

Avantages et limites de l'utilisation de l'Ayahuasca en contexte thérapeutique¹

DR. JACQUES MABIT²

Compte tenu de l'énorme diffusion de l'usage de l'Ayahuasca, dans des contextes parfois inappropriés, avec les risques de l'autoconsommation solitaire ou dans des environnements récréatifs et festifs, il nous semble opportun de rappeler brièvement les avantages et les limites de son usage, qui avant tout est thérapeutique s'agissant d'une médecine, et à ce titre pourvu d'indications et de contre-indications.

1. Apport spécifique de l'Ayahuasca (indications)

L'Ayahuasca utilisée selon les normes indiquées représente sans aucun doute un outil très puissant de connaissance de soi et donc un moyen privilégié de facilitation du travail du psychothérapeute.

Résumons quelques-uns des principaux avantages de l'utilisation de l'Ayahuasca pour des patients dépendants des drogues :

1. L'effet visionnaire de l'Ayahuasca permet d'accéder à des réalités du monde invisible, qui deviennent alors visibles ou sensibles et découvre des éléments actifs dans l'inconscient du sujet. Le matériel qui apparaît demande une interprétation symbolique à la manière de la lecture des rêves. À défaut, l'abord dissociatif occidental classique ignorant la dimension métaphorique, analogique, la lecture symbolique, ne peut y percevoir que des hallucinations, c'est-à-dire une falsification perceptuelle sans objet. Dans ce cas évidemment l'objet n'est pas matériel mais psycho-émotionnel ou encore archétypique ou spirituel et par conséquent il ne s'agit nullement de phénomènes hallucinatoires insensés sinon de visions congruentes avec l'univers intérieur du sujet.

2. Les patients dotés d'une capacité limitée de symbolisation et peu accessibles aux thérapies verbales profitent de l'induction visionnaire et peuvent s'exonérer, au moins dans un premier temps, des nécessités de la verbalisation. L'invasion du psychisme des toxicomanes par des expériences bouleversantes les ont fait régresser à des états fusionnels préverbaux. La prise de conscience de leur problématique au moyen du « voir » leur octroie en échange une voie d'accès directe à leur monde intérieur, dépassant la barrière du langage conventionnel.

3. Pendant la prise d'Ayahuasca, le sujet ne perd pas conscience et joue simultanément le rôle d'observateur et d'observé. Il est lui-même son propre objet d'observation. Il peut intervenir activement dans son propre monde intérieur et devient par là le protagoniste direct de son traitement. Ce qui ne manque pas d'améliorer notablement sa propre estime et renforcer puissamment sa conviction quant aux découvertes qu'il effectue sur lui-même et du même coup consolider sa motivation pour concrétiser les changements nécessaires à sa vie. Il peut vérifier la véracité des propositions interprétatives de son thérapeute. Il récupère les rênes de son être qui lui échappaient.

4. L'Ayahuasca agit comme un révélateur des vérités profondes du sujet sans jamais violer l'intimité de son être. Il ne pourra pas aller au-delà de l'intentionnalité authentique, celle du cœur,

¹ Extraits révisés de « Ayahuasca, addictions et états modifiés de conscience », Dr. Jacques Mabit, 2007, pp. 8-12, https://www.takiwasi.com/docs/arti_fra/ayahuasca_addictions_emc.pdf

² Médecin fondateur du Centre Takiwasi, Tarapoto, Pérou www.takiwasi.com

qu'il pose dans l'acte d'avaler le breuvage. L'exploration n'investira que les espaces ouverts par le sujet lui-même par sa disposition intérieure. Inversement, le manque de sincérité ou d'engagement dans le processus constitue une limite à l'efficacité thérapeutique. Il représente sans doute la principale contraindication à la prise d'Ayahuasca : reproduire l'acte prométhéen de voler les secrets de la vie à travers l'induction d'un état modifié de conscience (EMC) peut se solder par un vécu très éprouvant qui sert aussi de leçon.

5. L'Ayahuasca, en déplaçant les problématiques du sujet sur la scène de l'imaginaire, lui autorise une réélaboration de ses conflits intrapsychiques. Des solutions, interprétations ou alternatives que le patient n'avait jamais conçues font alors leur apparition. Cette défocalisation ou élargissement de la conscience lui permet d'aborder d'une nouvelle manière ses nœuds et blocages internes.

6. Aucun dépendance ou addiction provenant de l'Ayahuasca n'a jamais été rapportée dans la littérature ni observée de notre part. Son utilisation ne constitue donc pas une forme de traitement de substitution. Au contraire, avec l'augmentation du nombre de prises, la sensibilité du patient augmente tandis que la dose diminue progressivement pour la même intensité d'effets.

7. Il n'existe pas de risque de toxicité dans l'utilisation du breuvage naturel puisque les barrières physiologiques sont respectées et des mécanismes d'auto-régulation agissent au moyen des fonctions d'évacuation (diarrhée, vomissement, transpiration, urine...) quand le patient atteint les limites de sa capacité de résistance. Rappelons que les études sur les rats du Dr. Mirtes Costa de l'Université de Campinas au Brésil signalent que la dose mortelle pour un être humain standard (75 kgs) serait de 7,8 litres d'Ayahuasca, ce qui représente en moyenne 50 fois la dose thérapeutique habituelle (Callaway J.C., 1996). Le goût extrêmement désagréable du breuvage rend impossible d'atteindre cette dose. Aucun cas de décès dus à la prise d'Ayahuasca seule n'a jamais été signalé dans la littérature anthropologique ni scientifique. Les études cliniques du projet Hoasca effectué au Brésil par une équipe pluridisciplinaire de l'Université de Berkeley indiquent clairement que l'utilisation correcte et prolongée de l'Ayahuasca non seulement n'affecte pas ceux qui l'ingèrent mais qu'elle leur apporte de nettes améliorations tant sur le plan physique que psychique par rapport à un groupe de contrôle (Grob C. & al., 1996). Nous même avons observé la même chose sur nous-même et parmi les guérisseurs qui atteignent en bonne santé des âges avancés.

8. L'Ayahuasca provoque des effets cathartiques physiques et psychiques concomitants, suivis d'un rééquilibrage du système nerveux autonome et de résultats réparateurs au niveau émotionnel. On observe cliniquement une amélioration notable du système immunitaire bien que des études scientifiques consistantes et complémentaires en la matière fassent encore défaut.

9. L'Ayahuasca, au-delà des effets individuels (biographiques), en s'adressant directement aux matrices psychiques transpersonnelles et transgénérationnelles, permet de dépasser le cadre culturel, social, intellectuel, idiomatique ou religieux des participants à une session y inclus les formes spécifiques du cadre rituel posé au départ par le thérapeute qui dirige l'expérience.

10. Le vécu sous Ayahuasca, non seulement permet de réviser le système de croyances propres à chacun mais déconstruit et reformule les engrammations ou les mémoires somatiques profondes. L'Ayahuasca offre ainsi une sorte de nouvelle matrice symbolique pour vivre le processus mort-renaissance jusqu'au niveau des ancrages physiques les plus archaïques. Ceux-ci perdurent dans la

vie quotidienne du sujet ainsi restructuré (*re-matricié*) selon la traduction biblique d'André Chouraqui), au-delà de sa conscience diurne ou ordinaire.

11. Sur le plan psychologique, l'Ayahuasca active les processus naturels de réparation comme :
- Augmentation de la capacité intellectuelle et de concentration
 - Affleurement des mémoires et des souvenirs
 - Reformulation des conflits internes
 - Réduction de l'anxiété
 - Stimulation de la vie onirique
 - Identification progressive de « l'ombre » qui cesse alors de posséder le sujet et l'induit à comprendre l'autre et à accéder au pardon
 - Réduction des mécanismes projectifs
 - Prompte gratification de l'effort qui fortifie la motivation et augmente la tolérance à la frustration
 - Amélioration de l'estime de soi
 - Prise de conscience de l'unicité de l'être et de sa place dans le monde, ce qui facilite le processus de différenciation ou d'individuation

12. Tous les éléments résumés ici ouvrent le patient à d'autres possibles, le rendent flexible et facilitent une intervention conjointe plus efficace d'autres techniques de psychothérapie. Cette ouverture a pu être observée constamment par des thérapeutes invités qui purent comparer les réponses des patients de Takiwasi à leurs techniques avec celles de leurs patients habituels.

Il nous semble nécessaire à ce niveau de signaler également les limites de l'utilisation de l'Ayahuasca dans un contexte thérapeutique.

2. Limites de l'utilisation d'ayahuasca en contexte thérapeutique (contrindications)

Contre-indications physiques

Les contre-indications sont relativement peu nombreuses en ce qui concerne les problèmes organiques où, par précaution, sont exclues les personnes qui présentent de graves déficiences métaboliques (diabète, urémie, par exemple) ou fonctionnelles (insuffisance cardiaque par exemple), décompensées, ou encore des pathologies dégénératives avancées (Parkinson, Sclérose en plaques, SLA, etc.).

Sont également exclues les femmes enceintes, surtout pour les risques d'avortement au cours des trois premiers mois que pourraient provoquer les efforts éventuels pour vomir. Il faut signaler que, dans la tradition indigène qui bénéficie de milliers d'année d'expérience, la grossesse ne représente aucune contre-indication et l'ingestion d'Ayahuasca devient même recommandée pour donner plus de « force » au fœtus. Les guérisseurs indigènes évitent cependant d'accueillir en session des femmes enceintes dont la puissante énergie est susceptible de perturber les autres participants.

D'autres raisons « énergétiques » sont invoquées en ce qui concerne les femmes en période menstruelle. Produit d'un nettoyage non seulement physique (utérus) mais aussi énergétique (sanguin), les règles sont donc considérées comme potentiellement très perturbatrices et dangereuses lors du déroulement d'une session (induction de « bad trip »). Ces dimensions énergétiques, ignorées par la culture occidentale mais universellement signalées par la Tradition, mériteraient des études approfondies car le monde occidental les interprète erronément comme des conduites culturelles à connotation machistes ou prototypes d'une morale répressive sur le plan sexuel. Nous avons pu constater lors de notre propre expérience que le sang menstruel dégage des odeurs subliminales par rapport au seuil perceptuel olfactif à l'état normal mais sensibles à cause de l'exacerbation olfactive produite par l'ingestion d'Ayahuasca. Des études contemporaines sur le système olfactif, le vomer et le rôle des phéromones, semblent corroborer ce que les guérisseurs affirment à propos de la relation entre la menstruation et odeurs subliminales (voir par exemple Kathleen Stern & Martha K. McKlintock, 1998).

La prise d'Ayahuasca sera écartée chez les sujets montrant des lésions digestives qui pourraient dégénérer en hémorragies à cause d'efforts de vomissement (ulcère stomacal, varices ou fissure œsophagiennes...).

Le risque de choc sérotoninergique lié à l'utilisation des anti-dépresseurs inhibiteurs de la recapture de la sérotonine ou SSRIs a été signalé comme possible (Callaway J.C. & Grob C.S., 1998). Cependant, jusqu'à présent aucun cas précis d'un tel incident n'a été documenté dans la littérature scientifique. Par prudence et dans la mesure du possible nous demandons l'arrêt de ces anti-dépresseurs trois mois avant le début de la prise d'Ayahuasca et nous procédons à une désintoxication préalable par des plantes purgatives grâce à quoi, jusqu'à présent, nous n'avons pas observé un seul cas de surcharge sérotoninergique. Ces précautions peuvent être élargies aux prescriptions de médicaments psychotropes majeurs (lithium, neuroleptiques...).

Contre-indications psychiques

On évitera l'utilisation de l'Ayahuasca en cas de processus psychiques dissociatifs où se manifestent des éléments délirants (psychose, schizophrénie...). Cependant certains tableaux de bouffées délirantes attribuables à une intoxication par les drogues (psychose cannabique, par exemple) peuvent se bénéficier de l'usage contrôlé de l'Ayahuasca si celui-ci s'inscrit à l'intérieur d'une démarche thérapeutique globale et structurée qui comprend une désintoxication préalable et un accompagnement psychothérapeutique d'intégration dans la durée.

De même les cas borderline devront être évalués cas par cas afin d'analyser la capacité d'intégration de l'expérience symbolique par le sujet, sa motivation, l'environnement familial, etc. La prise d'Ayahuasca dans ces cas ne peut être ni exclue totalement ni systématiquement proposée. Elle ne peut être non plus décontextualisée du cadre de contention et d'intégration offert ou pas par l'équipe thérapeutique, et la maîtrise et expérience dont elle fait preuve.

Dans notre observation, dans le contexte adéquat décrit précédemment, si la personne dissociée ne peut accéder à la zone de son hiatus psychique (clivage), les mécanismes de défenses psychiques aboliront tout effet psychoactif et ceux d'auto-régulation physique procéderont à l'expulsion du

breuvage. Il reste que les troubles de la personnalité ne représentent pas une indication idéale de l'Ayahuasca et doivent en général conduire à l'abstention de son usage.

La prise d'Ayahuasca sauvage, seul ou dirigée par des expérimentateurs peu entraînés, comporte toujours le risque d'alimenter un cadre dissociatif latent ou patent dans la mesure où les fonctions intégratives ne sont pas activées correctement. C'est pourquoi nous déconseillons son usage hors de tout contexte thérapeutique cohérent.

En dehors de ces cas d'exclusion, nous croyons que le principal problème de l'utilisation de l'ayahuasca chez des sujets occidentaux réside dans le manque, dans notre culture, de connaissance de la dimension symbolique, carence qui touche tout aussi gravement les patients que les thérapeutes. Le transfert de l'usage de l'ayahuasca du cadre culturel ancestral à un cadre thérapeutique moderne pose le problème de l'intégration cohérente du matériel visionnaire auquel on accède. Quand un sujet occidental considère sa vision comme un message au premier degré, en omet la lecture symbolique et ne maîtrise pas les codifications métaphoriques, il peut assumer le contenu de cette information de façon erronée. La découverte brutale des puissances énergétiques et psychiques, dont nous sommes habituellement d'inconscients détenteurs et qui investissent également toute la Création, contient un potentiel de fascination qui peut déboucher sur une forme d'aliénation. Par exemple, il est commun de voir des sujets occidentaux ou des patients toxicomanes s'attribuer une vocation de " guérisseurs " ou de " chamanes " à la suite d'une session où ils auront pu visualiser la circulation des énergies au cours du processus. Le thérapeute devra leur montrer qu'il s'agit d'un phénomène banal, bien que nouveau pour le sujet, et que si potentialités il y a, il existe cependant un abîme entre percevoir d'éventuelles potentialités et croire qu'on les possède déjà pleinement. Ces phénomènes compensatoires au sentiment profond d'insignifiance jouent très fréquemment. L'être humain attribue facilement à son " moi " égotique tout ce qui le flatte et a du mal à résister à la séduction de l'autocomplaisance. Cette réduction du sens critique ou même parfois du simple bon sens peut l'amener à ne pas « entendre » au bon niveau ce qui s'adresse à son " MOI " supérieur (au Self junguien) et en l'accueillant au niveau du « moi ordinaire » entreprendre des actions inadéquates. Le thérapeute joue alors un rôle fondamental en conduisant son patient à discerner ce qui surgit de ses projections et ce qui peut réellement constituer une information fondamentale qui transcende son « petit moi ». A défaut d'une correcte interprétation et intégration des informations surgit lors de l'EMC, le sujet court le risque, si fréquent dans les milieux du New Age, au lieu d'un élargissement de la conscience de déboucher sur une inflation de l'égo.

La rigueur des règles d'administration de l'Ayahuasca impose un cadre précis et est souvent peu prise en compte par les occidentaux qui tendent à les réduire à de simples " croyances ", à un formalisme culturel ou à de simples manifestations folkloriques. Pour autant cela leur semble facultatif, aléatoire, modulable. Dans le contexte moderne, la loi exprimée ici par le format précis du rituel génère fréquemment des résistances pour être perçue comme contraignant ou limitante.

Cependant, tout d'abord une préparation physique est nécessaire (purge, par exemple), puis psychique (identification de la motivation et intentionnalité du sujet). Il y a prescription de règles alimentaires (diètes, jeûnes, exclusion de certains aliments comme le piment et le porc...), sexuelles (abstinence). Est proscrit l'usage concomitant de certaines substances psychoactives (cactus à mescaline, cannabis, par exemple). Ces principales limites incommodes souvent les « chercheurs de vision » qui les excluent du cadre rituel, s'ils en maintiennent encore un, en les considérant superflues. En réalité ces

exigences conditionnent au plus haut point le résultat thérapeutique et l'absence de son observation peut être réellement dangereuse pour la stabilité psychique du sujet.

Cela nous renvoie à une question centrale qui est la formation des thérapeutes qui accompagnent la prise d'ayahuasca où eux-mêmes doivent ingérer la potion pour être en résonance avec l'état psychique de leurs patients. En état modifié de conscience, le sujet est peu accessible à travers le langage rationnel linéaire et doit être contacté au moyen d'un langage métaphorique, symbolique, basé sur des modulations énergétiques à la fois fines et puissantes. Celui-ci se met en forme grâce aux chants sacrés (ikaros), le recours aux parfums, à la fumée du tabac, à divers instruments sonores, aux prières, et certains gestes portés sur le corps du patient... Cet art demande un long apprentissage, très exigeant, qui inclue de longues périodes de diète, de jeûnes, d'abstinence sexuelle, de réclusion dans la solitude... Le thérapeute utilise son corps comme axe central du rituel et assure à travers l'effectivité de celui-ci, la sécurité des patients et le maintien de leur intégrité. Cette préparation est nécessaire si l'on veut atteindre la dimension transcendante du MOI supérieur du patient et ne pas se limiter à des effets psychiques superficiels. En d'autres termes, cela exige que le thérapeute soit un véritable initié en la matière et montre une vocation indiscutable qui va exiger de lui esprit de sacrifice, constance et humilité.

Références

Callaway J.C. (1996). A Report from the International Conference of Hoasca Studies 11/2-4/95. Newsletter of the Multidisciplinary Association for Psychedelic Studies. MAPS - Volume 6 Number 3 Summer 1996.

Callaway J.C. & Grob C.S. (1998). Ayahuasca preparations and serotonin reuptake inhibitors: A potential combination for adverse interaction. *Journal of Psychoactive Drugs* 30 (4):367-69.

Grob, C. S. & McKenna D. J. & Callaway J. C. & Brito G. S. & Neves E. S. & Oberlander G. & Saide O.L. & Labigiani E. & Tacla C. & Miranda C.T. & Strassman R.J. & Boone K.B. (1996) Human pharmacology of hoasca, a plant hallucinogen used in ritual context in Brazil. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 184 : 86-94.

Stern K. McKlintock M.K (1998) Regulation of ovulation by human pheromones, *Nature*, 392: 209-217