

# Elysium hin und zurück – Mit Psychedelika unterwegs in der zweiten Lebenshälfte (Textauszug)\*

Claude Weill

## Zusammenfassung

Es ist ohne weiteres möglich, über Jahrzehnte bewusstseinsweiternde Substanzen zu konsumieren und in die Gesellschaft integriert zu sein. Das zeigt der ehemalige Schweizer Journalist und Erwachsenenbildner Claude Weill in seinem Buch *Elysium hin und zurück – Mit Psychedelika unterwegs in der zweiten Lebenshälfte*. Darin erzählen neun Menschen im Alter zwischen 53 und 73 Jahren ungeschminkt von ihren Erfahrungen mit Psychedelika und Empathogenen. Der hier abgedruckte Textauszug enthält die Vorbemerkung zum Buch und das Kapitel *Ärzte sollten Psychedelika ausprobieren dürfen – Gespräch mit Xavier L.* (64).

**Schlüsselwörter:** Psychedelika, Empathogene, Spiritualität, Mystik, Therapie mit psychoaktiven Substanzen, Buddhismus, Meditation

## Summary

It is easily possible to consume consciousness expanding substances for decades and be integrated into society. This is shown by former Swiss journalist and adult educator Claude Weill in his book *Elysium hin und zurück – Mit Psychedelika unterwegs in der zweiten Lebenshälfte*. In it, nine people aged between 53 and 73 tell unvarnished stories about their experiences with psychedelics and empathogens. The text excerpt printed here contains the preface to the book and the chapter *Physicians should be allowed to try psychedelics – interview with Xavier L.* (64).

**Keywords:** psychedelics, empathogens, spirituality, mysticism, therapy with psychoactive substances, Buddhism, meditation

## Vorbemerkung

Wer ein Buch mit Porträts schreibt über Menschen nach der Lebensmitte, die sich seit vielen Jahren von Psychedelika (griechisch: die Seele offenbarende Substanzen) begleiten lassen oder sich früher begleiten ließen, muss sich – zumal wenn er ebenfalls in der zweiten Lebenshälfte steht – die Frage gefallen lassen, wie er es selber mit bewusstseinsverändernden Substanzen hält. Eine verfängliche Frage, denn auch der bloße Konsum von psychedelischen Substanzen ist in der Schweiz und anderswo illegal. Außer man leidet an einer schweren physischen oder psychischen Erkrankung und darf deshalb bei einer medizinisch kontrollierten

Studie mitmachen, bei welcher ein Arzt Psychedelika oder Empathogene (die Empathie verstärkende Substanzen) verabreicht.<sup>1</sup> Zu dieser „Zielgruppe“ gehöre ich nicht und so kann ich – ohne mich strafbar zu machen – hier nur sagen, dass psychedelische und empathogene Substanzen mein Leben verändert haben. Als ich – der in seiner Jugend kaum mehr als drei Joints geraucht hatte – im Alter von 53 zum ersten Mal LSD zu mir nahm, war das für mich eine Offenbarung. Seit diesem Erlebnis habe ich die Gewissheit, dass es – um mit Shakespeares Hamlet zu sprechen – in der Tat „mehr

<sup>1</sup> In der Schweiz besteht seit 2014 erneut die Möglichkeit, psycholytische Behandlungen mit LSD und MDMA auf Antrag im begründeten Einzelfall behördlich genehmigt durchzuführen. Zwischen 1988 und 1993 gab es in der Schweiz schon einmal die Möglichkeit, solche Behandlungen über Sonderbewilligungen zu erwirken.

\* Auszug aus dem Buch: Claude Weill, *Elysium hin und zurück. Mit Psychedelika unterwegs in der zweiten Lebenshälfte*.

Dinge zwischen Himmel und Erde gibt“, als wir gemeinhin annehmen. Ich habe seither wiederholt psychedelische und empathogene Substanzen in geleiteten Gruppenritualen und später auch alleine für mich ausprobiert und erprobt. Waren die vielen Substanzenreisen in den ersten Jahren „Inselerfahrungen“ ohne nachhaltigen Bezug zu meinem Alltag, so veränderte sich das mit den Jahren sukzessive. Meine „Reisen“ wurden weniger und vor allem nüchterner – weniger spektakulär. Mein Alltag ist hingegen eindeutig spiritueller geworden; in dem Sinne, dass ich mich mit der Welt im Guten wie im Schlechten stärker verbunden fühle, mich öfter als Teil eines größeren Ganzen erlebe, das anderen Gesetzmäßigkeiten unterliegt als jenen meines Verstandes. Der langjährige Gebrauch psychedelischer Substanzen hat indes meinen Denkapparat nicht in dem Maße beeinträchtigt, dass diese Substanzen mir verunmöglicht hätten, rational über bewusstseinsverändernde Stoffe nachzudenken und dieses Buch zu schreiben. Und ganz klar: Ohne diese speziellen Erfahrungen hätte ich in den Gesprächen mit meinen „LSD-Veteranen“ und „LSD-Veteraninnen“ viele der geschilderten Erfahrungen als nicht überprüfbar abhaken müssen. Die im Buch porträtierten Personen wiederum müssten sich nicht hinter Pseudonymen verstecken, wäre der Konsum von Psychedelika und Empathogenen legal. Eine Legalisierung und Regulierung dieser Substanzengruppen, wie sie zahlreiche Drogenfachleute hierzulande und weltweit fordern, würde es ermöglichen, dass die in diesem Buch versammelten Personen ihre Anonymität ablegen könnten. Weil dem (noch) nicht so ist, blieb dem Autor nichts anderes übrig, als Namen und teilweise auch Orts- und Zeitangaben zu verändern.

### Ärzte sollten Psychedelika ausprobieren dürfen – Gespräch mit Xavier L. (64)<sup>2</sup>

Erst mit 36 habe ich im Rahmen einer Psychotherapie MDMA kennengelernt. Insofern bin ich ein Spätberufener. In meiner Jugend interessierten mich all die damals bekannten Drogen

<sup>2</sup> Biografische Angaben: Xavier L. ist in der Stadt Zürich aufgewachsen und besuchte dort die Schule. Nach der Lehre als Mechaniker und Konstrukteur in der technischen Akustik arbeitete er in seinem Beruf kurze Zeit im Angestelltenverhältnis und machte sich dann selbständig. 2002 ließ er sich zum Pflegefachmann Psychiatrie umschulen. Xavier L. ist verheiratet und hat einen erwachsenen Sohn. Seit vier Jahren ist er glücklicher Großvater. L. lebt in der Zentralschweiz, nahe dem Vierwaldstättersee. Er ist passionierter Radfahrer und bewegt sich gerne in der Natur, die ihm stets „absolut ehrlich“ spiegelt, wie es ihm geht. Neben seinem verantwortungsvollen Beruf als Psychiatriepfleger legt er, wo handwerkliches Geschick gefragt ist, gerne Hand an. „Ein Teil von mir ist Mechaniker geblieben“, sagt Xavier L. denn auch über sich.

wie Cannabis oder Heroin nicht. Vielleicht deshalb, weil meine Eltern starken Druck auf mich ausübten, ich solle die Finger davon lassen. In meinem Umfeld konsumierten schon einige Alkohol, rauchten und kiffen. Das hat mich nicht verleiten können, es ihnen gleichzutun. Als ich 19 war, lernte ich einen gleichaltrigen Freund kennen, der bereits Heroin konsumiert hatte. Während unserer Freundschaft, die gut ein Jahr dauerte, schaffte er es, clean zu bleiben. Dann trennten sich unsere Wege. Zwei Jahre danach verstarb Beat mit nur 21 an den Folgen einer Überdosis. Da wurde mir klar, was es heißen kann, Drogen zu konsumieren.

Zu MDMA kam ich über einen Psychiater, der im Rahmen einer Sonderbewilligung des Bundesamtes für Gesundheitswesen BAG mit Substanzen arbeiten durfte. Das wusste ich aber zu Beginn der Therapie nicht. Aufgesucht hatte ich ihn aus einer Lebenskrise heraus. Auf mir lastete damals noch immer der unverarbeitete Schmerz über den Tod meiner ersten Frau, der Mutter meines Sohnes. Zudem fühlte ich mich in meiner zweiten Ehe unglücklich und gefangen.

Mein Psychiater und ich waren uns auf Anhieb sehr sympathisch und ich fühlte mich von ihm verstanden. Das erste Mal in meinem Leben setzte ich mich bewusst mit meiner Persönlichkeit und meinen Krisen und Problemen auseinander. Relativ bald schlug mir mein Therapeut Sitzungen mit Holotropem Atmen vor, von dem ich bislang noch nie etwas gehört hatte. Mit großem Erstaunen erlebte ich die tiefgreifende Wirkung dieser Atemtechnik. Psychische Probleme, die sich in mir in Form von Verspannungen und Schmerzen manifestiert hatten, lösten sich zum Teil bereits in den ersten zwei Sitzungen auf. Was ich in der Holotropen Atemarbeit an Entspannung, innerem Frieden und Geborgenheit erleben durfte, wirkt in mir bis heute nach.

Kurze Zeit nach Beginn der Atemsitzungen weihte mich mein Psychiater in die psycholytische Arbeit mit MDMA ein. Er bot mir an, mit diesem Medikament eine Therapiesitzung zu machen. Zunächst hatte ich große Angst und war skeptisch. Erst durch seine differenzierte fachliche Aufklärung konnte ich meine Zweifel überwinden und stimmte zu. Das war mein Einstieg in die Psycholytische Therapie. Die empathische und liebevolle Begleitung durch den Psychiater machte meine erste Sitzung mit MDMA zu einem Schlüsselerlebnis. Nie zuvor hatte ich mich mit vollem und klarem Bewusstsein so präsent gefühlt. Mein Herz schmerzte und jubelte zugleich. Geborgen in Liebe und Vertrauen fühlte ich mich ganz im Hier und Jetzt aufgehoben. Ich merkte, welche Bedürfnis-

se in mir lange Zeit zu kurz gekommen waren, und konnte sie meinem Therapeuten gegenüber zum Ausdruck bringen. So offen und lebendig hatte ich mich vorher noch nie erlebt. Ich bekam eine Ahnung, wer ich bin, wenn es mir gut geht. Auch mein Umfeld nahm die positive Veränderung bei mir wahr. In den folgenden MDMA-Sitzungen entdeckte ich mich auf eine völlig neue, kreative Weise. Dann schlug mir mein Therapeut vor, in einer nächsten Sitzung MDMA mit LSD zu kombinieren. Dieses Angebot überforderte mich, und ich bekam Angst. Ich befürchtete, dass weitere derart starke Erfahrungen mein Leben zu heftig verändern könnten. Ich brach die Therapie ab. Für mein damaliges seelisches Gleichgewicht war entscheidend, dass dieser Therapieabbruch seitens des Therapeuten sehr professionell und liebevoll begleitet wurde.

Ein Jahr später ließ, ich mich von meiner zweiten Frau scheiden. Ich tat also genau das, was ich unbewusst hatte vermeiden wollen, als ich Nein zu einem LSD-Erlebnis gesagt hatte. Die starke Erfahrung mit meinem Therapeuten – dass es möglich ist, auf korrekte und wertschätzende Art auseinanderzugehen – gab mir den Mut und die Motivation, mich von meiner Frau zu trennen. Danach nahm ich den Kontakt zu meinem Psychiater wieder auf. Die MDMA/LSD-Sitzung holte ich nach und erkannte nochmals auf einer tieferen Ebene, dass ich durch meinen Therapeuten hatte lernen dürfen, wie man sich in Liebe trennt und verabschiedet. Er hatte sich für diese Rolle zur Verfügung gestellt. Das war ein weiteres Schlüsselerlebnis für mich. In den folgenden drei Jahren erfuhr ich im Rahmen meiner Psycholytischen Therapie unbeschreiblich viel über mich, meine Familie, über meine Beziehungen, über Schmerz und Liebe und das Leben generell. In vierteljährlichen Abständen nahm ich an geführten Gruppensitzungen mit LSD und MDMA teil. Nach Abschluss meiner Therapie besuchte ich ca. dreimal pro Jahr eine therapeutische Selbsterfahrungsgruppe mit Substanzen. Ich erinnere mich, dass besonders die Erfahrungen mit psilocybinhaltigen Pilzen in Kombination mit MDMA ungemein stark und herzöffnend waren.

Nun bin ich mittlerweile 25 Jahre mit psychedelischen und empathogenen Substanzen unterwegs. Eine längere Pause legte ich nur ein, als ich meine dritte Frau kennenlernte. Sie meldete Bedenken gegen meine psychedelischen Rituale an. Vier Jahre später konnte sie diese Vorbehalte ablegen. Bis zu diesem Zeitpunkt nahm ich weiter an Ritualen teil, jedoch ohne selber Substanzen zu nehmen. Ich wollte keine vorschnellen persönlichen Entwicklungsschrit-

te machen, die meine Partnerin nicht hätte nachvollziehen können. Vor einigen Jahren hat meine Frau aus einer tiefen persönlichen Krise heraus den Entscheid getroffen, sich selber unter fachlicher Begleitung mit Substanzen helfen zu lassen.

Von wenigen Ausnahmen abgesehen nahm ich psychedelische und empathogene Substanzen immer in einem psycholytischen Setting ein. Das ist mir wichtig zu betonen. Durch die intensive Beziehung zu meinen jeweiligen Therapeuten habe ich im Laufe der Jahre erkannt, dass ich gerne mit Menschen arbeiten würde. In meinem Erstberuf als Mechaniker und Konstrukteur in der technischen Akustik war dafür wenig Platz, obwohl ich schon immer gut auf Menschen habe eingehen können.

So entschied ich mich kurz nach Ende meiner Psychotherapie für einen Neubeginn und erlernte den Pflegeberuf mit Schwerpunkt Psychiatrie. Auch während meiner Ausbildungszeit besuchte ich in regelmäßigen Abständen Sitzungen mit Substanzen. In der Klinik, wo ich arbeitete, war ich hingegen von Ärzten umgeben, die mit dieser Art von Therapie nicht vertraut waren. Die Tatsache, dass unsere Patienten in der Klinik mit sedierenden Medikamenten in hohen Dosierungen behandelt wurden, brachte mich oft in ein Dilemma. Einerseits sah (und sehe) ich ein, dass für Menschen, die sich in einer akuten psychotischen Krise befinden, der Einsatz von Neuroleptika oft unumgänglich ist. Andererseits habe ich im Kontakt mit psychisch kranken Menschen immer wieder die Erfahrung machen können, dass sie mir gegenüber eine Offenheit zeigten, die durch die Einnahme von sedierenden, antipsychotischen und angstlösenden Medikamenten rasch einmal verloren ging. Durch die chemische Keule wurde ihnen ein bewusster Zugang zu ihren schwierigen und quälenden Anteilen, die sich in der Krise manifestierten, verschlossen.

In meinem heutigen Beruf als psychiatrischer Pflegefachmann kommen mir meine tiefen bewusstseinserweiternden Erfahrungen in den Sitzungen mit MDMA und LSD sehr zugute. Mit LSD habe ich ähnliche Zustände erlebt wie jemand, der sich in einer psychotischen Krise befindet. Nur, dass ich meine Erfahrungen jeweils in einem von mir gewählten sicheren, ruhigen Setting machen darf und mein Ich-Bewusstsein in all seinen Qualitäten erhalten bleibt. Den Patienten und Patientinnen kann ich, gestützt auf meine Erfahrungen, versichern, dass sie ihren Wahrnehmungen, und seien sie noch so bizarr, trauen können. Es geht nicht darum, diese Wahrnehmungen zum Verschwinden zu bringen, sondern zu lernen, mit ihnen umzugehen. Insofern sehe ich die Abga-

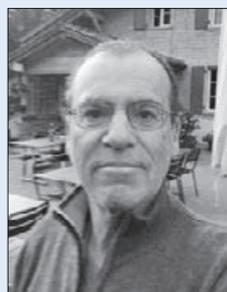
be hoch dosierter Psychopharmaka in der Psychiatrie nicht immer als den richtigen Weg an. Ich würde es begrüßen, wenn Psychiaterinnen und Therapeuten als Teil ihrer Ausbildung eigene Erfahrungen mit Psychedelika und Entaktogenen machen dürften. Dadurch würden sie die unterschiedlichen Wirkungen dieser Medikamente kennenlernen. Denn für mich sind MDMA und LSD eindeutig Medikamente. In den 50er und 60er Jahren des letzten Jahrhunderts gab es zahlreiche Ärzte und Psychotherapeuten, die diese Erfahrungen noch hatten. Dieses Wissen fehlt den heutigen jungen Ärzten und Therapeutinnen.

Wer mich bei meiner täglichen Arbeit mit psychisch kranken Menschen sehr inspiriert hat, ist Mike Hellwig mit seinem Konzept der „Radikalen Erlaubnis“. Die Arbeit mit ihm hat mir nochmals deutlicher gezeigt, worauf es bei der Betreuung von Menschen in psychischen Ausnahmesituationen ankommt. Analog zu einer Substanzenreise, deren guter Verlauf davon abhängt, ob du im Moment sein kannst, geht es bei psychisch kranken Menschen darum, ihre Gefühle und inneren Dämonen wahrzunehmen, ohne mit dem Kopf eingreifen zu wollen. Ich arbeite oft mit dem Bild eines inneren Kindergartens: Alle Kinder in einem Kindergarten wollen sich ausdrücken, sie wollen gehört und wertgeschätzt werden. Wir sind alle Kindergärtner und -gärtnerinnen und haben einen „inneren Kindergarten“, den wir liebevoll betreuen möchten. Durch meine langjährigen Substanzenereferenzen weiß ich inzwischen, wie verheerend es ist, wenn man innere Anteile und Gefühle absplattet.

Bei meiner Arbeit habe ich auch schon mit Patienten zu tun gehabt, die eine Suchtvergangenheit hatten. Es half ihnen jeweils sehr, wenn ich ihnen erzählte, dass ich selber Erfahrungen mit Substanzen habe, nur eben ohne Suchtproblematik. Seit einigen Jahren begleite ich außerhalb meines Arbeitsfelds Menschen im Einzelsetting oder in Gruppen auf Substanzenreisen. Irgendwann war das Vertrauen in mir da: Jetzt bist du so weit und kannst Menschen auf diesem Weg helfen. Das erlebe ich als großes Geschenk. Nach meinen Sitzungen gehe ich stets zur Supervision bei meiner Psychiaterin.

Ich vertrage auch im fortgeschrittenen Alter MDMA und LSD nach wie vor gut und möchte auch wieder einmal eine hochdosierte Reise unternehmen. Für mich steht fest, dass uns Psychedelika und Entaktogene auch am Ende des Lebens gute Dienste leisten können. Auf Substanzenreisen stirbt dein Ego jedes Mal ein bisschen, insofern sind solche Erfahrungen

eine gute Vorbereitung fürs wirkliche Sterben. Ich weiß von einem Mann, der vor seinem Tod in einer Gruppe seine erste MDMA-Erfahrung machte. Auf dieser Reise hatte er eine tiefe, mystische Erfahrung. Er konnte sich, mitgetragen von der ganzen Gruppe, mit seinem Tod, der ihm bevorstand, nun einverstanden erklären. Solche Erfahrungen habe ich selber immer wieder machen können. Für mich gibt es also viele gute Gründe, mit empathogenen und psychedelischen Substanzen weiterzuarbeiten, umsichtig und äußerst sorgfältig. Dies umso mehr, als die Legalisierung dieser Heilmittel auf sich warten lässt.



**Claude Weill**

Der Autor arbeitete nach seinem Studium der Geschichte viele Jahre als Journalist und Redaktor für Schweizer Printmedien. 2020 erschien in der Edition Spuren sein Buch „Elysium hin und zurück – Mit Psychedelika unterwegs in der zweiten Lebenshälfte“. [www.claudeweill.ch](http://www.claudeweill.ch)



Claude Weill: *Elysium hin und zurück. Mit Psychedelika unterwegs in der zweiten Lebenshälfte.* 2020; 189 Seiten  
Winterthur: Edition Spuren  
19,63 Euro