

# Stille taal

**Een fenomenologische beschouwing van psychedelische ervaringen.**

Femke Paats



Bachelorscriptie Philosophy of a Specific Discipline

Hoofdstudie: Klinische Psychologie

Studentnummer: 477503

Begeleider: prof. dr. R.B.J.M. Welten

Adviseur: prof. dr. F.A. Muller

Erasmus School of Philosophy

Erasmus Universiteit Rotterdam

15 Juli 2024

Aantal woorden: 9916

Illustratie omslag: René Magritte, *Le Double Secret*, 1929.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> René Magritte, *Le Double Secret*, 1929, Olieschilderij, 1929, Centre Pompidou, Parijs, Frankrijk.<sup>1</sup>

“Er was een deur voor me opengegaan, een deur naar een rijk van menselijke ervaringen die zestig jaar lang op slot had gezeten.”<sup>2</sup>

---

<sup>2</sup> Michael Pollan, *Verruim Je Geest: Wat Psychedelica ons Leren over Bewustzijn, Sterven, Verslaving en Depressie*, vert. Lidwien Biekman en Koos Mebius (Amsterdam: De Arbeiderspers, 2018), 302.

## Inhoudsopgave

Voorwoord	5
Introductie	6
I. Wetenschappelijke vooronderstellingen	11
II. Gevolgen van wetenschappelijke vooronderstellingen	13
III. Een derde weg	14
IV. Psychedelische ervaringen	21
Eeuwigheid: tijd & ruimte	21
Het niet-niet-Ik: bij gebrek aan een betere titel	23
Echt, echter, echtst: de werkelijkheid	28
Ten slotte	32
Bibliografie	35

## Voorwoord

Voor u ligt de bachelorscriptie “Stille taal: Een fenomenologische beschouwing van psychedelische ervaringen”. Deze scriptie schreef ik in het kader van de opleiding ‘Philosophy of a Specific Discipline’ aan de Erasmus Universiteit Rotterdam. Deze opleiding volgde ik in aanvulling op de bachelor Psychologie en master Klinische Psychologie. Ik rondde mijn bachelor Psychologie af door een scriptie te schrijven over het effect van psychedelica-ondersteunde psychotherapie op depressie. Mijn master vervolgde ik met een scriptie over psychedelica-geïnduceerde ego-dissolutie.

Tijdens het schrijven van mijn masterscriptie ontdekte ik in de psychologisch wetenschappelijke studies naar psychedelica een gebrek aan aandacht voor de geleefde ervaring van participanten. Daarom besloot ik deze scriptie in het teken te zetten van dat onderwerp. Het schrijven ervan heb ik als een uitdaging ervaren: het loslaten van de kaders van het wetenschappelijk schrijven en die inruilen voor een filosofische reflectie bleek niet gemakkelijk. Voor ik begon met schrijven wilde ik me distantiëren van de klinische psychologie als wetenschap; ik voelde mij door haar ongehoord. Gedurende het schrijven van deze scriptie begon ik steeds beter te begrijpen hoe de klinische psychologie als wetenschappelijke discipline in elkaar steekt. Ik kon haar vergeven.

Daar wil ik graag mijn begeleider prof. dr. Ruud Welten voor bedanken. Tijdens onze bijeenkomsten wist u steeds die blinde vlek expliciet te maken. Zo kon ik meer grijstinten verwelkomen in mijn soms toch wat zwart-witte visie over de klinische psychologie. Bedankt voor onze interessante discussies en het geven van veel ruimte om mijn eigen onderwerp uit te diepen. Verder wil ik graag mijn tutor Cleo Foole bedanken voor haar steun in het plannen en uitwerken van de scriptie en het luisteren naar mijn twijfels en zorgen.

Tot slot wil ik mijn lieve moeder, zusje, vriend en vrienden bedanken voor hun onvoorwaardelijke steun tijdens mijn reis als langstudeerder, een reis die voorlopig nog even voort zal duren.

Bedankt voor het lezen van deze scriptie.

Femke Paats

Rotterdam, 15 juni 2024

## Introductie

Een psychedelische ervaring treedt op na het gebruik van een psychedelisch middel. Typische voorbeelden van psychedelica, ook wel ‘klassieke psychedelica’ genoemd, zijn psilocybine, LSD, DMT en mescaline.<sup>3</sup> Onder atypische varianten worden bijvoorbeeld MDMA en ketamine verstaan. Dat onderscheid heeft vooral te maken met de (neuro)biologische werking van deze middelen. Beide varianten zorgen volgens wetenschappelijke studies voor veranderingen in het ervaren bewustzijn, zo ook het daaropvolgend ervaren welbevinden.<sup>4</sup>

Participanten in psychologisch wetenschappelijk onderzoek naar psychedelica rapporteren ‘mystieke ervaringen’ die mogelijk onderliggend zijn aan de relatie tussen psychedelische ervaringen en het verbeterde welbevinden.<sup>5</sup> Dat blijkt uit verschillende wetenschappelijke studies waarin zelfrapportagevragenlijsten gebruikt werden om mystieke ervaringen te kwantificeren en vergelijken. In psychedelisch onderzoek is er geen eenduidige definitie van mystieke ervaringen; ze worden vaak synoniem geacht met ‘persoonlijk inzicht’ of ‘eenheidservaring’. Bij het geven van een beschrijving van wat een psychedelische mystieke ervaring is, houden onderzoekers vaak geen rekening met de geassocieerde religieuze of spirituele connotatie.<sup>6</sup> Dat blijkt bijvoorbeeld uit de manier waarop psychotherapeut en klinisch LSD-onderzoeker Stanislav Grof *ego-dissolutie*<sup>7</sup> beschrijft, een term die net als ‘persoonlijk inzicht’ of ‘eenheidservaring’ nagenoeg als synoniem voor de mystieke ervaring wordt gebruikt.<sup>8</sup> Grof beschrijft ego-dissolutie als: “an ecstatic state, characterized by the loss of boundaries between the subject and the objective world, with ensuing feelings of unity with other people, the entire Universe, and God”.<sup>9</sup>

De beschrijving van mystieke ervaringen in psychedelisch onderzoek wijkt af van de definitie die buiten psychedelisch onderzoek om gehanteerd wordt. ‘Mystiek’ kan beschouwd worden als een praxis van technieken die, volgens haar beoefenaars, ervaringen uitlokken die

<sup>3</sup> James J.H. Rucker, Jonathan Iliff, en David J. Nutt, “Psychiatry & The Psychedelic Drugs. Past, Present & Future,” *Neuropharmacology* 142 (November 2018): 201, <https://doi.org/10.1016/j.neuropharm.2017.12.040>.

<sup>4</sup> David E. Nichols, “Psychedelics,” *Pharmacological Reviews* 68, nr. 2 (Februari 2016): 264–355, <https://doi.org/10.1124/pr.115.011478>.

<sup>5</sup> Matthew M. Nour e.a., “Ego-Dissolution And Psychedelics: Validation Of The Ego-Dissolution Inventory (EDI),” *Frontiers in Human Neuroscience* 10 (Juni 2016): 9-12, <https://doi.org/10.3389/fnhum.2016.00269>.

<sup>6</sup> Sharday Mosurinjohn, Leor Roseman, en Manesh Girn, “Psychedelic-induced Mystical Experiences: An Interdisciplinary Discussion And Critique,” *Frontiers in Psychiatry* 14 (April 2023): 2, <https://doi.org/10.3389/fpsy.2023.1077311>.

<sup>7</sup> Ik houd hier de term ego-dissolutie aan, omdat dit de term is die doorgaans gebruikt wordt in het Nederlands. Zie “Wat is het Effect van LSD: Veranderingen in Mentale Processen,” Jellinek, geraadpleegd op 13 Juli, 2024, <https://www.jellinek.nl/vraag-antwoord/effect-van-lsd/>.

<sup>8</sup> Mosurinjohn, Roseman, en Girn, “Psychedelic-induced Mystical Experiences,” 7-8.

<sup>9</sup> Stanislav Grof, *LSD Psychotherapy* (Alameda: Hunter House Publishers, 1980), 79.

kunnen leiden tot metafysisch inzicht en hun weerslag vinden in ‘zelftranscendentie of niet-normale zintuiglijke ervaringen’.<sup>10</sup> Een mystieke ervaring wordt door de Stanford Encyclopedie gedefinieerd als een niet-zintuiglijke of niet-gestructureerde zintuiglijke ervaring die toegang biedt tot een geleefde werkelijkheid die in normale zintuiglijke toestand niet toegankelijk zou zijn.<sup>11</sup> Daaruit blijkt meteen een verschil met de beschrijving van psychedelische mystieke ervaringen in psychedelisch onderzoek: in psychedelisch onderzoek ligt de nadruk op de ‘eenheidservaring’ of ‘persoonlijk inzicht’, niet op de aard de realiteit (het metafysisch inzicht) waar toegang tot ontstaat.<sup>12</sup>

Sanders en Zijlmans beweren dat concepten als ‘mystieke ervaringen’ in psychedelisch onderzoek vermeden moeten worden omdat ze botsen met neurowetenschappelijke, naturalistische benaderingen. Om onduidelijke terminologie te vermijden moet volgens Sanders en Zijlmans een strikt neurologische benadering gehanteerd worden, vrij van spirituele concepten als ‘mystiek’.<sup>13</sup> Desondanks is het maar de vraag of het aanwijzen van hersenactiviteit tijdens een mystieke ervaring iets toevoegt aan de verklaring daarvan, omdat vanuit een objectief, neurowetenschappelijk standpunt de subjectieve ervaring niet volledig gevat kan worden.<sup>14</sup>

Het standpunt van Sanders en Zijlmans, dat oproept tot het vermijden van concepten als ‘mystieke ervaringen’, laat zien dat de geleefde ervaring van de psychedelische mystieke ervaring genegeerd wordt in wetenschappelijk onderzoek naar psychedelica. Voor de participant kan een psychedelische mystieke ervaring beleefd worden als realiteit, en soms tot persoonlijke en betekenisvolle inzichten leiden. Hier lijkt dan ook sprake te zijn van een epistemische kloof. Op basis van objectieve stellingen, vanuit een derde persoonsperspectief, kunnen wetenschappers geen uitspraken doen over de waar- of onwaarheid van het eerste persoonsperspectief, de geleefde ervaring van de participant.<sup>15</sup>

Sanders en Zijlmans laten zien dat de mystieke ervaring, als zodanig geconceptualiseerd, problematisch lijkt. Beschrijvingen van mystieke ervaringen zijn niet

---

<sup>10</sup> Mosurinjohn, Roseman, en Girn, “Psychedelic-induced Mystical Experiences,” 2.

<sup>11</sup> Richard Jones en Jerome Gellman, “Mysticism,” in *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* (Herfst 2022 editie), red. Edward N. Zalta, <https://plato.stanford.edu/entries/mysticism/> (geraadpleegd 10 maart 2024).

<sup>12</sup> Mosurinjohn, Roseman, en Girn, “Psychedelic-induced Mystical Experiences,” 2.

<sup>13</sup> James W. Sanders en Josjan Zijlmans, “Moving Past Mysticism in Psychedelic Science,” *ACS Pharmacology & Translational Science* 4, nr. 3 (Mei 2021): 1253-55, <https://doi.org/10.1021/acspsci.1c00097>.

<sup>14</sup> Jussi Jylkkä, “Reconciling Mystical Experiences with Naturalistic Psychedelic Science: Reply To Sanders And Zijlmans,” *ACS Pharmacology & Translational Science* 4, nr. 4 (Juni 2021): 1468–70, <https://doi.org/10.1021/acspsci.1c00137>.

<sup>15</sup> Jylkkä, “Reconciling Mystical Experiences with Naturalistic Psychedelic Science,” 1468-70.

helder afgebakend en kennen veel overlap met andere concepten, zoals ego-dissolutie.<sup>16</sup> Bovendien maakt het toepassen van zelfrapportagevragenlijsten dat de participant de geleefde ervaring enkel onder specifieke bewoording kan uiten: psychologisch-wetenschappelijke bewoording. Deze concepten lijken een eigen leven te leiden en verwijzen niet meer naar de oorspronkelijke geleefde ervaring, maar naar elkaar: een mystieke ervaring is een eenheidservaring is ego-dissolutie ... enzovoort. Daarnaast lijken wetenschappelijke psychologische studies psychedelica te willen onderzoeken als toepassing, als therapeutisch middel. Kunnen psychedelica zonder toepassing, zonder therapeutisch doel, geen zingeving bieden?

Het plaatsen van een dergelijk filter op de beschrijving van een innerlijke ervaring heeft implicaties voor de praktijk. De eerdergenoemde psychologisch-wetenschappelijke studies worden namelijk gebruikt om nieuwe toepassingen te onderzoeken ten behoeve van therapeutische hulp, en vormen de basis voor het maken van beleidsbeslissingen. Loopt de psychologie hier niet het risico om opnieuw voorbij te gaan aan de geleefde ervaring van de participanten? Past het resulterende beleid dan nog wel bij de – potentieel betekenisvolle – ervaring van de cliënt?

Samenvattend lijkt in het psychologisch wetenschappelijk onderzoek naar psychedelica het contact met de oorspronkelijke geleefde ervaring van psychedelica verloren geraakt. Dit onderzoek zal zich daarom bezighouden met de vraag: ‘Wat is de beschrijving van een psychedelische ervaring die zo dicht mogelijk ligt bij de ervaring zelf?’ Door een fenomenologische reductie te maken en mijn wetenschappelijke vooronderstellingen tussen haken te plaatsen, tracht ik de ervaringen zelf te laten spreken. Op die manier kan een beschrijving van psychedelische ervaringen ontstaan die recht doet aan de geleefde ervaring. Deze invalshoek zou daarmee ook een kleine stap kunnen zijn in de richting van een fundament voor een vorm van psychedelica-ondersteunde psychotherapie die nauwer aansluit bij de behoeften van de cliënt. Dit onderzoek zou dan ook praktische implicaties voor het werkveld van klinisch psychologen kunnen opleveren.

Om een fenomenologische houding aan te kunnen nemen zal ik in hoofdstuk een de wetenschappelijke vooronderstellingen van de klinische psychologie als discipline uiteenzetten. In hoofdstuk twee leg ik uit wat de gevolgen van deze vooronderstellingen zijn en in hoofdstuk drie beschrijf ik de fenomenologische houding zoals deze door Husserl werd geconceptualiseerd. In hoofdstuk vier volgt een korte beschrijving van de methode, waarna ik

---

<sup>16</sup> Mosurijnohn, Roseman, en Girn, “Psychedelic-induced Mystical Experiences,” 2.

de fenomenologische reductie zal toepassen en psychedelische ervaringen zal thematiseren in hoofdstuk vijf. Ik sluit het onderzoek af met een korte conclusie.

“Maar hoewel het waar is dat een chemische stof me deze reis liet maken, is het ook waar dat ik alles wat ik heb ervaren, ook echt heb ervaren: het waren gebeurtenissen die zich in mijn geest voltrokken, psychologische feiten die noch zonder gewicht noch vluchtig waren. In tegenstelling tot bij de meeste dromen blijven de sporen die deze ervaringen nalieten onuitwisbaar en toegankelijk.”<sup>17</sup>

---

<sup>17</sup> Pollan, *Verruim Je Geest*, 284.

## I. Wetenschappelijke vooronderstellingen

Om een fenomenologische houding in te nemen dien ik de vooronderstellingen afkomstig uit mijn wetenschappelijke achtergrond tijdelijk tussen haakjes te plaatsen. Daarom zal ik proberen deze vooronderstellingen in dit hoofdstuk expliciet te maken. Daarbij moet vermeld worden dat deze lijst vooronderstellingen mogelijk niet alomvattend is. Het benoemen van alle vooronderstellingen in het wetenschappelijk psychedelisch onderzoeksveld ligt buiten de reikwijdte van deze beschouwing, alsook het aankaarten van eventuele kritiek op die vooronderstellingen. Ik heb de vooronderstellingen die voor mij het meest de kern raken van de klinische psychologie als wetenschap, in dit hoofdstuk opgeschreven.

De klinische psychologie beweert als wetenschappelijke discipline dat problemen gelokaliseerd kunnen worden in het individu, door subjectieve ervaringen te meten, classificeren en standaardiseren. De psychometrische scores, die ontstaan uit het kwantificeren van subjectieve ervaringen, worden vergeleken met de populatie en kunnen vervolgens in vergelijking met de gemiddelde score als ‘normaal’ dan wel ‘abnormaal’ beoordeeld worden. Zo ontstaat een classificatiesysteem van abnormale psychologische kenmerken zoals gedrag of emoties.<sup>18</sup> Wat in de behandelkamer als normaal beschouwd wordt, kan door een psycholoog met ‘gezond verstand’ gemakkelijker begrepen worden. Wanneer emoties en gedragingen op een ongecontroleerde, onbegrijpelijke manier geuit worden, wordt dit doorgaans als abnormaliteit (als aanwijzing voor een stoornis) geïnterpreteerd. De psychologie lijkt dus van de mens te verwachten dat ze rationeel handelt en emoties en gedrag onder controle weet te houden.<sup>19</sup>

Experimentele onderzoeksmethoden zijn volgens de American Psychological Association (APA) de gouden standaard om effectieve behandelmethoden voor dergelijke abnormaliteiten te identificeren.<sup>20</sup> De voorkeur gaat daarbij uit naar het zo strikt mogelijk controleren van variabelen die ‘ruis’ kunnen veroorzaken in de kwantitatieve resultaten. Dat betekent dat er statistische methoden worden toegepast om specifieke variabelen buiten beschouwing te laten. Cliënten worden in dergelijk klinisch psychologisch onderzoek willekeurig verdeeld over experimentele condities waarin een experimentele manipulatie wordt

---

<sup>18</sup> Christine Hauskeller, “Individualization and Alienation in Psychedelic Psychotherapy,” in *Philosophy and Psychedelics: Frameworks for Exceptional Experience* (Londen: Bloomsbury Publishing, 2022), red. Peter Sjöstedt-Hughes, 115-118.

<sup>19</sup> Nelleke J. Nicolai, “De Verspreiding van de Psychotherapie,” *Tijdschrift Voor Psychotherapie* 21, nr. 6 (December 1995): 325–28, <https://doi.org/10.1007/bf03079273>.

<sup>20</sup> Drew Westen, Catherine M. Novotny, en Heather Thompson-Brenner, “The Empirical Status of Empirically Supported Psychotherapies: Assumptions, Findings, and Reporting in Controlled Clinical Trials,” *Psychological Bulletin* 130, nr. 4 (Januari 2004): 632, <https://doi.org/10.1037/0033-2909.130.4.631>.

uitgevoerd. Door strenge in- en exclusiecriteria, het gedetailleerde rapporteren en de homogene onderzoeksgroepen wordt getracht een zo ‘puur’ mogelijk onderzoeksresultaat te vinden.<sup>21</sup> Omdat er experimentele manipulaties werden uitgevoerd, wordt verondersteld dat de effecten van experimentele manipulaties bewijs leveren voor de vermeende causale verbanden die onderzocht werden.<sup>22</sup>

De conclusies uit deze studies leveren vervolgens ‘bewijs’ op voor zogeheten *evidence-based* behandelingen. Een behandeling wordt als effectief beschouwd wanneer de symptomen van een specifieke stoornis (een verzameling van abnormaliteiten) vermindert.<sup>23</sup> Deze behandelingen worden vervolgens samengevat en beschreven in een handleiding. Psychologen in het werkveld passen de behandelingen uit die handleiding op een gestandaardiseerde manier toe. Dat wil zeggen dat iedere cliënt met bijvoorbeeld een depressie eenzelfde type behandeling krijgt, bijvoorbeeld Cognitieve Gedragstherapie (CGT). Op deze manier wordt een zo effectief mogelijke behandeling voor een sterk afgebakende stoornis gegarandeerd.<sup>24</sup>

De manier waarop deze behandeling gestructureerd onderzocht wordt, is echter gebaseerd op enkele vooronderstellingen. Zo gaan behandelingen vaak enkel in op abnormaliteiten, waarbij individuele persoonlijkheidseigenschappen meestal buiten beschouwing gelaten worden. Van persoonlijkheid wordt gedacht dat deze vaststaat, terwijl de abnormaliteiten (de psychopathologie) veranderlijk geacht wordt.<sup>25</sup> Dat blijkt ook uit het therapeutisch doel van psychotherapeutische behandelingen: je ‘ware zelf’ terugvinden. Het zelf wordt daarbij als vaststaand construct beschouwd, alsof er één echte ware zelf is. Het zou bovendien de cliënt ten goede komen die ‘ware zelf’ te zijn.<sup>26</sup>

Door gedurende de psychotherapeutische behandeling te praten en zeggen wat er in je opkomt, kan de abnormaliteit, de pathologie, mogelijk veranderen of kunnen symptomen verminderd worden. Gedachten en gevoelens dienen onder woorden gebracht te worden om ze te kunnen verwerken. Het niet onder woorden kunnen brengen van een ervaring wordt als hindernis beschouwd die overkomen zou kunnen worden door simpelweg meer te praten.<sup>27</sup> Ook hier lijkt het proces van rationalisering terug te komen, hoe meer we erover praten, hoe beter we het kunnen begrijpen. Het begrijpen zal vervolgens weer leiden tot een vermindering van klachten.

---

<sup>21</sup> Hauskeller, “Psychedelic Psychotherapy,” 118-120.

<sup>22</sup> Westen, Novotny, en Thompson-Brenner, “Empirically Supported Psychotherapies,” 637-38.

<sup>23</sup> Westen, Novotny, en Thompson-Brenner, “Empirically Supported Psychotherapies,” 635.

<sup>24</sup> Westen, Novotny, en Thompson-Brenner, “Empirically Supported Psychotherapies,” 636.

<sup>25</sup> Westen, Novotny, en Thompson-Brenner, “Empirically Supported Psychotherapies,” 63.

<sup>26</sup> Nicolai, “Verspreiding van de Psychotherapie,” 325-28.

<sup>27</sup> Nicolai, “Verspreiding van de Psychotherapie,” 325-28.

## II. Gevolgen van wetenschappelijke vooronderstellingen

Zoals eerdergenoemd verandert de psychedelische ervaring, volgens diegenen die een dergelijke ervaring hebben ondergaan, de manier waarop je jezelf en je ervaringen beleeft.<sup>28</sup> In wetenschappelijke studies naar psychedelica wordt vaak de term onuitsprekelijkheid (*ineffability*) gebruikt om het onvermogen uit te drukken om een psychedelische ervaring in woorden uit te drukken of volledig te begrijpen. Kan het onuitsprekelijke beschouwd worden als kenmerk van de psychedelische ervaring?<sup>29</sup> Zoals eerdergenoemd wordt het onuitsprekelijke, vaak gepaard met wat een ‘mystieke ervaring’ genoemd wordt, aangeduid als mediërende variabele in het verband tussen het gebruik van psychedelica en een daaropvolgende verbetering in het welbevinden.<sup>30</sup> Psychologische studies naar psychedelica lijken daarmee een poging te doen het onuitsprekelijke te vatten. Dat past bij de eerdergenoemde vooronderstelling ‘praten is goed’. Deze vooronderstelling speelt met name een rol in het onuitsprekelijke aspect van mystieke psychedelische ervaringen: het onvermogen om de ervaring in woorden uit te drukken wordt als onmogelijk beschouwd. Sanders en Zijlmans beweren dat men niettemin toch moet proberen het onuitsprekelijke onder woorden te brengen. Door de neurologische correlaten van de ervaring te meten hopen zij de psychedelische ervaring te de-mystificeren.<sup>31</sup>

De psychedelische ervaring laat zich, mede door haar klaarblijkelijk onuitsprekelijke karakter, lastig kwantificeren, standaardiseren of meten. Juist omdat de ervaring pas volledig toegankelijk is vanuit het eerste persoonsperspectief, laat het zich moeilijk vertalen in wetenschappelijke concepten die doorgaans vanuit een derde persoonsperspectief ontstaan.<sup>32</sup> Dat blijkt ook uit de problemen die ontstaan wanneer hersenonderzoek aangehaald wordt om de verbetering in welbevinden na psychedelische ervaringen (secundair) te onderbouwen. Hersenactiviteit zou zich op een buitengewone manier manifesteren tijdens psychedelische ervaringen. Problematisch is dat deze veranderingen in hersenactiviteit niet direct correleren met de mystieke, onuitsprekelijke ervaring. Dat komt doordat de ervaring een radicaal individuele ervaring is, zoals verschillende klinische studies benadrukken.<sup>33</sup> Zou de

---

<sup>28</sup> Hauskeller, “Psychedelic Psychotherapy,” 125-26.

<sup>29</sup> William G. Braud, “Thoughts On The Ineffability Of The Mystical Experience,” *International Journal for the Psychology of Religion & The International Journal for the Psychology of Religion* 12, nr. 3 (Juli 2002): 141–60, [https://doi.org/10.1207/s15327582ijpr1203\\_02](https://doi.org/10.1207/s15327582ijpr1203_02).

<sup>30</sup> Hauskeller, “Psychedelic Psychotherapy,” 123.

<sup>31</sup> Sanders en Zijlmans, “Moving Past Mysticism,” 1253-55.

<sup>32</sup> Hauskeller, “Psychedelic Psychotherapy,” 125-26.

<sup>33</sup> Hauskeller, “Psychedelic Psychotherapy,” 124.

fenomenologische benadering, vanuit een eerste persoonsperspectief, een ander licht kunnen werpen op de psychedelische ervaring?

Psychologische studies naar psychedelica proberen het onuitsprekelijke via een omweg te kwantificeren, door bijvoorbeeld vragenlijsten op te stellen om individuele ervaringen met elkaar te vergelijken. Ook door hersenonderzoek toe te passen wordt geprobeerd de ervaring toch te kwantificeren. Psychologische studies naar psychedelica proberen de ervaring te verklaren met classificaties en beoordelingen, waardoor beschrijvingen van de ervaring niet meer aansluiten bij de oorspronkelijke ervaring.<sup>34</sup>

De gouden standaard van klinische, gecontroleerde studies, gaat daarmee voorbij aan de geleefde ervaring. Christine Hauskeller, filosoof en psychoanalytica, stelt dat de klinische setting van deze studies zorgt voor een soort pre-definiëren van mogelijke ervaringen die kunnen optreden. Vervolgens wordt tijdens het interpreteren van de daaruit volgende data de ervaring opnieuw gekalibreerd. Dat maakt ook dat de intensiteit van deze ervaring gelimiteerd wordt.<sup>35</sup>

Het wetenschappelijk onderzoeken van psychedelica doet daarmee paradoxaal aan, stelt Hauskeller: ‘Het specialisme dat ‘gekte’ definieert induceert een psychologische staat die als “gek” gedefinieerd wordt om vervolgens deze ervaring van gekte een normale staat te laten induceren in patiënten die zij in de eerste plaats als ‘gek’ classificeren.’<sup>36</sup> Er resteren twee alternatieven voor behandelaren. Ten eerste kan getracht worden met neurowetenschappelijke verklaringen het onuitsprekelijke (secundair) te kwantificeren, zoals ook Sanders en Zijlmans voorstellen.<sup>37</sup> Ten tweede kunnen wetenschappelijke, naturalistische normen losgelaten worden en kan het mystieke omarmd worden, hoewel dit de psychologie als wetenschappelijke discipline misschien twijfelachtig maakt.<sup>38</sup>

Zou er een derde weg kunnen zijn? Zou het fenomenologisch analyseren van beschrijvingen van de psychedelische ervaring kunnen leiden tot een thematisering die nauwer verwant is aan de geleefde ervaring?

### **III. Een derde weg**

In hoofdstuk een werd duidelijk dat de klinisch-wetenschappelijke psychologie uitgaat van enkele vooronderstellingen. In het voorgaande hoofdstuk werd duidelijk dat de meest

---

<sup>34</sup> Hauskeller, “Psychedelic Psychotherapy,” 118-20.

<sup>35</sup> Hauskeller, “Psychedelic Psychotherapy,” 124.

<sup>36</sup> Hauskeller, “Psychedelic Psychotherapy,” 121-22.

<sup>37</sup> Sanders en Zijlmans, “Moving Past Mysticism,” 1253-55.

<sup>38</sup> Hauskeller, “Psychedelic Psychotherapy,” 126.

fundamentele vooronderstelling in het psychedelisch onderzoeksveld is dat psychedelische mystieke ervaringen meetbaar zijn, alsof ze onafhankelijk bestaan van de oorspronkelijke geleefde ervaring ervan. Husserl stelt – vanuit de fenomenologie – dat dergelijke metafysische en epistemologische vooronderstellingen in het algemeen typerend zijn voor de wetenschappen die alsmaar meer resultaten proberen te vergaren.<sup>39</sup> Het gevolg daarvan is dat wetenschappelijke concepten niet meer naar de bijbehorende ervaring verwijzen, maar naar elkaar.<sup>40</sup> Volgens Husserl loopt de wetenschap het risico dat concepten alleen nog naar elkaar verwijzen in plaats van de oorspronkelijke ervaring. Concepten die enkel naar elkaar verwijzen kunnen doordringen in ons alledaagse taalgebruik en zo kan theorie op haar beurt onze ervaring beïnvloeden. De houding waarin deze concepten voor vanzelfsprekend worden aangenomen noemt Husserl de *natuurlijke houding*.<sup>41</sup> Husserl gebruikt de fenomenologische reductie om wetenschappelijke vooronderstellingen tussen haakjes te plaatsen; hier zal ik later in dit hoofdstuk op terugkomen. Door de fenomenologische reductie in te zetten kunnen we volgens Husserl de wetenschappen weer in contact brengen met onze ervaringen en voorkomen dat concepten een eigen leven leiden.<sup>42</sup> Op die manier kunnen we ervoor zorgen dat onze ervaringen de theorie sturen in plaats van andersom.<sup>43</sup>

De fenomenologie probeert, vanuit een eerste persoonsperspectief, het contact met ervaringen te herstellen.<sup>44</sup> Dat doet het door fenomenen te bestuderen – hoe de dingen aan ons verschijnen. Het bestudeert de manier waarop objecten aan ons verschijnen en de condities die deze verschijning mogelijk maken.<sup>45</sup> Het richt zich daarbij op het bewustzijn, hetgeen waarin de wereld verschijnt.<sup>46</sup> De fenomenologie probeert de ervaring zelf te laten spreken. Dat doet het door het bewustzijn van binnenuit te begrijpen.<sup>47</sup>

Door de ervaring te laten spreken laat de fenomenologie zien dat het bewustzijn altijd bewustzijn van *iets* is. Deze gerichtheid van het bewustzijn op objecten wordt *intentionaliteit* genoemd. De verschijningen van ons bewustzijn worden gekenmerkt door intentionele objecten en kunnen alleen adequaat geanalyseerd worden als we rekening houden met de objectieve,

---

<sup>39</sup> Dan Zahavi, *Husserl's Phenomenology* (Redwood City: Stanford University Press, 2002), 44.

<sup>40</sup> R.B.J.M. Welten, "Fenomenologie als Houding," in *Subjectiviteit in Strafrecht en Psychiatrie*, red. Frans Koenraadt en Annelieke Mooij (Amsterdam: Boom Juridische Uitgevers, 2010), 8.

<sup>41</sup> Zahavi, *Husserl's Phenomenology*, 44.

<sup>42</sup> Welten, "Fenomenologie als Houding," 8.

<sup>43</sup> Zahavi, *Husserl's Phenomenology*, 45.

<sup>44</sup> Welten, "Fenomenologie als Houding," 12.

<sup>45</sup> Zahavi, *Husserl's Phenomenology*, 55.

<sup>46</sup> Zahavi, *Husserl's Phenomenology*, 52.

<sup>47</sup> Welten, "Fenomenologie als Houding," 9.

ervaarde objecten waarop het bewustzijn gericht is.<sup>48</sup> Niet het werkelijke bestaan van een object, maar de verschijning ervan is het criterium, volgens Husserl het ‘principe aller principes’, voor de fenomenologie. De intentie houdt niet op intentioneel te zijn als blijkt dat een object in werkelijkheid niet bestaat.<sup>49</sup>

Het *iets* waarop het bewustzijn gericht is, maakt geen deel uit van het bewustzijn zelf. In zowel fantasie als reële perceptie beogen we een transcendent object dat buiten onze mentale staat ligt. In beide gevallen is er een referentie, een verwijzing naar een object buiten onze mentale wereld, alleen is er in het geval van fantasie geen referent.<sup>50</sup> Het is daarom irrelevant om te betwijfelen dat er een ‘echte’ wereld is.<sup>51</sup> Vergelijkbaar zou het onzinnig zijn om er - in deze fenomenologische beschouwing van mystieke ervaringen - vanuit te gaan dat psychedelische mystieke ervaringen niet bestaan of slechts een product zijn van de hersenen. De wereld die aan ons verschijnt is volgens Husserl de enige echte wereld. Er is niet een meer echte wereld dan degene die we ervaren.<sup>52</sup> Het maakt niet uit of het object denkbeeldig, absurd of echt is.<sup>53</sup>

De inhoud van een waarneming kunnen we dus als gegeven aannemen. Ongeacht of het gaat om een ‘echte’ waarneming of een hallucinatie, dan wel psychedelische roes. Het bewustzijn zelf bevat geen criteria om te bepalen of een ervaring waar is of niet.<sup>54</sup> Elk object moet daarom begrepen worden in relatie met de ervaring van subjectiviteit (het eerste persoonsperspectief), om zo dogmatische vooroordelen van de natuurlijke houding te vermijden. We moeten ons dus enkel bezighouden met het veld van gegevenheid, met hoe de dingen aan ons verschijnen.<sup>55</sup>

Husserl is in het bijzonder geïnteresseerd in het cognitieve aspect van het bewustzijn omdat je, vanuit de cognitie, ervaringen kunt beschrijven vanuit een eerste persoonsperspectief.<sup>56</sup> Wanneer er sprake is van een psychedelische ervaring wordt vanuit een eerste persoonsperspectief niet ervaren dat er iets gebeurt in het brein. Dat psychedelische mystieke ervaringen er zijn is een primair gegeven: het gaat om het bewustzijn als bewustzijn; niet datgene wat het bewustzijn produceert (bijvoorbeeld ‘hersenactiviteit’). Het doet er niet toe

---

<sup>48</sup> Zahavi, *Husserl's Phenomenology*, 14.

<sup>49</sup> Zahavi, *Husserl's Phenomenology*, 14.

<sup>50</sup> Zahavi, *Husserl's Phenomenology*, 20.

<sup>51</sup> Zahavi, *Husserl's Phenomenology*, 70.

<sup>52</sup> Zahavi, *Husserl's Phenomenology*, 55.

<sup>53</sup> Zahavi, *Husserl's Phenomenology*, 20.

<sup>54</sup> Zahavi, *Husserl's Phenomenology*, 18.

<sup>55</sup> Zahavi, *Husserl's Phenomenology*, 68.

<sup>56</sup> Zahavi, *Husserl's Phenomenology*, 13.

of psychedelische mystieke ervaringen gebaseerd zijn op ‘hersenenactiviteit’, ‘stimuli’ uit de omgeving, of ontstaan door het aanhangen van een specifieke religie. Ze zijn de ervaren werkelijkheid. Het verklaren van een psychedelische mystieke ervaring door middel van ‘hersenenactiviteit’, maakt dat de psychedelica-gebruiker de ervaring niet meer vanuit een eerste, maar een derde persoonsperspectief beschouwt. Dat maakt dat er een vervreemdende afstand ontstaat tussen de ervaring van de psychedelica-gebruiker, vanuit de eerste persoon, en de beschrijving van die ervaring in wetenschappelijke concepten, vanuit de derde persoon.

Die vervreemdende afstand probeert de fenomenologie te overbruggen door het bewustzijn en de ervaringen die zich daaraan voordoen te bestuderen en beschrijven, vrij van metafysische vooroordelen en wetenschappelijke vooronderstellingen. Op die manier probeert de fenomenologie de wetenschappen weer te verankeren in de oorspronkelijke ervaring.<sup>57</sup> Fenomenologisch onderzoek richt zich dus op wat aan ons verschijnt – hoe in dit geval psychedelische mystieke ervaringen zich ontploegen – in plaats van wat we verwachten op basis van (wetenschappelijke) theorie.<sup>58</sup>

We kunnen ons beter richten op wat fenomenologisch aan ons verschijnt wanneer we de eerdergenoemde natuurlijke houding onderzoeken. Dit kunnen we doen door de validiteit ervan tijdelijk in twijfel te trekken. We betwijfelen daarmee niet de realiteit, maar onze dogmatische, natuurlijke houding tegenover de realiteit. Deze procedure wordt door Husserl de *epoché* genoemd. Door het uitvoeren van een *epoché* veranderen we onze houding naar de realiteit en kunnen we de realiteit op een manier benaderen die (delen van) haar ware aard zou kunnen onthullen.<sup>59</sup> Daarmee krijgen we ook een beter begrip van hoe onze eigen subjectiviteit werkt.<sup>60</sup> De *epoché* laat ons zien dat de wereld niet ‘simpelweg’ bestaat, maar een specifieke structuur van verschijnen heeft die mogelijk gemaakt wordt door ons eerste persoonsperspectief.<sup>61</sup> De ervaring, ons eerste persoonsperspectief, maakt zo het verschijnen of manifesteren mogelijk.

Om terug te keren naar het eerste persoonsperspectief moeten we theorie en vooronderstellingen tussen haakjes plaatsen.<sup>62</sup> Wanneer we een object waarnemen, dienen we onderscheid te maken tussen hetgeen er verschijnt en de verschijning zelf, omdat we objecten altijd vanuit een beperkt perspectief beschouwen. Het object is dan ook *transcendent* ten

---

<sup>57</sup> Zahavi, *Husserl's Phenomenology*, 14.

<sup>58</sup> Zahavi, *Husserl's Phenomenology*, 44.

<sup>59</sup> Zahavi, *Husserl's Phenomenology*, 45.

<sup>60</sup> Zahavi, *Husserl's Phenomenology*, 46.

<sup>61</sup> Zahavi, *Husserl's Phenomenology*, 54.

<sup>62</sup> Zahavi, *Husserl's Phenomenology*, 52.

opzichte van de verschijning; het object overstijgt hetgeen we waarnemen. Deze *transcendentie*, het overstijgende object, verbindt alle verschijningen met elkaar.<sup>63</sup> Transcendentale fenomenologie onderzoekt dan ook de manieren waarop ervaringen mogelijk zijn, en daarmee ook het raamwerk waarin alle andere wetenschappen plaatsvinden.<sup>64</sup>

Hoe komen we bij het transcendentale fundament? Door de epoché, het tijdelijk tussen haken plaatsen van dogmatische metafysische vooronderstellingen, wordt een transcendentale reductie mogelijk. Deze reductie houdt in dat we, door onszelf beperkingen op te leggen, de samenhang van subjectiviteit en de wereld thematiseren. De transcendentale reductie leidt ons van de natuurlijke sfeer weer terug naar het transcendentale fundament, hetgeen ervaringen mogelijk maakt.<sup>65</sup>

Deze transcendentale reductie kan op verschillende manieren uitgevoerd worden. De ontologische manier van reductie begint bij de analyse van de gegevenheid van een specifiek ontologisch gebied. De specifieke manier van verschijnen van dit gebied wordt onderzocht, waarna je jezelf afvraagt wat deze verschijning mogelijk maakt. Door ons te beperken tot hetgeen er verschijnt en te focussen op dat wat meestal genegeerd wordt, worden we als vanzelf naar de transcendentale subjectiviteit geleid. De verschijning van een object leidt ons dus als vanzelf naar de ervaring van de manier waarop het object aan ons verschijnt en de intentionaliteit waarmee die verschijning samenhangt.<sup>66</sup> Door de verschijnende objecten op deze manier te onderzoeken, onthullen we ook onszelf als manifestatie – als diegenen aan wie de objecten verschijnen.<sup>67</sup>

Naast deze ontologische manier van reduceren spreekt Husserl in *Ideeën I* ook van de Cartesiaanse manier van reduceren. Daarbij wordt de nadruk gelegd op het verschil tussen de directe gegevenheid van subjectiviteit en de gegevenheid van objecten. De Cartesiaanse manier heeft als nadeel dat het pure subjectiviteit lijkt te willen onderzoeken, in isolatie van de wereld en intersubjectiviteit.<sup>68</sup> De ontologische manier van reductie laat daarentegen meer ruimte over voor het dynamische en procesmatige bewustzijn, zodat het ook het bewustzijn in beweging kan onderzoeken.<sup>69</sup> In deze scriptie wordt daarom uitgegaan van de ontologische manier.

Door de epoché laten we ons niet afleiden door objecten en kunnen we deze op een nieuwe manier onderzoeken – de manier waarop ze zich tonen aan het bewustzijn. De poging

---

<sup>63</sup> Zahavi, *Husserl's Phenomenology*, 15-16.

<sup>64</sup> Zahavi, *Husserl's Phenomenology*, 66.

<sup>65</sup> Zahavi, *Husserl's Phenomenology*, 46.

<sup>66</sup> Zahavi, *Husserl's Phenomenology*, 50.

<sup>67</sup> Zahavi, *Husserl's Phenomenology*, 51.

<sup>68</sup> Zahavi, *Husserl's Phenomenology*, 50.

<sup>69</sup> Zahavi, *Husserl's Phenomenology*, 50.

om met de transcendentale reductie de wereld te begrijpen, leidt indirect tot het onthullen van subjectiviteit. Voor Husserl is de realiteit dan ook geen bruto feit – losstaand van ervaring en concepten – maar een systeem van validiteit en betekenis dat gevoed moet worden met subjectiviteit. Om de realiteit volledig tot uiting te brengen hebben we ervaringen *nodig*. De realiteit is op die manier afhankelijk van subjectiviteit.<sup>70</sup>

Vanuit de fenomenologische houding dienen we noodzakelijkerwijs te kijken naar de wereld zoals die verschijnt *voor mij*. Het is niet een empirische subjectiviteit die daarmee onthuld wordt (alsof ik een object in de wereld ben), maar de transcendentale subjectiviteit. Die laat zien dat subjectiviteit nodig is om verschijningen mogelijk te maken. Als we de natuurlijke houding aan zouden blijven houden, waarin we onszelf zien als een simpel object, zou die subjectiviteit verborgen blijven. De epoché en reductie maken mogelijk dat we de transcendentale subjectiviteit kunnen onthullen.<sup>71</sup> Zo kunnen we de *noema* ontdekken, het transcendente correlaat dat we niet kunnen zien als we er vanuit de natuurlijke houding naar kijken.<sup>72</sup>

Samenvattend kan geconcludeerd worden dat hoe de dingen aan ons verschijnen deel uitmaakt van wat ze daadwerkelijk zijn. Als we de ware aard van psychedelische mystieke ervaringen willen vatten, moeten we dus bestuderen hoe deze ervaring zichzelf onthult,<sup>73</sup> in plaats van een conceptuele vraag te stellen. We moeten ons richten op de specifieke manier waarop de realiteit aan ons gegeven wordt in deze ervaring.<sup>74</sup> De realiteit van deze ervaring ontvouwt zich namelijk ‘via’ het fenomeen.<sup>75</sup> Dat betekent dat psychedelische mystieke ervaringen het verdienen om onderzocht te worden. Ze zijn geen neuropsychologisch onderzoek artefact, maar zijn betekenisvol alleen al omdat mensen rapporteren dat ze een dergelijke ervaring hebben gehad. Deze scriptie zal daarom de betekenis van de ervaring centraal zetten, door middel van de zojuist beschreven fenomenologische houding. In het volgende hoofdstuk zal ik kort de methode beschrijven.

## IV. Methode

Het doel van deze studie is om beschrijvingen van de geleefde ervaring van psychedelica te onderzoeken, met de nadruk op hoe een psychedelische ervaring als betekenisvol beschouwd

---

<sup>70</sup> Zahavi, *Husserl's Phenomenology*, 69.

<sup>71</sup> Zahavi, *Husserl's Phenomenology*, 51.

<sup>72</sup> Zahavi, *Husserl's Phenomenology*, 58.

<sup>73</sup> Zahavi, *Husserl's Phenomenology*, 55.

<sup>74</sup> Zahavi, *Husserl's Phenomenology*, 45.

<sup>75</sup> Zahavi, *Husserl's Phenomenology*, 55.

zou kunnen worden. Deze studie probeert naar ervaringen te luisteren door het bewustzijn van binnenuit te onderzoeken.<sup>76</sup> De psychedelische ervaringen die ik zal onderzoeken zijn afkomstig van drie literatoren.<sup>77</sup> Allereerst de psychedelische ervaring van de Franse dichter Charles Baudelaire na het innemen van hasj, zoals beschreven in het prozagedicht *De dubbele kamer*.<sup>78</sup> Daarnaast de ervaring van de Brits-Amerikaanse schrijver Aldous Huxley na het innemen van mescaline zoals beschreven in *The doors of perception*.<sup>79</sup> Verder beschrijf ik de ervaring van de Amerikaanse schrijver en journalist Michael Pollan, na het innemen van magische truffels (psilocybine), zoals beschreven in *Verruim je geest*.<sup>80</sup>

Ik zal op een structuralistische, exploratieve manier de drie verschillende psychedelische ervaringen onderzoeken. Dat wil zeggen dat ik zal zoeken naar de taal, naar de manier waarop over de ervaringen gesproken wordt, om zo een passende beschrijving van de onderliggende ervaring te onthullen. Ik zal mijn eigen wetenschappelijke vooronderstellingen tussen haken plaatsen<sup>81</sup> om vervolgens een fenomenologische reductie op de ontologische manier uit te voeren.<sup>82</sup> Dat houdt in dat ik mij zal beperken tot de manier waarop de beschrijvingen zich aan mij voordoen, om zo een adequate beschrijving van de oorspronkelijke geleefde ervaring te benaderen.

Om de drie psychedelische ervaringen zelf te laten spreken heb ik ervoor gekozen de beschrijvingen van psychedelische mystieke ervaringen, die ik in de introductie heb beschreven, in het volgende hoofdstuk buiten beschouwing te laten. Wanneer ik dergelijke beschrijvingen als kader zou gebruiken zou dit leiden tot dezelfde reductie als wanneer psychologen vragenlijsten gebruiken om psychedelische ervaringen te onderzoeken. Een dergelijke methode zou geen nieuwe informatie opleveren, en dat is niet het doel dat ik voor ogen heb. Ik wil proberen de ervaringen zelf te laten spreken om tot nieuwe inzichten te komen. Mijns inziens kan ik dat doel het beste bereiken door verschillende psychedelische ervaringen

---

<sup>76</sup> Ik ben me ervan bewust dat het uitdrukken van onverwoordbare ervaringen in woorden, de poging deze ervaringen te thematiseren, betekent dat ik ze onvermijdelijk geweld zal aandoen. Bij gebrek aan een beter alternatief kan ik niet anders dan mijn toevlucht zoeken in het enige medium tot mijn beschikking – dat van het woord.

<sup>77</sup> Ik heb ervoor gekozen om de ervaring van drie literatoren te beschrijven omdat juist zij, die zich doorgaans al bezighouden met taal, een onuitsprekelijke ervaring mogelijk beter onder woorden kunnen brengen dan iemand die daarin minder geoefend is.

<sup>78</sup> Charles Pierre Baudelaire, "De Dubbele Kamer," in *De Melancholie van Parijs: Kleine Gedichten in Proza*, vert. Thérèse Fisscher (Amsterdam: Ambo/Anthos Uitgevers, 1995), 31-33.

<sup>79</sup> Aldous Huxley, "The Doors of Perception," in *The Doors of Perception and Heaven and Hell*, red. J.G. Ballard, en David Bradshaw (Londen: Penguin Random House UK, 2004), 1-50.

<sup>80</sup> Pollan, *Verruim Je Geest*, 268-286.

<sup>81</sup> Zie hoofdstuk een waarin mijn eigen vooronderstellingen uiteen worden gezet.

<sup>82</sup> Zie hoofdstuk drie voor een uitgebreide uitleg van de fenomenologische reductie op de ontologische manier.

te thematiseren ongeacht of zij van tevoren voldoen aan de criteria van een psychedelische mystieke ervaring. In het volgende hoofdstuk zal ik daarom geen gebruik maken van de criteria van een psychedelische mystieke ervaring, maar ervaringen onderzoeken waarin psychedelica ingenomen werden.

## V. Psychedelische ervaringen

Zoals in het voorgaande hoofdstuk beschreven, zal ik onderstaand de ervaringen van Baudelaire, Huxley en Pollan onderzoeken door een fenomenologische houding aan te nemen.

### Eeuwigheid: tijd & ruimte

In de drie verschillende ervaringen komt het concept ‘tijd’ naar voren. Zo beschrijft Baudelaire dat tijd volledig verdwenen is:

Neen! Er zijn geen minuten meer, er zijn geen seconden meer! De tijd is verdwenen; het is de Eeuwigheid die heerst, een eeuwigheid van geneugten.<sup>83</sup>

Wanneer Huxley gevraagd wordt hoe hij de tijd ervaart, beschrijft hij een bepaalde onverschilligheid. Hij antwoordt dat er meer dan genoeg van lijkt te zijn.<sup>84</sup> Voor Huxley lijkt er alleen een soort continue ervaring te zijn van de realiteit. Er is meer dan genoeg tijd, maar hoeveel precies is volstrekt irrelevant. Hij beschrijft dat hij zich beseft dat hij naar de tijd zou kunnen kijken op zijn horloge, maar hij weet dat zijn horloge zich in een compleet ander universum bevindt. Zijn ervaring lijkt van onbepaalde duur te zijn, een soort oneindig heden opgemaakt uit een ‘continue veranderende apocalyps’.<sup>85</sup> Zo beschrijft Huxley dat hij zich enkel wilde bezighouden met de eeuwigheid die hij vond in een bloem, oneindigheid in de stoelpoten en het absolute in zijn flanelen broek.<sup>86</sup>

The mind was primarily concerned, not with measures and locations, but with being and meaning.<sup>87</sup>

---

<sup>83</sup> Baudelaire, “De Dubbele Kamer,” 32.

<sup>84</sup> Huxley, “The Doors of Perception,” 9.

<sup>85</sup> Huxley, “The Doors of Perception,” 9.

<sup>86</sup> Huxley, “The Doors of Perception,” 20.

<sup>87</sup> Huxley, “The Doors of Perception,” 9.

Wanneer Pollan tijdens zijn trip naar het toilet moet beschrijft hij dat het urineren voor zijn gevoel “... een zeer aangename eeuwigheid zo door” ging.<sup>88</sup> Pollan’s trip vervolgt zich en hij beschrijft enige tijd door te brengen in een wereld die zich aan hem voordoet als een “computerwereld”.<sup>89</sup> Hoeveel tijd hij in die wereld doorbrengt lijkt hij niet goed te weten, er is “geen enkel besef van tijd meer”.<sup>90</sup>

Deze drie teksten laten zien dat er een toestand van tijdeloosheid lijkt te ontstaan. Kenmerkend voor de teksten is dat zij allen het verdwijnen van tijd als “aangenaam”<sup>91</sup> lijken te ervaren. De psychedelische ervaring presenteert zichzelf als een nieuwe realiteit, een werkelijkheid die Baudelaire als droom beschrijft. Opmerkelijk is dat de kamer die Baudelaire beschrijft, op twee verschillende manieren ervaren wordt. Zo beschrijft hij wanneer hij terugkeert naar de ‘echte’ wereld:

O ja! De Tijd is weer terug; de Tijd heerst soeverein nu; en met deze afzichtelijke grijsaard is ook zijn gehele demonische stoet van Herinneringen, Berouw, Krampen, Angsten, Beklemmingen, Nachtmerries, Woedes, en Neuroses teruggekeerd.<sup>92</sup>

Daarbij valt op dat wanneer de ervaring van tijd terugkeert, de tevredenheid die de psychedelische ervaring lijkt te kenmerken, ook verdwijnt. Eenmaal teruggekeerd in de echte wereld blijft hij de tijd anders ervaren: de tijd dringt zich op en benadrukt elke seconde van het leven.<sup>93</sup> Uit deze scheiding tussen de ervaren werkelijkheid binnen de psychedelische ervaring en daarbuiten blijkt dat de wereld op twee verschillende manieren ervaren wordt. Toch gaat het in beide werkelijkheden om dezelfde kamer. Daarbij lijkt een soort transcendent verlangen een rol te spelen: Baudelaire lijkt te verlangen naar een bezielde werkelijkheid. De naakte, onbezielde, gesloten werkelijkheid kan dan nog nauwelijks een werkelijkheid genoemd worden.

Ook in de tekst van Huxley komt een transcendent verlangen terug wanneer hij zich tijdens zijn ervaring hardop afvraagt hoe het mogelijk zou zijn om in deze “timeless bliss” te verblijven en hoe deze verenigd zou kunnen worden met het dagelijks leven waarin verplichtingen een rol spelen.<sup>94</sup> Huxley beschrijft dat de alledaagse zorgen van het menselijk

---

<sup>88</sup> Pollan, *Verruim Je Geest*, 274.

<sup>89</sup> Pollan, *Verruim Je Geest*, 280.

<sup>90</sup> Pollan, *Verruim Je Geest*, 280.

<sup>91</sup> Pollan, *Verruim Je Geest*, 274.

<sup>92</sup> Baudelaire, “De Dubbele Kamer,” 32.

<sup>93</sup> Baudelaire, “De Dubbele Kamer,” 32.

<sup>94</sup> Huxley, “The Doors of Perception,” 19.

bestaan worden weggedrukt door de manifeste ‘glorie’ die hij ervaart wanneer hij naar zijn flanelen broek kijkt. Ook hier lijkt de werkelijkheid van het dagelijks leven, de naakte realiteit, slechts een slap aftreksel van dat wat als werkelijkheid wordt ervaren in een psychedelische ervaring.<sup>95</sup>

Vergelijkbaar vraagt Pollan zich af na zijn ervaring of het mogelijk is om ‘ergens anders voet aan wal te zetten’.<sup>96</sup> Ook beschrijft hij dat de reis hem een perspectief heeft geboden van waaruit we de meest verschrikkelijke dingen die het leven ons kan bieden, zoals de dood, objectief kunnen beschouwen en in berusting kunnen aanvaarden.<sup>97</sup> Ook in Baudelaire blijkt de dood nauw verbonden met deze verandering in de ervaring van tijd. Hij beschrijft dat de dood als ‘goed nieuws’ opgevat zou moeten worden, ondanks dat dit goede nieuws bij anderen ‘onverklaarbare angst’ veroorzaakt.<sup>98</sup> De psychedelische ervaring lijkt daarmee de ervaring van de dood in nieuw licht te plaatsen.

Samengenomen lijken psychedelische ervaringen ons een zekere dualiteit te tonen; een dualiteit van twee verschillende ervaren werkelijkheden. Een waarin we acceptatie vinden, en een ander waarin we weerstand bieden (voor de dood, herinneringen, tijd). Wanneer na een psychedelische ervaring teruggekeerd wordt naar de werkelijke wereld, blijft die dualiteit een rol spelen. Zo beschrijft Baudelaire dat de naakte realiteit doordrongen wordt van meedogenloze betekenis:

Ja! De Tijd heerst; hij heeft zijn brute dictatuur hervat. En hij drijft mij voort, alsof ik een rund ben, met zijn dubbele prikstok. – ‘Vort dan! Ezel! Zweet dan, slaaf! Leef dan, verdoemde!’<sup>99</sup>

Deze beschrijving suggereert dat de ‘echte’ wereld, zoals Baudelaire deze ervaart, doordrongen raakt van nieuwe betekenis. Die nieuwe betekenis lijkt samen te hangen met het ervaren van de naakte realiteit als bruto en betekenisloos.

### **Het niet-niet-Ik: bij gebrek aan een betere titel**

De eerder beschreven ervaring van dualiteit en veranderde betekenis lijkt samen te hangen met het verdwijnen van het Ik. Zo beschrijft Pollan dat muziek een “scheppende kracht” heeft in

<sup>95</sup> Huxley, “The Doors of Perception,” 19.

<sup>96</sup> Pollan, *Verruim Je Geest*, 279.

<sup>97</sup> Pollan, *Verruim Je Geest*, 279 – 280.

<sup>98</sup> Baudelaire, “De Dubbele Kamer,” 32.

<sup>99</sup> Baudelaire, “De Dubbele Kamer,” 32.

zijn ervaring. Muziek die hij als vervelend ervaart, bewerkstelligt patronen die uitdijen en zich vermenigvuldigen. Ondanks dat alles zwart gekleurd werd, kon Pollan een veelheid tinten zwart zien. Hij bewoog zich door een wereld die gegeneerd leek te zijn door wiskundige algoritmen. Dat bracht een “vervreemdende, ziellose schoonheid” met zich mee. Pollan begon zich door die vervreemdende ervaring af te vragen aan wie die wereld toebehoorde en concludeerde dat die wereld in ieder geval niet aan hem toebehoorde. Vervolgens begon Pollan zich af te vragen in wiens hoofd hij eigenlijk zat.<sup>100</sup> Zijn Ik lijkt uiteen te vallen:

‘Ik’ werd nu een stapel papiertjes ter grootte van gele plakbriefjes, die door de wind werden weggeblazen. Maar de ‘ik’ die getuige was van deze overduidelijke catastrofe voelde geen enkele aandrang om erachteraan te gaan en mijn oude ik weer bijeen te stapelen. Ik had zelfs geen enkele aandrang tot wat dan ook. Wie of wat ik nu was vond alles best zo. Geen ego meer? Prima, ja zelfs het meest vanzelfsprekende wat je kan bedenken. En toen zag ik mezelf toch weer als geheel, maar nu over het landschap uitgesmeerd in de vorm van verf, of boter – een groot stuk van de wereld was bedekt met een substantie waarvan ik wist dat ik het was.<sup>101</sup>

Pollan lijkt op te gaan in zijn omgeving. Er lijkt een soort afstand te ontstaan waardoor het Ik niet meer als zodanig wordt ervaren – niet meer als afgescheiden of afgebakend van Niet-Ik. Opvallend is dat het opgaan in de omgeving gepaard lijkt te gaan met het verdwijnen van een aandrang tot actie, een thema dat in zowel Pollan, Huxley als Baudelaire terug lijkt te komen. Het verdwijnen van het Ik gaat niet gepaard met angst, maar lijkt een welkome ontwikkeling te zijn. Ook hier komt het thema van dualiteit terug. Waar eerst een duidelijk onderscheid was tussen wat het Ik is en wat niet het Ik is, verdwijnt dat onderscheid nu volledig. Huxley beschrijft dat zijn alledaagse zorgen verdwijnen, in het bijzonder zijn alledaagse zorgen over mensen:

For persons are selves and, in one respect at least, I was now a Not-self, simultaneously perceiving and being the Not-self of the thing around me. To this new-born Not-self, the behaviour, the appearance, the very thought of the self it had momentarily ceased to be, and of other selves, its one-time fellows, seemed not indeed distasteful (for

---

<sup>100</sup> Pollan, *Verruim Je Geest*, 273.

<sup>101</sup> Pollan, *Verruim Je Geest*, 277 – 278.

distastefulness was not one of the categories in terms of which I was thinking), but enormously irrelevant.<sup>102</sup>

Wat overblijft is een soort waarnemer, die losstaat van het vertrouwde Ik. Het bewustzijn heeft nu de leiding, maar niet op een manier die als Ik beschreven kan worden. Deze nieuwe eerste persoonsvorm ligt voor Pollan niet besloten in een enkel lichaam, maar heeft wél een beschouwend vermogen.<sup>103</sup> Dat beschouwende vermogen beschrijft Pollan als “extreem onverschillig, volstrekt neutraal ..., en volkomen onaangedaan”. Het zelf wordt als vloeibaar ervaren, en dat wat persoonlijk of eigen opgevat zou kunnen worden is niet meer.<sup>104</sup>

Het soevereine ego, met al zijn wapentuig en angsten, zijn rancunes over wat was geweest en zijn zorgen over wat zou komen had simpelweg opgehouden te bestaan, en er was niemand achtergebleven die om dat verscheiden rouwde. Maar er was wel iets wat het had opgevolgd: dit naakte, lichaamsloze bewustzijn, dat het tafereel van het uiteenvallen van het zelf minzaam en onverschillig gadesloeg. Ik was aanwezig bij de werkelijkheid, maar als iets anders dan mijn zelf. En hoewel er geen zelf meer was om iets te voelen, was er wel een soort gemoedstoestand, die kalm was, vrij van zorgen, tevreden.<sup>105</sup>

Dat het Ik uiteenvalt lijkt dan ook niet te impliceren dat de werkelijkheid niet bewust wordt ervaren. Pollan laat zien dat er wel bewustzijn is in de vorm van een kalme gemoedstoestand. Baudelaire beschrijft dat de ziel een lui bad neemt in de ervaring, “geparfumeerd door berouw en verlangen”. Er hangt een bepaalde schemering die als “droom van wellust tijdens een eclips” beschreven kan worden.<sup>106</sup> Daaruit blijkt een transcendent verlangen, de wens om voor onbepaalde tijd in deze ervaring te verblijven zonder direct te interpreteren, te bepalen, te meten. Door betekenis enigszins in deze schemering te laten verblijven, door passief te

---

<sup>102</sup> Huxley, “The Doors of Perception,” 20.

<sup>103</sup> Pollan, *Verruim Je Geest*, 278.

Pollan beschrijft dat taal tekortschiet om het uiteenvallen van het Ik te beschrijven. Hij zou een geheel nieuw persoonlijk voornaamwoord voor de eerste persoon enkelvoud moeten bedenken om dit te beschrijven. Daarom kan ik dit hoofdstuk ook geen gepaste titel geven. Het Zelf kan namelijk enkel ontkend worden, en om dat te beschrijven zou ik een oneindig lange aaneenschakeling van ontkenningen op moeten schrijven.

<sup>104</sup> Pollan, *Verruim Je Geest*, 278.

<sup>105</sup> Pollan, *Verruim Je Geest*, 279.

<sup>106</sup> Baudelaire, “De Dubbele Kamer,” 31.

begrijpen zonder actief opzoek te gaan naar begrip. De werkelijkheid ontvouwt zich, maar het verlangen om die werkelijkheid te onderwerpen aan de analytische rede verdwijnt.

Het verdwijnen van het zelf lijkt gepaard te gaan met een verandering in de ervaring van het eigen lichaam. Zo beschrijft Huxley hoe hij toekijkt wanneer iemand, die niet identiek is met hemzelf, zichzelf stort op een maaltijd. Van grote afstand en zonder interesse, kijkt hij toe.<sup>107</sup> Waar komt deze desinteresse vandaan? Deze desinteresse, of onverschilligheid, blijkt uit zowel de eerdergenoemde passage van Pollan als de tekst van Baudelaire wanneer hij beschrijft dat de ziel er een ‘lui bad’ in neemt. Ook in Huxley komt naar voren dat er niets meer gewild wordt.

Pollan beschrijft dat het hem, bij het horen van de muziek van Bach, niet meer lukt om onderscheid te maken tussen wat er bij zijn Ik hoort en wat aan de muziek toebehoort. Het onderscheid tussen subject en object lijkt volledig te verdwijnen.<sup>108</sup>

De muziek ging op in mij: eerst werd ik de snaren en voelde ik de delicate frictie van het heen en weer schuivende paardenhaar op mijn huid, daarna werd ik het langsvliedende geluidsbriesje dat het instrument de wereld in blies, waarna het aan zijn eenzame tocht door het heelal begon. Toen daalde ik af in de resonerende donkere ruimte in het binnenste van de cello, in de vibrerende lucht in het omhulsel van het gewelfde sparrenhouten dak en de muren van esdoorn. De houten binnenzijde van het instrument was een ongekend eloquente mond, die alles kon uitspreken wat een mens wist te verzinnen. Maar het binnenste van de cello was ook een kamer waarin je kon schrijven en een schedel waarin je kon denken, en ik was het nu, zonder dat het nog iets anders was.<sup>109</sup>

Pollan beschrijft dat hij als het ware de cello werd, waarin hij een verzoening vond met de dood van zijn geliefden én zijn eigen onvermijdelijke dood. De manier waarop Bachs muziek wordt ervaren laat zien dat er een steeds verder wegzakken plaatsvindt in het ervaren zelf, in de muziek.<sup>110</sup> Het steeds verder wegzakken in de muziek maakt dat het voor Pollan voelt alsof hij “buiten het bereik van lijden en verdriet was gekomen.”<sup>111</sup> Met het verdwijnen van het zelf ontstaat dus ruimte om op te gaan in de ervaring, en die ruimte maakt een bepaalde

---

<sup>107</sup> Huxley, “The Doors of Perception,” 37.

<sup>108</sup> Pollan, *Verruim Je Geest*, 283.

<sup>109</sup> Pollan, *Verruim Je Geest*, 283.

<sup>110</sup> Pollan, *Verruim Je Geest*, 283.

<sup>111</sup> Pollan, *Verruim Je Geest*, 284.

onverschilligheid mogelijk. Die onverschilligheid blijkt uit de manier waarop Pollan nu zijn overleden familieleden wél aan kan kijken en met hen kan meevoelen, zonder daarbij angst voor de dood te voelen.<sup>112</sup> Pollan beschrijft dat zijn hart “wagenwijd open staat, remmingen verdwijnen en tranen vloeien”.<sup>113</sup> De onverschilligheid impliceert dus niet dat er geen emoties meer gevoeld kunnen worden. Pollan kan nog steeds diep geraakt worden in deze staat, maar het verschil lijkt daarbij te zijn dat er onder de emotionele laag een bepaalde acceptatie is, een kalmte. Emoties kunnen even snel verdwijnen als dat ze zich presenteren. Deze onverschilligheid of kalmte verdwijnt weer bij het terugkeren naar de ‘echte’ wereld, beschrijft Baudelaire. Wanneer het Ik weer terugkeert, keren ook herinneringen en angsten terug. Wanneer het Ik terugkeert, keert dus ook het willen terug.<sup>114</sup>

Wanneer Huxley een wandeling maakt in de tuin beschrijft hij dat zijn lichaam en geest vrijwel op zichzelf staan. Zijn bewustzijn en de ‘buitenwereld’ worden niet meer vergezeld door een bewustzijn van zijn eigen lichaam: zowel het bewustzijn als de fysieke intelligentie die het lichaam controleert staan op zichzelf.<sup>115</sup> Desondanks lukt het wel om op te staan en te wandelen.

Huxley realiseert zich dat hij anderen probeert te vermijden tijdens zijn trip. Zij lijken toe te behoren aan een wereld waarin ‘selves, tijd, morele oordelen en utilitaire zorgen, zelfbevestiging, eigenwijsheid en overgewaardeerde woorden en afgodische noties’ een rol spelen.<sup>116</sup> Eenmaal de wereld in dit nieuwe licht gezien, lijkt er een soort vervreemding te ontstaan van hetgeen een rol speelt voor de afgebakende Ik. Die vervreemding komt verder tot uiting wanneer Huxley zijn ogen sluit en zich richt op zijn innerlijke wereld:

Meanwhile I had turned ... to what was going on, inside my head, when I shut my eyes. This time, the inscape was curiously unrewarding. The field of vision was filled with brightly coloured, constantly changing structures that seemed to be made of plastic or enamelled tin. ‘Cheap,’ I commented. ‘Trivial. Like things in a Five and Ten.’ And all this shoddiness existed in a closed, cramped universe. ‘It’s as though one were below decks in a ship,’ I said. ‘A five-and-ten-cent ship.’ And as I looked, it became very clear that this five-and-ten-cent ship was in some way connected with human pretensions.

---

<sup>112</sup> Pollan, *Verruim Je Geest*, 278.

<sup>113</sup> Pollan, *Verruim Je Geest*, 282.

<sup>114</sup> Baudelaire, “De Dubbele Kamer,” 31-33.

<sup>115</sup> Huxley, “The Doors of Perception,” 31-32.

<sup>116</sup> Huxley, “The Doors of Perception,” 20.

This suffocating interior of a dime-store ship was my own personal self: the gimcrack mobiles of tin and plastic were my personal contributions to the universe.<sup>117</sup>

Hieruit blijkt dat wat innerlijk ervaren wordt, niet zo rijk en betekenisvol aandoet als wat er ‘daarbuiten’ gebeurt. Dat wat als het zelf beschouwd wordt, wordt als een goedkope reductie ervaren van wat er ‘daarbuiten’ gebeurt. Huxley beschrijft dat deze les heilzaam werkt, maar desalniettemin betreurt dat deze les op dit moment en in deze vorm heeft moeten plaatsvinden.<sup>118</sup> Psychedelica lijken de ziel te onthullen zoals ze is. Zonder de opsmuk en menselijke pretenties die in het dagelijks leven een rol spelen. Verhalen die we over onszelf vertellen worden nu van een losgekoppelde afstand gelezen. Wanneer het Ik verdwijnt, verdwijnt de afbakening van de omgeving, waardoor dingen die expliciet ‘van mij’ zijn in een nieuw daglicht verschijnen.

### **Echt, echter, echtst: de werkelijkheid**

Zowel Baudelaire, Pollan, als Huxley beschrijven veranderingen in de manier waarop zij objecten in de wereld om hen heen waarnemen. Zo beschrijft Baudelaire dat de meubels in zijn kamer “langvormig, terneergeslagen, verkwijnd” op hem overkomen.<sup>119</sup> Huxley beschrijft een volledig nieuwe manier van waarnemen. Huxley gaat op in zijn omgeving wanneer hij een wandeling maakt in zijn tuin. Hij beschrijft daarbij een volkomen open perceptie, een “gazing without ... wishing to know, what it was that confronted me”. Het is voor Huxley niet meer belangrijk om te weten wat het object is waarnaar gekeken wordt. Het waarnemen heeft als het ware het concept opgeslokt en is leidend geworden. Huxley raakt zo geabsorbeerd door het waarnemen dat hij niets anders meer kan zien. Dat hij bijvoorbeeld kijkt naar een ‘tuinstoel’ is voor hem volkomen onbelangrijk. Het concept speelt immers een rol ná het waarnemen. Huxley beschrijft dit waarnemen als volgt:

The event was this succession of azure furnace-doors separated by gulfs of unfathomable gentian. It was inexpressibly wonderful. Wonderful to the point, almost, of being terrifying. And suddenly I had an inkling of what it must feel like to be mad.<sup>120</sup>

---

<sup>117</sup> Huxley, “The Doors of Perception,” 26.

<sup>118</sup> Huxley, “The Doors of Perception,” 26.

<sup>119</sup> Baudelaire, “De Dubbele Kamer,” 31.

<sup>120</sup> Huxley, “The Doors of Perception,” 32.

Ondanks dat de realiteit anders wordt ervaren, er een nieuwe vorm van waarnemen ontstaat, is er nog steeds een besef van de ‘echte’ wereld, de werkelijke realiteit. Dat blijkt uit de manier waarop Pollan zijn ervaring beschrijft wanneer hij zijn oogmasker afzet. Wanneer hij zijn oogmasker af zou doen, zou de werkelijkheid zich gewoon weer aan hem zou voordoen.<sup>121</sup> Alles wat Pollan ziet lijkt herkenbaar, maar ziet er toch anders uit: alsof objecten glinsteren of fonkelen.<sup>122</sup>

Wat vertellen deze waarnemingen mij? Het lijkt erop dat in de drie ervaringen er nog altijd een bewustzijn is. Een bewustzijn dat weet dat er een realiteit is. Die realiteit wordt nu, door de verandering in de manier waarop objecten zich aan ons voordoen, op een meer directe manier ervaren. Waar er voorheen nog een scheiding was tussen het Ik en het object, is dat nu – met het verdwijnen van het Ik – niet meer aan de orde. De realiteit doet zich direct, zonder tussenkomst van taal, concepten of analytisch redeneren, aan ons voor. In de psychedelische ervaring lijkt er geen gescheidenheid meer tussen het bewustzijn en hetgeen ‘daarbuiten’ gebeurt. Deze veranderingen in het waarnemen van objecten gaan samen met een steeds diepere betekenis die toegekend wordt aan de objecten.

Kijkend naar zijn boekenkast constateert Huxley dat zijn boeken een meer heldere kleur tonen dan voorheen. De manier waarop de kleuren zich aan hem presenteren vergelijkt hij met edelstenen:

... they seemed to be on the point of leaving the shelves to thrust themselves more insistently on my attention.<sup>123</sup>

De boeken lijken zich, door de nieuwe manier waarop ze zichzelf tonen, steeds sterker op te dringen aan de aandacht. Deze objecten, die doorgaans een alledaagse indruk wekken, lijken nu een heel nieuwe betekenis in zich te dragen. Baudelaire schrijft daarover dat waar meubels in de realiteit een nietszeggende indruk achterlaten, ze nu “begiftigd met slaapwandelen leven, zoals dat van planten en mineralen” lijken.<sup>124</sup> Meubelen die zich voorheen presenteerden als gebruiksobject, lijken nu leven in zich te dragen. De meubelen spreken een “stille taal”, alsof ze iets aan ons willen vertellen.<sup>125</sup> Huxley beschrijft dat wanneer hij naar de bloemen in een

---

<sup>121</sup> Pollan, *Verruim Je Geest*, 274.

<sup>122</sup> Pollan, *Verruim Je Geest*, 274.

<sup>123</sup> Huxley, “The Doors of Perception,” 8.

<sup>124</sup> Baudelaire, “De Dubbele Kamer,” 31.

<sup>125</sup> Baudelaire, “De Dubbele Kamer,” 31.

vaas in zijn kamer kijkt, ze op het punt lijken te staan iets te zeggen.<sup>126</sup> In het levenslicht van de bloemen treft Huxley een steeds diepere betekenis aan, een betekenis die alsmaar dieper wordt zonder daarbij terug te keren naar het beginpunt.<sup>127</sup> Ook Pollan treft een diepe betekenis aan in de tweede suite van Bach in de uitvoering van Yo-Yo Ma in d-mineur. Hij beschrijft dat woorden tekortschieten om deze betekenis te beschrijven. Volgens Pollan is het “niets minder ... dan de menselijke bewustzijnsstroom, iets waaruit de zin van het bestaan viel te destilleren”.<sup>128</sup>

Waarom spreken zowel Huxley als Pollan van een ‘stille taal’? Het mysterieuze, het indirecte, hetgeen zich dieper *kan* ontvouwen is waar de aandacht naar uit lijkt te gaan in de psychedelische ervaring. Objecten die een ‘schreeuwerige’ indruk achterlaten, lijken de steeds diepere betekenis juist te hinderen. Het zijn de bladeren *onder* de bloemknoppen waarin een steeds diepere betekenis gevonden wordt, vertelt Huxley. De bladeren en diens schaduwen “pulseren met niet te ontcijferen mysterie”.<sup>129</sup> In de ervaring wordt een steeds dieper ontvouwend mysterie aangetroffen, een ontvouwen dat niet terugkeert naar het startpunt, maar óók niet naar haar eindpunt. En zo blijkt uit het waarnemen een eeuwigheid, een die we in hoofdstuk 4.1 al zijn tegengekomen. Het doet mij denken aan de ouroboros, de slang die zichzelf in de staart bijt, een terugkerende eenheid die ook blijkt uit de analyse van het Ik.

Voor Huxley komt deze nieuwe manier van kijken over als de juiste manier van kijken. In de ervaring hebben objecten geen voorwendselen, geen concepten van waaruit objecten gedefinieerd worden. *Ze zijn* simpelweg:

‘This is how one ought to see,’ I kept saying as I looked down at my trousers, or glanced at the jewelled books in the shelves, as the legs of my infinitely more than Van-Goghian chair. ‘This is how one ought to see, how things really are.’<sup>130</sup>

Objecten komen niet meer over als eenzame enkelingen, maar als noodzakelijk verweven met de essentie van het universum.<sup>131</sup>

De gewoonlijk ervaren gescheidenheid tot het object en de toename van betekenisverlening gaan samen met een directe manier van waarnemen. Die manier van

---

<sup>126</sup> Huxley, “The Doors of Perception,” 36.

<sup>127</sup> Huxley, “The Doors of Perception,” 7.

<sup>128</sup> Pollan, *Verruim Je Geest*, 282.

<sup>129</sup> Huxley, “The Doors of Perception,” 36.

<sup>130</sup> Huxley, “The Doors of Perception,” 19.

<sup>131</sup> Huxley, “The Doors of Perception,” 21.

waarnemen lijkt tot bijzonder betekenisvolle inzichten te leiden. Dat blijkt ook uit het waarnemen van een muur. Huxley schrijft dat hij in een stenen muur geen simpele muur ziet, maar een muur geladen met de ‘betekenis en het mysterie van het bestaan’.<sup>132</sup> Huxley kan nog wel onderscheid maken tussen objecten, hoewel de naam van die objecten volkomen betekenisloos zijn geworden. Tegelijkertijd lijkt de oneindige eigenschap van hun Zijn hetzelfde. Ze zijn gemaakt van dezelfde essentie.<sup>133</sup> De reden van de ervaring doet er voor Huxley in het moment niet toe, het is enkel de ervaring zelf die belangrijk is.<sup>134</sup> De steeds diepere betekenis, het prachtige dat bijna angstig aandoet, maakt dat het voor Huxley voelt alsof hij overspoeld raakt door de realiteit<sup>135</sup>:

... disintegrating under a pressure of reality greater than a mind, accustomed to living most of the time in a cosy world of symbols, could possibly bear.<sup>136</sup>

De steeds diepere betekenis die aangetroffen wordt leidt bij Huxley tot een verbazing over de pretenties van de mens. Wanneer hij kijkt naar een Cézanne neemt het schilderij een derde dimensie aan en komt de man in het schilderij tot leven. Huxley barst daarop in lachen uit en richt zich tot de mens in het algemeen: ‘wie denkt hij wel niet dat hij is?’<sup>137</sup> Ook wanneer hij even later auto’s ziet rijden, nemen deze een nieuwe dimensie aan. Huxley barst in lachen uit door het glimmende, glanzende uiterlijk van de auto’s. Er lijkt daarbij een soort spanning te zijn tussen wat ‘normaal’ wordt geacht en wat als ‘absurd’ wordt ervaren. Dat wat in het dagelijks leven als volstrekt normaal wordt beschouwd, kan dan ook enerzijds absurd overkomen in de psychedelische ervaring óf juist een diepe betekenis met zich meedragen. Objecten die als opvallend kunnen worden ervaren zoals de bloemknoppen die Huxley beschrijft, de auto’s en een gezicht in het schilderij van Cézanne, kunnen nu juist een afkeer oproepen, een vervreemding. Die vervreemding lijkt overigens geen angsten op te wekken, daar zoals eerder beschreven het Ik geen rol speelt. Bovendien gaat het om de ervaring zelf, wat de oorzaak is van de ervaring doet er niet toe. In Baudelaire komt een vergelijkbaar thema naar voren wanneer hij beschrijft ‘de vorstin van dromen’ te herkennen:

---

<sup>132</sup> Huxley, “The Doors of Perception,” 37-38.

<sup>133</sup> Huxley, “The Doors of Perception,” 38.

<sup>134</sup> Huxley, “The Doors of Perception,” 18.

<sup>135</sup> Huxley, “The Doors of Perception,” 33.

<sup>136</sup> Huxley, “The Doors of Perception,” 33.

<sup>137</sup> Huxley, “The Doors of Perception,” 20.

Mousseline regent overdadig voor de ramen en voor het bed; stort zich neer als sneeuwscascades. Op dit bed ligt het Idool, de vorstin van dromen. Maar hoe komt zij hier? Wie heeft haar meegebracht? Welke magische kracht heeft haar neergezet op deze troon van dromen en wellust? Wat doet het ertoe? Daar is zij! Ik herken haar.<sup>138</sup>

De analytische rede lijkt daarmee tijdelijk uitgeschakeld. Wat precies de reden is van deze ervaring en hoe deze tot stand is gekomen is volstrekt irrelevant. In de psychedelische ervaring lijken de schrijvers van de drie ervaringen thuis te komen. Hoe ze daar precies zijn beland is onbekend. Welk pad hen daarnaartoe heeft geleid is onherleidbaar. Maar de psychedelische ervaring, het verdwijnen van het zelf, het opgaan in de eeuwigheid, het vinden van een diepe betekenis, lijkt voor hen allen waardevol op zichzelf. Huxley schrijft daarover:

But the man who comes back through the Door in the Wall will never be quite the same as the man who went out. He will be wiser but less cocksure, happier but less self-satisfied, humbler in acknowledging his ignorance yet better equipped to understand the relationship of words to things, of systematic reasoning to the unfathomable mystery which it tries, forever vainly, to comprehend.<sup>139</sup>

## Ten slotte

Het doel van deze scriptie is om de ervaring van psychedelica te onderzoeken, om zo dichter bij de geleefde ervaring van psychedelica te komen. De onderzoeksvraag luidt: ‘Wat is de beschrijving van een psychedelische ervaring die zo dicht mogelijk ligt bij de ervaring zelf?’ Het bestuderen van drie geleefde psychedelische ervaringen, die van Pollan, Huxley en Baudelaire, brengt drie thema’s (tijd & ruimte, Ik en realiteit) naar voren die onlosmakelijk met elkaar verbonden lijken. Wanneer de stille taal van de psychedelische ervaring gevolgd wordt lijken tijd en ruimte in de psychedelische ervaring geen rol te spelen; tijd verdwijnt en eeuwigheid resteert. Dat maakt dat wat oorzaak of gevolg is, begin- of eindpunt is, niet meer onderscheiden kan worden. Deze dualiteiten lijken te verdwijnen. Ook de dualiteit van wat Ik is en niet-Ik is verdwijnen: wat bij het Ik hoort, of daar juist vanaf wijkt kan niet meer bepaald worden. Het verdwijnen van deze dualiteiten maakt mogelijk dat er een steeds dieper ontvouwend mysterie, een steeds diepere betekenis aangetroffen wordt.

---

<sup>138</sup> Baudelaire, “De Dubbele Kamer,” 31.

<sup>139</sup> Huxley, “The Doors of Perception,” 50.

De psychedelische ervaring lijkt te leiden tot betekenisvolle inzichten bij alle drie de auteurs. De drie auteurs beschrijven het ervaren van een andere realiteit en ook het gevoel soms verpletterd te raken door die realiteit. Juist omdat mystieke ervaringen radicaal individueel van aard lijken te zijn, kan ik weinig zeggen over de ervaringen zelf. Wel wordt duidelijk, uit de manier waarop de beschrijving van deze ervaringen zich aan mij voordoet, dat er sprake lijkt te zijn van een niet-normale zintuiglijke ervaring en zelftranscendentie door het verdwijnen van het zelf. Er lijkt daardoor enige mate van overlap te zijn tussen wat door de auteurs als ‘psychedelische ervaring’ werd beschreven en de beschrijving van psychedelische mystieke ervaringen in de wetenschappelijke literatuur. Desondanks lijkt deze overlap niet sluitend, daar in de wetenschappelijke literatuur weinig aandacht is voor non-dualiteit en de manier waarop deze ervaring zich ontvouwt.

Desalniettemin lijkt de ervaring als ervaring betekenisvol voor de drie auteurs die ik in deze beschouwing heb beschreven. Voor hen gaat het om de ervaring als ervaring, niet zozeer om het therapeutisch doel wat ermee bereikt kan worden. Dat is iets waar psychologische studies naar psychedelica rekening mee zouden kunnen houden. Binnen dergelijke studies moet de psychedelische ervaring namelijk ergens toe leiden, een vermindering van psychologische klachten bijvoorbeeld. Die conceptualisering lijkt niet aan te sluiten bij wat ervaren wordt wanneer psychedelica gebruikt worden buiten dergelijke studies om; en daarmee sluit die conceptualisering dus ook niet aan bij de geleefde ervaring.

Samenvattend laat deze fenomenologische beschouwing van psychedelische ervaringen zien dat de psychedelische ervaring als ervaring betekenisvol kan zijn. Deze studie heeft getracht de psychedelische ervaring te thematiseren om zo tot een beschrijving van deze ervaringen te komen die recht doet aan de oorspronkelijke ervaringen. Deze thema's zouden een eerste aanknopingspunt kunnen zijn voor de ontwikkeling van nieuwe concepten in de wetenschappelijke studies naar psychedelica, die beter aansluiten bij de geleefde ervaring van de participant. Dat zou ook de beleidsbeslissingen en psychedelica-ondersteunde psychotherapie die op deze studies gebaseerd worden, ten goede kunnen komen.

Opvallend was dat het voor de drie auteurs moeilijk lijkt de beschrijving van psychedelische ervaringen in woorden te vatten. Dat is dan ook een beperking voor deze studie. De geleefde psychedelische ervaring kan ik enkel proberen te benaderen door de beschrijvingen van ervaringen van anderen te bestuderen. Daar kunnen misconcepties uit voortkomen. Het zou kunnen dat ik de ervaringen anders heb geïnterpreteerd dan de auteurs bedoeld hebben. Daar komt bij dat de auteurs zelf al hebben aangegeven dat de ervaring moeilijk in woorden uitgedrukt kan worden. Het is daarom wenselijk meer fenomenologische analyses van de

geleefde ervaring van psychedelica te maken, zodat we de geleefde ervaring zo dicht mogelijk benaderen.

## Bibliografie

- Baudelaire, Charles Pierre. “De Dubbele Kamer.” In *De Melancholie van Parijs: Kleine Gedichten in Proza*, vertaald door Thérèse Fisscher, 31-33. Amsterdam: Ambo/Anthos Uitgevers, 1995.
- Braud, William G. “Thoughts on the Ineffability of the Mystical Experience.” *International Journal for the Psychology of Religion* 12, nr. 3 (Juli 2002): 141-60.  
[https://doi.org/10.1207/s15327582ijpr1203\\_02](https://doi.org/10.1207/s15327582ijpr1203_02).
- Breeksema, Joost J., en Michiel van Elk. “Working With Weirdness: A Response to ‘Moving Past Mysticism in Psychedelic Science’.” *ACS Pharmacology & Translational Science* 4, nr. 4 (Juli 2021): 1471-74. <https://doi.org/10.1021/acsptsci.1c00149>.
- Grof, Stanislav. *LSD Psychotherapy*. Alameda: Hunter House Publishers, 1980.
- Hauskeller, Christine. “Individualization and Alienation in Psychedelic Psychotherapy.” In *Philosophy and Psychedelics: Frameworks for Exceptional Experience*, redactie door Peter Sjöstedt-Hughes, 107-31. Londen: Bloomsbury Publishing, 2022.
- Huxley, Aldous. “The Doors of Perception.” In *The Doors of Perception and Heaven and Hell*, redactie door J.G. Ballard en David Bradshaw, 1-50. Londen: Penguin Random House UK, 2004.
- Jylkkä, Jussi. “Reconciling Mystical Experiences With Naturalistic Psychedelic Science: Reply to Sanders and Zijlmans.” *ACS Pharmacology & Translational Science* 4, nr. 4 (Juni 2021): 1468-70. <https://doi.org/10.1021/acsptsci.1c00137>.
- Magritte, René. *Le Double Secret*. 1929. Olieschilderij. Centre Pompidou. Parijs, Frankrijk.
- Mosurinjohn, Sharday, Leor Roseman, en Manesh Girn. “Psychedelic-induced Mystical Experiences: An Interdisciplinary Discussion And Critique.” *Frontiers in Psychiatry* 14 (April 2023). <https://doi.org/10.3389/fpsy.2023.1077311>.
- Jellinek. “Wat is het Effect van LSD: Veranderingen in Mentale Processen.” Geraadpleegd op 13 Juli, 2024. <https://www.jellinek.nl/vraag-antwoord/effect-van-lsd/>.
- Jones, Richard, en Jerome Gellman, “Mysticism.” In *Stanford Encyclopedia of Philosophy*. Stanford University, Najaar 2022. Artikel gepubliceerd 11 November, 2004; laatst herzien 29 Juni, 2022. <https://plato.stanford.edu/entries/mysticism/>.
- Nichols, David E. “Psychedelics.” *Pharmacological Reviews* 68, nr. 2 (Februari 2016): 264–355. <https://doi.org/10.1124/pr.115.011478>.
- Nicolai, N. J. “De Verspreiding van de Psychotherapie.” *Tijdschrift Voor Psychotherapie* 21, nr. 6 (1 december 1995): 325–28. <https://doi.org/10.1007/bf03079273>.

- Nour, Matthew M., Lisa Evans, David Nutt, en Robin L. Carhart-Harris. "Ego-Dissolution and Psychedelics: Validation of the Ego-Dissolution Inventory (EDI)." *Frontiers in Human Neuroscience* 10 (Juni 2016). <https://doi.org/10.3389/fnhum.2016.00269>.
- Pollan, Michael. *Verruim Je Geest: Wat Psychedelica ons Leren over Bewustzijn, Sterven, Verslaving en Depressie*, vertaald door Lidwien Biekman en Koos Mebius. Amsterdam: De Arbeiderspers, 2018.
- Rucker, James J.H., Jonathan Iliff, en David J. Nutt. "Psychiatry & The Psychedelic Drugs. Past, Present & Future." *Neuropharmacology* 142 (November 2018): 200–18. <https://doi.org/10.1016/j.neuropharm.2017.12.040>.
- Sanders, James W., en Josjan Zijlmans. "Moving Past Mysticism in Psychedelic Science". *ACS Pharmacology & Translational Science* 4, nr. 3 (Mei 2021): 1253–55. <https://doi.org/10.1021/acsptsci.1c00097>.
- Welten, R.B.J.M. "Fenomenologie als houding." In *Subjectiviteit in Strafrecht en Psychiatrie*, redactie door Frans Koenraadt en Annelieke Mooij, 3-14. Amsterdam: Boom Juridische Uitgevers, 2010.
- Westen, Drew, Catherine M. Novotny, en Heather Thompson-Brenner. "The Empirical Status of Empirically Supported Psychotherapies: Assumptions, Findings, and Reporting in Controlled Clinical Trials." *Psychological Bulletin* 130, nr. 4 (Januari 2004): 631–63. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.130.4.631>.
- Zahavi, Dan. *Husserl's Phenomenology*. Redwood City: Stanford University Press, 2002.