



Clinical Research Unit for the study of the effect of a patient's mind on the matter of Disease
LIMMIT – Laboratory of Mind-Matter Interaction with Therapeutic Intention

AUTORS

Mário Simões, MD, PhD, Aggregate Professor of Mental Health, Psychiatry and Consciousness Sciences, Director of the post-Graduation Course on Clinical and Experimental Hypnosis of Faculty of Medicine of Lisbon and Director of LIMMIT.

Jorge Emanuel Martins, MD, PhD Student of Neuroscience Program of Faculty of Medicine of Lisbon, and Resident Collaborator/Investigator of LIMMIT.

Constança Bettencourt, Psicóloga Clínica e Psicoterapeuta Somática. Membro fundador do Núcleo Português Estudos Junguianos e da plataforma Jung Young, Professora no Curso de Introdução à Psicologia de CG Jung.

ABSTRACT

The present paper aims to shortly describe the work conducted by LIMMIT, as both clinical and experimental research, and its intent to develop a field work at BOOM Festival concerning the inward experience of the subjects while being gripped by a Peak Experience. This observational study would be held by LIMMIT in collaboration with BOOM, structured in the full length of the festival. The primary objective is to replicate the previous validated research “*Estudo internacional sobre Estados de Consciência Alterados (ISASC)*”, by LIMMIT’s founder Mario Simões, to correlate it with HRS Hallucinogen Rating Scale (Strassman et al, 1994) and other 4 subjective Happiness Scales: Satisfaction with Life Scale (Ed Diener et al, 1985), Subjective Happiness Scale (Lyubomirsky et al, 1999), Meaning in Life Questionnaire (MLQ; Steger, Frazier, Oishi, & Kaler, 2006) and Mindful Attention Awareness Scale (MAAS) (Brown & Ryan, 2003), in a universe of population where it has a better statistical significance. The secondary objective is to make a bio-psycho-social connection between the encouragement of non-ordinary-states of consciousness at the festival and the clinical and academic validation of the phenomenology of experiences with a distinctly numinous quality as non-pathological and as potential modifiers of ingrained disease patterns. The third objective is to consolidate the collected data in a future study on the neurophysiology and psychophysiology of Peak Experiences and their impact on Primary and Secondary Medicine.

INTRODUCTION

Integration

This study will be included in a series of studies comprising *Mind-Matter Interaction with Therapeutic Intention*, conducted by this Laboratory.

LIMMIT Lab will conduct this, which will be a field component of Jorge Martins Neuroscience PhD thesis.

The final step of this field observational study will be the publication of an original paper at a

peer-reviewed scientific journal, in the framework of LIMMIT Lab. Certainly, it will also follow the wider projects of LIMMIT in a more clinical and academical approach, specifically in the studies of mind-matter interaction.

Preamble

The last 5-10 years have witnessed huge steps and the vast mobilization of multidisciplinary competences “toward a Science of Consciousness”, as clearly illustrated in the recent international conference on that topic



held in Stockholm under the patronage of the Center for Consciousness Studies of the University of Arizona and of the Perfjell Foundation, with the collaboration of the postdocs of the Karolinska Institute (1).

At the same time that Science, and especially the Neuroscience and the Physics of consciousness progresses, tools and new understanding have been developed that will allow for the transfer of much of that basic Science into clinical practice. This transfer doesn't only concern the clinical practice exclusively with mental disease but also the regular clinical practice where a patient, using his, or her mind, can influence the progression of disease, becoming what one could rightly call a therapeutic partner (2).

The need to establish connections between Medicine, especially in the therapeutic aspect (healing), and all the information already obtained from the mind-matter phenomenology has led to much experimentation and theorizing in this border area, which is summarized in the excellent book by Marilyn Schlitz et al (2005) (4) "Consciousness and Healing – Integral Approaches to Mind-Body Medicine" and also addressed in another excellent book by Pamela Heath, MD "Mind-Matter Interaction -a review of Historical Reports, Theory and Research" (5).

There are also multiple scientific papers published in journals such as the Journal of Scientific Exploration (Society for Scientific Exploration, USA), Journal of International Society of Life Information Science (Japan), and by many authors who are also speakers in Bial Symposia.

The last (10th) one that, took place in 2014 (26th-29th March, in Porto, addressed specially this issue - Mind-Matter Interaction), with the presence of the most significative authors on the subject (6).

METHODS

The Setting (LAB)

In principle, the most favorable setting for the transfer of such basic knowledge into therapeutic applications would be a medical school where patients could be followed by multidisciplinary teams (creation of a Unit, in the setting of the Lisbon Medical School). These should involve Clinicians, Psychiatrists, Psychologists, Informatics and other technicians in addition to the usual staff expected in a medical office, a secretary, nurses, etc.

Although still viewed with skepticism by some oncologists, some hypnotherapists have reported remissions of cancer, whereas others have noted an arrest in its development (3). Moreover, the so called spontaneous remissions, including a broad spectrum of diseases, sometimes also named as remarkable recoveries, imply paradoxes that biomedicine sometimes ignores (7).

This is an area where new developments are happening everyday and where there is growing evidence that new techniques of hypnosis can influence and alter many physiological processes including the immune system (8).

It stands to reason that further experimentation in this area is therefore necessary.

The Setting (BOOM)

BOOM is the preferable location for these observational studies as it comprises in full extent 3 of the main objectives of this study, in its field application.

The Population, the Scales

The study will be applied randomly to all population at boom festival.



The study will be conducted in person so that an empathic connection should always be maintained during the intervention.

The intervention will be coordinated by a Medical doctor (Jorge Emanuel Martins) and a Psychologist (Constança Bettencourt), aided by other collaborators from the Health Care field who would like to volunteer.

The intervention is not intended to be therapeutic or of active influence on the subjects experience. Therefore we aim to be as neutral as possible for this kind of study interventions.

However, it is also an objective of the present study to have a subtle active/passive goal that is to facilitate, alleviate, and integrate the subjects experience in a deeper consciousness that can map the unique layers of the Peak Experience.

Also, it is a wider objective to promote/embrace the collective Peak Experience lived overall on the BOOM festival as a numinous category of reality.

Each intervention should be held for at least 30min, personally (subject+medical scientist), and for the all study to have a statistical power relevant for future studies, it should be done at least 100 times (minimum), during all festival days. For that reason a team comprised of the two coordinators with the aid of another person would be the ideal. We are however aware that human resources are always limited in BOOM, so this would need to be defined with the organizers, to see what is more effective for the study.

When necessary the instruments of measurement were translated to the language the subject felt it would be easier to understand.

As it is described on the previous study, first, it will be asked a general data history of each subject, where sociographic info will be collected, but also information on drug use

(primarily DMT pathway substances), and other circumstances that induced an non-ordinary-state of consciousness. This data is very important for the study to be treated statistically and for the study to evaluate the function of the subject on the wider BOOM experience. For instance, the study will collect involvement of subjects under labels such as: musicians, artists, speakers, organizers, aid-workers, simple boomers, first-comers, etc. Therefore it will be possible to relate the study to a broad spectrum of subjects in relationship to BOOM's diversity of fields that are exhibited, shared or either applied throughout the festival.

After that, the intervention will include the APZ scale in order to conclude the main objectives of this research. Hopefully, it will be possible to relate inward experiences of the subjects who attend BOOM (with different functions regarding the festival), and their relationship to a personal Peak Experience within the collective Peak Experience of BOOM.

DISCUSSION AND CONCLUSION

The main objective of this presentation is to address the fundamental objectives of Mind-Matter interaction in terms of developing a clinical and therapeutic approach and its relationship to BOOM. This study also considers extending this research to the possibility of future collaborations.

That integration of these translational studies is then most valued at LIMMIT Lab, because of its clinical and academical insertion at the main Portugal's hospital (Hospital Santa Maria) and Lisbon Medical School and the possibility of having BOOM as a partner.

As for demonstration purposes, it is shown on the:

- website: www.limmit.org;
- and presentations: <http://limmit.org/talks-conferences-and-workshops.html>.



the main objectives of our study.

The main protocol of both clinical and research projects would be to start in (Fig.1), and conduct each and every experiment following this strict diagnostic approach, in order to perceive an integrative and translational **Consciousness-Mind-Emotion-Body** state complexity.

PREVIOUS PUBLICATIONS OF THE GROUP

Dittrich A, von Arx S, Staub S (1986) in collaboration with Cochrane E, Cordero M, Davenport D, Davenport R, Deters H, Dierse E, O'Callaghan M, Polónio P, Pusterla-Longoni C, Ratti A, Simmen R, Simões M: International Study on Altered States of Consciousness. Part 8: Summary of the Results. *The German Journal of Psychology* 4, 1319-1339;

Simões M (1996): Acute Paranoid Schizophrenic Syndrome and Altered States of Consciousness (ASC): A Contribution to the ASC Hypothesis. *Acta Psiquiátrica Portuguesa* 42, 427-436:

Simões M, Barbosa L, Gonçalves S, Pimentel T, Fernandes P, Correia J, Peres J, Esperança P (1998). Altered States of Consciousness. Psychoneuro-physiology of Personalized Regressive and Experiential Imaginary Therapy 2. Therapeutic Value of this Therapy in Two Sessions. In *Aquém e Além do Cérebro* (pp. 305-311). Fundação Bial. Porto;

Simões M (2002): Altered States of Consciousness and Psychotherapy – A Cross-Cultural Perspective. *The Intern J of Transpersonal Studies* 21, 145-152;

Sobrinho LG, Simões M, Barbosa L, Raposo JF, Pratas S, Fernandes PL, Santos MA (2002): Cortisol, prolactin, growth hormone and neurovegetative responses to emotions elicited during an hypnoidal state. *Psycho-neuro-endocrinology* 28, 1-17.

CONTACTS

Mail:

jorgeemamartins@gmail.com;

noonauta@gmail.com;

limmit.fml@gmail.com;

constanca@nucleojung.com.

Cellphone:

351 91 7956358 (Jorge Martins)

351 96 7561006 (Constança Bettencourt)

REFERENCES

(1)Center for Consciousness Studies, The university of Arizona and the Perfjell Foundation: *Toward a Science of Consciousness. Abstracts Book. Brain, Mind and Reality*. Stockholm, Swede, may 3-7, 2011, Aula Magna Hall

(2)Matthews W, Edgette J: *Current thinking and research in Brief Therapy – solutions, strategies and narratives*. Taylor and Francis. London.1998

(3)Barabasz A, Watkins J: *Hypnotherapeutic Techniques* 2Ed.Brunner-Routledge. New York. 2005

(4)Schlitz M, Amorok T, Micozzi M: *Consciousness and Healing - Integral Approaches to Mind-Body Medicine*. Elsevier Churchill Livingstone. St Louis. 2005

(5)Heath P: *Mind-Matter Interaction - a review of Historical Reports, Theory and Research*. McFarland & Company. Jefferson. 2011

(6) Behind and Beyond the Brain. 10th Symposium, Bial Foundation, Porto, Portugal, 26th-29th.03.2014, Casa do Médico

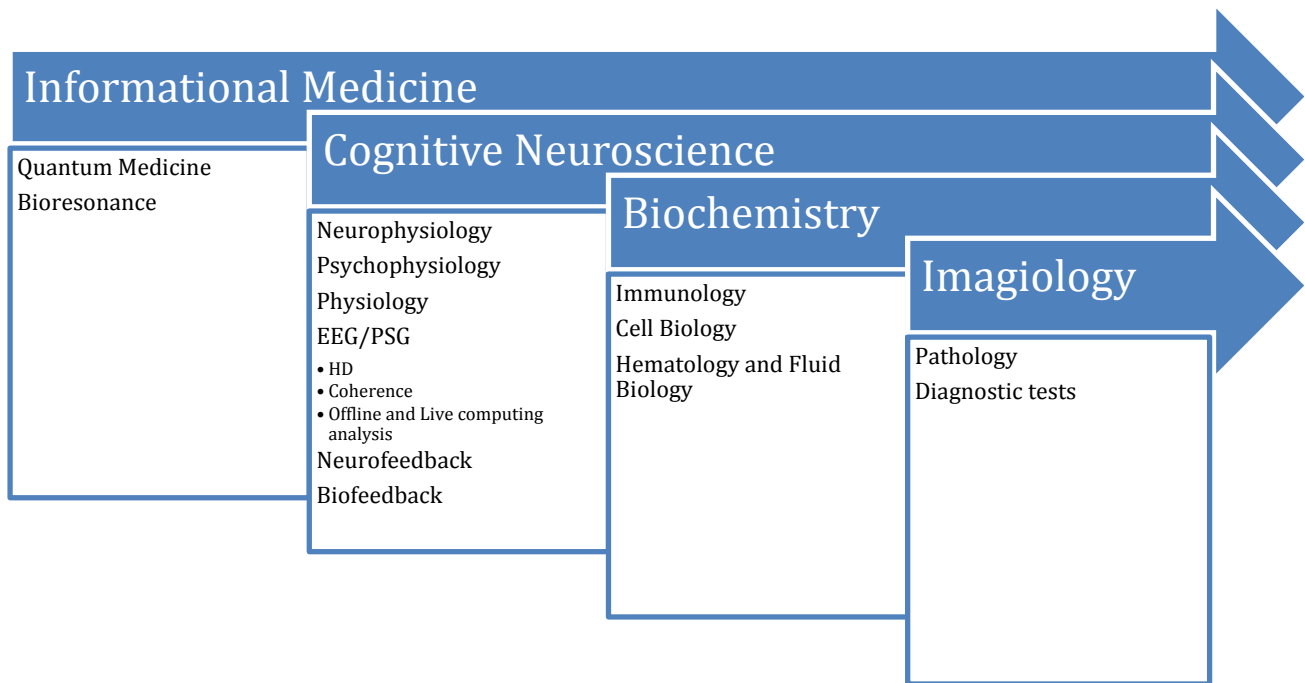
(7) Krippner S, Achterberg J: Anomalous Healing Experiences. In Cardeña E, Lynn S, Krippner S: *Varieties of Anomalous experience: Examining the Scientific Evidence* (353-395). American

(8) Covino N: Medical illnesses, conditions and procedures. In: Nash M, Barner A: The Oxford

ANNEXES

Figures

Fig.1 General Methodology for individual experiments.



Instruments of measurement (next page)

Questionnaires in Portuguese, for the application of the study in Portugal to the all international population of BOOM.

When necessary the instruments of measurement were translated to the language the subject felt it would be easier to understand.



BOOM Medical Service

Por favor entregar em: BOOM Medical Service, junto ao BOOM Bus



BOOM FESTIVAL 2014 – LIMMIT

Estados Modificados de Consciência, Felicidade e DMT em Medicina



Laboratório de Interação
Mente-Matéria
de Intenção Terapêutica

AGOSTO 2014

Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa
Avenida Professor Egas Moniz, 1649-028 Lisboa, Elevador 7 piso 3
217985100 EXT.44260 ----- limmit.fml@gmail.com ----- www.limmit.org

When necessary the questionnaires can be translated to the language the subject feels it will be easier to understand.

Anamnese

Data:.....Idade:.....Sexo:.....

Compreende o significado de Estado Modificado de Consciência? Sim ou Não

- Por experiencia/vivência pessoal? Sim ou Não

Compreende o significado de *Peak Experience*? Sim ou Não

- Por experiencia/vivência pessoal? Sim ou Não

Compreende o significado de *Near-Death Experience*? Sim ou Não

- Por experiencia/vivência pessoal? Sim ou Não

Com que frequência é sujeito a Estados Modificados de Consciência (e.g. 1x/ano/mês/dia)?

.....

Que actividades pratica para induzir estes estados?

Meditação ; Yoga ; Artes ; Actividade Física ; Sonho Lúcido ;

Etnomedicinas ; Outras Actividades Quais?.....

Atividade no BOOM Festival (descreva sucintamente o que veio fazer ao BOOM Festival)?

.....

.....

Circunstâncias que provocaram o Estado Modificado de Consciência descrito nos questionários seguintes?

.....

.....

Encontrava-se? Sozinho ou Acompanhado

Com? Conhecidos ou Desconhecidos

Consumo mais recente de substâncias com efeito psicadélico ou enteógeno?

A. Quando (há quanto tempo)?

- Nunca
- Anos
- Meses
- Dias
- Horas
- Minutos

B. O quê?

- Nada
- DMT
- Psilocibina
- Mescalina
- Ayahuasca
- MDMA
- Ketamina
- LSD
- Salvinorina
- Ibogaína
- Outras
-
-
-

Instruções

Seguidamente irá responder a 3 grupos de questionários, **total 12 páginas**, na seguinte ordem:

- **Estados Modificados de Consciência:** Dittrich and Simões, 1986;
- **Felicidade Subjectiva:** Satisfaction with Life Scale (Ed Diener et al, 1985), Subjective Happiness Scale (Lyubomirsky et al, 1999), Meaning in Life Questionnaire (Steger et al, 2006) and Mindful Attention Awareness Scale (Brown & Ryan, 2003);
- **DMT pathway** (via da N,N-dimetiltriptamina): Hallucinogen Rating Scale (Strassman et al, 1994).

Questionário de Estados Modificados de Consciência APZ

(*Abnorme Psychischer Zustaende*) - Versão Portuguesa (Dittrich and Simões, 1986)

Instruções: Nas páginas seguintes encontra-se uma série de afirmações, que podem ser respondidas com “Sim” ou “Não”. Por favor avalie-se

durante a situação por si recordada

fez uma experiência correspondente, assinalando com uma cruz [X] o “Sim” ou o “Não”.

Por favor, observe os seguintes pontos:

1. Não tenha medo de responder uma afirmação com “Sim”, por talvez pensar que a sua experiência não tenha sido “normal”. Muitas pessoas têm sob certas condições experiências estranhas, sobre as quais não falam no entanto com outras.
2. Por favor, responda rapidamente e não deixe afirmações sem resposta. Naturalmente que com estas curtas perguntas não podem ser consideradas todas as particularidades de uma experiência. Talvez, por isto, algumas não correspondam exactamente ao que experimentou. Decida-se mesmo assim, no caso de cada questão, da melhor maneira da qual se possa lembrar, se fez ou não uma tal experiência durante o seu estado de então ou, se a sua resposta tende para “Sim” ou para “Não”.

	Sim	Não
1. Eu tinha a impressão que tudo à minha volta era de certo modo irreal.	[]	[]
2. Sons e ruídos soavam de modo diferente do que usualmente.	[]	[]
3. O tempo passava mais depressa do que habitualmente.	[]	[]
6. Qualquer pensamento sem importância não me “saía da cabeça”.	[]	[]
7. Eu me sentia como se estivesse flutuando.	[]	[]
9. Eu tinha dificuldade de distinguir coisas importantes de coisas não importantes.	[]	[]
11. Tive consciência de que atrás do meu “Eu” habitual se escondia um outro “Eu”.	[]	[]
13. O limite entre mim e o meu redor pareciam-se confundir.	[]	[]
14. Vinham-me ao mesmo tempo tantas ideias e sensações que fiquei confuso.	[]	[]
16. Sentia-me completamente livre e isento de todas as obrigações.	[]	[]
19. O chão, sobre o qual estava, parecia oscilar.	[]	[]
20. Tinha um zunido nos ouvidos.	[]	[]

	Sim	Não
22. Não podia me lembrar do que havido acontecido duas horas antes.	[]	[]
24. Tinha o sentimento vago de que comigo ia acontecer uma coisa importante.	[]	[]
28. Partes do meu corpo pareciam não me pertencer mais.	[]	[]
29. Podia ver, durante completa escuridão ou com os olhos fechados, luminosidade ou raios de luz.	[]	[]
31. Senti-me deslocado para um outro mundo.	[]	[]
32. Os meus pensamentos eram sempre interrompidos por pensamentos secundários.	[]	[]
33. Eu via em perfeita escuridão ou com os olhos fechados se desenrolarem cenas inteiras como num filme.	[]	[]
34. Tinha a impressão de que no mundo não havia mais qualquer contradição.	[]	[]
39. Tinha a impressão de que os meus membros eram maiores do que habitualmente.	[]	[]
40. Meus próprios sentimentos me pareciam estranhos, como se não pertencessem a mim.	[]	[]
41. Eu estava convencido de já ter vivido a mesma situação.	[]	[]
42. Objectos ao redor de mim me afectavam emocionalmente muito mais do que habitualmente.	[]	[]
43. As coisas ao meu redor pareciam-me maiores do que normalmente.	[]	[]
44. Sentia-me torturado, sem saber exactamente porquê.	[]	[]
51. As coisas à minha volta tinham para mim um significado estranho e novo.	[]	[]
55. Sentia-me como um autómato.	[]	[]
56. O meu redor me parecia singularmente estranho.	[]	[]
57. As coisas ao meu redor tinham outro odor que normalmente.	[]	[]
58. Estava cansado e esgotado, porém ao mesmo tempo completamente acordado.	[]	[]

	Sim	Não
63. Parecia-me que já tinha sonhado o que estava a viver no momento.	[]	[]
64. Sentia-me ameaçado, sem saber exactamente de quê.	[]	[]
65. Relações estranhas entre factos em si distantes uns dos outros tornaram-se claras para mim.	[]	[]
66. Tinha a impressão que já não possuía mais vontade própria.	[]	[]
68. Parecia-me que já não tinha mais corpo.	[]	[]
70. Via em completa escuridão ou com os olhos fechados cores diante de mim.	[]	[]
71. Tinha medo, sem poder dizer exactamente porquê.	[]	[]
80. Via coisas que eu sabia não serem reais.	[]	[]
83. Sentia-me como se fosse uma marionete.	[]	[]
84. Sentia-me sem motivo exterior muito feliz e contente.	[]	[]
87. Tinha dificuldades em distinguir entre o que eu imaginava e o que eu na realidade vivia.	[]	[]
91. Tudo ao meu redor ia tão depressa, que não sabia bem o que acontecia.	[]	[]
92. Teria podido ficar horas seguidas sentado, a contemplar qualquer coisa.	[]	[]
95. Tudo me era completamente indiferente.	[]	[]
100. Via em completa escuridão ou com olhos fechados padrões regulares.	[]	[]
105. Ficava durante longo tempo como rígido numa posição completamente não natural.	[]	[]
107. Tinha dificuldades de tomar mesmo a mais pequena decisão.	[]	[]
110. Sentia-me como que paralisado.	[]	[]
113. Não sabia mais onde estava realmente.	[]	[]
119. Algo me vinha à ideia que eu não sabia se era sonhado ou realmente experimentado.	[]	[]
120. Via coisas estranhas, das quais agora sei, que não eram reais.	[]	[]

	Sim	Não
122. Tinha a impressão que podia pensar mais depressa e com mais clareza do que habitualmente.	[]	[]
127. Vivía o passado, o presente e o futuro, como uma unidade.	[]	[]
128. Coisas do dia-a-dia tinham para mim um significado especial.	[]	[]
129. Parecia-me que o mundo à minha volta e eu éramos um só.	[]	[]
131. As coisas à minha volta pareciam-me distorcidas.	[]	[]
132. Vinham-me tantos pensamentos à ideia que já não conseguia ordená-los.	[]	[]
133. O tempo passava mais devagar do que habitualmente.	[]	[]
134. Sons pareciam influenciar o que eu via.	[]	[]
136. Eu não podia pensar nada correctamente até ao fim; os pensamentos eram constantemente interrompidos.	[]	[]
137. Eu estava extremamente acordado e supersensível.	[]	[]
138. As cores do que eu via eram modificadas por sons ou ruídos.	[]	[]
139. Tinha a impressão de que tudo o que se passava à minha volta se relacionava comigo.	[]	[]
141. Eu sentia-me isolado de tudo e de todos.	[]	[]
146. Tinha a impressão de que já não podia mais controlar os movimentos do meu corpo.	[]	[]
147. Tinha a impressão de que sonhava.	[]	[]
148. Parecia-me que já não tinha mais sentimentos.	[]	[]
152. Sentia-me influenciado pela corrente eléctrica, raios ou hipnose.	[]	[]
156. Parecia-me haver uma parede invisível entre mim e o meu ambiente.	[]	[]
157. Observava-me a mim mesmo como a uma pessoa estranha.	[]	[]
158. Tinha a impressão de um vazio total na cabeça.	[]	[]

Escala de Felicidade Subjectiva (SHS)

Desenvolvida por: Sonja Lyubomirsky.

Instruções: Para cada uma das seguintes frases, por favor, escolha o ponto da escala que o descreve de forma mais apropriada.

1 2 3 4 5 6 7

Uma
pessoa
não muito
feliz

Uma
pessoa
muito feliz

1	Em geral, considero-me:	
2	Comparado com os meus pares, considero-me:	
3	Algumas pessoas são geralmente muito felizes. Apreciam a vida independentemente do que se passa à sua volta, aproveitando o melhor de tudo. Como considera essa pessoa?	
4	Algumas pessoas não são geralmente felizes. Embora não estejam deprimidas, nunca parecem tão felizes como poderiam ser. Como considera essa pessoa?	

Escala de Satisfação com a Vida (SWLS)

Desenvolvida por: Ed Diener

Instruções: Abaixo você encontrará cinco afirmações com as quais pode ou não concordar. Usando a escala de resposta a seguir, que vai de 1 a 7, indique o quanto concorda ou discorda com cada uma; escreva um número no espaço ao lado da afirmação, segundo sua opinião. Por favor, seja o mais sincero possível nas suas respostas.

- 7 = Concordo totalmente
- 6 = Concordo
- 5 = Concordo ligeiramente
- 4 = Nem concordo nem discordo
- 3 = Discordo ligeiramente
- 2 = Discordo
- 1 = Discordo totalmente

1. _____ Na maioria dos aspectos, minha vida é próxima ao meu ideal.
2. _____ As condições da minha vida são excelentes.
3. _____ Estou satisfeito(a) com minha vida.
4. _____ Dentro do possível, tenho conseguido as coisas importantes que quero da vida.
5. _____ Se pudesse viver uma segunda vez, não mudaria quase nada na minha vida.

Questionário do Significado na vida (MLQ10)

Desenvolvido por: M. F. Steger, P. Frazier, & S. Oishi.

Instruções: Por favor pense um pouco naquilo que faz com que a vida e a existência sejam importantes e tenham significado para si. Por favor responda às seguintes afirmações com sinceridade e precisão e por favor lembre-se que estas são questões muito subjectivas e que não há respostas certas ou erradas.

Classifique cada afirmação de acordo com a seguinte escala:

1-absolutamente falso; **2**-principalmente falso; **3**-algo falso; **4**-não sabe se é verdadeiro ou falso; **5**-um pouco verdadeiro; **6**-principalmente verdadeiro; **7**- absolutamente verdadeiro.

- 1)..... Eu compreendo o significado da minha vida.
- 2)..... Estou à procura de algo que dê significado à minha vida.
- 3)..... Estou sempre a tentar encontrar o significado da minha vida.
- 4)..... A minha vida tem um propósito claro.
- 5)..... Tenho a noção do que torna a minha vida importante.
- 6)..... Descobri um bom propósito para a minha vida.
- 7)..... Estou sempre à procura de algo que torne a minha vida significativa.
- 8)..... Estou à procura de um propósito ou de uma missão para a minha vida.
- 9)..... A minha vida não tem um propósito claro.
- 10)..... Estou à procura de significado na minha vida.

Mindfulness - Escala de Conhecimento, Atenção e Consciência (MAAS)

Desenvolvida por: Kirk Warren Brown (kirk@scp.rochester.edu), Ph.D. & Richard M. Ryan, Ph.D. Brown, K.W. & Ryan, R.M. (2003).

Instruções: Abaixo está um conjunto de afirmações sobre a sua experiência quotidiana. Usando a **escala 1 a 6**, por favor, indique com que frequência tem, ou não, actualmente cada experiência. Sendo que:

- 1-** Quase sempre; **2-** Muito frequentemente; **3-** Algo frequente;
4- Algo infrequente; **5-** Muito infrequente; **6-** Quase nunca.

Por favor, responda de acordo com o que realmente reflecte a sua experiência e não o que você acha que sua experiência deveria ser.

1	Posso estar a sentir alguma emoção e só fico consciente dela algum tempo mais tarde.	
2	Eu parto ou entorno coisas por descuido, por não tomar atenção, ou porque estou a pensar noutra coisa qualquer.	
3	Acho difícil permanecer focado no que acontece no presente	
4	Tendo a andar depressa para chegar onde quero ir e não dou muita atenção ao que vou experienciando ao longo do caminho.	
5	Tendo a não dar conta de sensações de tensão física ou de desconforto até eles me puxarem a atenção.	
6	Esqueço-me do nome de uma pessoa logo a seguir a terem-mo dito pela primeira vez.	
7	Parece que estou em “modo automático”, sem dar muita atenção ao que estou a fazer.	
8	Eu apresso-me de umas actividades para as outras sem lhes dar realmente atenção.	
9	Fico tão focado no objectivo que quero atingir que perco o contacto com o que estou a fazer neste momento para chegar a esse objectivo.	
10	Faço tarefas ou trabalhos automaticamente, sem dar atenção ao que estou a fazer.	
11	Dou por mim a ouvir alguém por um lado, mas a fazer outra coisa ao mesmo tempo.	
12	Conduzo para sítios em “piloto automático” e depois pergunto-me porque é que lá fui parar.	
13	Dou por mim preocupado com o futuro ou com o passado.	
14	Dou por mim a fazer coisas sem lhes prestar atenção.	
15	Eu petisco sem ter consciência de que estou a comer.	

HALLUCINOGEN RATING SCALE HRS (Version 3.06P)

Abaixo estão listadas afirmações referentes aos efeitos experimentados durante a sua última experiência. Para cada afirmação, marque a resposta que mais corresponda ao efeito mais intenso experimentado por você. Este questionário é a respeito do que você vivenciou ao longo de todo o processo. Marque apenas uma resposta para cada item; marque o que parece ser melhor, mesmo se nenhuma resposta corresponder ao que você sentiu exatamente. Não se preocupe se, algumas vezes, sua resposta entrar em contradição com respostas anteriores, ou se duas sensações diferentes ocorreram ao mesmo tempo. Marque sempre de acordo com o que você sentiu a cada vez.

Copyright© 1994, by Rick J. Strassman, M.D., Department of Psychiatry, University of New Mexico, School of Medicine, Albuquerque, NM. All rights reserved. No part of this instrument may be used or reproduced in any manner whatsoever without written permission of the author.

1. Tempo decorrido entre a administração e a experiência de seu efeito?	Não aplicável Sem efeito	0-5 minutos	5-15 minutos	15-30 minutos	30-60 minutos	Mais de uma hora
---	--------------------------	-------------	--------------	---------------	---------------	------------------

2. Como você sentiu a rapidez e a força dos efeitos chegando?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
2a. Houve alguma localização dos efeitos experimentados? Descreva, por favor.					
3. Mudança na salivação?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
3a. Secura, mais salivação, ou ambas. (Circule um.)					
4. Sentiu o corpo ou alguma parte dele diferente?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
4a. Descreva, por favor.					
5. Sentiu alguma mudança na percepção de peso do seu corpo?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
5a. Mais leves, mais pesados, ou ambos. (Circule um.)					
6. Você se sentiu como em movimento, caindo ou voando pelo espaço?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
7. Sentiu alguma mudança na temperatura de seu corpo?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
7a. Mais quente ou com calor, mais frio, ou ambos. (Circule um.)					
8. Você sentiu agulhadas/alfinetadas e/ou uma pequena sensação elétrica/electricidade?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
9. Pressão ou peso dentro do peito ou na barriga?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
9a. Fisicamente solto, ágil ou flexível?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
10. Ficou com a impressão de estar "tremendo por dentro" (tremores internos)?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
11. Sentiu o corpo sacudindo, tremendo?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
12. Sentiu o coração batendo?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
13. Sentiu o coração batendo irregularmente?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
14. Náusea ou enjoo?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
15. Fisicamente confortável?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
16. Fisicamente inquieto?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
17. Você se sentiu ruborizado ou corado?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
18. Com vontade de urinar?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
19. Vontade de defecar (fazer cocô)?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
20. Sensações sexuais?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
21. Você se sentiu afastado, destacado ou deslocado do corpo?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
22. Houve mudança na sensibilidade da sua pele?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
22a. Mais sensível, menos sensível, ou ambos. (Circule um.)					
23. Você suou?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
24. Sentiu dor de cabeça?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
25. Ficou ansioso?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
26. Você se sentiu assustado?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
27. Sentiu pânico?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
27a. Você experimentou um sentimento de autoaceitação? (estando menos crítico em relação a si mesmo?).	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
28. Você se sentiu à vontade?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
28a. Perdoando a si mesmo ou aos outros?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
29. Com vontade de rir?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
30. Você se sentiu animado, disposto, entusiasmado?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente

31. Você se sentiu em estado de reverência ou em deslumbramento?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
31a. Sentiu que estava compreendendo os sentimentos dos outros?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
32. Você se sentiu em segurança?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
33. Sentiu a presença de uma força numinosa, de um poder superior, de Deus?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
34. Você sentiu uma mudança no modo pelo qual você respondia "emocionalmente" (sentiu/experimentava) aos sons?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
34a. Mudança mais agradável, menos agradável, ou ambas. (Circule um.)						
35. Você se sentiu feliz?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
36. Triste?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
36a. Você se sentiu "cheio de amor"?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
37. Ficou eufórico?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
38. Desesperado?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
39. Com vontade de chorar?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
40. Você sentiu mudança em relação a sua sensação de proximidade/intimidade para com as pessoas ali do ambiente?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
40a. Mais próximas, menos próximas, ou ambas. (Circule um.)						
41. Você sentiu mudança na quantidade das suas emoções?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
41a. Mais emotivo, menos emotivo, ou ambos. (Circule um.)						
42. As emoções pareciam diferentes das habituais?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
43. Você sentiu estar em unidade com o universo?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
44. Você se sentiu isolado das pessoas e coisas?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
45. Você se sentiu renascido?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
46. Ficou satisfeito com a experiência?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
47. Gostou da experiência?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
48. Daqui a quanto tempo você gostaria de repetir a experiência?	Nunca mais	Dentro de um ano	Dentro de um mês	Dentro de uma semana	Logo que possível	
49. Deseja a experiência regularmente?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
50. Sentiu algum cheiro?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
50a. Por favor, descreva.						
51. Sentiu algum sabor, gosto de algo?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
51a. Por favor, descreva.						
52. Ouvia um som ou sons acompanhando a experiência?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
52a. Por favor, descreva.						
53. Viveu uma sensação de silêncio ou profunda quietude?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
54. Os sons soavam diferentes no ambiente?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
55. Houve alteração na distinção (clareza) dos sons?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
55a. Mais claros, menos claros, ou ambos. (Circule um.)						
56. Você teve sinestesia auditiva ("ouvir" visualmente – audição visual, ou outras percepções não auditivas).	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
57. Efeitos visuais?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
58. Visualmente, a sala pareceu diferente?	Não sei, olhos fechados	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
59. Os objetos da sala tinham um brilho diferente do habitual?	Não sei, olhos fechados	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
59a. Mais brilhantes, menos brilhantes, ou ambos. (Circule um.)						
60. Houve mudança na discriminação visual dos objetos do ambiente?	Não sei, olhos fechados	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
60a. Mais nítidos, borrados, ou ambos. (Circule um.)						
61. O ambiente estava recoberto com padrões visuais?	Não sei, olhos fechados	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
62. Com olhos abertos, o campo visual ficava vibrando ou sacudindo (sacudindo)?	Não sei, olhos fechados	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
63. Sinestesia visual ("vendo" sons ou outra percepção não visual)?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
64. Você teve imagens visuais, visões, alucinações (podendo incluir apenas padrões geométricos abstratos)	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
65. As imagens, visões e alucinações eram de natureza caleidoscópica?	Não aplicável. Nada visto.	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente

66. Houve diferença no brilho das cores das imagens/visões comparadas com a visão à luz do dia cotidiana?	Não aplicável. Nada visto.	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
66a. Cores mais brilhantes, menos brilhantes ou ambas. (Circule um.)						
66b. Cores predominantes						
67. Qual a dimensão das imagens/visões/alucinações?	Não aplicável. Nada visto.	Linear (unidimensional)	Superfície plana (duas dimensões)	Tridimensional	Multidimensional	Além da dimensão
68. Houve movimento nas visões, alucinações?	Não aplicável. Nada visto.	De modo	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente
68a. Por favor, descreva as visões, alucinações.						
69. Houve a percepção de uma luz branca?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
70. Você se sentiu como se estivesse morto ou morrendo?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
71. Teve sensação de velocidade?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
72. Teve a impressão de já ter vivido uma determinada situação que você nunca viveu? (Totalmente desconhecida, sem memória real disso, mas acha que já viveu aquilo antes, como uma experiência muito familiar.)	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
73. Você teve a sensação de, diante de uma situação que lhe é familiar, de repente, naquele momento, tivesse se tornado totalmente estranha, desconhecida, não familiar?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
74. Você viveu sentimentos contraditórios ao mesmo tempo (alegre e triste, ou esperançoso e sem esperança)?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
75. Sensação de caos?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
76. Você sentiu uma mudança na percepção de "como você é"?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
76a. Mais fortemente, menos fortemente, ou ambos. (Circule um.)						
77. Teve novos pensamentos ou <i>insights</i> /revelações, ideias novas?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
78. Memórias, lembranças da infância?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
79. Sentiu-se como uma criança?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
80. Houve alteração na velocidade do pensamento?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
80a. Mais rápido, mais lento, ou ambos. (Circule um.)						
81. Houve mudança na qualidade de seu pensamento?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
81a. Pensamento mais aguçado/aguado, menos aguçado, ou ambos. (Circule um.)						
82. Houve diferença na sensação de realidade das experiências quando comparadas às experiências de seu dia a dia?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
82a. Pareciam mais reais, menos reais, ou ambos. (Circule um.)						
83. Houve experiências de natureza onírica, como um sonho?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
84. Houve pensamentos de sua vida pessoal atual, ou de um passado recente?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
85. Houve <i>insights</i> , descobertas novas, revelações em relação a assuntos pessoais ou profissionais?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
86. Houve variação na velocidade do tempo passar?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
86a. Passando mais rápido, mais lento, ou ambos. (Circule um.)						
87. Ficou sem consciência daquilo que acontecia?	Definitivamente não			Não tenho certeza	Definitivamente sim	
88. Houve mudança em sua impressão de sanidade mental?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
88a. Mentalmente mais são, mentalmente menos são, ou ambos. (Circule um.)						
89. Teve necessidade de fechar os olhos?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
90. Houve mudança no esforço para você respirar?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
90a. Respirando de forma mais relaxada, mais dificultada, ou ambos. (Circule um.)						
91. Você se sentiu capaz de seguir a sequência dos eventos?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
92. Foi capaz de se soltar, deixar acontecer?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
93. Capaz de focalizar a atenção?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
94. Você foi capaz de controlar a si mesmo e a situação (sob controle)?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
95. Seria capaz de se locomover, caso lhe pedissem?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
96. Seria capaz de se lembrar de que estava sob o efeito de uma substância, da natureza temporária da experiência?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
97. Você sentiu que havia ondas repetitivas de ascensão e de declínio (efeitos da substância) na qualidade de sua experiência ao longo do processo?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
98. Qual foi a intensidade?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
99. Sentiu-se "ligado" (ou seja, estar sob o efeito de uma substância, com um estado alterado de consciência)?	De modo nenhum	Levemente	Moderadamente	Muito	Extremamente	
100. Você acha que tomou placebo?	Sim				Não	
Algum outro comentário?						

Por favor entregar em: BOOM Medical Service, junto ao BOOM Bus. (ver mapa 1º página)
Muito obrigado pela sua atenção e participação 😊