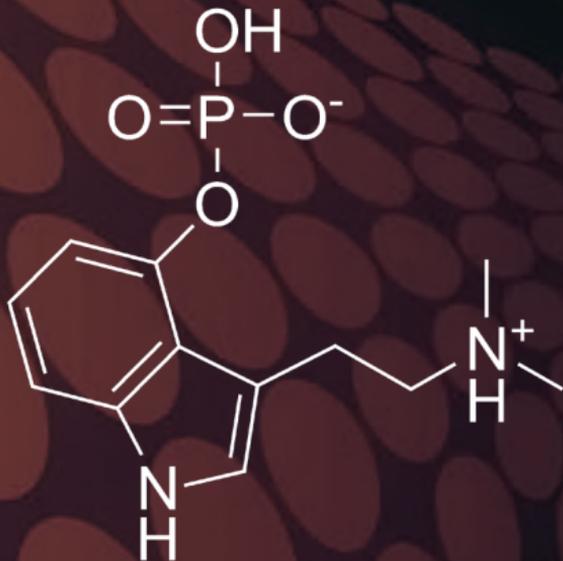


Funghetti



Quando si usano sostanze
psicoattive,
anche se naturali, e' molto
importante sapere cosa si
sta facendo.

Ogni individuo reagisce
diversamente: conosci te
stesso, il tuo corpo, le
tue risorse.

Non assumere mai alcuna
sostanza se non stai bene
mentalmente o fisicamente.

COS'E'

I "funghetti" sono funghi di piccole dimensioni, appartenenti ai generi: *Conocybe*, *Psilocybe*, *Stropharia*, *Panaeolus* (i più comuni), che crescono spontaneamente in tutto il mondo esclusi i Poli; inoltre esistono diverse varietà di funghi allucinogeni coltivati e venduti essiccati sul mercato illecito.

I funghetti appartengono ad un insieme di sostanze complesse sia per quanto riguarda la storia, che per l'uso e gli effetti: gli psichedelici. Il termine psichedelico, cioè "che manifesta la psiche", fu coniato dal ricercatore Osmond nel 1956 e divenne di uso comune a metà degli anni '60, anche se queste sostanze vengono comunemente chiamate allucinogeni.

Le sostanze psichedeliche si distinguono in tre categorie:

- sostanze naturali (esistenti in natura) come funghetti, salvia divinorum;
- semisintetiche (presenti in natura ma modificate in laboratorio) come l'LSD;
- sintetiche (costruite interamente in laboratorio) come ketamina ecc.

La particolarità di queste sostanze non sta tanto nella loro tossicità fisica, quanto nell'imprevedibilità dei loro effetti psicologici: l'esperienza psichedelica è estremamente delicata da trattare in un materiale

informativo e, ancor di più, da affrontare in prima persona. In questo senso, prima di concludere questa introduzione, desideriamo sottolineare l'importanza di quei fattori che stanno alla base dall'andamento di un'esperienza psichedelica: sostanza, set, setting e sitter. Per sostanza si intende sia la qualità (principio attivo e taglio) sia la quantità (dosaggio). Il set è il nostro mondo interiore e comprende sia la situazione psicologica e lo stato d'animo del momento presente, sia tutte le esperienze e i ricordi (anche rimossi) del nostro passato. L'uso di psichedelici coinvolge e amplifica tutti gli aspetti del nostro universo interiore e risulta perciò evidente che anche una situazione che viviamo come stressante o negativa possa influenzare enormemente un'esperienza con

sostanze psichedeliche. Il setting è l'ambiente in cui questa esperienza avviene, esso ha una forte influenza, perché chi assume allucinogeni diventa molto sensibile agli stimoli esterni. Il setting comprende sia lo spazio fisico, e quindi il luogo scelto, che le persone con le quali si decide di sperimentare una determinata sostanza. La presenza di una persona che non assuma la sostanza e che possa accompagnare e rassicurare (qualora ce ne fosse il bisogno) chi invece sceglie di farne uso è altresì un importante consiglio di riduzione del danno. Questa persona (sitter) può rivelarsi di grande aiuto nel caso in cui qualcuno si dovesse trovare in situazioni difficili da gestire o di estrema pericolosità per se stesso o per altri individui.

STORIA

Pitture rupestri raffiguranti l'uso di funghi allucinogeni, risalenti a 9000/7000 anni fa', sono state ritrovate sull'altipiano del Tassili, nel deserto del Sahara (Algeria). L'uso di allucinogeni è sempre stato centrale in molte popolazioni tribali di tutto il mondo per gli effetti divinatori sperimentati (entrare in contatto con dei o spiriti, diagnosticare malattie, ritrovare oggetti persi o scoprire autori di furti e delitti) durante riti religiosi presieduti da sciamani o curanderos che rappresentano un tramite tra uomini e divinità. La recente riscoperta dei funghi allucinogeni si deve a due ricercatori, Wasson e Hofmann, che negli anni '50 conobbero la curandera messicana Maria Sabina ed in breve il loro uso si diffuse

nelle fasce giovanili statunitensi ed europee. Questo portò all'inserimento dei funghetti tra le sostanze illegali.

EFFETTI FISICI

Essendo impossibile, senza esami di laboratorio, stabilire la quantità di principio attivo presente in ogni fungo, è difficile parlare di dosi. Gli effetti si manifestano 30-60 minuti dopo l'ingestione (prima se a stomaco vuoto) e la salita può portare a una sensazione di leggera nausea e debolezza che scompare in poco tempo. Possono anche provocare vertigini, mal di testa, vomito, vampate di calore alternate a brividi, dilatazione delle pupille, ipertensione e tachicardia.

EFFETTI PSICOATTIVI

Gli effetti psichici variano in base allo stato d'animo di chi li assume (set), all'ambiente (setting) e alla quantità e qualità della sostanza stessa (vedi introduzione).

Gli effetti desiderati e non sono simili a quelli dell'LSD, anche se più moderati e destinati a durare meno tempo (4-8 ore in media). Le sensazioni ricercate possono agire a livello intellettuale con un aumento della chiarezza mentale; a livello emotivo con uno stato d'euforia, o ansia; a livello percettivo con alterazioni visive, uditive, tattili e del senso di tempo e spazio.

RISCHI A BREVE TERMINE

I funghetti non inducono dipendenza fisica e i

rischi a breve termine sono prevalentemente legati alla difficoltà di gestione dell'esperienza; anche se le probabilità sono più basse rispetto all'LSD, c'è il rischio di incorrere in un bad-trip.

RISCHI A MEDIO-LUNGO TERMINE

Non sono dimostrati danni cerebrali permanenti, ma un'eccessiva frequenza di assunzione, soprattutto in chi non ha ancora completato la maturazione psicologica, può compromettere l'equilibrio psichico scatenando depressione, insonnia, psicosi e disturbi paranoidei.

TUTELATI, RIDUCI IL RISCHIO!

- L'identificazione corretta di qualsiasi specie di fungo si ha solamente tramite l'analisi delle

spore. Se hai a disposizione funghi freschi, quantomeno consulta un libro specializzato: diversi funghi sono tossici e/o mortali.

- Non assumere funghetti se hai disturbi fisici o psichici.

- Se hai deciso di prendere funghetti, fallo con gente di cui ti fidi e in un contesto rassicurante. Una persona fidata e lucida che ti affianca nel "viaggio" può aiutarti a superare eventuali momenti difficili.

- I funghetti sono pesanti per il fegato: evita cibi e bevande poco digeribili, come fritti o alcolici, durante l'esperienza e nei giorni precedenti e successivi.

- Quando inizi a sentire gli effetti, non assumere altri funghi.

- Evita di mixare dei funghetti con altre sostanze, soprattutto con alcol. Aumentano esponenzialmente i rischi.

- Generalmente è meglio non assumere funghetti a stomaco vuoto o eccessivamente pieno. E' meglio mangiare qualcosa di leggero qualche ora prima dell'assunzione.

- Se gli effetti non si fanno sentire, aspetta prima di assumerne ancora, la salita a volte dura più del previsto.

BAD TRIP

E' uno dei rischi maggiori di un'esperienza con allucinogeni e le cause possono essere diverse: dosaggio eccessivo, mix con altre sostanze, set e setting inadeguati. In una prima fase possono manifestarsi stati ansiosi e angoscia, che possono essere superati o sfociare in crisi di panico e psicosi. Nella maggior parte dei casi al cessare degli effetti della sostanza assunta scompaiono tutti i sintomi del bad trip, anche se possono permanere difficoltà nell'analizzare con lucidità l'accaduto. Se stai facendo un brutto viaggio, cerca di rilassarti ed accetta lo sviluppo dell'esperienza e la relativa modificazione del tuo stato di coscienza.

Ricorda che ciò che sta succedendo è provocato

da una sostanza... perciò passeggero! Se un tuo amico sta avendo un brutto viaggio rimani calmo, fai il possibile per rassicurarlo e accompagnalo in un angolo tranquillo e ben areato. Cerca di capire in che stato si trova e di 'leggere' le sue reazioni: qualsiasi gesto (anche se in buona fede) può essere sentito come invasivo. Se chi è in bad trip non riesce a contenersi e rischia di far male a se stesso o ad altri, chiama il 118. Il personale specializzato è in grado di intervenire.

ATTENZIONE!!!

A volte le sostanze intervengono su problemi già esistenti nella psiche, in questo caso il bad trip non si risolve una volta esaurito l'effetto dell'allucinogeno, ma continua scatenando

problemi duraturi, come angosce difficilmente controllabili, fobie, e vere e proprie psicosi. In queste situazioni è assolutamente necessario consultare un professionista.



LA CAROVANA O.N.L.U.S
Via Pellizza da Volpedo, 30
Bologna - tel. 051-494721
www.lacarovanacoop.com

Si ringrazia per la collaborazione
e la fornitura di testi U. P. Reggio Emilia

