

Will Van Derveer
Keith Kurlander

LA TERAPIA PSICHEDELICA

*Un paradigma terapeutico
per ritrovare se stessi*

Presentazione di
GABOR MATÉ

Introduzione all'edizione italiana di
ALBERTO BARBIERI

Tra neuroscienze d'avanguardia e antiche pratiche di guarigione prende forma una nuova via alla cura del trauma, della depressione e dell'ansia. Una mappa della terapia assistita con psichedelici tracciata con rigore scientifico e profonda umanità, per orientarsi fra le possibilità di uno strumento in grado di aprire spazi di trasformazione, consapevolezza e ricomposizione del sé.

Casa Editrice Astrolabio

Presentazione
di Gabor Maté

Per buona parte della mia carriera di medico sono stato del tutto inconsapevole del potenziale terapeutico delle sostanze psichedeliche, come accade alla stragrande maggioranza dei miei colleghi. Sperimentarne il potere è stata una rivelazione: ricordo le lacrime di gioia che mi rigavano le guance la prima volta che ho assunto uno psichedelico, lacrime seguite dalla consapevolezza di aver blindato il mio cuore a causa di un trauma precoce, e di come questa chiusura emotiva avesse condizionato gran parte della mia vita. Da allora ho avuto molte opportunità di constatare i benefici della terapia psichedelica, sia sulla mia crescita personale sia nella pratica clinica. Eppure, nonostante la mole di ricerche e una vasta esperienza clinica a sostegno dell'utilizzo responsabile di queste sostanze, il mondo degli psichedelici resta un territorio sconosciuto per la maggior parte degli operatori sanitari, così come per il grande pubblico. Ecco perché il libro che avete fra le mani è così importante.

Questo testo fondamentale dimostra come le sostanze psichedeliche, se assunte nel contesto appropriato e sotto la guida di professionisti competenti e qualificati, ispirati da solidi principi etici, possano contribuire a curare i disturbi di salute mentale e ad alleviare la sofferenza emotiva. Basato sull'esperienza clinica e la rigorosa attività di ricerca dei due autori, lo psichiatra Will Van Derveer e il terapeuta Keith Kurlander, questo saggio è un'introduzione accessibile e scientificamente solida alla teoria e alla pratica della terapia psichedelica, e si rivolge tanto al pubblico profano quanto ai professionisti interessati.

C'era bisogno di un libro come questo per due importanti motivi. In primo luogo perché a mio avviso assistiamo al fallimento su larga scala della psichiatria e della psicologia moderne, incapaci di affrontare quella che gli autori opportunamente definiscono "la crisi dei servizi di salute mentale", citando statistiche ogni anno più allarman-

ti. Professionisti e pazienti sono accomunati dal disperato bisogno di terapie che vadano oltre la portata estremamente limitata delle modalità di cura attualmente più diffuse, pressoché inefficaci nella maggior parte dei casi.

Ritengo che questo saggio sia necessario anche per una seconda ragione più positiva: l'efficacia dimostrata di varie sostanze psichedeliche nel trattamento di condizioni invalidanti come il disturbo da stress post-traumatico, la depressione, l'ansia nelle malattie terminali e le dipendenze. In molti casi ho potuto constatare in prima persona come la terapia psichedelica abbia consentito di ottenere miglioramenti significativi o persino la guarigione completa in problematiche apparentemente refrattarie a qualsiasi trattamento (gravi forme di depressione, comportamento sessuale compulsivo, disturbo da stress post-traumatico e alcune malattie autoimmuni). In tutti questi casi gli approcci terapeutici convenzionali avevano fallito.

È importante comprendere l'accezione della parola 'farmaco' adottata dagli autori in questo contesto. A differenza degli psicofarmaci tradizionali, le sostanze psichedeliche non sono concepite per un utilizzo a lungo termine, mirato a sopprimere i sintomi di disagio mentale come ansia, depressione, alienazione o autocommiserazione. Il ricorso a queste sostanze non è nemmeno paragonabile all'uso ricreativo di droghe, che tipicamente annebbia la coscienza anziché potenziarla. La terapia assistita da sostanze psichedeliche prova a risalire all'*origine* del disagio psichico: il trauma. Ben consapevoli di quest'aspetto, i due autori lo mettono a fuoco descrivendo il trauma come un "filo intrecciato nella trama di innumerevoli vite" e spiegando in che modo l'intenzione terapeutica, insieme all'utilizzo di un farmaco psichedelico, riesca a districare questi fili, consentendo ai pazienti di comprendere con maggior lucidità e compassione le loro esperienze formative.

Un pioniere in questo campo, lo psicologo Peter Levine, ha scritto: "Il trauma è forse la più evitata, ignorata, sminuita, negata, compresa e non curata fra le cause della sofferenza umana".¹ Il trauma, spie-

ga Levine, non consiste semplicemente in quello che ci accade; sono la nostra incapacità o mancanza di opportunità di gestire le emozioni evocate dagli eventi traumatici a impedirci di superarli, facendoci restare bloccati. Da bambini, per lasciarci alle spalle un'esperienza dolorosa, abbiamo bisogno della presenza di un adulto rassicurante. Rimaniamo traumatizzati non perché ci accadono eventi dolorosi, ma perché siamo costretti a sopportare la sofferenza da soli e senza poter contare su alcun sostegno. Per sopravvivere, potremmo persino giungere a rimuovere dalla coscienza il ricordo di quanto ci è accaduto.

Represso, profondamente radicato, sublimato, aggirato e compensato in vari modi, il trauma stesso, insieme alle difese instaurate per difenderci dalla sofferenza che provoca in noi, finisce per essere integrato (per lo più a livello inconsapevole) nel cervello, nel sistema nervoso, nel corpo e nella mente. Questa risposta, unica per ciascun individuo, diventa una potente fonte di modelli di dipendenza e di meccanismi di difesa che rischiano di condurre allo sviluppo di malattie fisiche e mentali. Il potenziale terapeutico delle esperienze psichedeliche deriva, almeno in parte, dalla loro capacità di evocare l'imprinting doloroso sul sé infantile, *mentre* tali esperienze vengono osservate con curiosità empatica dal sé adulto, purché ciò avvenga in un ambiente sicuro (come sottolineato ripetutamente dagli autori).

Garantire la sicurezza dello spazio relazionale tra terapeuta e paziente è un aspetto essenziale, che non potrà mai essere rimarcato abbastanza. Come chiarito giustamente da Van Derveer e Kurlander: "Decenni di ricerche nel campo della psicoterapia hanno dimostrato che la qualità della relazione tra paziente e terapeuta è il fattore più determinante per il successo del percorso terapeutico, spesso persino più importante dei metodi utilizzati o delle qualifiche del terapeuta". In un setting sicuro, le sostanze psichedeliche consentono al paziente di trascendere i limiti di ciò che gli autori definiscono "l'io personale e la propria narrazione", aiutandolo così a riformulare il modo in cui vede se stesso, la propria vita, e più in generale il mondo. Come ribadito dagli autori, è fondamentale garantire la correttezza di set e setting. Il set riguarda l'atteggiamento, il modo di pensare e le intenzioni del paziente, mentre il setting si riferisce al contesto, e comprende il comfort fisico, la sicurezza emotiva, la capacità del terapeuta di esercitare la sua funzione di guida con competenza, consapevolezza di sé, pazienza e comprensione.

¹ Peter A. Levine e Maggie Kline, *Trauma Through a Child's Eyes: Awakening the Ordinary Miracle of Healing*, North Atlantic Books, Berkeley 2006 [trad. it. *Il trauma visto da un bambino: pronto soccorso emotivo per l'infanzia e l'adolescenza*, Astrolabio, Roma 2009, p. 17].

I potenziali benefici della terapia psichedelica non sono un segreto. La comprensione del trauma è l'aspetto essenziale, purtroppo ignorato nella medicina e nella psichiatria tradizionali. Come sottolineano gli autori, il trauma impone narrazioni deleterie "su noi stessi, su come funziona il mondo e su quello che possiamo realizzare nella vita", narrazioni che "tendono a limitare drasticamente la gamma di possibilità della nostra esistenza". Gli psichedelici riescono a smantellare tali narrazioni e ad allentare la loro presa sul sé, permettendo di coltivare l'amore per se stessi, il perdono e la comprensione. Secondo alcune promettenti ricerche, potrebbero contribuire a riprogrammare in maniera più positiva determinati circuiti cerebrali.

Gli autori, nonostante i benefici sperimentati personalmente e la loro incoraggiante esperienza come terapeuti, non si sono certo trasformati in predicatori delle virtù degli psichedelici, né considerano il ricorso a queste sostanze come una panacea. Piuttosto hanno accuratamente raccolto le prove dei possibili benefici e del potenziale trasformativo delle sostanze psichedeliche, se usate correttamente e in un contesto adeguato, segnalando con franchezza anche i rischi di tale utilizzo.

Il loro obiettivo è chiaramente quello di fornire informazioni ai lettori interessati all'argomento e ai professionisti. Per i primi, questo libro sarà una guida chiara e scorrevole, utile a orientarsi nella gran massa, spesso confusa, di dati, opinioni e controversie sul tema. Per professionisti come medici, psichiatri, psicologi e counselor, sarà una valida introduzione agli approcci psichedelici, una solida base di conoscenze utile per consigliare i pazienti che stanno prendendo in considerazione questa forma di terapia.

Abbiamo da tempo compreso che è la mente, con le sue percezioni e convinzioni, conscie e inconscie, a creare il mondo che vediamo e in cui viviamo. Il trauma può limitare la mente, distorcendo la nostra visione del mondo e di noi stessi. Darsi la possibilità di esplorare l'inconscio nel profondo, in un contesto sicuro e controllato, accompagnati da una guida affidabile, significa imparare a conoscere meglio se stessi, liberandosi dai condizionamenti del passato. Questo libro fornisce un'eccellente introduzione a tali opportunità.

Prefazione

di Will Van Derveer

Negli ultimi venticinque anni ho dedicato la mia vita allo sviluppo di un approccio integrato alla psichiatria, che superi i limiti del modello convenzionale appreso durante la mia formazione. Come accade per tutti i percorsi significativi, sono andato incontro a molte difficoltà, alternando rivelazioni illuminanti a momenti di sconforto. Questo cammino mi ha condotto alla scoperta di due verità essenziali: la guarigione è sempre possibile, in tutti i casi; e, per rimediare davvero allo sfacelo del nostro sistema di servizi di salute mentale, gli operatori sanitari devono riconoscere che per contribuire al benessere delle persone abbiamo bisogno di metodi più efficaci.

All'inizio della mia carriera universitaria, verso la metà degli anni novanta, seguii il percorso tradizionale, iscrivendomi prima alla facoltà di medicina e proseguendo la mia formazione con la specializzazione in psichiatria. Ma ben presto mi resi conto delle crepe nel sistema. Affidarsi agli psicofarmaci più diffusi e alla psicoterapia convenzionale spesso non era sufficiente per risalire alle radici più profonde della sofferenza dei miei pazienti. Iniziai perciò a esplorare ambiti mai affrontati durante gli studi: la nutrizione, l'asse intestino-cervello e l'impatto significativo dei traumi sulla salute fisica e mentale. Gli strumenti a mia disposizione si ampliavano, eppure molti dei miei pazienti continuavano ad avere difficoltà, malgrado l'utilizzo dei protocolli terapeutici all'epoca più avanzati.

Poi, nel giro di qualche giorno, due dei miei pazienti si tolsero la vita. Sconvolto da questi lutti, cominciai a rimettere in discussione tutte le mie conoscenze. Mi sentivo profondamente disilluso e arrabbiato per gli evidenti limiti del sistema di salute mentale. Considerai persino la possibilità di abbandonare per sempre la psichiatria.

In quel momento di disperazione, mi rivolsi all'amico Gabor Maté, autorevole esperto nel campo del trauma. Dopo avermi lasciato sfogare tutta la mia frustrazione, Maté mi incoraggiò a guardare

dentro di me, a esplorare la sensazione di impotenza che si celava dietro alla mia rabbia prima di prendere decisioni drastiche sul mio futuro. In quello stesso periodo, mi era capitato di leggere qualcosa sulle potenzialità della terapia psichedelica nel guarire ferite emotive profonde. Sebbene non l'avessi mai sperimentata personalmente, decisi di provare e cercai qualcuno che potesse farmi da guida.

Durante la mia prima sessione, quando iniziarono gli effetti psichedelici, persi gradualmente la capacità di capire cosa dicesse la mia guida. Le sue parole suonavano come le espressioni senza senso che talvolta usiamo per rivolgerci ai bambini piccoli. Temevo di aver perso la testa o di essere stato avvelenato dalla guida, che continuava a ripetermi: "Non è giusto che ti abbiano lasciato solo". Ma in quel momento avevo un'unica certezza: ero un neonato nella culla, coperto di vomito ed escrementi, abbandonato per sempre. Mi sentivo sopraffatto dal terrore derivato dall'impotenza, dalla mia profonda solitudine e disperazione.

Nel corso della sessione ero gradualmente riuscito a recuperare il linguaggio e le funzioni somatiche. Quest'esperienza è stata (e resta tuttora) una delle più difficili della mia vita, eppure nutro la speranza che quell'incursione nei primissimi giorni della mia vita potesse aiutarmi a comprendere le radici della rabbia che avevo provato dopo il suicidio dei miei due pazienti.

Il giorno dopo chiesi a mia madre se per caso non avesse omesso qualcosa nel racconto, sempre piuttosto positivo, della mia nascita. Mi confessò di aver tralasciato un episodio: dopo il parto l'avevano dimessa senza che nessuno si fosse accorto di alcune complicazioni, e quindi fu di nuovo ricoverata e operata d'urgenza. Durante quella settimana di ospedale io ero stato affidato alle cure di mio padre, all'epoca ventiquattrenne. Ebbene, quando la dimisero e mio padre andò a prenderla, io non ero in macchina con lui. Alla domanda su dove fossi lui rispose che aveva avvisato un vicino dello studentato in cui vivevano di andare a controllare se avesse sentito piangere. Oggi chiaramente è impensabile lasciare da solo un neonato anche per pochi minuti. Dopo aver assunto la sostanza psichedelica ero riuscito a entrare in contatto con l'origine dei miei sentimenti di impotenza e rabbia; quelle emozioni avevano radici molto profonde e i due suicidi le avevano rievocate.

Nei mesi successivi, nel corso delle sedute di integrazione, i pezzi

cominciarono a combaciare, permettendomi di unire i puntini: una grave ferita da abbandono mi perseguitava da più di quarant'anni, era in agguato sotto la superficie della mia psicologia e influenzava silenziosamente ogni mia interazione e relazione. In una singola seduta la terapia psichedelica aveva rivelato un imprinting fondamentale sulla mia personalità, permettendomi così di risalire alla radice della mia ansia sociale, riuscendo dove avevano fallito decenni di terapia tradizionale e una dozzina di cerimonie dell'ayahuasca in Sud America.

Quell'esperienza aveva sbloccato in me una profonda sensazione di speranza, vitalità e comprensione. Sentivo che le catene del passato erano state spezzate, e avevo la forza di proseguire il mio lavoro con maggior determinazione e fiducia, esprimendo su più vasta scala i miei talenti. Finalmente potevo perseguire quello che da sempre consideravo il mio scopo nella vita: esercitare un impatto positivo sul mondo, nei limiti delle mie possibilità. Questa esperienza aveva inoltre acuito la mia consapevolezza delle carenze della medicina convenzionale. Cominciava a sembrarmi profondamente immorale prescrivere farmaci che, seppur approvati nelle sedi competenti, troppo spesso non producevano risultati significativi, perché avevo sperimentato in prima persona come la terapia psichedelica, malgrado le sue difficoltà, riuscisse ad accelerare il percorso di guarigione, ottenendo in molti casi risultati al di là di ogni aspettativa.

Qualche tempo dopo mi è stata offerta la possibilità di partecipare a un gruppo di ricerca che stava conducendo uno studio clinico di Fase II sulla terapia assistita da MDMA nei casi di disturbo da stress post-traumatico (PTSD) resistente al trattamento. Inizialmente ero scettico, data la mia scarsa familiarità con l'MDMA (metilendiossimetanfetamina, nota come *ecstasy*), ma i risultati preliminari sembravano promettenti. A conclusione dello studio rimasi di stucco: su ventinove partecipanti (che in media soffrivano di PTSD da quasi trent'anni), due terzi non soddisfacevano più i criteri diagnostici per il disturbo. Un risultato straordinario nel mondo dei trattamenti per il PTSD.

Sperimentare in prima persona i benefici della terapia psichedelica e osservare gli incredibili risultati dello studio confermava un'ipotesi che ritenevo sempre più fondata: le sostanze psichedeliche rappresentano il futuro della cura dei traumi. Ho perciò deciso di rinunciare alla mia ben avviata carriera di psichiatra, per dedicarmi a

tempo pieno alla formazione di professionisti interessati ad adottare questi metodi innovativi nella loro pratica clinica. Insieme al collega e amico Keith Kurlander, ho fondato l'Integrative Psychiatry Institute, che si rivolge a operatori di ogni nazionalità.

La convinzione che, con un sostegno adeguato, anche le più complesse problematiche di salute mentale possano guarire ha funzionato come carburante, alimentando la mia ricerca di risposte sempre migliori, in particolare nei casi di grave sofferenza emotiva. Lungo il percorso, i momenti di dubbio mi hanno incoraggiato a raddoppiare gli sforzi. Per anni ho dovuto fare i conti con i limiti della psicoterapia tradizionale, così come mi era stata insegnata, e degli psicofarmaci solitamente prescritti. Oggi posso affermare con certezza che la trasformazione non è solo possibile, ma è inevitabile se riusciamo ad affrontare il tema della cura con coraggio, comprensione e apertura mentale. La guarigione e la trasformazione sono un diritto fondamentale, che spetta alla totalità dei pazienti. In qualità di medico, sento il dovere morale di offrire alle persone l'opportunità di alleviare le proprie sofferenze, nei limiti del possibile. Mi auguro che questo libro restituisca la speranza a chi ne ha bisogno.

Prefazione

di Keith Kurlander

Non avrei mai immaginato che una dolorosa esperienza personale mi avrebbe condotto a sviluppare un profondo interesse per la salute mentale, la terapia psichedelica e il counseling. Le mie gravi problematiche psicologiche iniziarono a manifestarsi molto presto, sebbene venissero totalmente ignorate dalla mia famiglia e dalla comunità più allargata, dove questi argomenti erano tabù. Ho combattuto contro i sintomi psichiatrici per anni, ricevendo diagnosi differenti, mai risolutive: disturbo bipolare, disturbo da deficit di attenzione, disturbo ossessivo-compulsivo, depressione, ansia generalizzata.

A diciannove anni sperimentai per la prima volta le sostanze psichedeliche (funghi contenenti psilocibina) nello studentato in cui vivevo. Fu una notte terrificante. In piedi sul davanzale della finestra, nella mia stanza al diciannovesimo piano, provai un irrefrenabile desiderio di gettarmi nel vuoto. Per miracolo, non lo feci. Ma quell'esperienza mi lasciò scosso, confuso e incerto sulla strada da prendere. Nemmeno i migliori professionisti a cui mi ero rivolto seppero aiutarmi a comprendere l'episodio e a offrirmi quel sostegno di cui avevo disperatamente bisogno.

Nei vent'anni successivi mi dedica a comprendere le origini della malattia mentale e le modalità di guarigione. Sperimentai di tutto: psicoterapia, yoga, meditazione... Mi affidai a guru, esplorando un'infinità di metodi di cura. Provai vari tipi di sostanze psichedeliche e, per una decina d'anni, continuai ad assumere un pesante

¹ Robin L. Carhart-Harris e Karl J. Friston, "REBUS and the Anarchic Brain: Toward a Unified Model of the Brain Action of Psychedelics", *Pharmacological Reviews*, 2019, 71, 3, pp. 316-44.

² Richard J. Zeifman, Meg J. Spriggs, Hannes Kettner, Taylor Lyons, Fernando E. Rosas, Pedro A. M. Mediano, David Erritzoe e Robin L. Carhart-Harris, "From relaxed beliefs under psychedelics (REBUS) to revised beliefs after psychedelics (REBAS)", *Scientific Reports*, 2025, 15, 3651.

cocktail di psicofarmaci. Nel corso di questo estenuante percorso, presi un impegno con me stesso: non solo sarei riuscito a guarire, ma avrei anche condiviso con gli altri quanto appreso.

Intorno ai venticinque anni mi specializzai in psicoterapia transpersonale, attratto da un orientamento terapeutico che aspira a integrare le tradizioni orientali e occidentali. Per anni mi tenni alla larga dalle sostanze psichedeliche, scottato dalle terribili esperienze avute da ragazzo. Ma alla fine decisi di fare un altro tentativo, questa volta in un setting terapeutico. Fu l'esperienza più trasformativa della mia vita.

Ricordo vividamente quella seduta: prima di assumere la sostanza, me ne stavo nello studio del terapeuta e mi sentivo fragile e in ansia. Concordammo tra noi un segnale: se non ce l'avessi fatta a reggere, gli avrei stretto forte la mano. Nel giro di una mezz'ora la sensazione di panico di tanti anni prima era di nuovo lì. Il cuore mi batteva all'impazzata, sudavo freddo e avevo ondate di nausea. Mi sentivo in trappola: la mia mente stava precipitando nel caos, proprio come mi era già successo altre volte. Ma c'era qualcosa di diverso. Potevo contare sugli strumenti appresi nel corso degli anni: la meditazione, lo yoga, la psicoterapia.

Poggiai le mani sul cuore e, dopo aver respirato profondamente, provai a prendere di petto quella sensazione che rischiava di travolgermi. E poi, come una diga che si rompe, il panico scomparve. Seguì un calore indescrivibile, un senso di beatitudine, come se fossi un neonato tenuto in braccio per la prima volta.

Poi apparve un'immagine: un mare di ebrei fragili, emaciati, ma estremamente forti e resilienti: erano i miei antenati, vittime della Shoah. Stavano di fronte a me, con le mani protese in avanti e un'espressione di gratitudine sul volto. Compresi immediatamente perché desiderassero ringraziarmi: per aver lavorato su me stesso, impegnandomi in un percorso di ricerca interiore; per aver riconosciuto e curato il trauma generazionale che condividevamo. I miei antenati mi stavano dando il permesso di lasciarmi alle spalle il passato e accogliere quella libertà che avevo strenuamente ricercato. Avvolto dalla loro benedizione, mi sciolsi in lacrime.

Mentre l'immagine svaniva, un messaggio emergeva dentro di me, riecheggiando nella mia psiche: *I cicli della sofferenza sono antichi quanto il tempo. Rappresentano il divino che si scinde in fram-*

menti, in modo da potersi osservare attraverso i nostri occhi e in questo modo evolversi. Quando riconosciamo questa essenza divina, ci ricongiungiamo con l'origine, permettendole di evolvere. Ci sentiamo persi, abbandonati, ma la verità è che siamo già completi. Quando opponiamo resistenza alla vita, ci aggrappiamo a un frammento del divino, dimenticando la vastità di ciò che siamo. Dobbiamo recuperare l'integrità.

Quel messaggio mi ha cambiato per sempre. Dopo decenni trascorsi a esplorare vari metodi per superare la mia malattia mentale, tra cui l'uso cerimoniale e personale di sostanze psichedeliche, ne ho sperimentato il potere curativo, scoprendo il modo in cui possono aiutare l'individuo a sentirsi in sintonia, completo e, come trasmesso dai miei antenati, finalmente libero.

Molti individui, per non dire tutti, dimenticano la propria origine e provano una sensazione di rifiuto e di solitudine profonda. Sempre alla ricerca della propria vera casa, si comportano come bambini che si sentono abbandonati dai genitori. L'unica via per conseguire una reale pace interiore consiste nel seguire un percorso di guarigione che ci permetta di riconoscere la nostra completezza. Molte volte, quando opponiamo resistenza, ci lamentiamo della nostra vita o sviluppiamo dei sintomi depressivi, ansiosi o una malattia mentale, non abbiamo semplicemente un 'disturbo'; il nostro malessere è piuttosto un segnale del fatto che siamo rimasti bloccati, identificandoci con un singolo frammento del divino, aggrappandoci a esso come se non facessimo parte di qualcosa di più grande. Nel profondo tutti noi desideriamo la stessa cosa: la pace interiore e l'armonia nel mondo.

Nel corso della mia carriera come terapeuta e *life coach* ho lavorato con migliaia di persone, ma ho vissuto una sempre crescente frustrazione per i limiti dell'assistenza psichiatrica tradizionale. Nel 2018 ho unito le forze con il mio caro amico Will Van Derveer per cofondare l'Integrative Psychiatry Institute. Insieme abbiamo formato migliaia di operatori provenienti da tutto il mondo, contribuendo alla diffusione delle pratiche integrative nel campo della salute mentale. Sono giunto alla conclusione che la terapia assistita da psichedelici possa aiutarci a ristabilire una connessione con la totalità già presente dentro di noi. Il percorso terapeutico richiede anche altre metodiche e queste sostanze non vanno considerate

una panacea. Ma rappresentano uno strumento potente, che ha cambiato la mia vita e potenzialmente è in grado di trasformare anche la vostra.

Oggi conduco una vita serena e appagante insieme alla mia famiglia, mi sono liberato degli psicofarmaci e dei sintomi debilitanti che un tempo mi caratterizzavano. Il mio percorso mi ha insegnato che la guarigione è possibile, ed è questa profonda convinzione a guidare il mio lavoro. Mi auguro che questo libro sia una fonte di ispirazione, e incoraggi il lettore a esplorare il suo personale cammino per conseguire la completezza. Imparando qualcosa in più sull'utilizzo degli strumenti psichedelici in un contesto sicuro e controllato, potrà trovare la sua strada verso la guarigione e la libertà.



Indice

<i>Presentazione</i> di Gabor Maté	pag. 7
<i>Introduzione all'edizione italiana</i> di Alberto Barbieri	» 11
<i>Prefazione</i> di Will Van Derveer	» 17
<i>Prefazione</i> di Keith Kurlander	» 21
<i>Introduzione</i>	» 25
1. Perché il sistema della salute mentale ha perso la bussola .	» 39
2. Il trauma è la chiave nascosta	» 58
3. Perché la terapia psichedelica è così efficace?	» 80
4. I farmaci della terapia psichedelica	» 114
5. Preparativi di viaggio	» 152
6. La sessione di somministrazione	» 182
7. L'importanza dell'integrazione	» 199
<i>Conclusione</i> . Ritrovare la propria integrità	» 231
<i>Appendice</i> . The Integrative Psychiatry Institute Treatment Map	» 235
<i>Ringraziamenti</i>	» 253
<i>Indice analitico</i>	» 255

W. VAN DERVEER
K. KURLANDER

LA TERAPIA PSICHEDELICA

*Un paradigma terapeutico
per ritrovare se stessi*

La terapia psichedelica è uno dei campi più promettenti e discussi della ricerca contemporanea sulla salute mentale. Dopo decenni di proibizionismo e di interruzione della ricerca, sostanze come psilocibina, MDMA e ketamina sono oggi al centro di numerosi studi clinici, in particolare per il trattamento della depressione, del disturbo da stress post-traumatico, delle dipendenze e dell'ansia associata a malattie gravi. Ma che cosa significa, concretamente, sottoporsi a una terapia psichedelica?

Van Derveer e Kurlander propongono una guida organica a un approccio terapeutico in evoluzione, distinguendolo nettamente sia dall'uso ricreativo delle sostanze sia dalle tradizioni cerimoniali, da cui pure trae una parte importante delle proprie radici. Al centro del loro modello risiede l'integrazione dell'esperienza psichedelica all'interno di un percorso psicoterapeutico, nel quale la sostanza può favorire un temporaneo aumento di apertura e flessibilità, facilitando il contatto con emozioni, memorie e significati profondamente radicati nel paziente.

Particolare attenzione è dedicata al trauma, alla relazione tra terapeuta e paziente e al ruolo decisivo del set e del setting. Il trattamento viene analizzato nelle sue tre fasi fondamentali – preparazione, somministrazione e integrazione – mostrando come ciascuna contribuisca alla sicurezza e alla possibilità di trasformare l'esperienza in un cambiamento duraturo. Il volume presenta inoltre le principali sostanze utilizzate, i risultati della ricerca, le possibili applicazioni, le controindicazioni e i rischi, attraverso una combinazione di dati scientifici, esperienza clinica e casi esemplificativi.

L'introduzione curata da Alberto Barbieri aiuta il lettore a orientarsi nel contesto italiano, contribuendo a definire un paradigma terapeutico che sta cambiando il modo di pensare la cura della sofferenza psichica.

* * *

WILL VAN DERVEER, psichiatra, è direttore sanitario degli Integrative Psychiatry Centers. È cofondatore dell'Integrative Psychiatry Institute (IPI) di Boulder, in Colorado, nel quale si occupa della formazione dei professionisti della salute mentale. Ha partecipato a studi condotti da MAPS (Multidisciplinary Association for Psychedelic Studies) sulla terapia assistita da MDMA per il disturbo da stress post-traumatico cronico e resistente al trattamento.

KEITH KURLANDER, psicoterapeuta, educatore, counselor, è cofondatore dell'Integrative Psychiatry Institute di Boulder e degli Integrative Psychiatry Centers. Ha dedicato il proprio percorso professionale allo studio della salute mentale e delle terapie integrative, approfondendo il potenziale e i rischi degli stati alterati di coscienza.