

L'AYAHUASCA



L'AYAHUASCA est une décoction employée par de nombreux groupes indiens de l'Amazonie occidentale. On la connaît sous plusieurs noms génériques **comme Yagé, Caapi, Natem et bien sûr Ayahuasca ou Madre**. C'est sous ce dernier nom qu'elle est la plus connue au Pérou et dans les Andes. Ayahuasca comme Yagé ou Caapi nomme à la fois la boisson et la liane qui entre dans la composition de cette boisson. Le terme Ayahuasca est de langue Quechua et signifie "liane des morts". (Aya: cadavre, mort, défunt. Huaska: terme général pour nommer les lianes.)

Pour préparer la décoction, à cette liane est ajoutée les feuilles d'un arbuste connue au Pérou et au Brésil sous le nom générique de **Chacrana**.



IMPORTANTANCE DE LA DIÈTE AVANT UNE CÉRÉMONIE

La diète est un élément primordial avant une cérémonie d'Ayahuasca.

Au Pérou, la diète des indiens Shipibo est très stricte, mais permet une connexion d'autant plus forte avec la Madre. Elle peut être moins contraignante sur un plan alimentaire dans d'autres pays d'Amazonie, mais tous s'accordent sur le fait de proscrire absolument **l'alcool, les drogues, les activités sexuelles (dont la masturbation), les médicaments, la viande de porc, la viande rouge, trop de sel, les épices et le chocolat.**

La diète n'est pas toujours facile pour des occidentaux. Il est néanmoins vivement conseillé de faire une diète **au moins 7 jours, et si possible 10 jours, avant une cérémonie.** 15 jours c'est encore mieux. Plus on s'approche de la cérémonie plus la diète doit être respectée avec rigueur.

L'Ayahuasca est traditionnellement utilisée comme un puissant outil de purification lors des cérémonies. Cette purification se manifeste par une "purge" sous forme de vomissements, mais aussi de diarrhée (plus rare et généralement en fin de cérémonie). On purge des énergies émotionnelles (peurs, angoisses, frustrations, ressentiments), des résidus de médicaments ou d'anesthésies, des abus d'alcool ou de drogues, des excès alimentaires, engrammés dans le corps depuis des années et dont nous subissons les effets négatifs.

L'Ayahuasca est une plante maîtresse, appelée Madre ou Grand-Mère. Pour les Shamans c'est un esprit sacré qu'il faut respecter. La diète fait partie du respect qu'on lui accorde en absorbant l'esprit de la plante dans un corps propre, autant que possible, à l'extérieur comme à l'intérieur. Dans certains cas, ne pas respecter la diète peut empêcher les effets de la plante de se faire sentir, même en en reprenant plusieurs fois. Certaines personnes n'auront aucun effet et d'autres auront des ressentis physiques ou émotionnels mais sans aucune "vision". Dans d'autres cas, la "purge" aura bien lieu mais ce sera pour évacuer des nourritures inappropriées d'une diète non respectée, la viande rouge par exemple, et le "travail" ne se fera pas comme il se doit.

Plus la diète sera respectée et rigoureuse, plus le "travail" sera profond, puissant et efficace !

De la même façon il est vivement conseillé de prolonger la diète pendant la semaine qui suit la cérémonie, ou à minima de faire en sorte que la "sortie" de diète se fasse progressivement.

MODIFICATION DE LA NOTION DE TEMPS

La modification de la notion du temps est une constante de l'expérience de l'Ayahuasca, avec quasiment toujours la sensation d'un allongement de la durée. Dans la plupart des cas, la durée de la cérémonie semble effectivement beaucoup plus longue qu'en réalité.

ABSENCE DE PROGRESSION LINÉAIRE

Il n'existe pas de processus linéaire d'apprentissage identifié. Aucun ordre chronologique des sessions n'est accompagné d'une progression parallèle de la qualité, ni de la quantité, des visions.

Autrement dit, un sujet qui prend pour la vingtième fois l'Ayahuasca n'est pas certain d'en voir davantage que son voisin qui assiste pour la première fois à une cérémonie. Il n'est pas non plus certain d'en voir davantage qu'à sa première session.

L'état émotionnel dans lequel on aborde une cérémonie influe sans aucun doute sur son déroulement, de même que la qualité de la diète qui aura été faite les jours précédents.

ABSENCE DE PERTE DE CONSCIENCE

L'expérience courante de l'Ayahuasca ne s'accompagne pas d'une dissolution de la conscience mais d'une modification de celle-ci. Le sujet sait tout au long de la séance qui il est, où il se trouve et ce qu'il a ingéré.

D'une manière générale, l'Ayahuasca amplifie l'activité cérébrale et les perceptions sensorielles. Le sujet note donc une accélération de ses pensées et perçoit avec acuité le moindre bruit ou une faible lueur, d'où la nécessité du silence et de l'obscurité. Il est donc aussi important de ne pas toucher d'autres personnes pendant une séance. Dans le même mouvement, le sujet éprouve également une amplification de sa conscience, un dépassement des capacités discriminatives de son moi habituel, un élargissement ou une transcendance de son ego.

LA COHÉRENCE

La vision de l'Ayahuasca peut apparaître surprenante, formidable, troublante, voire incompréhensible à priori, mais elle n'est jamais perçue comme incohérente ou chaotique. Elle ne se manifeste pas comme informe bien que des visions successives puissent ne sembler sans aucun lien selon les lois de la causalité classique.

Lors du retour à l'état de conscience ordinaire, le vécu de l'Ayahuasca n'est pas intégré comme une expérience déstructurante, totalement irrationnelle même si très souvent les visions trop abstraites ou symboliques ne permettent pas leur intégration immédiate par le conscient.

CARACTÈRE COLLECTIF

Il est remarquable, bien que ce ne soit pas constant, que divers participants partagent les mêmes appréciations sur le vécu de la séance.

LES VISIONS

Les visions peuvent donc être l'occasion d'échanges et de partages, manifester des convergences collectives, même entre des individus qui ne se connaissent pas en début de séance.

Les visions peuvent offrir différents types d'images :

- images abstraites aux formes et couleurs parfois très élaborées, voir inédite pour le sujet
- images anthropomorphiques de personnages aux apparences réalistes ou fantastiques (nains, géants, personnages sans tête, monstres, anges...)
- nature animée : tout objet, minéral, végétal ou animal situé dans ou hors du champ visuel et susceptible de s'animer mentalement
- visions ontologiques concernant son passé, son futur, sa constellation affective, son univers propre
- visions phylogénique concernant la collectivité, la société, la nature humaine
- visions cosmologiques
- visions démoniaques ou mystiques

La vision peut être construite, élaborée ou au contraire extrêmement primitive, intense et envahir le sujet ou seulement lointaine et superficielle. Enfin, elle peut dépasser les limites matérielles normales et le cadre de l'espace-temps conventionnel. La vision peut ainsi s'exercer à l'intérieur des corps et des psychés, la seule limite étant constituée par la capacité propre du sujet à "voir".

L'hallucination ne concerne pas que le domaine visuel mais peut intégrer d'autres sens :

- hallucinations auditives (voix en particulier, musiques)
- hallucinations esthétiques : perception d'attouchement sur le corps par exemple ou de modifications du faciès
- hallucinations olfactives : perception d'odeurs intenses, nauséabondes ou agréables
- hallucinations croisées : un son peut être vu comme une couleur, une odeur comme une forme
- hallucinations « générales » : le sujet éprouve la sensation de « présences » bénéfiques ou maléfiques, d'ambiances, d'atmosphères au caractère souvent indéfinissable qui peut être qualifié de sensation d'étrangeté

L'EFFICACITÉ

La vision est capable de modifier le vécu quotidien du sujet, son caractère, son humeur, ses comportements. Et cela peut avoir lieu même si celui-ci n'a pas identifié clairement le sens de ses visions.

De manière tout à fait indéniable, on peut ressentir et vivre des changements parfois très importants dans son existence. La manifestation la plus évidente est la capacité fréquente à prendre des décisions latentes depuis longtemps afin de modifier sa vie (orientation professionnelle, rupture relationnelle, changement de mode de vie...) liées à une ouverture de conscience parfois puissante provoquée par la plante.

L'ayahuasca n'est pas seulement une plante, c'est aussi un Esprit sacré.