U.S. Food and Drug Administration, *si veda* FDA UCLA (University of California di Los Angeles) UDV, sentenza della Corte Suprema sull' University of New Mexico

Varie forme dell'esperienza religiosa, Le (James)
veduta d'insieme, effetto della venerdì santo, esperimento del, *si veda* Good Friday Experiment verità, rivelazioni di viaggi psichedelici dell'autore

- come esperienza «spirituale»
- con «il rospo»
- con l'LSD
- con la psilocibina
- linguaggio del misticismo e
- preoccupazioni per il cuore
- questionario sull'esperienza mistica e
- ricapitolazioni e riflessioni
- ricerca di una guida

viaggio, esperienze psichedeliche e metafore del

viaggio nel tempo, come facoltà della mente

Vietnam, guerra del

visualizzazione dei pensieri

Vogt, Walter

Vollenweider, Franz

«volo», istruzioni di

– per i pazienti oncologici, ricerca alla NYU

– ricerca sulla psilocibina alla Hopkins e

– viaggi psichedelici dell'autore

Wallace, David Foster

Wasson, R. Gordon

– articolo su «Life»

– convegni sui funghi

– critiche

– esperienze psichedeliche

– funghi del Messico meridionale e

– Hubbard e

– *Mushrooms, Russia, and History*

– origini della fede religiosa e

– taccuini di appunti sul campo

– teorie preconcepite

Watts, Rosalind

Weathermen, gruppo rivoluzionario

Weil, Andrew

– allontanamento di Leary e Alpert da Harvard e

– convegni sui funghi

– e «il rospo»

– Schultes e

– sui placebo attivi

– *The Natural Mind*

– «trattamento» dei *bad trips*

Whitman, Walt

Whole Earth Network

Wilson, Bill (Bill W.)

Wilson, E.O.

Wit, Harriet de

Wordsworth, William

Wright, Curtis

Yensen, Richard

Yoder, Norman

Zeff, Leo

zen

[1](#)

«Dovrebbe sempre star socchiusa l'anima», in E. Dickinson, *Tutte le poesie*, a cura di M. Bulgheroni, Mondadori, Milano, 1997, p. 1105.

[2](#)

Hofmann, *LSD, My Problem Child*, pp. 40-47 [trad. it. pp. 15-23].

[3](#)

Wasson e Wasson, *Mushrooms, Russia, and History*.

[4](#)

Wasson, *Seeking the Magic Mushroom*.

[5](#)

Cohen *et al.*, *In Vivo and In Vitro Chromosomal Damage Induced by LSD-25*.

[6](#)

Griffiths *et al.*, *Psilocybin Can Occasion Mystical-Type Experiences*.

[7](#)

Sembra che gli Inuit siano l'eccezione che conferma la regola, ma soltanto perché nei luoghi in cui vivono non cresce nulla di psicoattivo (quanto meno, non ancora).

[8](#)

Nutt, *Drugs – Without the Hot Air*. È per questo che chi assume «microdosi» di psichedelici non le prende mai in giorni consecutivi.

[9](#)

Johansen e Krebs, *Psychedelics Not Linked to Mental Health Problems*.

[10](#)

Carbonaro *et al.*, *Survey Study of Challenging Experiences After Ingesting Psilocybin Mushrooms*. L'indagine rilevò che il 7,6 per cento dei rispondenti cercava aiuto per «uno o più sintomi psicologici che attribuiva alla propria difficile esperienza con la psilocibina».

[11](#)

Corrispondenza personale dell'autore con Matthew W. Johnson, PhD.

[12](#)

James, *Le varie forme dell'esperienza religiosa*, p. 334 (N.d.T.).

[13](#)

Dyck, *Psychedelic Psychiatry*, pp. 1-2.

[14](#)

Langlitz, *Neuropsychedelia*, pp. 24-26.

[15](#)

Hofmann, *LSD, My Problem Child*, pp. 184-85 [trad. it. p. 152].

[16](#)

Ibid., pp. 36-45 [trad. it. pp. 13-23].

[17](#)

Ibid., pp. 46-47 [trad. it. pp. 18-20].

[18](#)

Ibid., pp. 48-49 [trad. it. pp. 19-21].

[19](#)

Citato in Nichols, *Commentary*.

[20](#)

Hofmann, *LSD, My Problem Child*, p. 51 [trad. it. pp. 22-23].

[21](#)

Jonathan Ott in *ibid.*, prefazione del traduttore, p. 25.

[22](#)

Langlitz, *Neuropsychedelia*, pp. 25-26.

[23](#)

UDV sta per União do Vegetal: l'ayahuasca viene infatti preparato mettendo insieme, in infusione, due specie vegetali amazzoniche, *Banisteriopsis caapi* e *Psychotria viridis*.

[24](#)

Gonzales v. O Centro Espirita Beneficente Uniao do Vegetal.

[25](#)

Kleber, *Commentary*, p. 292.

[26](#)

Schuster, *Commentary*, p. 289.

27

Nichols, *Commentary*, p. 284.

28

De Wit, *Towards a Science of Spiritual Experience*.

29

James, *Varieties of Religious Experience*, p. 370 [trad. it. p. 328].

30

Ibid., p. 389 [trad. it. p. 342; si tratta propriamente di un passo dall'autobiografia di J. Trevor, *My Quest for God*].

31

Si veda, per esempio, Grinspoon e Bakalar, *Psychedelic Drugs Reconsidered*, p. 192.

32

La tesi di Walter Pahnke, «Drugs and Mysticism: An Analysis of the Relationship Between Psychedelic Drugs and the Mystical Consciousness», è disponibile in formato pdf sul sito www.maps.org.

33

Smith, *Huston Smith Reader*, p. 73.

34

Doblin, *Pahnke's 'Good Friday Experiment'*.

35

Doblin, *Dr. Leary's Concord Prison Experiment*.

36

Cita to in Nutt, *A Brave New World for Psychology?*, p. 658.

37

Grob *et al.*, *Pilot Study of Psilocybin Treatment for Anxiety*.

38

Alcuni *files* della CIA declassificati relativi al Project Artichoke sono disponibili all'indirizzo www.paperlessarchives.com/FreeTitles/ARTI-CHOKECIAFiles.pdf.

39

The Beatles, *Tomorrow Never Knows*: «Turn off your mind, relax and float downstream» (N.d.T.).

[40](#)

James, *Varieties of Religious Experience*, p. 369 [trad. it. pp. 327-28].

[41](#)

Ibid., p. 370 [trad. it. p. 328].

[42](#)

Loc cit.

[43](#)

Ibid., p. 372 [trad. it. p. 329].

[44](#)

Ibid., p. 371 [trad. it. p. 328].

[45](#)

Loc. cit. [trad. it. p. 329].

[46](#)

MacLean *et al.*, *Mystical Experiences Occasioned by the Hallucinogen Psilocybin*.

[47](#)

McHugh, recensione di *The Harvard Psychedelic Club* di Don Lattin.

[48](#)

James, *Varieties of Religious Experience*, p. 415 [trad. it. pp. 363, 364].

[49](#)

Ibid., p. 419 [trad. it. p. 367].

[50](#)

Ibid., p. 420 [trad. it. p. 368].

[51](#)

Loc. cit.

[52](#)

Ibid., p. 378 [trad. it. pp. 334, 335].

[53](#)

Johnson *et al.*, *Pilot Study of the 5 - HT_{2A}R Agonist Psilocybin*.

[54](#)

Propriamente, quello che di solito chiamiamo «fungo» – il gambo e il cappello – è il «corpo fruttifero» dell'organismo fungino, in altre parole il suo organo riproduttivo. Possiamo pensare ad esso come alle mele di un albero che cresca interamente sotto terra. La maggior parte dell'organismo si sviluppa dunque nella forma di un micelio sotterraneo: filamenti dello spessore di un'unica cellula, solitamente bianchi, simili a tele di ragno, che si estendono nel suolo. Poiché è difficile osservare e studiare queste delicate strutture ipogee – non possono essere dissotterrate senza romperle – tendiamo a concentrarci sulle parti visibili (gambo e cappello), anche se, in un certo senso, esse non rappresentano altro che la punta dell'iceberg fungino.

[55](#)

Le cose sono in realtà più complicate: Stamets ha chiamato suo figlio in quel modo per via del colore azzurrognolo cui virano gli esemplari di *Psilocybe*, e poi ha dato il nome di suo figlio alla più azzurra tra le specie di *Psilocybe*.

[56](#)

Dal 1984 Stamets dirige la Fungi Perfecti, un'azienda di grande successo che vende integratori a base di funghi medicinali, spore, kit per la coltivazione di funghi commestibili e vari altri accessori attinenti ai funghi.

[57](#)

Simard *et al.*, *Net Transfer of Carbon Between Ectomycorrhizal Tree Species in the Field*.

[58](#)

Gli scienziati della University of British Columbia (UBC) iniettarono isotopi di carbonio radioattivo in alcuni abeti e poi seguirono la loro diffusione nella comunità arborea della foresta usando vari metodi di rilevamento, compreso un contatore Geiger. Nell'arco di qualche giorno riserve di carbonio radioattivo erano passate da un albero all'altro. In un'area di trenta metri quadrati ogni albero era connesso

alla rete; i più vecchi funzionavano da *hub*, e alcuni arrivavano a ben quarantasette connessioni. Il diagramma della rete della foresta somigliava a una mappa di internet: in quello che sicuramente era un gesto di riconoscimento rivolto a Stamets, uno degli scienziati della UBC l'ha chiamata, in un articolo, «wood-wide web».

[59](#)

Stamets, *Psilocybin Mushrooms of the World*, p. 11.

[60](#)

Ibid., p. 16.

[61](#)

Ibid., pp. 30-32.

[62](#)

Ibid., p. 53.

[63](#)

In inglese *laboratory* (laboratorio) e *lavatory* (bagno) suonano molto simili (*N.d.T.*).

[64](#)

Lee e Shlain, *Acid Dreams*, p. 71.

[65](#)

Siff, *Acid Hype*, p. 93.

[66](#)

Ibid., p. 80.

[67](#)

Ibid., p. 73.

[68](#)

Loc. cit.

[69](#)

Tutte le citazioni sono tratte da Wasson, *Seeking the Magic Mushroom*.

[70](#)

I Wasson scartarono o ignorarono una spiegazione un po' più semplice: e cioè che ci si potesse aspettare l'affiorare di potenti

sentimenti e culti misterici intorno a una «pianta» che, a seconda delle conoscenze e del contesto, era in grado di nutrire e offrire piacere, oppure di portare a una morte atroce.

[71](#)

Wasson e Wasson, *Mushrooms, Russia, and History*, p. 223.

[72](#)

Davis, *One River*, p. 95.

[73](#)

Siff, *Acid Hype*, p. 69.

[74](#)

Wasson *et al.*, *The Road to Eleusis*, p. 33 [trad. it. p. 23].

[75](#)

Wasson, *Seeking the Magic Mushroom*.

[76](#)

Estrada, *María Sabina*, p. 73 [trad. it. pp. 75-76].

[77](#)

Letcher, *Shroom*, p. 104.

[78](#)

Siff, *Acid Hype*, p. 80.

[79](#)

Ibid., p. 83.

[80](#)

Ibid., p. 74.

[81](#)

Hofmann, *LSD, My Problem Child*, p. 128 [trad. it. p. 100].

[82](#)

Ibid., p. 126 [trad. it. p. 99].

[83](#)

Ibid., pp. 139-52 [trad. it. p. 111-25].

[84](#)

In un altro viaggio, Wasson fu accompagnato da James Moore, che si era presentato come chimico di un'azienda farmaceutica; in realtà era un agente della CIA interessato a ottenere la psilocibina per l'MK-Ultra, il programma di ricerca sulle sostanze psichedeliche condotto dall'agenzia federale [cfr. *LSD, il mio bambino difficile*, p. 124].

[85](#)

Wasson non protesse l'identità di María Sabina con molta convinzione. La stessa settimana in cui apparve l'articolo su «Life» pubblicò in proprio un libro – *Mushrooms, Russia, and History* – in cui tornava a raccontare la storia della donna, trascurando però di celarne il nome.

[86](#)

Wasson, *Drugs*, p. 21.

[87](#)

Estrada, *María Sabina*, pp. 90-91 [trad. it. p. 96].

[88](#)

Il video di Terence McKenna, dal titolo *The Stoned Ape Theory*, è disponibile su YouTube.

[89](#)

McKenna, *Food of the Gods*, p. 26 [trad. it. p. 47].

[90](#)

Ibid., p. 24 [trad. it. p. 45].

[91](#)

Si veda l'intervento di McKenna su YouTube citato sopra.

[92](#)

Gli autori concludevano che «le piante allucinogene alterano la percezione dei cani da caccia smorzando i segnali estranei e amplificando la percezione sensoriale (con ogni probabilità quella olfattiva) direttamente coinvolta nell'individuazione e nella cattura della selvaggina». Bradley C. Bennett e Rocío Alarcón, *Hunting and the Hallucinogens: The Use Psychoactive and Other Plants to Improve the Hunting Ability of Dogs*, in «Journal of Ethnopharmacology», 171 (2015), pp. 171-83.

[93](#)

Samorini, *Animali che si drogano*, p. 102.

[94](#)

Wulf, *The Invention of Nature*, p. 54 [trad. it. p. 61].

[95](#)

Ibid., p. 128 [trad. it. p. 148; si tratta di un passo della *Naturphilosophie* di Schelling citato da Wulf].

[96](#)

Ibid., p. 59 [trad. it. p. 66].

[97](#)

Emerson, *Nature*, p. 14 [trad. it. p. 24].

[98](#)

James, *Varieties of Religious Experience*, p. 377 [trad. it. p. 334].

[99](#)

Smith, *Cleansing the Doors of Perception*, p. 76.

[100](#)

James, *Varieties of Religious Experience*, 378 [trad. it. p. 334].

[101](#)

Poiché il possesso di LSD sarebbe diventato un reato federale solo nel 1968, spesso, per attaccare personaggi della controcultura, lo stato dovette ricorrere all'incriminazione per possesso di marijuana.

[102](#)

Leary, *Flashbacks*, pp. 232-42.

[103](#)

Greenfield, *Timothy Leary*, pp. 267-72 [trad. it. pp. 400-409].

[104](#)

Leary, *Flashbacks*, pp. 251-52.

[105](#)

Novak, *LSD Before Leary*, p. 91.

[106](#)

Osmond, *On Being Mad*.

[107](#)

La storia di Osmond, e quella assai ricca della ricerca canadese sugli psichedelici, sono ben raccontate in Dyck, *Psychedelic Psychiatry*.

[108](#)

Dyck, *Psychedelic Psychiatry*, p. 17.

[109](#)

Loc. cit.

[110](#)

Per un'eccellente analisi di come questa ricerca abbia contribuito all'ascesa della neurochimica, si veda Nichols, *Psychedelics*, p. 267.

[111](#)

Dyck, *Psychedelic Psychiatry*, pp. 26-28.

[112](#)

Per una discussione dell'articolo, di veda *ibid.*, pp. 31-33.

[113](#)

Ibid., pp. 40-42.

[114](#)

Ibid., pp. 58-59.

[115](#)

Ibid., p. 59.

[116](#)

Duncan C. Blewett e Nick Chwelos, *Handbook for the Therapeutic Use of Lysergic Acid Diethylamide-25: Individual and Group Procedures* (1959), disponibili online su maps.org. Blewett e Chwelos attinsero ampiamente, per il loro manuale, dai rapporti di Osmond e Hoffer.

[117](#)

Ibid., p. 71.

[118](#)

Ibid., p. 73.

[119](#)

Si veda Novak, *LSD Before Leary*, p. 97; e *Pass It On*, pubblicato senza autore in edizione per Kindle, location 5372.

[120](#)

Eisner, *Remembrances of LSD Therapy Past*, pp. 14, 26-45; Novak, *LSD Before Leary*, p. 97.

[121](#)

Novak, *LSD Before Leary*, pp. 88-89.

[122](#)

Ibid., p. 92.

[123](#)

Loc. cit.

[124](#)

Betty Grover Eisner, bozza di «Sidney Cohen, M.D.: A Remembrance», Betty Grover Eisner Papers, Stanford University Department of Special Collections and University Archives (box 7, folder 3).

[125](#)

Grinspoon e Bakalar, *Psychedelic Drugs Reconsidered*, p. 7.

[126](#)

L'interpretazione dei sogni (1899), trad. it. di E. Ra chinelli e H. Trette, Bollati Boringhieri, Torino, 2009, p. 560 (*N.d.T.*).

[127](#)

Per una descrizione dettagliata di questa ricerca, si veda Grof, *LSD: Doorway to the Numinous*.

[128](#)

Grinspoon e Bakalar, *Psychedelic Drugs Reconsidered*, p. 208.

[129](#)

Lee e Shlain, *Acid Dreams*, p. 62.

[130](#)

Siff, *Acid Hype*, p. 100.

[131](#)

Stevens, *Storming Heaven*, p. 64.

[132](#)

Siff, *Acid Hype*, p. 100.

[133](#)

Loc. cit.

[134](#)

Novak, *LSD Before Leary*, p. 103.

[135](#)

Loc. cit.

[136](#)

Ibid., p. 99.

[137](#)

Ibid., pp. 99-101.

[138](#)

Ibid., p. 100.

[139](#)

Cohen, *The Beyond Within*, p. 182.

[140](#)

Loc. cit.

[141](#)

Cohen, *LSD and the Anguish of Dying*, p. 71.

[142](#)

Dyck, *Psychedelic Psychiatry*, p. 1.

[143](#)

Huxley, *Moksha*, p. 42 [trad. it. p. 52].

[144](#)

Huxley, *Doors of Perception*, p. 33 [trad. it. pp. 26-27].

[145](#)

Ibid., p. 17 [trad. it. pp. 13-14].

[146](#)

Ibid., p. 18 [trad. it. p. 14, lievemente modificata].

[147](#)

Ibid., p. 23 [trad. it. p. 18].

[148](#)

Ibid., p. 17 [trad. it. p. 14].

[149](#)

Huxley, *Perennial Philosophy*.

[150](#)

Novak, *LSD Before Leary*, p. 93.

[151](#)

Ibid., p. 95.

[152](#)

Dyck, *Psychedelic Psychiatry*, pp. 1-2.

[153](#)

Ibid., p. 2.

[154](#)

Osmond, *Review of the Clinical Effects of Psychotomimetic Agents*, p. 429.

[155](#)

Grinspoon e Bakalar, *Psychedelic Drugs Reconsidered*, pp. 194-95.

[156](#)

John Chapman (1774-1845), detto Johnny Appleseed (Johnny Semedimela), è una figura leggendaria nella storia dei pionieri americani. Personaggio eccentrico, predicatore, diffuse in molti stati la coltivazione del melo (*N.d.T.*).

[157](#)

Il *file* dell'FBI di Hubbard è disponibile nell'Internet Archive (archive.org).

[158](#)

Si vedano soprattutto Lee e Shlain, *Acid Dreams* e Stevens, *Storming Heaven*.

[159](#)

Fahey, *The Original Captain Trips*.

[160](#)

Questi fatti, e le loro contraddizioni, sono tratti da Lee e Shlain, *Acid Dreams* e da Fahey, *The Original Captain Trips*.

[161](#)

Lee e Shlain, *Acid Dreams*, p. 45.

[162](#)

Loc. cit.

[163](#)

Ibid., p. 52.

[164](#)

Hubbard attribuiva un gran valore a una lettera inviatagli nel 1957 da un tal monsignor Brownmajor di Vancouver, il quale appoggiava il suo lavoro: «Ci accostiamo pertanto allo studio di questi psichedelici e alla loro influenza sulla mente dell'uomo desiderosi di scoprire i loro attributi, quali che essi siano, valutandone rispettosamente l'appropriata collocazione nell'Economia Divina».

[165](#)

Fahey, *The Original Captain Trips*.

[166](#)

Loc. cit.

[167](#)

Lee e Shlain, *Acid Dreams*, p. 54.

[168](#)

Dyck, *Psychedelic Psychiatry*, p. 93.

[169](#)

R. C., *B. C.'s Acid Flashback*.

[170](#)

Lee e Shlain, *Acid Dreams*, p. 51.

[171](#)

Il nome di Hubbard compare in un unico articolo scientifico, scritto insieme ai suoi colleghi dell'Hollywood Hospital: *The Use of LSD-25 in the Treatment of Alcoholism and Other Psychiatric Problems*, in «Quarterly Journal of Studies on Alcohol», 22 (marzo 1961), pp. 34-35.

[172](#)

Stevens, *Storming Heaven*, p. 175.

[173](#)

Lee e Shlain, *Acid Dreams*, p. 52.

[174](#)

Sidney Gottlieb, il funzionario della CIA a capo dell'MK-Ultra, testimoniò al Congresso che il programma aveva l'obiettivo di «indagare se e come fosse possibile modificare il comportamento di un individuo servendosi di mezzi occulti». Avremmo saputo di più sull'MK-Ultra se Gottlieb non avesse distrutto la maggior parte della documentazione per ordine del direttore della CIA, Richard Helms.

[175](#)

Loc. cit.

[176](#)

Stevens, *Storming Heaven*, p. 56.

[177](#)

Ibid., p. 54.

[178](#)

Ibid., p. 57.

[179](#)

Eisner, *Remembrances of LSD Therapy Past*, p. 10.

[180](#)

Ibid., p. 57.

[181](#)

Dyck, *Psychedelic Psychiatry*, pp. 97-98.

[182](#)

Markoff, *What the Dormouse Said*, p. XIX.

[183](#)

Isaacson, *Steve Jobs*, pp. 172-73 [trad. it. p. 191].

[184](#)

Goldsmith, *A Conversation with George Greer and Myron Stolaroff*.

[185](#)

Fahey, *The Original Captain Trips*.

[186](#)

Markoff, *What the Dormouse Said*, p. 58.

[187](#)

Stevens, *Storming Heaven*, p. 178.

[188](#)

Fadiman, *The Psychedelic Explorer's Guide*, p. 185.

[189](#)

Durante la sua seduta con l'LSD Engelbart inventò il «gioco della pipì» – una piccola ruota idraulica galleggiante nel water che poteva essere messa in movimento da un getto di urina – per educare i bambini, almeno i maschietti, all'uso del bagno. Passò poi a realizzazioni decisamente più significative, compreso il mouse, l'interfaccia grafica per computer, l'e-mail e le videoconferenze, tutte idee di cui diede dimostrazione a San Francisco, nel 1968, in una leggendaria «madre di tutte le demo».

[190](#)

Lee e Shlain, *Acid Dreams*, p. 198.

[191](#)

Hubbard detestava l'idea dell'acido come droga da strada e l'uso che ne faceva la controcultura. Secondo Don Allen, nel 1967 ebbe una parte in almeno un blitz contro un importante laboratorio clandestino che produceva LSD. Hubbard mandò Don Allen a un incontro (in cui doveva fingere di essere un compratore canadese interessato all'acquisto di «LSD pura») con un gruppo della Bay Area di cui faceva parte Owsley Stanley III, noto produttore di LSD (e tecnico del suono dei Grateful Dead). Gli agenti federali pedinarono le persone presenti all'incontro risalendo quindi a Stanley e al suo laboratorio di Orinda, in California; si dice che nel corso del blitz fossero state rinvenute 350.000 dosi di LSD.

[192](#)

Fahey, *The Original Captain Trips*.

[193](#)

Loc. cit.

[194](#)

Le due migliori descrizioni dell'influenza esercitata dalla controcultura (e dalle sue sostanze chimiche) sulla rivoluzione dei computer sono: Fred Turner, *From Counterculture to Cyberculture: Stewart Brand, the Whole Earth Network, and the Rise of Digital Utopianism*, University of Chicago Press, Chicago, 2006; e Markoff, *What the Dormouse Said*.

[195](#)

Leary, *Flashbacks*, pp. 29-33.

[196](#)

Ibid., p. 33.

[197](#)

Leary, *High Priest*, p. 285 [trad. it. p. 314].

[198](#)

Questa descrizione per sommi capi si trova nella raccolta dei documenti di Leary, presso la New York Public Library, archives.nypl.org/mss/18400#detailed.

[199](#)

Stevens, *Storming Heaven*, p. 135.

[200](#)

In *Flashbacks* Leary scrisse che all'inizio era spaventato all'idea di prendere la psilocibina in un carcere insieme a dei criminali violenti. Quando confessò il suo timore a uno dei prigionieri, quello ammise d'aver paura anche lui. «Perché hai paura di me?» gli chiese Leary sconcertato. «Ho paura di te perché sei un fottuto scienziato pazzo».

[201](#)

Lee e Shlain, *Acid Dreams*, p. 75.

[202](#)

Doblin, *Dr. Leary's Concord Prison Experiment*.

[203](#)

Cohen, *Beyond Within*, p. 224.

[204](#)

Lattin, *Harvard Psychedelic Club*, p. 74.

[205](#)

Leary *et al.*, *Neuropolitics*, 3 [trad. it. p. 20, lievemente modificata].

[206](#)

Lee e Shlain, *Acid Dreams*, p. 77.

[207](#)

Grinspoon e Bakalar, *Psychedelic Drugs Reconsidered*, p. 86.

[208](#)

Some Social Reactions to the Psilocybin Research Project, 8 ottobre 1961.

[209](#)

Memorandum da McClelland a Metzner, 19 dicembre 1962.

[210](#)

Lattin, *Harvard Psychedelic Club*, p. 89.

[211](#)

Ibid., p. 91.

[212](#)

Grinspoon e Bakalar, *Psychedelic Drugs Reconsidered*, p. 66.

[213](#)

Leary e Alpert, *Letter from Alpert, Leary*.

[214](#)

Loc. cit.

[215](#)

Stevens, *Storming Heaven*, p. 189.

[216](#)

In una lettera del 1992 a Betty Eisner, Humphry Osmond scrisse: «Il punto sul quale Al [Hubbard] e Aldous [Huxley] dissentivano da Timothy Leary era che, secondo loro, aveva interpretato male la scala temporale, e gli Stati Uniti avevano un'inerzia molto maggiore di quella da lui immaginata. Entrambi erano convinti, per motivi del tutto diversi, che lavorare all'interno del sistema, in modo discreto ma determinato, ne avrebbe resa possibile la trasformazione sul lungo periodo. Timothy credeva invece che potesse essere conquistato prendendolo d'assalto».

[217](#)

Stevens, *Storming Heaven*, p. 190.

[218](#)

Eisner, *Remembrances of LSD Therapy Past*, p. 145.

[219](#)

Dyck, *Psychedelic Psychiatry*, p. 132.

[220](#)

Ibid., p. 108.

[221](#)

Stevens, *Storming Heaven*, p. 191.

[222](#)

Leary, *High Priest*, p. 132 [trad. it. pp. 162-63].

[223](#)

Fahey, *Original Captain Trips*.

[224](#)

Lee e Shlain, *Acid Dreams*, p. 88.

[225](#)

Fahey, *Original Captain Trips*.

[226](#)

Stevens, *Storming Heaven*, p. 191.

[227](#)

Weil, *Strange Case of the Harvard Drug Scandal*.

[228](#)

Lattin, *The Harvard Psychedelic Club*, p. 94.

[229](#)

Lee e Shlain, *Acid Dreams*.

[230](#)

Weil, *Strange Case of the Harvard Drug Scandal*.

[231](#)

Strauss, *Everyone Loves You When You're Dead*, location 352.

[232](#)

Questa citazione si trova in un video di Retro Report, disponibile all'indirizzo www.retroreport.org/video/the-long-strange-trip-of-ldd.

233

Si potrebbe sostenere che il problema degli abbandoni causati dall'LSD fosse cominciato già negli anni Cinquanta, quando ingegneri di successo come Myron Stolaroff, Willis Harman e Don Allen lasciarono l'Ampex e Stanford per sintonizzarsi sugli psichedelici.

234

Lee e Shlain, *Acid Dreams*, p. 124.

235

Grob, *Psychiatric Research with Hallucinogens*.

236

Grinker, *Lysergic Acid Diethylamide*.

237

Grinker, *Bootlegged Ecstasy*.

238

Cole e Katz, *Psychotomimetic Drugs*, p. 758.

239

Eisner, *Remembrances of LSD Therapy Past*, p. 112.

240

Molte di queste leggende metropolitane sono state ricondotte alla fonte, e screditate. Per esempio, un servizio comparso nel 1967 su «Newsweek», riguardante sei studenti di college in trip con LSD che erano rimasti accecati dopo aver fissato il sole, si rivelò una falsa notizia costruita dal dottor Norman Yoder, della commissione per i non vedenti dello stato della Pennsylvania. Secondo il governatore, che smascherò l'inganno, Yoder aveva «assistito a una conferenza sull'uso dell'LSD da parte di giovanissimi e si era preoccupato, rimanendo coinvolto emotivamente». D'altra parte, una volta introdotte nella cultura, queste leggende metropolitane sopravvivono e, in qualche caso, finiscono per diventar «vere» quando, durante un trip con l'LSD, le persone sono ispirate a imitarle – come accade

nel caso della storia del «fissare il sole». Si veda David Presti e Jerome Beck, *Strychnine and Other Enduring Myths*.

[241](#)

Ibid., pp. 130-31.

[242](#)

Cohen, *Lysergic Acid Diethylamide*.

[243](#)

Cohen e Ditman, *Complications Associated with Lysergic Acid Diethylamide (LSD-25)*, p. 162.

[244](#)

Cohen e Ditman, *Prolonged Adverse Reactions to Lysergic Acid Diethylamide*.

[245](#)

Cohen, *Classification of LSD Complications*.

[246](#)

In questo servizio ci sono virgolettati che avrebbero dovuto accendere il rivelatore di frottole di qualsiasi editor. «Quando io e mio marito vogliamo fare un trip insieme,» dice la madre psichedelica di quattro figli «non faccio altro, la mattina, che mettere un po' di acido nell'aranciata dei bambini, e poi lascio che passino la giornata a dare i numeri nei boschi».

[247](#)

Novak, *LSD Before Leary*, p. 109.

[248](#)

Originariamente pubblicato su «Harvard Review» (estate 1963), poi ristampato in Timothy Leary e James Penner, *Timothy Leary, The Harvard Years*. Il paragrafo compare anche nella trascrizione di un'audizione in senato del 1966, sulla regolamentazione federale dell'LSD da parte della sottocommissione del senato sull'Executive Reorganization, p. 141.

[249](#)

Lee e Shlain, *Acid Dreams*, p. 93.

[250](#)

Fadiman, *Psychedelic Explorer's Guide*, p. 186.

[251](#)

Il video è disponibile su YouTube.

[252](#)

Fahey, *Original Captain Trips*.

[253](#)

Citato in Epstein, *Thoughts Without a Thinker*, p. 119.

[254](#)

La terapia della costellazione familiare, fondata da un terapeuta tedesco di nome Bert Hellinger, si concentra sul ruolo nascosto degli antenati nel dar forma alla nostra vita e cerca di aiutarci a fare pace con queste presenze simili a fantasmi.

[255](#)

Stolaroff, *Secret Chief Revealed*, pp. 28, 59.

[256](#)

Ibid., p. 36.

[257](#)

Ibid., p. 61.

[258](#)

Ibid., p. 50.

[259](#)

Barrett *et al.*, *Qualitative and Quantitative Features of Music*.

[260](#)

Una versione delle linee guida si trova anche nel libro di James Fadiman, *The Psychedelic Explorer's Guide*.

[261](#)

James, *Varieties of Religious Experience*, p. 377 [trad. it. p. 334].

[262](#)

In seguito appresi che l'iperventilazione, un aspetto importante della respirazione olotropica, modifica i livelli di CO₂ nel sangue, e che questi a loro volta possono alterare, in alcuni individui, i ritmi cardiaci. Quella che avevo pensato fosse un'alternativa

fisiologicamente innocua dell'MDMA si rivelò essere tutt'altro; anche senza sostanze chimiche è possibile modificare la composizione del sangue influenzando così i ritmi cardiaci.

263

Huxley, *Doors of Perception*, p. 53 [trad. it. pp. 41-42].

264

Huxley, *Doors of Perception*, p. 24 [trad. it. p. 18].

265

Si veda la nota 2 a p. 176 (*N.d.T.*)

266

Huxley, *Doors of Perception*, p. 55 [trad. it. p. 44].

267

Henri Michaux, un contemporaneo di Huxley che scrisse anch'egli delle proprie esperienze psichedeliche, adottò una tattica molto diversa, rifiutando di offrire metafore per trovare un senso in qualcosa che riteneva comunque al di là della comprensione. Nel suo libro *Miserabile miracolo* puntava a essere «attento a quello che sta succedendo – così com'è – senza cercare di deformarlo e immaginarlo altrimenti in modo da rendermelo più interessante». Oppure accessibile ai suoi lettori: il libro è a tratti brillante, ma per lunghi passaggi risulta oscuro. «Finalmente, non avevo più autorità sulle parole, non sapevo più dirigerle. Addio redazione!». Capisco che cosa intende, ma io ho scelto di resistere, anche se ciò significa tollerare un certo grado di distorsione nel mio resoconto [cfr. *Miserabile miracolo*, trad. it. di E. Filippini, V. Riva e C. Rugafiori, Feltrinelli, Milano, 1967].

268

Huxley, *Doors of Perception*, pp. 34-35 [trad. it. p. 27].

269

In particolare, mi sono servito del Revised Mystical Experience Questionnaire (MEQ30).

270

W. Wordsworth, *Versi composti ad alcune miglia dall'abbazia di Tintern*, in William Wordsworth - Samuel Coleridge, *Ballate liriche*,

trad. it. di F. Marucci, Mondadori, Milano, 1999, p. 261 [N.d.T.].

[271](#)

Emerson, *Nature*, p. 13 [trad. it. p. 23].

[272](#)

«Controchiglia» è un termine nautico per una componente strutturale dello scafo di un'imbarcazione.

[273](#)

Whitman, *Leaves of Grass*, p. 29 [trad. it. p. 129].

[274](#)

Tennyson, «Luminous Sleep» [citato in James, *Le varie forme dell'esperienza religiosa*, cit., p. 331].

[275](#)

O almeno per cinquantacinque; credo infatti, come vedremo nel prossimo capitolo, che i bambini piccoli abbiano facile accesso a questi tipi di esperienze.

[276](#)

Citato in James, *Varieties of Religious Experience*, p. 391 [trad. it. p. 344].

[277](#)

Per ulteriori dettagli, si veda la presentazione di David Nichols, *DMT and the Pineal Gland: Facts vs. Fantasy*, disponibile su YouTube.

[278](#)

Vollenweider et al., *Psilocybin Induces Schizophrenia-Like Psychosis in Humans via a Serotonin-2 Agonist Action*.

[279](#)

Freud, *Civilization and Its Discontents*, p. 12 [trad. it. p. 201].

[280](#)

Nagel, *What Is It Like to Be a Bat?*

[281](#)

Frank, *Minding Matter*.

[282](#)

Nel suo libro del 2012, *Drugs – Without the Hot Air*, Nutt scrive che «gli psichedelici nel complesso sono tra le sostanze chimiche più sicure che conosciamo ... È praticamente impossibile morire per un'overdose, non causano danni fisici, e caso mai sono anti-dipendenza» (p. 254).

[283](#)

Raichle *et al.*, *Default Mode of Brain Function*.

[284](#)

Le strutture fondamentali che costituiscono la DMN sono la corteccia prefrontale mediale, la corteccia del cingolo posteriore, il lobulo parietale inferiore, la corteccia temporale laterale, la corteccia prefrontale dorsomediale e la formazione ippocampale. Si veda Randy L. Buckner, Jessica R. Andrews-Hanna e Daniel L. Schacter, *The Brain's Default Network*, in «Annals of the New York Academy of Sciences», 1124 (2008), 1. I dati di *neuroimaging* indicano la presenza di importanti connessioni tra queste strutture, tuttavia il concetto di DMN rimane nuovo e tuttora non accettato universalmente.

[285](#)

È importante tenere presenti le limitazioni della fMRI e delle altre tecnologie di *neuroimaging*. La maggior parte di esse non misura l'attività cerebrale direttamente, ma alcune sue variabili *proxy*, come il flusso ematico e il consumo di ossigeno. Esse dipendono inoltre dalla traduzione di deboli segnali in immagini incisive mediante un software complesso la cui accuratezza è stata recentemente messa in dubbio da alcune voci critiche. Nella mia esperienza, gli scienziati che si occupano del cervello e lavorano con gli animali – nei quali è possibile inserire sonde – sono sprezzanti nei confronti della fMRI, mentre quelli che lavorano con gli esseri umani la accettano come il miglior strumento disponibile.

[286](#)

Raichle, *Brain's Dark Energy*.

[287](#)

Qui sto usando i due termini in modo più o meno intercambiabile. Tuttavia l'ego, essendo strettamente associato al modello freudiano

della mente, implica un costrutto in relazione dinamica con altre parti della mente – come l'inconscio, o l'id – che agiscono per conto del sé.

[288](#)

Brewer, *Craving Mind*, p. 46.

[289](#)

Killingsworth e Gilbert, *Wandering Mind Is an Unhappy Mind*.

[290](#)

Vale la pena di notare che questi risultati sembrano essere in contraddizione con l'ipotesi iniziale di Amanda Feilding, e cioè che gli psichedelici agiscano *umentando* il flusso ematico nel cervello.

[291](#)

David Nutt e Amanda Feilding sono coautori dell'articolo.

[292](#)

In seguito Brewer si è trasferito alla facoltà di medicina dell'Università del Massachusetts, dove è direttore della ricerca al Center for Mindfulness.

[293](#)

Srinivasan, *Honey Bees as a Model for Vision, Perception, and Cognition*; Dyer et al., *Seeing in Colour*.

[294](#)

Sutton et al., *Mechanosensory Hairs in Bumblebees («Bombus terrestris») Detect Weak Electric Fields*.

[295](#)

Ka elen, «Psychological and Human Brain Effects of Music in Combination with Psychedelic Drugs».

[296](#)

Non è ancora sicuro quale sia l'esatto meccanismo neurochimico con cui gli psichedelici ottengono questo risultato, tuttavia parte della ricerca di Carhart-Harris indica un meccanismo plausibile. A causa della loro affinità per i recettori serotoninergici 2A, i composti psichedelici inducono alcuni neuroni corticali (per la precisione «i neuroni piramidali dello strato V»), ricchi di tali recettori, a scaricare

in modo tale da desincronizzare le consuete oscillazioni cerebrali. Carhart-Harris paragona tali oscillazioni, che contribuiscono a organizzare l'attività cerebrale, al battito delle mani ben sincronizzato del pubblico a uno spetta colo. Quando alcuni individui imprevedibili battono le mani fuori tempo, l'applauso diventa meno ritmico e più caotico. Allo stesso modo, l'eccitazione di questi neuroni corticali sembra disorganizzare le oscillazioni d'una particolare frequenza – le onde alfa – che sono state messe in correlazione con l'attività della DMN e, specificamente, con l'autoriflessione.

[297](#)

Questa ricerca venne pubblicata nel 2017: Matthew M. Nour *et al.*, *Psychedelics, Personality, and Political Perspectives*, in «Journal of Psychoactive Drugs». «La dissoluzione dell'ego sperimentata da un partecipante nel corso di un'esperienza psichedelica "intensissima" presentava una correlazione positiva con un orientamento politico liberal, apertura mentale e connessione con la natura, mentre era correlata negativamente con posizioni politiche autoritarie».

[298](#)

Carhart-Harris *et al.*, *How Do Hallucinogens Work on the Brain?*

[299](#)

Petri *et al.*, *Homological Scaffolds of Brain Functional Networks*.

[300](#)

The Science of Consciousness Conference: il dibattito è stato registrato ed è disponibile su YouTube.

[301](#)

Il termine inglese «blicket» è stato specificamente coniato per esperimenti simili a quello qui descritto e fa riferimento a oggetti ignoti (*N.d.T.*).

[302](#)

Lucas *et al.*, *When Children Are Better (or at Least More Open-Minded) Learners Than Adults*.

[303](#)

Kupferschmidt, *High Hopes*, p. 23.

[304](#)

Grob, *Psychiatric Research with Hallucinogens*.

[305](#)

Come nel caso di molti farmaci, gli antidepressivi SSRI, introdotti negli anni Ottanta, erano molto più efficaci quando rappresentavano ancora una novità, probabilmente per via dell'effetto placebo. Oggi le loro prestazioni sono appena superiori a quelle di un placebo.

[306](#)

Beacon Health Options, *We Need to Talk About Suicide*, p. 10.

[307](#)

Solomon, *Noonday Demon*, p. 102 [trad. it. p. 102].

[308](#)

Richards *et al.*, *LSD-Assisted Psychotherapy and the Human Encounter with Death*.

[309](#)

Grob *et al.*, *Use of the Classic Hallucinogen Psilocybin for Treatment of Existential Distress Associated with Cancer*, p. 303.

[310](#)

Hoffman, *Dose of a Hallucinogen from a 'Magic Mushroom'*.

[311](#)

Trattandosi di un intervento psichiatrico, da un punto di vista statistico la «dimensione dell'effetto» di questi risultati – pari o superiore a 1,0 per la maggior parte delle misure di *outcome* utilizzate in entrambe le sperimentazioni – è straordinaria. Per fare un confronto, quando furono effettuate le prime sperimentazioni cliniche sugli SSRI, la dimensione dell'effetto risultò pari soltanto a 0,3 – tuttavia sufficiente a garantirne l'approvazione.

[312](#)

Si udì anche qualche voce critica. In un paio di post sui blog di «PLOS», James Coyne sollevò diverse obiezioni metodologiche concernenti le dimensioni e la composizione del gruppo di pazienti, l'attendibilità delle diagnosi, il controllo con il placebo, il mascheramento in cieco, e i presupposti teorici: «Da quando i temi del benessere esistenziale/spirituale sono materia psichiatrica?»: cfr.

«Psilocybin as a treatment for cancer patients who are not depressed: the NYU study» su blogs.plos.org.

[313](#)

Diversi di loro mi indirizzarono agli scritti di Viktor E. Frankl, lo psicoanalista viennese autore di *Uno psicologo nei lager* (1946). Frankl, sopravvissuto ad Auschwitz e a Dachau, credeva che negli esseri umani il fondamentale fattore motivante non fosse il piacere, come sosteneva il suo maestro Freud, né il potere, come sosteneva Alfred Adler, ma il significato. Frankl è d'accordo con Nietzsche, che scrisse: «Se si possiede il nostro *perché* della vita, si va d'accordo quasi con ogni domanda sul *come*».

[314](#)

Katrin H. Preller *et al.*, *The Fabric of Meaning and Subjective Effects in LSD-Induced States Depend on Serotonin 2 A Receptor Activation*, in «Current Biology», 27 (2017), 3, pp. 451-57. La ricerca è stata condotta nel laboratorio di Franz Vollenweider. Quando i recettori 5-HT_{2A} venivano bloccati con la ketanserina, risultava bloccata anche «l'attribuzione di rilevanza personale a stimoli precedentemente privi di significato, indotta dall'LSD», portando così gli autori a concludere che tali recettori abbiano un ruolo nella generazione e nell'attribuzione di significato personale.

[315](#)

Bertrand Russell, *How to Grow Old* [trad. it. p. 55].

[316](#)

Hertzberg, *Moon Shots (3 of 3)*. Quell'esperienza avrebbe ispirato il suo lavoro una volta lasciata la NASA: ingegnere per formazione, Mitchell fondò l'Institute of Noetic Science per lo studio della coscienza e dei fenomeni paranormali.

[317](#)

Johnson *et al.*, *Pilot Study of the 5-HT_{2AR} Agonist Psilocybin in the Treatment of Tobacco Addiction*.

[318](#)

Comunicazione personale con il neuroscienziato Draulio Araujo.

[319](#)

«Un essere umano è una parte, limitata nel tempo e nello spazio, di quel tutto che chiamiamo “Universo”. Egli sperimenta se stesso, i suoi pensieri e i suoi sentimenti come qualcosa di separato dal resto – una sorta di illusione ottica della sua coscienza. Tale illusione è per noi una specie di prigione, che ci vincola ai nostri desideri personali e all’affetto per alcune persone particolarmente vicine a noi. Il nostro compito dev’essere di liberarci dalla prigione ampliando il nostro raggio di compassione fino ad abbracciarvi tutte le creature viventi e l’intero complesso della natura nella sua bellezza» (Walter Sullivan, *The Einstein Papers: A Man of Many Parts*, in «The New York Times», 29 marzo 1972).

[320](#)

Citato in Charles S. Grob, *Psychiatric Research with Hallucinogens: What Have We Learned?*, in «Heffter Review of Psychedelic Research», 1 (1998).

[321](#)

Krebs e Johansen, *Lysergic Acid Diethylamide (LSD) for Alcoholism*.

[322](#)

L’ibogaina, una sostanza psichedelica derivata dalla radice di un arbusto africano, viene oggi usata sia clandestinamente sia – in Messico – in ambienti ospedalieri per trattare la dipendenza da oppiacei; anche l’ayahuasca si è rivelata utile per vincere le dipendenze.

[323](#)

Bogenschutz *et al.*, *Psilocybin-Assisted Treatment for Alcohol Dependence*.

[324](#)

Il termine indica un insieme di stupore, sgomento, profonda meraviglia e rapimento (*N.d.T.*).

[325](#)

Piff *et al.*, *Awe, the Small Self, and Prosocial Behavior*.

[326](#)

Bai *et al.*, *Awe, the Diminished Self, and Collective Engagement*.

[327](#)

Carhart-Harris *et al.*, *Psilocybin with Psychological Support for Treatment-Resistant Depression*.

[328](#)

Per quanto riguarda i tre volontari che non trassero alcun beneficio, le loro sedute erano state esperienze mediocri o di scarso impatto. Questo poteva spiegarsi considerando che stavano ancora prendendo gli SSRI, sostanze in grado di bloccare gli effetti degli psichedelici; oppure perché una frazione della popolazione non risponde ad essi. Anche il gruppo della Hopkins ha sporadicamente osservato casi di «dud trip» – trip a vuoto – che non producono effetti.

[329](#)

Caso volle che fosse un pezzo mio: *The Trip Treatment*, in «New Yorker», 9 febbraio 2015.

[330](#)

Watts *et al.*, *Patients' Accounts of Increased 'Connectedness' and 'Acceptance' After Psilocybin for Treatment-Resistant Depression*.

[331](#)

Loc. cit.

[332](#)

Per il racconto completo di Rouiller si veda «Psilocybin Trial Diary - One year on» all'indirizzo inandthrough.blogspot.com

[333](#)

Moreno *et al.*, *Safety, Tolerability, and Efficacy of Psilocybin in 9 Patients with Obsessive-Compulsive Disorder*.

[334](#)

Solomon, *Noonday Demon*, p. 65 [trad. it. p. 63].

[335](#)

Kessler, *Capture*, pp. 8-9.

[336](#)

Vollenweider e Kometer, *Neurobiology of Psychedelic Drugs*.

[337](#)

È così che Freud interpretava la depressione, che chiamava melanconia: dopo la perdita di un oggetto di desiderio, l'ego si scinde in due, e una parte punisce l'altra che, nella nostra attenzione, ha preso il posto dell'amore perduto. Secondo lui, la depressione è una forma dislocata di vendetta per una perdita, una rappresaglia erroneamente indirizzata contro il sé.

338

Tom Insel – che dopo aver lasciato il NIMH andò a lavorare prima per Verily Life Science, una società controllata di Google attiva nel settore delle biotecnologie, e poi per Mindstrong Health, una *start-up* operante nel campo della salute mentale – mi disse che oggi esistono algoritmi in grado di diagnosticare in modo attendibile la depressione in base alla frequenza e al contesto d'uso del pronome di prima persona da parte del soggetto.

339

This Is Water: David Foster Wallace on Life, trascritto, in buona parte, su www.brainpickings.org [la versione completa è reperibile all'indirizzo fs.blog].

340

Brewer, *Craving Mind*, p. 115.

341

Schwartz, *Molly at the Marriott*.

342

Un video della tavola rotonda è disponibile su YouTube.

343

Quanto meno, per chi può permetterselo. Un vantaggio della medicalizzazione della terapia con gli psichedelici è che presumibilmente diventerebbe accessibile a chiunque abbia un'assicurazione sanitaria.

344

Il video è disponibile su YouTube.

345

Lieberman racconta queste esperienze nel suo libro *Shrinks: The Untold Story of Psychiatry*, pp. 190-93.

[346](#)

Non escludo la possibilità che possa venire da qualche altro luogo, ma qui mi limiterò alla spiegazione più economica.

[347](#)

In un saggio del 1969 pubblicato su «Harvard Theological Review» Walter Pahnke descrisse diverse modalità distinte di coscienza psichedelica, compresa quella che denominò «esperienza psichedelica cognitiva», che è «caratterizzata da un pensiero d'una lucidità stupefacente. I problemi possono essere considerati da una prospettiva nuova, e le relazioni interne tra molti livelli o dimensioni possono essere colte tutte in una volta. L'esperienza creativa può avere qualcosa in comune con questo tipo di esperienza psichedelica, ma tale possibilità deve attendere il risultato di indagini future».

[348](#)

I numeri in corsivo rinviano alle note.