



Transcendência de resultados

[RESUMO] Novo livro do jornalista Michael Pollan contribui para reabrir as portas da academia às drogas psicodélicas como vanguarda de uma revolução na psiquiatria. Proibidas nos anos 1970 por incendiar a contracultura, elas voltam com a promessa de arrefecer o ego e rebaixar defesas que aprisionam o espírito no estresse pós-traumático, na dependência química e na depressão

Por **Marcelo Leite**

Colunista da Folha, doutor em ciências sociais pela Unicamp, autor dos livros "Promessas do Genoma" e "Ciência - Use com Cuidado"

Ilustração **Marcelo Cipsis**

Artista plástico

Quando o renascimento das drogas psicodélicas se firmou no panteão da saúde mental, o 10 de outu-

ro" e outras obras sobre os modos de cozinhar e comer. A melhor indicação de que a ciên-

Livre das orientações do ego, o cérebro reverte a um estado

dência química.

Participou também, por vídeoconferência, o neurocientista Robin Car-

com o fato de dar psilocibina para viciados em cocaína.

Como de hábito nas competentes

bro de 2018 se tornará uma data tão importante, talvez, quanto o Dia da Bicicleta (19 de abril de 1943) e o Experimento da Sexta-Feira Santa (20 de abril de 1962).

O advento dessa nova era teve lugar num templo da ciência biomédica contemporânea, o Instituto Broad, fundado em Cambridge (EUA) pelo Instituto de Tecnologia de Massachusetts (MIT) e pela Universidade de Harvard. O auditório principal do Broad lotou para o debate "Medicina Psicodélica: Da Tradição à Ciência". Mais de mil pessoas que não conseguiram um lugar assistiram a tudo pela internet.

No palco, o semicírculo com seis debatedores abrigava os dois maiores responsáveis por reacender a pira psicodélica após quase meio século de obscuridade: o psicólogo Rick Doblin, 64, e o jornalista Michael Pollan, 63, de quem a editora Intrínseca lança nesta semana a tradução do best-seller "Como Mudar Sua Mente - O que a Nova Ciência das Substâncias Psicodélicas Pode nos Ensinar sobre Consciência, Morte, Vícios, Depressão e Dependência".

Um título longo para pretensão idem — com a ressalva de que a promessa está sendo cumprida, tanto a da nova ciência quanto a do novo livro do autor de "Dilema do Onívoro

psicodélica está rasgando, uma avenida na saúde mental se via na composição da mesa reunida para debater com Doblin e Pollan. A mediação da conversa era de Julie Holland, psiquiatra e perita forense especializada em psicofarmacologia que trabalhou por nove anos no famigerado hospital Bellevue de Nova York e escreveu livros sobre MDMA (base do ecstasy) e maconha.

Matthew Johnson, a seu lado, é um especialista em dependência química da Universidade Johns Hopkins que lidera um estudo clínico sobre emprego de psilocibina (composto presente em cogumelos alucinógenos) para aplacar ansiedade em pacientes terminais de câncer. O psiquiatra Franklin King, outro debatedor, faz pesquisa na escola médica de Harvard e no Hospital Geral de Massachusetts (MGH).

Na outra ponta do semicírculo, representando a ponte que a ciência psicodélica mantém aberta para religiões tradicionais e místicas, estava Anja Loizaga-Velder. A psicóloga alemã-mexicana ligada à Universidade Nacional Autónoma do México e à Universidade de Heidelberg estuda círculos indígenas de peyote (cacto do qual se obtém a mescalina) e cultos da ayahuasca, assim como seu uso no tratamento de depen-

deve a um estado entrópico, próximo de como crianças percebem o mundo

Pesquisas preliminares obtiveram bons resultados contra depressão usando ayahuasca, no Brasil



Como Mudar Sua Mente - O que a Nova Ciência das Substâncias Psicodélicas Pode nos Ensinar sobre Consciência, Morte, Vícios, Depressão e Dependência

Michael Pollan, trad. Rogério W. Galindo e Rosiane Correia de Freitas. Ed. Intrínseca. R\$ 59,90, e-book R\$ 39,90 (480 págs.).

de Londres, com uma aulintródutória sobre mecanismos de ação de drogas psicodélicas no cérebro.

Na plateia, além de estudantes ansiosos por adentrar o novo velho campo, estavam os chefes das cadeiras de psiquiatria do MGH e da Universidade Tufts.

Cabeça

"O mais importante não estava no palco, mas no auditório", disse Michael Pollan no dia seguinte, em entrevista no Centro Baker de Harvard, onde dá aulas de jornalismo literário um semestre por ano. "Conheci vários neurocientistas, tanto do Broad quanto do MGH e de Harvard. Um grupo bem cabeça. E um monte de jovens, pessoas da indústria farmacêutica local."

Pollan enxerga em seu livro tanto um sintoma como um fator a contribuir para o que Doblin considera a legitimação definitiva da ciência psicodélica. O jornalista conta ter ouvido de um cientista da Universidade do Alabama, Peter Hendricks, que depois de "Como Mudar Sua Mente" sair nos EUA, em maio deste ano, seu chefe de departamento veio lhe dizer da satisfação por ver pesquisa de ponta realizada no laboratório. Antes, ele não estava nada feliz

obras de não ficção americanas, Pollan dedica muitas páginas à história da ciência psicodélica. Para ele, o renascimento do campo após a voga proibicionista que a silenciou por décadas começou na realidade em 2006. "Paramos por 35, 40 anos. Imagine onde estaríamos se não tivéssemos parado", lamenta.

Houve três marcos naquele ano. O primeiro foi uma cerimônia, em janeiro, de homenagem a Albert Hofmann por seu centésimo aniversário. Mais de 2.000 pessoas e 200 jornalistas se reuniram na Basileia para celebrar o criador do LSD, seu "filho problemático" (conforme o título de um relato autobiográfico) e "única invenção jubilosa do século 20", nas palavras do escritor e psiquiatra suíço Walter Vogt (1927-1988), amigo do inventor.

Em fevereiro, a Corte Suprema dos Estados Unidos autorizou que templos da União do Vegetal — culto originário do Brasil, assim como Santo Daimé e Barquinha — importassem a ayahuasca (chá usado em rituais e obtido da cocção da casca de um cipó e de folhas de um arbusto), fundamentando a decisão no princípio da liberdade religiosa.

Por fim, em julho daquele ano, o periódico científico Psychopharmacology publicou um artigo hoje clás-

ilustríssima



+ Experimento da Sexta-Feira Santa (20/4/1962)

Walter Pahnke (1931-1971), médico e pastor protestante, fazia doutorado em Harvard sobre religião e sociedade. Seu orientador era Timothy Leary (1920-1996), que depois se tornaria famoso guru psicodélico. Em 1962, eles estavam interessados em estudar as experiências místicas desencadeadas pela psilocibina, alucinógeno presente em cogumelos do gênero *Psilocybe*.

Pahnke reuniu 20 seminaristas na capela Marsh da Universidade de Boston e deu a metade deles 30 miligramas de psilocibina cada um, enquanto a outra metade ingeria ácido nicotínico, um placebo ativo (pode causar vermelhidão na pele, calor e coceira). No andar de cima, o reverendo Howard Thurman dava seu sermão da Sexta-Feira Santa, que os participantes do experimento podiam ouvir. O grupo do placebo permaneceu lendo a Bíblia horas a fio enquanto os

vam no vento. Mas o 'eu' que contemplava essa aparente catástrofe não tinha desejo algum de perseguir as tirinhas e reempilhar minha velha pessoa de volta. De fato, nenhum desejo, de nenhum tipo", escreve à página 263 da edição americana (a tradução aqui é minha).

"Sem ego, de agora em diante? Estava OK, de fato a coisa mais natural do mundo. Ai olhei e vi a mim mesmo de fora, mais umavez, agora espalhado sobre a paisagem como uma tinta, ou manteiga recobrendo numa camada tênue a vasta área do mundo com uma substância que reconhecia como a mim."

Difícil de descrever, mais ainda de traduzir. Entra em cena para suprir a lacuna expressiva, no livro, o que a ciência vem decifrando sobre os efeitos dos psicodélicos na mente.

Em poucas e simplificadas palavras, essas drogas parecem agir relaxando a chamada rede do modo padrão ("default mode network", em inglês) que interliga várias áreas cerebrais nos momentos de introspecção, ou quando se ponderam experiências passadas e ações futuras na narrativa interna com que ancoramos o próprio eu. Essa moldura autobiográfica fixa determinados pensamentos, ou maneiras de pensar, que ajudam a decifrar e tornar previsível o mundo que nos cerca.

Muitos problemas surgem, segundo essa explicação, quando esses padrões se fixam demais e entram numa espiral viciosa: ansiedade, depressão, transtorno de estresse pós-traumático, dependência química. Para piorar, em vários casos a psicoterapia e os tratamentos ou remédios convencionais não conseguem romper o círculo, algo que — segundo seus defensores — as drogas psicodélicas logram fazer mesmo nos pacientes mais resistentes.

tracultura. Seu objetivo é transformar drogas como LSD e MDMA em remédios respeitáveis para curar os que hoje não têm paz de espírito, e ele está prestes a conseguir — com a anuência da FDA, a rigorosa agência de fármacos dos EUA.

Encontro-o em sua casa, no subúrbio bostoniano de Belmont, um dia depois do debate no Instituto Broad. Está trabalhando num computador sobre a mesa da cozinha, unido de uma terrina de pipoca fria e post-its espalhados sobre a fórmica do tampo — não os fragmentos do ego desfeito de Pollan, mas vestígios de uma militância à primeira vista caótica.

Quase meia hora transcorre antes que o psicólogo de poucos cabelos revoltos consiga dar cabo da enxurrada de e-mails e silêncio de telefone em que narra a palestra sobre MDMA proferida dias antes para chefes de polícia do mundo inteiro reunidos em Orlando. O contraste com o longilíneo, metódico e calvo Pollan é marcante, mas o jornalista não escreveria seu livro sem a guerra de trincheiras que Doblin está ganhando.

Seu trabalho à frente da Maps deu frutos. A ONG coletou US\$ 27 milhões em doações e deve começar a recrutar no próximo ano de 200 a 300 participantes, entre os 20 mil na lista de espera, para um teste clínico de fase 3 com psicoterapia assistida por MDMA para tratar estresse pós-traumático. Na fase 2, o MDMA permitiu progressos significativos na condição de uma centena de pacientes, entre eles veteranos de guerra, policiais e bombeiros.

Aluta de Doblin começara quatro décadas antes. O adolescente judeu vivia atormentado com as histórias tenebrosas do Holocausto e com a perspectiva de uma guerra nuclear, após a crise dos mísseis em Cuba (1962). Ai seu próprio país deci-



Dia da Bicicleta (19/4/1943)

O químico suíço Albert Hofmann (1906-2008) sintetizou o LSD em 1938 nos Laboratórios Sandoz de Basileia, a partir de um fungo que coloniza pães de centeio. Em 1943, ele ingeriu por acidente um pouco do composto e sentiu-se estranho. Três dias depois, embarcou na primeira viagem lisérgica intencional, com apenas 1/4 de miligrama de LSD, e começou a fazer anotações: "leve zonzeira, inquietação, dificuldade de concentração, distúrbios visuais, vontade acentuada de rir". Incapaz de seguir escrevendo, foi para casa de bicicleta, embora tudo oscilasse em seu campo de visão. Já em sua sala, a mente decolou: "Meu 'ego' estava suspenso em algum lugar do espaço e vi meu corpo jazendo morto no sofá. Eu observava e registrava claramente que meu 'alter ego' se movimentava pelo recinto, gemendo".

sico, "Psilocibina pode ocasionar experiências de tipo místico com significado pessoal substancial e sustentado e relevância espiritual". Assina-va como autor principal o behaviorista Roland Griffiths, da Johns Hopkins, especialista em dependência química que já constatará benefícios na ioga e na meditação.

Antes de 2006, porém, e pondo em risco as próprias carreiras acadêmicas, várias figuras trabalharam para manter acesa a chama psicodélica. Gente como Stanislav Grof, psiquiatra especializado em estados alterados de consciência. Para ele, o LSD desempenha na psiquiatria o mesmo papel que o microscópio na biologia e o telescópio na astronomia —um instrumento para desvendar o que antes era inacessível, no caso, as profundezas da consciência.

Houve também o psicólogo Rick Doblin, que fundou em 1986 a Associação Multidisciplinar para Estudos Psicodélicos (Maps, na abreviação em inglês), no mesmo ano entrevistou quase todos os participantes sobreviventes do Experimento da Sexta-Feira Santa. Ou ainda Bob Jesse, cientista da computação que criou, em 1995, o Conselho sobre Práticas Espirituais (CSP), uma ONG para disseminar o contato com o sagrado entre pessoas comuns.

A fronteira espinhosa entre ciência e misticismo que atravessa o campo psicodélico constituiu o fio condutor

outros se contorciam pelo chão e diziam: "Deus está por toda parte"; "Ó glória". Pahnke aplicou depois questionários para aquilatar a experiência mística dos participantes e publicou um artigo que terminaria relatado numa reportagem da revista Time sob o título "Misticismo no laboratório".

Sob sua influência, a pessoa conseguiria retomar o contato com modos de perceber a realidade em sua amplitude maior, sentindo-se em comunhão com o mundo e consciente da relativa desimportância de suas fixações diante da grandeza transcendente do universo.

Nos EUA, essas palavras grandiosas tendem a ser resumidas no conceito de experiência mística. Já no Reino Unido, explica Pollan, o vocabulário de inspiração religiosa costuma ser substituído pela noção psicanalítica de "dissolução do ego". "Com os psicodélicos eu senti isso", contou ele em entrevista. "Olhei para as plantas no meu jardim e senti que elas estavam olhando para mim."

Livre das orientações rígidas ditas por esse maestro mental (o ego), o cérebro reverte a um estado mais entrópico, no modelo proposto pelo britânico Robin Carhart-Harris, talvez mais próximo de como crianças pequenas percebem o mundo.

Mais áreas cerebrais entram em comunicação entre si, gerando uma espécie de cacofonia que abre espaço para novas interpretações, ou para revisitar memórias dolorosas sem voltar a experimentar a dor correspondente, ou ainda para contemplar a morte, inevitável, sem ansiedade ou pânico.

Pesquisas preliminares obtiveram bons resultados contra depressão usando LSD, no Reino Unido, e ayahuasca, no Brasil. Pollan se diz entusiasmado com testes clínicos com psilocibina para pacientes terminais de câncer na Johns Hopkins. Ele acha que vamos ver a substância ser empregada contra ansiedade, depressão e dependência química, talvez com obsessão. E há ensaios com distúrbios alimentares começando.

O componente místico associado pode atrapalhar, claro. "Os neurocientistas se debatem com isso, parece anticientífico para eles", diz o autor. "Mas a experiência mística pode ser entendida em termos puramente psicológicos, não implica crença alguma no sobrenatural."

Pollan diz que as drogas psicodélicas mudaram, sim, sua mente. "Se você perguntar para a minha mulher, ela dirá que mudei em vários aspectos. Tornei-me mais aberto, mais paciente, mais tolerante. Mas a maior mudança para mim foi minha compreensão da espiritualidade", afirma à Folha. "Aprendi que o oposto do espiritual não é o material, como pensava, mas o egoico."

Sem fé

Rick Doblin trabalha dia e noite para silenciar na ciência psicodélica os ecos místicos que ainda se ouvem dos anos 1960-1970, na época da con-

da obra de Pollan. Ou, melhor dizendo, seu duplo centro de gravidade: a neurobiologia e a fenomenologia (experiência subjetiva) do que acontece no cérebro sob efeito de substâncias psicodélicas, de um lado, e o alcance filosófico (se não metafísico) do estado transcendental que induzem na pessoa, de outro.

Sem ego

Pollan experimentou de tudo: cogumelos, LSD, veneno de sapo (5-MeO-DMT), ayahuasca. Só evitou o MDMA, por recomendação de seu cardiologista. A descrição das viagens compõe as melhores páginas do livro, pelo esforço árduo de pôr em palavras a imensidão das coisas que viveu. O jornalista conta que atravessou todos os quatro atributos da experiência mística catalogados pelo americano William James (1842-1912) em 1902, no livro "As Variiedades da Experiência Religiosa":

1. Inefabilidade – impossibilidade de descrever em palavras;
2. Qualidade noética – revelações com alta carga de autoridade;
3. Transiência – mesmo sem perdurar, o estado místico pode ressurgir;
4. Passividade – a fonte do estado aparece como um poder superior.

"O 'eu' agora se transformara numa pilha de papéisinhos, não maiores do que post-its, que se dispersa-

diu pedir que ele matasse e morresse na Guerra do Vietnã, mas o jovem de 18 anos se recusou.

Seguindo os conselhos de Timothy Leary, mergulhou nas drogas, mas com escasso sossego. "Tinha uma enorme dificuldade em minhas viagens [psicodélicas] para deixar as coisas rolarem", conta. Procurou o orientador da escola, que lhe recomendou o livro (eram outros tempos) "Domínios do Inconsciente Humano – Observações da Pesquisa com LSD", de Stanislav Grof.

"Foi o que juntou todas as peças para mim, ciência, psicologia, espiritualidade, cura de pessoas." No ano de 1972, decidiu que iria dedicar a vida aos psicodélicos, mas só dez anos depois conseguiu estabelecer-se e retomar os estudos, partindo para um doutorado em políticas de saúde na Escola Kennedy de Governo em Harvard.

Fundou a Maps em 1986, depois de tomar contato com uma nova droga, MDMA. Antes que o composto fosse proibido pela DEA (agência americana de combate a drogas), em 1984, quando o ecstasy já se tornara popular nas raves, umas 500 mil doses foram usadas em psicoterapia.

A escolha do MDMA como carro-chefe da revolução psicodélica tem várias vantagens. Sintético, o fármaco não envolve as dificuldades de padronização e dosagem presentes no caso de plantas (ayahuasca) e fungos (psilocibina), por exemplo.

Além disso, atua sobre receptores cerebrais diversos dos ativados por psicodélicos clássicos (mesclina, LSD, psilocibina) e não desencadeia experiências místicas —muitos nem mesmo consideram que seja uma droga psicodélica.

Mas provoca um salto de empatia que facilita o trabalho terapêutico, como descrevi na reportagem "Ecstasy e LSD podem virar remédios contra distúrbios psíquicos em breve", neste mesmo caderno, em junho de 2017.

"Com o transtorno de estresse pós-traumático", explica Doblin, "a pessoa lida com coisas que aconteceram, coisas de sua biografia que tem medo de lembrar, precisa elaborar, o que exige um aspecto mais pé-no-chão para o processo, menos místico e mais terapêutico."

Não chega a ser uma discordância de Pollan (que de resto rejeita classificar o MDMA como droga psicodélica). No atacado, contudo, o novo e o velho profeta convergem em sua pregação por uma igreja sem fé, fé que se torna supérflua quando todos os praticantes têm acesso franqueado à transcendência. Ópio do povo, mas sem religião. Aqui e agora. ←