



## «LSD war das beste Werkzeug, das die Psychiatrie je zur Verfügung hatte»

Vor 50 Jahren hat Stanislav Grof erstmals die psychedelische Droge LSD erprobt - zunächst an sich, bald darauf bei der Therapie psychisch kranker Patienten. Im Interview erläutert der Psychiater, warum LSD die Psychotherapie tief greifend veränderte, wie er das Gefahrenpotenzial der heute verbotenen Substanz einschätzt und wie die Selbstversuche sein Leben umgekrempelt habe. Interview: Mathias Morgenthaler

Stanislav Grof (74) hat sich als Psychiater und Erforscher aussergewöhnlicher Bewusstseinszustände einen Namen gemacht. Grof erforschte zunächst in Prag, ab 1967 in den USA den Einsatz psychedelischer Drogen in der Psychotherapie. Zuletzt arbeitete der Autor zahlreicher Bücher (u.a. «LSD Psychotherapy») als Psychologieprofessor in San Francisco sowie als Trainer in der psychotherapeutischen Methode des holotropen Atmens, bei der mittels vertiefter Atmung und unterstützender Musik unbewusste Schichten der Psyche erfahrbar gemacht werden.

**Herr Grof, Sie waren ein Pionier in der Anwendung von LSD in der Psychotherapie. Wie kamen Sie als junger Psychiater in der damaligen Tschechoslowakei mit LSD in Kontakt?**

Ich erlebte Mitte der Fünfzigerjahre eine ernste Berufskrise. In meiner Ausbildung war mir Freuds Modell der Psychoanalyse vermittelt worden. In meiner therapeutischen Tätigkeit musste ich aber feststellen, dass diese brillanten Erklärungen für menschliche Verhaltensweisen uns in der Praxis nicht weiterhalfen. Psychoanalytiker empfingen die Patienten dreis bis fünfmal pro Woche zur Gesprächstherapie, erzielten damit aber auch nach mehreren Monaten oder gar Jahren nicht gerade atemberaubende Ergebnisse. Ich musste mir eingestehen, dass die psychoanalytische Therapie sehr teuer, zeitraubend und ineffektiv war.

**Und LSD sollte dies ändern?**

Zunächst standen andere Substanzen im Vordergrund. In den Fünfzigerjahren kam vielerorts eine Euphorie für Psychopharmaka auf. Es begann mit Entspannungs- und Beruhigungsmitteln, so genannten Tranquilizern, die sehr viel versprechend in der Therapie von Psychosen waren, dann folgten die ersten Antidepressiva. Wir führten eine grosse Studie mit dem Beruhigungsmittel Melleril durch, einem Produkt der Schweizer Firma Sandoz, mit der wir eng zusammenarbeiteten. Eines Tages erhielten wir von Sandoz eine grosse Kiste voller LSD-Ampullen. Im Begleitbrief hiess es, diese hochwirksame Substanz führe temporäre Psychosen herbei, sie erlaube uns Psychiatern deshalb, Einblicke in die Welt unserer Patienten zu gewinnen.

**Sie starteten also mit einem Selbstversuch?**

Ja, ich war eine der ersten Versuchspersonen in Prag. Diese erste Sitzung mit 150 Mikrogramm LSD war für mich eine phantastische Erfahrung. Ich tauchte in ein starkes Licht ein, trat aus meinem Körper heraus, identifizierte mich mit dem Kosmos, mit jeder Existenz. Später folgten weitere Sitzungen. Jeder, der zu dieser Zeit in der Tschechoslowakei als Therapeut arbeiten wollte, musste fünf persönliche LSD-Sitzungen unter Supervision durchlaufen sowie 30 weitere Sitzungen mit Patienten unter Supervision durchgeführt haben.

**Zögerten Sie keinen Moment, Ihren Patienten LSD zu verabreichen?**

Nein. Mir war schon nach meinem Selbstversuch klar, dass wir ein phantastisches Arbeitsinstrument erhalten hatten. Es bestätigte mir, was ich zuvor geahnt hatte: Dass die Wurzeln der meisten emotionalen und psychosomatischen Beschwerden tiefer liegen, als Worte hinreichen. Mit Gesprächstherapien und

freiem Assoziieren gelangten wir meist nicht bis zu diesen Wurzeln, mit LSD gelang das – wie genau, wussten wir zu Beginn selber nicht.

**War das nicht unverantwortlich?**

Es war eine spezielle Situation, weil wir den Prozess noch nicht genau verstanden, aber für die Resultate verantwortlich waren. In der Psychoanalyse waren wir Experten, aber ohnmächtig, weil die Resultate ernüchternd waren, mit den LSD-Therapien verzeichneten wir von Anfang an Erfolge, konnten sie aber vorerst nicht erklären, auch deshalb nicht, weil das Entscheidende auf nonverbaler Ebene ablief. Einige Patienten machten tatsächlich sehr bedrohliche Erfahrungen unter dem Einfluss von LSD, sie erlebten

**«Eines Tages erhielten wir von Sandoz eine grosse Kiste voller LSD-Ampullen.»**

ihre Geburt, ihren eigenen Tod, fürchteten, den Verstand zu verlieren. Andere erlebten vorwiegend angenehme Gefühle.

**Haben Sie selber auch das gesamte Spektrum erlebt?**

Ja, mit der Zeit schon. Vieles beobachtete ich zuerst bei meinen Patienten. Ich erhöhte dann die Dosis für meine Selbstversuche auf 300 bis 500 Mikrogramm. Mit dieser Dosierung erlebte ich zuerst jeweils alptraumhafte Momente – tiefe Angst, Gefühle der absoluten Hoffnungslosigkeit, Sinnlosigkeit und Verlorenheit. In allen meinen Sitzungen beschränkten sich diese schwierigen Erfahrungen aber auf die ersten Stunden. Dann, nach vielleicht dreieinhalb Stunden, ging ich einem göttlichen Licht entgegen, erlebte meine Geburt und empfand ekstatische Gefühle. Ich spürte ganz unmittelbar den Sinn des Lebens, fühlte, wie phantastisch das war, zu existieren und am Bewusstsein teilzuhaben. Zu spüren, dass man ein Teil von etwas Grösserem ist, hat eine therapeutische Wirkung.

**Inwiefern hat dies Ihr Leben verändert?**

Vor diesen Erfahrungen war ich zwar physisch geboren worden, hatte diesen Prozess emotional aber nicht nachempfunden. Ich rannte immer tausend Dingen hinterher, lebte nicht im Moment, sondern sah, was ich alles verpasste. Ich war wie ein Baby, das mit aller Kraft aus dem Geburtskanal hinausfinden wollte. Nachdem ich das Geburtstrauma nochmals erlebt und in meine Erfahrungen integriert hatte, spürte ich ein immenses Vertrauen ins Leben, eine innere Ruhe und Lebensfreude. Viele Patienten machten dank LSD ähnlich befreiende Erfahrungen.



**Zeichnungen zeigen, wie sich Patienten während LSD-Sitzungen sehen: Geborgenheit im Mutterleib und gleichzeitige Identifikation mit dem Kosmos (links), Geburtstrauma mit Bedrohung durch archetypische Raubvögel (rechts). In der Mitte Stanislav Grof im Gespräch mit LSD-Entdecker Albert Hofmann. Fotos: Grof**

### **Ist die Geburt denn derart prägend für die Psyche des Menschen?**

(Lacht.) Ich glaubte das zunächst selber nicht, obwohl mir viele Patienten nach ihren LSD-Sitzungen von Geburtserlebnissen erzählten. Freud und seine Anhänger massen erst dem Stillen prägende Bedeutung zu, für mich zeigte sich immer klarer, dass die Geburtserfahrungen für unsere spätere Entwicklung ganz entscheidend sind. Ich unterschied später drei Bereiche, zu denen ein Mensch unter Einfluss von psychedelischen Substanzen Zugang hat: Psychodynamische, perinatale und transpersonale Erlebnisse. Der erste entspricht dem Bereich des individuellen Unbewussten, der zweite umfasst die Erlebnisse vor, während und nach der Geburt und der dritte die Fähigkeit, das Bewusstsein über die Ich-Grenzen hinaus zu erweitern und Raum- und Zeitgrenzen zu überschreiten.

### **Welchen Einfluss hatten Ihre Erkenntnisse auf Ihre psychotherapeutische Arbeit?**

Durch den Einbezug der perinatalen und transpersonalen Ebene erhielt ich ein viel detaillierteres Bild der Psychopathologie des Menschen. Wir mussten anerkennen, dass die Psyche viel grösser war, als die Psychiater sie bis dahin beschrieben hatten. LSD half, die starke Dynamik der Psyche besser sichtbar zu machen. Es konnte eine ähnliche Bedeutung erlangen wie das Mikroskop in der Biologie oder das Teleskop in der Astronomie. Meiner Ansicht nach war LSD das beste Werkzeug, das die Psychiatrie je zur Verfügung hatte. Wie bei allen Werkzeugen hängt das Resultat vom richtigen Gebrauch ab.

### **1966 wurde LSD in den USA, später weltweit verboten. Sollten Ärzte und Psychiater Ihrer Meinung nach wieder mit der Droge arbeiten dürfen?**

Wenn LSD das medizinische Umfeld nicht verlassen hätte, wäre es sicher nicht verboten worden. LSD war

### **«Die Wurzeln der meisten psychosomatischen Beschwerden liegen tiefer, als Worte hinreichen.»**

in den Sechzigerjahren zur Volksdroge, zur Droge der politischen Gegenbewegung geworden. Das gab den Ausschlag für das Verbot. In der Psychiatrie werden zahlreiche Drogen benutzt, die viel gefährlicher sind als LSD, etwa Tranquilizer, die mehrmals täglich verabreicht werden, obwohl die Gefahr irreversibler Nebenwirkungen besteht. Bei Insulin- oder Elektroschocktherapien betragen die Mortalitätsraten rund ein Prozent, und die Lobotomie, eine neurochirurgische Operation, für welche Antonio Egas Moniz einen

Nobelpreis erhielt, führte zu massiven Beschädigungen des Gehirns. Sidney Cohen erforschte die Nebenwirkungen von LSD und Meskalin in etwa 25000 Sitzungen. Er konnte aufzeigen, dass die Risiken bei richtiger Anwendung im therapeutischen Kontext minimal sind. Die Medien registrierten das kaum, sondern berichteten genüsslich über den Suizid des militärischen Biochemikers Frank Olsen, dem im Rahmen eines CIA-Experiments ohne sein Einverständnis und ohne Warnung LSD ins Cola gemischt worden war.

### **Wie schätzen Sie die heutige Situation ein?**

Es ist paradox: Mit dem Verbot sollte der Missbrauch der Droge verhindert werden. Die Leidtragenden waren aber die Wissenschaftler, welche die Wirkungsweise von LSD seriös erforschen wollten, und die Patienten, die davon profitiert hätten. Auf dem Markt ist LSD immer noch präsent, oft in schlechter Qualität. Millionen von Menschen nehmen die Droge, aber ihre Wirkung kann nicht weiter erforscht werden. Nur nach grossen administrativen Schwierigkeiten haben jüngst einige Therapeuten in den USA, in der Schweiz und in anderen Ländern die Genehmigung erhalten, neue Forschung mit den psychedelischen Drogen LSD, MDMA und Psilocybin zu beginnen.

Die Akzeptanz ist doch auch in Fachkreisen gering... Therapeutische Sitzungen mit LSD hatten tatsächlich immer wieder Akzeptanzprobleme, weil der Patient unter LSD Phasen durchläuft, die psychopathologischen Störungen gleichen. Es ist kein ruhiges Gespräch auf einer Couch, sondern der Patient drückt starke Emotionen aus. So haben psychedelische Sitzungen eine gewisse Ähnlichkeit mit schamanischen Ritualen, was zivilisierte Menschen gerne als wild und primitiv abtun. In der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts wurden aber wirksame ausdrucks- und körperorientierte Therapieformen entwickelt wie zum Beispiel Primärtherapie, Rebirthing und holotropes Atmen. Für die Therapeuten, die mit diesen Methoden arbeiten, wäre die Arbeit mit psychedelischen Substanzen ein logischer Schritt.

### **Welches Interesse hat die Pharmaindustrie an LSD?**

Psychedelische Substanzen sind ziemlich billig und die Anzahl der Verabreichungen ist niedrig. Deshalb sind sie für die Pharmaindustrie weniger interessant als Tranquilizer, die viele Patienten während Jahrzehnten mehrmals täglich einnehmen. Ich habe gehört, dass Sandoz noch viele Jahre, nachdem die Forschung mit LSD unterbrochen worden war, zwei Kilo LSD lagerte und dass die Manager regelmässig diskutierten, was sie damit machen sollten.

