À PROPOS DE L'AUTEUR
Journaliste et photographe de formation scientifique, Philippe Donnaes a collaboré avec de nombreux titres de la presse technique spécialisée. Il s'intéresse depuis toujours aux espaces trop peu explorés des pouvoirs de la conscience et de l'esprit.

AYAHUASCA
LA MÉDECINE DU XXIe SIÈCLE ?

Par Philippe Donnaes

La science vient étayer des siècles de sagesse chamanique, en démontrant le formidable potentiel thérapeutique, tant physique que psychologique, de l'ayahuasca, cette plante maîtresse utilisée depuis toujours dans le bassin amazonien. Cette médecine de l'âme et du corps pourrait bien, sous réserve de respecter sa dimension sacrée, devenir un formidable catalyseur nous permettant de renouer avec le monde perdu de notre spiritualité.

« *Ceux qui savent ne parlent pas, ceux qui parlent ne savent pas.* » Cette citation de Lao-Tseu résume assez bien la réalité ambiguë dans laquelle baigne l'ayahuasca. Un mélange de on-dit, de peurs, de fausses croyances, de réputation sulfureuse chez ceux qui n'en ont jamais consommé, alors que la réalité est toute différente pour tous les « initiés » qui ont goûté au « nectar » – une boisson des plus infâmes à avaler aux dires de nombreux témoins – magique interdit. Cependant, en dépit des polémiques, le breuvage séculaire connaît depuis de nombreuses années un engouement qui va croissant. De la simple expérience psychédélique à la véritable démarche spirituelle, ce succès planétaire débouche parfois sur un phénomène sociétal qui frise dangereusement ce qui pourrait relever d'un tourisme chamanique.

Le côté obscur du chamanisme

Pourquoi dangereux ? Parce que l'ayahuasca est avant tout une plante de pouvoir, comme en témoigne l'ethnobotaniste Romuald Leterrier dans l'une de ses nombreuses interventions visibles sur Internet[1]. Des propos que vient étayer Sébastien Cazaudehore[2] en soulignant que « *la majorité des chamans*[3] *sont, en Amazonie comme ailleurs de par le monde, des guerriers avant d'être des guérisseurs* ». Traditionnellement, chaque communauté a ainsi son chaman qui occupe à la fois les fonctions de médecin, de prêtre et de conseiller. Et si les hommes doivent, par exemple, partir chasser quelques

© foxyliam/stock.adobe.com

jours en forêt, celui-ci négocie avec les esprits les âmes des animaux qui seront abattus, en les échangeant avec leur contrepartie humaine. Et il est bien évident que le chaman ne va pas piocher ces vies au sein de ses propres ouailles… Il s'agit donc d'une véritable guerre que peuvent se livrer deux chamans, l'un qui attaque pour obtenir ses compensations, et l'autre qui défend les gens de sa communauté. Et ne parlons pas de ceux qui ont tout simplement basculé du côté obscur, autrement dit dans la sorcellerie… Ou des alliances qui peuvent se nouer dans le but d'abattre un rival plus puissant. « *Je n'avais pas vraiment appréhendé cette dimension au début de ma quête initiatique*, poursuit Sébastien Cazaudehore, *mais j'y ai rapidement été confronté, et j'ai été sidéré de découvrir à quel point ces luttes peuvent être violentes, et parfois mortelles.* » Mais il existe néanmoins des « chamans lumineux », des hommes-médecine dont le seul objectif est de soigner et guérir. Encore faut-il avoir la connaissance des risques encourus, la volonté de trouver de tels hommes-médecine et le temps nécessaire pour les chercher. État d'esprit qui n'est pas forcément celui d'un Occidental naïf qui débarque en *terra incognita*, en provenance directe de sa jungle de béton consumériste avec, pour seul leitmotiv, la recherche frénétique de visions.

Il s'agit donc d'une véritable guerre que peuvent se livrer deux chamans.

Aucun danger physique en théorie

Cette quête psychédélique aveugle peut ainsi précipiter le néophyte tout droit dans la maloca – la hutte sacrée traditionnelle dans laquelle se déroulent les cérémonies – d'un chaman peu scrupuleux, plus enclin à faire du business que de véritablement soigner. Avec encore une fois, en toile de fond, de graves dangers potentiels pour l'intégrité physique et psychique du consommateur non averti. « *Le pseudo-chaman peut en effet ajouter du datura*[4] à sa préparation, explique Sébastien Cazaudehore, *une plante qui fait sauter les blocages psychiques que respecte, au contraire, l'ayahuasca, tout en accélérant la montée des visions et en amplifiant leur puissance.* » Le touriste est donc ainsi certain d'en avoir pour son argent et, par voie de conséquence, le chaman… « *Mais le datura est un poison mortel, lorsqu'il n'est pas utilisé avec maestria, dans les règles de l'art, et rares sont ceux qui disposent de ce savoir très pointu dont la maîtrise réclame des années d'apprentissage.* » Le voyage psychédélique risque ainsi de se transformer en aller simple vers les mondes invisibles « *alors que, paradoxalement, l'ayahuasca est un breuvage quasi sans risque physique lorsqu'il est utilisé dans les bonnes conditions* », rassure Sébastien Cazaudehore. Dans la pratique, il s'agit d'une décoction de deux plantes, dont la préparation nécessite plusieurs heures de cuisson : des écorces d'ayahuasca (*Banisteriopsis caapi*) proprement dit – une liane sacrée (son nom signifierait « vigne de l'âme » ou « vigne des morts » en langue quechua) endémique du bassin amazonien qui donne donc son nom au breuvage – associées à des feuilles de chacruna (*Psychotria viridis*) ou de chaliponga (*Diplopterys cabrerana*). La combinaison de ces deux ingrédients confère au mélange ses propriétés psychoactives (voir encadré) dont les premiers effets se manifestent, en théorie, 15 à 60 minutes après l'absorption pour durer, en moyenne, entre quatre et cinq heures.

Un héritage du fond des temps

Une des questions fréquentes est de savoir comment les Indiens d'Amazonie, qui vivent parmi des dizaines de milliers de plantes forestières, ont été capables de découvrir cette combinaison botanique si spécifique qui, de plus, nécessite des heures de préparation… Pour Jeremy Narby[5], la probabilité de tomber sur une telle combinaison serait d'une chance sur… 6,4 milliards, sans tenir compte des conditions particulières à son élaboration ! « *Toutes ces interrogations autour de son origine qui remonte, par ailleurs, à des milliers d'années, font partie du mysticisme qui entoure l'ayahuasca* », poursuit Sébastien Cazaudehore qui, quant

Maloca à Takiwasi.

© Martin Huaman.

© Anastasiya Novikova/stock.adobe.com

© viktorov.pro/stock.adobe.com

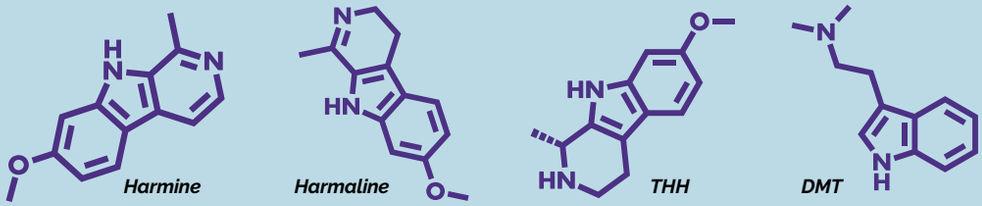
© Gary Saucedo (Takiwasi)

© Eskymaks/stock.adobe.com

© Danyel/stock.adobe.com

DU STUPÉFIANT À LA PLANTE SACRÉE

En France, l'ayahuasca est inscrit au registre des stupéfiants depuis la loi du 3 mai 2005 (publication de l'arrêté du 20 avril modifiant celui du 22 février 1990), et relève donc du même statut que l'héroïne, la cocaïne ou encore le crack… En revanche, la législation mondiale est très variable d'un pays à l'autre, même si la DMT (N,N-diméthyltryptamine) – l'alcaloïde présent dans la décoction – est classée comme stupéfiant depuis la convention de Vienne (1971) sur les substances psychotropes. Chez nos voisins européens, on nage dans un grand flou artistique même si, théoriquement, son utilisation serait, comme en France, formellement proscrite. Il semble en effet exister des tolérances, et il suffit d'aller voir sur Internet la promotion qu'en font certains sites, plus particulièrement en Suisse, en Espagne ou au Portugal… En revanche, l'ayahuasca est autorisé au Brésil, au nom de la liberté d'expression religieuse – ne parlons pas du Pérou où son usage traditionnel par les communautés natives a été déclaré Patrimoine culturel de la nation –, et dans certains États américains et canadiens où sont précisément implantées ces mêmes Églises – Santo Daime, UDV (Centre spirite Union du Végétal) ou Native American Church (précisons que la NAC utilise non pas l'ayahuasca mais le peyotl) – pour qui cette plante sacrée fait partie intégrante de leurs cérémonies. Précisons également que l'United Nations International Narcotics Board (INCB), soit le Bureau international des stupéfiants des Nations unies, qui a la charge de l'interprétation de la convention de Vienne, a dû statuer sur le contrôle de l'usage de l'ayahuasca. Verdict : « *Aucune plante (matériel naturel) contenant de la DMT ne figure à ce jour dans la liste de contrôle de la Convention de 1971 sur les substances psychotropes. En conséquence, les préparations (e.g. décoctions) de ces plantes, inclus l'ayahuasca, ne sont pas sous contrôle international et, de ce fait, non sujettes à l'application d'aucun des articles de la Convention de 1971.* » Traduction : si un pays ne formule pas clairement une prohibition spécifique contre l'ayahuasca (comme en France), celui-ci n'est pas interdit par les conventions internationales et, chaque fois qu'un jugement a eu lieu, il a été perdu par les États qui s'appuyaient sur la seule prohibition des extraits de DMT.



CHIMIE SIMPLIFIÉE DE L'AYAHUASCA

La liane d'ayahuasca contient une classe de substances psychoactives et sédatives appelées « β-carbolines » qui comprennent l'harmine, l'harmaline et la tétrahydroharmine (THH). Les feuilles de chacruna, ou de chaliponga, le deuxième composant principal du breuvage, intègrent, quant à elles, de la N,N-diméthyltryptamine (DMT), un psychédélique très puissant – source principale de la lumière, des couleurs et des formes géométriques présentes dans les visions –, cette « molécule de l'esprit » étant par ailleurs aussi produite, de manière endogène, et sous certaines conditions, à l'intérieur du cerveau humain, probablement au niveau de la glande pinéale (troisième œil). Or, en temps normal, la DMT est inactive, quand elle est consommée oralement, car son action est inhibée par les monoamines-oxydases (MAO), des enzymes présents dans les intestins qui dégradent les molécules de DMT avant que celles-ci ne puissent atteindre le cerveau. Mais les β-carbolines (harmine et harmaline) sont des inhibiteurs naturels de la MAO, des iMAO ou plus précisément des irMAO*, leur présence dans le breuvage permettant ainsi de préserver la DMT et permettant donc ensuite son action psychotrope. La THH, qui n'intervient pas en tant qu'iMAO, prolongerait le délai d'action de la DMT, en freinant sa recapture intraneuronale, et donc son inactivation par les MAO localisées, cette fois, dans les neurones.

* L'irMAO est la version naturelle de l'iMAO, qui est une molécule synthétisée, employée depuis très longtemps comme antidépresseur. Cette dernière, qui peut demeurer plusieurs semaines dans le corps, peut occasionner des effets secondaires, d'où son interdiction dans certains pays. L'irMAO, en revanche, ne présente aucun problème de ce type et il est détruit en quelques heures par l'organisme.

© molekuul.be/stock.adobe.com

à lui, préfère appliquer le bon vieux principe du rasoir d'Ockham. Et donc privilégier l'explication la plus simple : « À *savoir que chaliponga et ayahuasca sont deux lianes de la même famille* », proximité botanique qui pourrait être à l'origine de ce mélange improbable. Quoi qu'il en soit, les modes de préparation – et même les appellations – varient beaucoup en fonction des zones géographiques et des tribus, l'ayahuasca pouvant même, dans certaines régions, être préparé seul. « *Les visions manquent alors de clarté et de substance*, commente Sébastien Cazaudehore, *mais le travail thérapeutique n'est absolument pas altéré.* » Mais quel est-il exactement ? En fait, traditionnellement, « *les indigènes ne consomment que très peu l'ayahuasca à l'exception des guérisseurs, dont c'est la fonction. Ils n'en prennent que sur prescription ou lorsqu'il y a un problème personnel ou communautaire, mais c'est le plus souvent le chaman qui absorbe la médecine afin d'aller explorer, à travers son état de conscience modifié, les causes de la problématique du patient et ce qu'il faut lui prescrire* », explique le docteur Jacques Mabit (voir interview p. 64).

> **« *L'ayahuasca abat véritablement le mur qui existe normalement, hormis dans les rêves, entre le conscient et l'inconscient.* »**
> Sébastien Cazaudehore

Une ouverture vers le divin

Encore une fois, les indigènes ont beaucoup de respect, de révérence et même de crainte puisque, dans la pratique, l'usage de l'ayahuasca, et de manière générale de toutes les médecines traditionnelles, est toujours associé à un versant obscur qui est celui de la sorcellerie. C'est complètement différent chez les Occidentaux, du moins ceux qui sont dans une démarche thérapeutique de développements spirituels puissants et non pas dans une motivation purement hédoniste, en quête de plaisirs exotiques. « *Il s'agit d'individus très motivés qui sont dans un travail d'introspection afin de répondre à des questions existentielles ou trouver des guérisons émotionnelles, face à des traumatismes non résolus qui peuvent d'ailleurs, parfois, se situer à un niveau transgénérationnel*, explique le docteur Olivier Chambon[6]. *Ou tout simplement à la recherche d'une connexion directe avec la nature sacrée, les énergies liées aux plantes, les esprits.* » Et même Dieu, l'ayahuasca étant une plante enthéogène, c'est-à-dire qui révèle le divin qui est en nous. Ces personnes ne sont pas, bien entendu, dans la forme de tourisme psychédélique précédemment évoquée, mais le danger n'en est pas moins présent. « *L'ayahuasca et tous les psychédéliques en général sont hautement dépendants dans leurs effets du contexte et de l'environnement dans lesquels ils sont absorbés*, commente Olivier Chambon. *Le chaman ne crée rien, il choisit juste d'ouvrir certaines portes qui donnent sur d'autres mondes, passages qui existent en permanence mais auxquels nous n'avons pas accès dans notre réalité ordinaire. Il nous offre ainsi la possibilité d'élargir notre champ de conscience en connectant d'autres réalités. Mais dans ces états de conscience élargie nous sommes très malléables, sensibles et manipulables.* »

Une médecine à (re)découvrir

En plongeant dans l'égrégore de l'ayahuasca, on ne rencontre pas forcément que des esprits positifs qui viennent se manifester pour notre propre bien, ou celui de l'humanité… D'où l'importance du cadre rituel, des protections qui sont mises en place par le chaman au début de chaque cérémonie, mais aussi de ses

© DR.
Olivier Chambon.

capacités de compréhension et d'interprétation ou de celles de l'équipe qui l'accompagne, comme à Takiwasi. Pour Sébastien Cazaudehore, « *l'ayahuasca abat véritablement le mur qui existe normalement, hormis dans les rêves, entre le conscient et l'inconscient. Le dialogue est direct, mais les archétypes ou les messages employés par la médecine ne sont pas forcément compréhensibles par un esprit occidental qui ne dispose pas de l'arrière-plan culturel ou symbolique.* » Là encore, suivre à la lettre certaines injonctions pourrait s'avérer fatal. « *Lors de mes premières cérémonies, les visions me renvoyaient systématiquement à la nécessité de tuer pour continuer à avancer*, révèle Jacques Mabit. *Et j'étais bien entendu profondément choqué. Après le travail d'interprétation, j'ai compris que je n'avais pas besoin d'assassiner qui que ce soit ou de me suicider, mais que je devais tout simplement mourir à moi-même, autrement dit tuer mon ego.* » S'il n'existe pas vraiment de contre-indication physique ou mentale à la prise d'ayahuasca, « *hormis les cas d'hypertension, de maladie cardiaque, de troubles de la personnalité – borderline notamment – ou de troubles psychotiques schizophrénique, paranoïaque ou bipolaire* », précise Olivier Chambon, les médicaments sont à exclure dans tous les cas, sous peine, là encore, de graves atteintes à la santé, certains mélanges pouvant s'avérer mortels. « *Il faut également avoir à l'esprit*, ajoute Sébastien Cazaudehore, *que l'aya-*

© DR.

Sébastien Cazaudehore.

huasca, comme n'importe quelle thérapie avec laquelle on se sent plus ou moins en affinité, n'est pas fait pour tout le monde. »

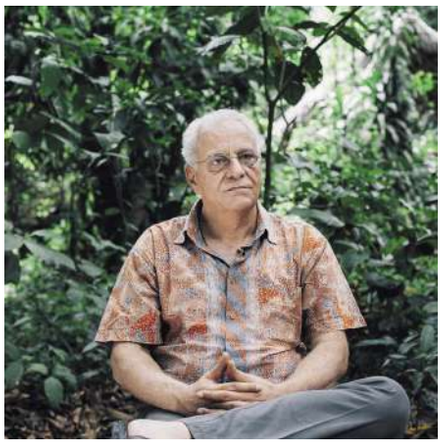
Redécouvrir notre dimension spirituelle

« *La plante respecte toujours les blocages psychologiques mais elle a un travail à réaliser. Elle le fait et parfois ça secoue ! Les candidats doivent donc être prêts à assumer et encaisser ce côté bulldozer, et faire face à la quantité d'informations reçues.* » D'ailleurs, l'image d'Épinal veut qu'une cérémonie d'ayahuasca soit équivalente à plusieurs années de psychanalyse… Cette médecine traditionnelle possède également une forme d'intelligence, le cerveau travaillant de concert avec elle pour orienter les molécules de DMT (principal principe actif de l'ayahuasca)vers certaines zones spécifiques, en fonction des besoins psychologiques ou physiologiques identifiés par la plante. Conséquence ? Les visions ne sont absolument pas obligatoires, bien au contraire. « *Il m'est arrivé*, témoigne Sébastien Cazaudehore, *de voir des personnes rester tout simplement à pleurer pendant des heures, assises sur le bord de leur couche, sans aucun effet psychédélique. Quand j'allais les voir, et leur demandais si tout allait bien, elles me répondaient par l'affirmative. Le blocage émotionnel était là, et elles avaient juste besoin de le faire sauter en libérant progressivement la pression accumulée, parfois depuis des années.* » L'action de l'ayahuasca n'est d'ailleurs pas que psychique et le travail nécessite parfois, au préalable, d'aller réparer physiquement certaines zones endommagées, le breuvage se révélant, à cette occasion, un ostéopathe des plus efficaces. Quoi qu'il en soit, « *l'ayahuasca, comme la plupart des psychédéliques, est un fantastique outil pour asseoir la santé psychique, physique, et spirituelle, lorsqu'il est utilisé dans un cadre sécurisé*, affirme Olivier Chambon. *Et c'est une terrible infox de l'avoir classé comme une substance dangereuse, inutile et addictive, tout l'inverse de ce qu'il est en réalité, en ayant au passage privé les milieux médicaux de son formidable éventail thérapeutique.* » Les études épidémiologiques, réalisées dans les pays où son usage est autorisé, ont en effet révélé que les personnes qui en consomment régulièrement, quels que soient l'âge, le sexe ou la catégorie sociale, ne présentent aucun phénomène d'accoutumance ni d'atteinte physique ou mentale. Au contraire, leurs capacités physiques et cognitives sont améliorées tout comme, en parallèle, les comportements sociaux, qui se caractérisent par une baisse de la délinquance. « *Les recherches ont démontré*, nous a précisé Olivier Chambon, *que l'ayahuasca est efficace pour traiter de nombreuses pathologies, tels des troubles post-traumatiques ou des dépressions résistantes aux antidépresseurs, mais aussi de multiples addictions comme l'alcool, le tabac, les amphétamines ou encore la cocaïne.* » Sera-t-il bientôt autorisé pour des applications médicales, dans le cadre de protocoles de compassion (dans ces cas exceptionnels, l'État autorise l'utilisation des psychédéliques pour des maladies causant de grandes douleurs ou mettant en danger la vie dans un délai proche), comme c'est le cas avec d'autres psychédéliques en Suisse, au Canada ou aux États-Unis, pour des maladies résistantes aux traitements antidouleur ou aux anxiolytiques ? « *On peut l'espérer,* conclut Olivier Chambon, *mais nous avons d'ores et déjà perdu plus d'une vingtaine d'années. La vraie question est de savoir si, un jour, tout un chacun pourra, moyennant le respect des précautions de base, utiliser l'ayahuasca hors maladie pour son développement spirituel, cette dimension fondamentale de l'Homme qui est en train d'émerger dans les sciences, avec le courant postmatérialiste.* »

> **« *La plante respecte toujours les blocages psychologiques mais elle a un travail à réaliser. Elle le fait et parfois ça secoue !* »**
>
> Sébastien Cazaudehore

Notes

1. *Les réalités (in)visibles*, [https://www.youtube.com/watch?v=LmQlwdVo2wU].
2. anthropobiologue de formation, Sébastien Cazaudehore a travaillé, après un long séjour en Papouasie-Nouvelle-Guinée, avec un chaman de la forêt équatorienne pendant un an et demi. Auteur de nombreux ouvrages, il exerce, depuis son retour dans l'Hexagone, en tant que psychobiologue dans le sud de la France.
3. Rappelons qu'à l'origine, le terme chaman, qui est en quelque sorte devenu une appellation générique, est une création des Evenks, petit groupe sibérien de chasseurs et de gardiens de rennes parlant toungouse. « *Au début du vingtième siècle, il s'applique à toute une catégorie d'hommes médecine d'Amérique du Nord et de nos jours, certains adeptes du New Age appellent chamanes tous ceux qui, pensent-ils, sont en rapport avec les esprits.* » (Vitebsky Piers, *Les Chamanes – Le grand voyage de l'âme, forces magiques, extase et guérison*, Albin Michel, 2001.)
4. Le datura (*Datura stramonium*) est une plante magique associée à la sorcellerie, comme en témoignent ses autres noms : herbe du diable, herbe aux sorciers, herbe des magiciens… Éminemment toxique (elle agit un peu comme la belladone, mais se montre encore plus « expéditive ») et très connue depuis l'Antiquité, elle était l'un des poisons favoris des Romains.
5. Anthropologue canadien qui a passé plusieurs années avec les Ashaninka de la forêt amazonienne péruvienne.
6. Olivier Chambon est médecin psychiatre, psychothérapeute, spécialisé dans l'utilisation thérapeutique des états élargis de la conscience. Il est pionnier, en France, de l'utilisation médicale et spirituelle des substances psychédéliques.



© Miguel Palomino.

Interview de Jacques Mabit

Propos recueillis par Philippe Donnaes

« Les projections sont en effet l'un des principaux pièges à démasquer lors de la prise d'ayahuasca. »

Docteur en médecine de l'université de médecine et techniques médicales de Nantes, diplômé en pathologie tropicale (IMT-Anvers) et en naturopathie (université Paris XIII), Jacques Mabit, après une première expérience en Afrique au sein de projets sanitaires de la Coopération technique belge et de l'association Frères des Hommes, arrive au Pérou en 1980 comme chef de mission de Médecins sans Frontières. Cette expérience a réveillé son intérêt pour les systèmes et pratiques de médecines traditionnelles péruviennes. Il a fondé en 1992 le centre Takiwasi, une association à but non lucratif située dans la ville de Tarapoto, en haute Amazonie péruvienne. Reconnu par le ministère de la Santé du Pérou, ce centre est ouvert en priorité aux toxicomanes et à tous ceux qui cherchent à guérir des blessures émotionnelles, psychologiques ou spirituelles, [www.takiwasi.com/indexfr.php].

nexus Comment avez-vous découvert la médecine ayahuasca ? L'avez-vous cherchée ou est-ce la « madre » qui est naturellement venue à votre rencontre ?

Jacques Mabit : Un peu les deux. En tant que médecin, j'ai accepté, en 1980, de participer à une mission de Médecins sans Frontières au Pérou. J'ai ainsi passé trois années dans les Andes et force a été de constater que les médecines dites traditionnelles, avec lesquelles j'étais en contact quasi permanent, faisaient preuve d'une efficacité remarquable. Je pouvais vérifier, *de visu*, ces résultats surprenants, mais il existait clairement, pour moi, un hiatus entre ces résultats évidents et les explications mystiques et symboliques qu'en donnaient les Indiens. Elles échappaient en effet totalement au cadre de compréhension d'une pensée scientifique rationnelle construite, voire formatée, sur le modèle d'une approche occidentale classique. C'est pourquoi je suis retourné au Pérou en 1986, avec un projet de recherche, afin, en quelque sorte, d'en avoir le cœur net ! C'est-à-dire essayer de comprendre ce qui se jouait réellement derrière tout cela. Ces résultats thérapeutiques étaient-ils le fruit d'un simple phénomène de suggestion, relevaient-ils d'un cadre culturel particulier ou carrément de tout autre chose ? Et, bien entendu, je voulais également savoir si un médecin formé à l'école occidentale pouvait prétendre accéder à cette sphère de connaissances.

Pour ce faire, vous avez probablement été amené à mettre de côté certaines idées ou certains modes de pensée préconçus ?

Tout à fait. En pratique, je me suis installé dans le bassin amazonien, qui offrait un climat et un cadre de travail plus propices à mon travail. J'ai donc sillonné le bassin de la rivière Huallaga pour aller à la rencontre de multiples guérisseurs, afin de recueillir leurs témoignages et observer comment ils opéraient. Face à mes questionnements, tous sont arrivés à la même conclusion, à savoir que tant que je ne prendrais pas moi-même les plantes, je n'accéderais pas au niveau de compréhension souhaité. Dans leur tradition et leur cosmovision, ce sont en effet les plantes qui enseignent directement, et il est donc

absolument nécessaire de passer par cette étape d'expérimentation personnelle. A posteriori, la nécessité de cette initiation pragmatique était, bien entendu, parfaitement logique et évidente. Car je n'aurais jamais pu être en mesure d'imaginer ce qui allait réellement se passer en restant cantonné dans une approche purement intellectuelle à l'occidentale. D'autant plus que je n'avais aucune expérience avec les drogues ou, plus généralement, avec tout type de substance dite psychotrope. J'ai donc décidé de faire le pas. Il se trouve que c'est l'ayahuasca qui s'est présenté sur mon chemin. Il faut savoir que dans le bassin amazonien, il existe beaucoup d'autres plantes, dites centrales ou maîtresses, capables d'enseigner. L'ayahuasca n'en étant donc, finalement, qu'une parmi tant d'autres.

C'est à la suite de cette initiation que vous avez fondé, en 1992, le centre Takiwasi dont la vocation première est le traitement des addictions et autres troubles de la santé mentale ?

Oui. En fait, à Takiwasi, nous proposons un modèle thérapeutique associant la pratique clinique à la recherche, en étudiant les articulations entre la médecine traditionnelle amazonienne, la psychothérapie et la spiritualité. Dans la pratique, sa naissance n'a pas été un long fleuve tranquille comme votre résumé rapide pourrait le laisser croire. Tout ne s'est pas déroulé en une cérémonie, tant s'en faut, car j'ai dû, avant tout, commencer par vaincre mes propres peurs et mes résistances intérieures avant d'être en mesure d'accéder aux enseignements de l'ayahuasca. Si le message final était clair, à savoir que je devais m'occuper des toxicomanes, ce domaine thérapeutique ne faisait alors absolument pas partie de mes champs d'intérêt ni de mes objectifs. J'ai ainsi lutté pendant trois années avant d'accepter ce qui est aujourd'hui une évidence.

Peut-on résister aux enseignements de l'ayahuasca ?

On reste toujours libre, bien heureusement. Mais où est la logique lorsqu'on prend de l'ayahuasca pour avoir des réponses et qu'on ne les écoute pas ? Si un chemin vous est clairement indiqué et que vous refusez de l'emprunter, parce qu'il ne correspond pas à vos souhaits ou vos attentes du moment, il y a là une forme d'incohérence intellectuelle et d'imposture à soi-même. Il vaut mieux, alors, tout arrêter et passer à autre chose. Dans mon cas, le fait que la voie suggérée ne correspondait absolument pas à mes désirs de l'époque m'apparaît, a posteriori, comme très sain et gage de justesse puisque cette situation excluait, d'emblée, toute forme de projection. Les projections sont en effet l'un des principaux pièges à démasquer lors de la prise d'ayahuasca, et les déjouer constitue un travail de discernement permanent afin d'être toujours certain d'évoluer dans le domaine des révélations. La construction du centre, du choix du lieu d'implantation à l'élaboration progressive d'un processus thérapeutique adapté, s'est ensuite déroulée au travers de visions et de rêves. Je n'ai absolument rien inventé. Toutes les indications que j'ai suivies et expérimentées m'ont été soufflées par une intelligence supérieure qui opère et nous guide dans le monde spirituel.

Comment avez-vous recruté et formé l'équipe de psychothérapeutes qui vous aide ? Quel est leur parcours et la prise d'ayahuasca fait-elle partie du cursus ?

Bien entendu. Tous les thérapeutes et les psychologues doivent passer, eux-mêmes, par la case expérimentation et suivre le processus initiatique. À cette fin, ils effectuent des stages et des séjours de travail réguliers au centre et ce n'est qu'à l'issue de cet apprentissage de longue haleine – jusqu'à dix années pour atteindre la maîtrise des outils – qu'ils peuvent alors intégrer l'équipe. Les thérapeutes, qui ont une fonction d'autorité, doivent aussi être capables de rassurer et d'accompagner le patient tout au long de son voyage en état modifié de conscience et, de ce fait, ils se doivent d'en connaître eux-mêmes les méandres, les pièges et les difficultés en les ayant déjà affrontés. Ils doivent être capables de le calmer, le protéger et le ramener lorsque celui-ci est en proie à des confrontations angoissantes, voire terrifiantes, avec ses propres profondeurs. Enfin, ils doivent assumer l'intégration consciente de ce vécu lors de sessions thérapeutiques ultérieures, et en discerner les applications concrètes au quotidien. Le travail thérapeutique s'effectue dans un contexte très différent de celui d'une approche occidentale classique puisque le thérapeute participe à la cérémonie, en absorbant la médecine. Il traverse ainsi le miroir en compagnie du patient et retourne, parfois, à son humanité la plus simple, en se retrouvant à vomir, agenouillé à ses côtés.

La construction du centre, du choix du lieu d'implantation à l'élaboration progressive d'un processus thérapeutique adapté, s'est ensuite déroulée au travers de visions et de rêves.

La musique occupe une part importante lors des cérémonies, Takiwasi se traduisant d'ailleurs par « la maison qui chante ».

Elle est fondamentale. Les chants utilisés pendant les rituels de prise d'ayahuasca, ou durant les soins, ont tous été inspirés par des révélations survenues lors de cérémonies ou pendant les rêves. Ce ne sont pas du tout des créations artistiques au sens premier du terme. Mon épouse, par exemple, qui est également médecin, reçoit beaucoup d'informations auditives. Elle entend littéralement les chants et les reproduit ensuite. Plus que le contenu verbal, ce sont les modulations et les vibrations qui sont importantes,

© Eurivaldo Bezerra (Takiwasi).

Jacques Mabit.

car elles permettent de jouer sur l'état de conscience, le calmer, le conforter ou l'exacerber en fonction des expériences que traversent les patients. Toutes les pratiques spirituelles de par le monde possèdent un métalangage. Pour les médecines traditionnelles, ce sont les chants auxquels s'ajoute également la diffusion de parfums. Ces outils permettent d'agir sur l'inconscient au-delà de la compréhension même du patient, en jouant directement sur les fonctions psychiques très profondes. Dans toutes les traditions, il a toujours existé des techniques conçues pour modifier les états de conscience pour que le pratiquant sorte littéralement de son corps, afin d'accéder au monde invisible, au monde spirituel. Elles s'appuient toujours sur la dimension physique. En saturant les sens, que ce soit par la musique, la douleur, le chant ou la danse ou, au contraire, en les privant de stimuli (jeûne, silence, isolement, obscurité, apesanteur) destinés à l'isolation sensorielle. Toutes ces approches n'ont qu'un seul et même but, pénétrer dans le monde des esprits et se faire enseigner par ces intelligences supérieures.

Avec toujours le risque d'y faire de mauvaises rencontres, car les mondes invisibles ne sont pas peuplés que d'esprits bienveillants.

Exact. D'où l'importance fondamentale des rituels avant de pénétrer dans ces univers, ceux-ci devant être cohérents et non improvisés. Il est bien entendu difficile d'évoquer cet aspect des esprits avec des personnes qui n'ont jamais participé à une cérémonie. Le monde occidental est aujourd'hui, d'une manière globale, totalement désacralisé ; la dimension spirituelle, reniée, en est totalement absente. Cette scission avec le monde invisible remonte approximativement à la Renaissance. Notamment avec Descartes et le postulat que tout ce qui n'est pas mesurable, palpable, quantifiable n'existe pas ! Auparavant, en Occident, de nombreuses plantes utilisées en médecine étaient psychoactives. Même nos églises françaises témoignent de cette dimension sacrée des plantes hallucinogènes avec, par exemple, la fresque romane à Plaincourault (Indre) représentant un champignon géant multibranche. La vision médicale occidentale se résume, aujourd'hui, à notre enveloppe physique.

Toutes ces approches n'ont qu'un seul et même but, pénétrer dans le monde des esprits et se faire enseigner par ces intelligences supérieures.

Le corps psychique est tout juste admis et ne parlons pas, bien évidemment, de notre dimension spirituelle. L'existence ontologique réelle et substantielle des esprits est totalement niée et les évoquer, lors de la guérison de maladies psychiques, c'est véritablement demander à la pensée occidentale de faire un saut conceptuel quantique ! C'est extrêmement difficile à formuler, à mettre en mots pour des personnes qui n'ont pas vécu ce type d'expériences, mais beaucoup de patients qui viennent ici avec l'étiquette psychotique ou schizophrène ne le sont pas. Ils sont simplement parasités, infectés, appelons ça comme vous voulez, par des entités malveillantes. Et quand celles-ci sont expulsées lors des cérémonies, tous les symptômes disparaissent. Définitivement. Contrairement aux traitements médicaux classiques qui ne sont que des béquilles, des camisoles chimiques. Il faut redonner son importance centrale à la clinique : si une hypothèse est juste, elle doit prouver qu'elle fonctionne. Les résultats du traitement des toxicomanes à Takiwasi ont été publiés par des revues scientifiques*. Les explications, quelque peu faciles et éculées, de suggestions ou hallucinations ne résistent pas face à la réalité des résultats obtenus. Le monde occidental est un handicapé spirituel, et il est grand temps qu'il se réconcilie avec cette dimension sacrée.

* Résultats du modèle de traitement de la toxicomanie du centre Takiwasi, Dr Jacques Mabit et Fabio Friso, septembre 2021 : [http://www.takiwasi.com/fr/resultats-traitement-toxicomanie-ayahuasca.php].

© Roberto.

Interview de Jean D.[1]

Propos recueillis par Philippe Donnaes

« On travaille avec une plante qui nous mène vers tout ce qu'il y a de plus sacré en nous. »

nexus Vous refusez, concernant votre pratique, l'appellation de chaman ou de néo-chaman[2]. Pouvez-vous nous en expliquer les raisons ?

Jean D. : En fait, ce sont des concepts qui ne me parlent pas. Ou aujourd'hui plus du tout. Beaucoup trop d'idées, de croyances, d'identifications, de projections et de fascinations circulent autour de et à travers ces mots auréolés de mystères, de puissance et de craintes. Et ils ne m'intéressent pas. Ils renvoient également au pouvoir, une notion que j'ai fréquemment rencontrée dans mon parcours, tout au long de mon cheminement personnel. J'ai toujours eu peur des prises de pouvoir, quelles qu'elles soient, que ce soit moi sous l'emprise d'une tierce personne, ou moi qui en abuserait. Au Pérou, par exemple, lors de mon expérience avec les Indiens Shipibos, j'ai beaucoup travaillé sur les peurs d'être manipulé ou abusé. Dépossédé en me mettant à la merci de l'autre, détruit en quelque sorte par cet extérieur que je percevais alors comme une menace. J'étais donc terrorisé par ce pouvoir, et à juste raison puisque l'ayahuasca est aussi, il ne faut pas l'oublier, une plante de pouvoir.

Tout dépend de l'esprit qui l'utilise et des conditions dans lesquelles celui-ci mène les cérémonies ?

Tout à fait. L'ayahuasca, comme d'ailleurs toutes les plantes maîtresses qui viennent nous soutenir dans notre quête de développement intérieur, et envers lesquelles j'éprouve une immense gratitude, se mettent véritablement au service de l'être humain. J'ai vraiment la sensation, l'intuition profonde que c'est lui qui demeure le maître dans le choix de la manière dont il va l'employer, et donc finalement du pouvoir qui lui sera conféré via cette façon de l'utiliser. Dans toutes les retraites que j'anime, la posture primordiale que j'adopte est celle de l'horizontalité, horizontalité avec toutes les personnes qui me font la confiance de venir. Je conserve, bien entendu, la verticalité essentielle qui me permet de tenir le cap sur toute la longueur d'une cérémonie, celle-ci pouvant durer jusqu'à cinq ou six heures. Mais je bois la médecine, comme tous les participants, et je me pose dans le cercle avec mes frères et sœurs. Je propose un espace mais, au bout du compte, nous sommes tous embarqués sur le même navire. Et parfois, les tempêtes sont violentes *(rires)* et elles secouent. En fait, je continue à apprendre, durant chaque cérémonie, autant, voire plus que les autres. Cette horizontalité dans laquelle je m'installe est précieuse, car elle évite précisément de tomber dans les risques d'excès de pouvoir, tout en laissant à l'autre la possibilité de demeurer dans son axe propre. La plupart d'entre nous ont un complexe d'infériorité et donc tendance à se mettre en dessous, situation qui est exacerbée, bien entendu, en cérémonie, lorsqu'une personne rayonne en occupant une place centrale. Mon objectif est d'aider chacun à révéler sa propre grandeur, sa propre souveraineté sur le chemin de l'unité vers soi. La médecine nous soutient dans cette quête du maître intérieur afin de trouver nos propres ressources. Et là, il n'y a aucun chaman qui vient pour sauver, soigner ou enchanter. Pour trouver, ou retrouver ses potentiels intérieurs, le chemin consiste le plus souvent à suivre la voie du lâcher-prise, celle de l'absence de contrôle. Ce fameux mouvement d'abandon ou de *surrender*, pour employer un anglicisme à la mode. Il s'agit juste d'abdiquer l'ego, de redécouvrir l'humilité, en s'en remettant tout simplement à plus grand que soi. Mais ce roi n'est pas à l'extérieur, il est en nous, car je suis le roi en mon propre royaume.

> **L'ayahuasca, comme d'ailleurs toutes les plantes maîtresses qui viennent nous soutenir dans notre quête de développement intérieur [...] se mettent véritablement au service de l'être humain.**

À quel moment vous êtes-vous senti prêt, légitime pour conduire à votre tour des cérémonies ?

À ma grande surprise, c'est venu d'un seul coup alors même que, comme je l'ai évoqué précédemment, j'ai toujours eu beaucoup de méfiance et de défiance envers ce que représente l'autorité extérieure. Certains parleraient d'appel. Je n'ai pas envie de le

formuler ainsi. Je dirais plutôt qu'après un temps d'apprentissage intensif, j'ai senti en moi une évidence dénuée de toutes projections parasites, et qu'il était temps de la faire émerger du champ des possibles. Je me sentais juste, en accord avec moi-même, et j'éprouvais le sentiment que ce choix pouvait être mis au service du chemin de l'humanité. Sans que j'aie bien entendu conscience, à l'époque, de ce vers quoi tout cela allait réellement me mener, concernant notamment mon propre apprentissage et mon cheminement intérieur. Ce qui ne voulait pas dire, bien évidemment, que j'étais exempt de tout sentiment de peur. Mais une fois le premier pas accompli, tout s'est déroulé de manière extrêmement fluide. Comme si des dons ou plutôt des clefs de sagesse avaient été réactivées et qu'elles m'autorisaient à occuper cette fonction-là, en assumant pleinement ma propre médecine.

Vous faites allusion à votre manière, toute personnelle, de conduire les cérémonies en y déployant toute la richesse de votre vécu de musicien ?

Oui. Après mon séjour chez les Shipibos, avec lesquels j'ai beaucoup appris sur mes modes de fonctionnement et sur certaines des lois immuables qui régissent l'Univers, j'ai fait une longue pause de six années jusqu'à ce qu'une personne, qui œuvrait de manière complètement différente avec la médecine, se présente un jour sur mon chemin. Son enseignement, axé tout à la fois sur une approche spirituelle non duelle et une autre façon de diriger les cérémonies, m'a permis d'entamer un nouveau processus d'évolution, de connaissance et d'apprentissage. Cette approche me correspondait beaucoup mieux, car elle était en effet vraiment ancrée dans ma propre culture et sonnait, de ce fait, beaucoup plus juste en moi. Je me sentais relié, et le sens depuis en permanence, à une lignée d'hommes et de femmes qui, depuis la nuit des temps, œuvre à se connaître et à connaître les lois divines de l'Univers. Ce travail de « reliance »[3] à tous mes frères et sœurs, mais de manière plus générale à toutes les formes d'expression du vivant, constitue aujourd'hui, pour moi, l'axe fondamental pour se connecter à cette intelligence supérieure qui nous dépasse. Cette approche différente m'a également permis d'aller à la rencontre de mes ombres, cette part fantomatique, bien active dans notre inconscient, qui représente beaucoup de ce que l'on est. Mais surtout de me réconcilier avec elles, les inclure, ne plus chercher à les rejeter ou les renier en leur associant honte, culpabilité ou peur. Au cours de ce processus guérisseur, il s'agit en effet de mettre en œuvre un véritable mouvement d'inclusion et de transmutation, afin de retrouver notre verticalité. En comprenant, en assimilant et en se « reconnectant » avec ces énergies de la Terre, chantées et vénérées dans toutes les cultures traditionnelles. L'ayahuasca travaille énormément sur les chakras inférieurs, et donc sur tous ces flux de vie souterrains qui effraient, et à juste titre. Mais qu'il faut accepter, accueillir et soigner en pleine conscience puisque, encore une fois, cette part d'ombres fait partie intégrante de nous. Cette forme de travail m'a aussi révélé une autre dimension de la musique et du son. Une puissance véritablement thérapeutique, mystique et spirituelle, que j'avais sans doute pressentie, inconsciemment, au cours de toutes les formes de pratiques musicales que j'ai abordées et que je mets, aujourd'hui, au service de la médecine.

Quelles sont les limites physiques et/ou psychologiques, le cadre, que vous posez lorsqu'une personne vous contacte pour participer à une cérémonie ?

Je demande toujours quelles sont les intentions, bien entendu, car ce n'est pas une récréation. Dans mon approche, il y a une dimension sacrée qui m'a été enseignée par la plante, le respect de tout ce qui est vivant. J'ai toujours un entretien préalable avec la personne, et j'écoute depuis quel espace elle me parle pour venir faire cette rencontre avec elle-même. Quand on travaille avec une plante qui nous mène vers tout ce qu'il y a de plus sacré en nous, il faut prendre grand soin de cette ouverture du cœur et des espaces inconnus vers lesquels elle nous mène. Bien entendu, je me renseigne sur l'état de santé physique et mentale de la personne, c'est essentiel, car il y a là des critères rédhibitoires. Mais, étrangement, il s'effectue une sorte de tri naturel, et il est très rare que je refuse l'accès à une cérémonie. Le filtre essentiel, ce n'est pas moi qui le pose avec mon entretien, tout se déroule en fait au-delà. Et ça fonctionne très bien puisque je n'ai jamais connu le moindre débordement, des transes incontrôlables ou des phénomènes de « décompensation ». Évidemment, il y a des processus difficiles qui surgissent, qui nous expulsent de notre zone de confort, mais c'est bien évidemment, par essence, le principe de toute initiation !

Au cours de ce processus guérisseur, il s'agit en effet de mettre en œuvre un véritable mouvement d'inclusion et de transmutation, afin de retrouver notre verticalité.

Notes

1. Jean D. anime des cérémonies ayahuasca quelque part en Europe. Pour des raisons évidentes, son anonymat a été préservé.
2. « *Le chaman amazonien qui reçoit un Occidental le fait dans un certain concept culturel avec tous ses codes, ses fonctionnements et des archétypes qui sont totalement différents de ceux d'un Français. Le néo-chaman effectue une sorte de métissage entre ces deux univers en adaptant son langage et en essayant juste d'intervenir comme médiateur entre le monde du visible et l'univers de l'invisible* », explique Sébastien Cazaudehore.
3. « *Notre corps, chacune de nos cellules, de nos atomes possède sa propre conscience, sa propre intelligence avec lesquelles nous pouvons entrer en contact pour augmenter notre "vivance". Mais notre conscience supérieure est capable d'entrer en contact avec d'autres consciences, et même avec la Conscience absolue dans un phénomène de "reliance" général.* » (Ransford E., Atham T. et Chambon O., *L'Homme quantique*, Guy Trédaniel, 2017.)

***Avertissement** : les informations contenues dans ce dossier sont données à titre indicatif. Elles ne sauraient en aucun cas avoir valeur scientifique ou médicale ni se substituer à une consultation médicale et à la prescription d'un médecin.*

> Pour aller plus loin

– Chambon Olivier, *La Médecine psychédélique*, Les Arènes, 2009.
– Cazaudehore Sébastien, *Ayahuasca – Néo chamanisme, néo ayahuasca, néo sapiens*, Éditions Bussière, 2019.
– Narby Jeremy, *Le Serpent cosmique*, Éditions Georg, 1997.
– Cazaudehore Sébastien, *Visions chamaniques – L'ayahuasca et l'imaginal*, Éditions Véga, 2021.
– Chambon Olivier, *L'Éveil psychédélique*, Éditions Leduc, 2021.
– « Ayahuasca: Psychological and Physiologic Effects, Pharmacology and Potential Uses in Addiction and Mental Illness », [www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6343205/].
– *D'autres mondes*, film documentaire français de Jan Kounen : [www.youtube.com/watch?v=rCjsDMG6DEk]. Ce film est intéressant pour les témoignages scientifiques, mais il faut préciser que Guillermo Arévalo, le chaman shipibo autour duquel est bâti ce documentaire, est actuellement totalement décrédibilisé en raison de ses pratiques d'abus de pouvoir et d'abus sexuels, mais aussi du décès de plusieurs patients…
– *The Last Shaman*, documentaire coproduit par Leonardo DiCaprio : [https://www.youtube.com/watch?v=krCL6_z9Jsg].

Cérémonie dans la maloca.

© Mario Martin (Takiwasi).