

Ayahuasca : Toxicité et limitations d'utilisation¹

DR. JACQUES MABIT

Médecin, Président fondateur du Centre Takiwasi

1. Ayahuasca et toxicité

Il est important de rappeler que le corps humain secrète sa propre « endoayahuasca » et que par conséquent l'ingestion de l'ayahuasca ne fait que reproduire un mécanisme naturel de la physiologie humaine.

La nomenclature scientifique habituelle catégorise l'ayahuasca comme préparation « hallucinogène ». Cette typification vient du début du XX^{ème} siècle et se maintient traditionnellement, même si elle ne correspond pas à une réalité objective. L'hallucination fait référence à une perspective erronée de la réalité, qui amènerai le sujet à percevoir des choses qui n'existent pas. Cette définition suppose l'existence d'une seule réalité objective, matérielle, sensible. Les progrès de la science, notamment en ce qui concerne la physique quantique, ont amplement démontré qu'il n'existe pas d'observation de la réalité indépendante de l'observateur, et au niveau de la conscience, qui fonctionne de façon quantique, la subjectivité l'emporte et conduit chaque sujet à interagir avec la réalité de telle façon qu'il existe autant de modes de perception de la réalité qu'il existe d'êtres humains. Les théories avancées dans ces domaines considèrent la possibilité de plusieurs réalités ou niveaux de réalité, bien comme l'existence possible d'univers parallèles.

Ce mode transrationnel d'appréhender la réalité se construit sur des fonctions « mélodiques » de l'hémisphère droit du cerveau, comme nous l'avons signalé. Il possède sa propre logique faisant appel à la fonction symbolique généralement méprisée par le paradigme conventionnel. Celle-ci ne constitue pas une fantaisie sans fondement, mais peut au contraire amener à des révélations très concrètes et applicables, comme le démontre la préparation de l'ayahuasca, extrêmement sophistiquée au niveau pharmacologique et dont les mécanismes subtils viennent d'être découverts par la science il y a quelques dizaines d'années. La psychiatrie a commencé à utiliser la famille des IMAO (Inhibiteurs de MonamineOxydase) comme anti-dépresseurs il y a de cela 50 ans : les principes actifs de la liane ayahuasca appartiennent à cette famille. L'on pourrait donc dire que les guérisseurs d'Amazonie ont prescrit des anti-dépresseurs avec mille années d'avance sur la science moderne. Nous pourrions faire la même réflexion sur d'autres découvertes des médecines traditionnelles, comme le fameux curare, d'une préparation très complexe, qui permet actuellement de faire de la chirurgie de l'abdomen ouvert.

Les progrès de la psychologie profonde depuis le XIX^{ème} siècle ont également souligné l'importance extraordinaire de l'inconscient dans la vie psychique et ses mécanismes de fonctionnement. Le langage symbolique est en cours de déchiffrement et s'intéresse tout particulièrement aux rêves et à leur signification. Ce qui signifie que la « fantaisie » des rêves est signifiante et représente une production psychique que soutient une cohérence intérieure correspondant à la réalité objective du patient. Elle permet donc au sujet de prendre conscience de ses propres mécanismes de fonctionnement, qu'il peut modifier en fonction de ses besoins vitaux. Les visions présentes pendant la séance d'ayahuasca procèdent du même univers intérieur, possèdent la même cohérence et permettent d'accéder aux mêmes bénéfiques thérapeutiques. L'on peut donc affirmer que les visions induites par la prise d'ayahuasca ne sont pas des fantaisies

¹ Extrait d'une note d'information pour expertise pour le cas Manto Wasi et présenté oralement au tribunal de Santiago du Chili, 2012

incohérentes mais bien une illustration de contenus inconscients de la vie psychique du sujet. Même si le support n'est pas directement matériel, comme dans les rêves, il existe un objet psychique réel sur lequel repose la vision. Il ne s'agit donc pas d'une falsification de la perception de la réalité mais plutôt d'un autre mécanisme de perception de cette réalité. Par conséquent, qualifier l'ayahuasca « d'hallucinogène » n'est qu'un vestige obsolète de l'histoire de la médecine, sans correspondance avec un fait réel et scientifique.

De plus, la science reconnaît actuellement avec certitude que l'une des spécificités des substances dénommées, à tort, hallucinogènes, est une totale absence d'addiction. La preuve empirique suffirait pour l'affirmer, car l'addiction à des substances hallucinogènes n'est connue d'aucun peuple traditionnel, malgré un usage millénaire. L'étude clinique démontre, au contraire, une diminution progressive de la dose nécessaire pour induire le même effet chez des personnes qui consomment de façon répétée l'ayahuasca. C'est-à-dire qu'il n'y a pas de phénomène de tolérance, ni de syndrome d'abstinence lorsque l'on cesse la consommation. L'addiction se présente plutôt quand une substance psychotrope ne provoque aucune forme de visualisation. Il est même très courant que les patients toxicomanes qui sont soignés à Takiwasi, à leur sortie du centre, ne consomment plus d'ayahuasca. L'ayahuasca contribue à soigner les dépendances, non parce qu'elle représente une substitution aux substances d'addiction dont le patient était dépendant, mais parce qu'elle permet une désintoxication par ses effets purgatifs et facilite une auto-exploration de son monde intérieur pour résoudre ses problématiques psycho-émotionnelles.

A long terme, il n'y a pas d'effets physiques nocifs connus de l'ayahuasca, lorsque l'on respecte les conditions d'ingestion au niveau de la diète alimentaire. Il existe des guérisseurs d'un âge avancé qui ont consommé de l'ayahuasca toute leur vie et ont conservé un état de santé optimal, comme dans le cas du grand guérisseur Kofan de Colombie, Don Querubín Queta, qui à plus 80 ans continue d'administrer et prendre cette médecine. Nous avons aussi connu un guérisseur de Chazuta de la forêt amazonienne péruvienne, de 107 ans, toujours actif, qui a administré l'ayahuasca jusqu'à 95 ans. Le projet Hoasca développé au Brésil par l'Université de Berkeley a démontré de façon scientifique l'absence de conséquences nocives dues à l'utilisation de l'ayahuasca chez des consommateurs réguliers de plus de 15 ans de consommation.

La Dr. Mirta Costas du Brésil a signalé dans ses études que la dose habituelle d'ayahuasca dans une séance est 50 fois inférieure à la dose nécessaire pour DL50 (dose létale pour la moitié des animaux de laboratoire intoxiqués pour cet effet). Si l'on tient compte de l'extrême amertume du breuvage et de l'énorme quantité qu'il faudrait ingérer, l'intoxication volontaire de l'être humain est complètement impossible et la littérature scientifique n'en rapporte aucun cas.

2. Limites de l'utilisation de l'ayahuasca

Les contre-indications physiques sont relativement réduites en ce qui concerne des problèmes purement organiques. Par précaution, sont exclues les personnes qui présentent de graves déficiences métaboliques (urémie, par exemple) ou fonctionnelles (insuffisance cardiaque, par exemple), et également des pathologies dégénératives avancées (lupus, sclérose multiple, SLA, etc.) et de fortes modifications du système nerveux (épilepsie). On observe aussi que généralement ce type de patient s'exclut de lui-même des prises d'ayahuasca. Leurs pathologies sont assez sérieuses et avancées pour qu'ils ne puissent les ignorer et un simple entretien sélectif de triage (screening) mis en place par l'anamnèse est suffisant.

Si l'on tient compte des caractéristiques purgatives, l'on évitera de donner l'ayahuasca à des personnes qui pourraient avoir des lésions dues aux efforts pour vomir (fissure de l'œsophage,

ulcère gastrique, etc.). Pour la même raison et tenant compte d'une mobilisation émotionnelle possible, elle n'est pas recommandée en cas d'hypertension et de problèmes cardiaques et circulatoires graves.

Habituellement, il n'y a pas de perte de conscience sous les effets de l'ayahuasca. Cependant, il peut y avoir une perte de conscience temporaire qui résulte d'une déconnexion ou fuite de la personne face à une confrontation émotionnelle qu'elle craint. Il s'agit dans ce cas d'une réaction émotionnelle qui ne présente aucun danger et se résout spontanément, et elle peut être aidée par le biais de camphre soufflé (« *soplada* ») ou d'autres mesures de stimulation physiques et énergétiques.

Avant la prise, il est demandé d'exclure de la diète alimentaire viande de porc, condiments forts (piquant), alcool et consommation de substances psychotropes d'addiction. L'on recommande d'éviter d'autres aliments non adéquats bien que non strictement interdits (glaces, fritures, sucre raffiné en grande quantité, conserves, plats très épicés, viandes rouges...) et l'on indique une liste d'aliments sains adéquats. La prévention alimentaire s'établit généralement au moins pour la veille de la prise et se continue au moins deux jours après, même si l'on conseille une semaine avant et après la prise. Lorsqu'il s'agit d'un processus de prise sur plusieurs jours, on demande de maintenir les précautions pendant tout le processus.

L'on recommande aussi d'éviter toute perturbation forte du corps physique-énergétique, comme l'exercice physique intensif, les ambiances agitées (discothèques, vie nocturne...), les odeurs fortes (parfums intenses, huiles essentielles, vapeurs d'essence, etc.). L'abstinence sexuelle est aussi indiquée pendant les mêmes délais.

Callaway & Grob (1998) signalent la possibilité théorique d'un choc sérotoninergique en donnant l'ayahuasca à une personne qui consomme des antidépresseurs inhibiteurs de la re-captation de sérotonine ou SSRIS. Cependant, jusqu'à présent, aucun cas précis n'a été documenté dans la littérature scientifique. Par précaution et dans la mesure du possible, il est recommandé d'arrêter ce type d'anti-dépresseurs quelques semaines avant le début des prises d'ayahuasca. Dans ce contexte et jusqu'à présent aucun cas de surcharge sérotoninergique n'a été observé. Ces précautions peuvent s'étendre à la prescription de médicaments psychotropes majeurs (lithium, neuroleptiques, etc.), bien qu'il n'existe pas d'études signalant des contre-indications et que l'expérience clinique ne l'ai pas démontré jusqu'aujourd'hui.

L'utilisation de l'ayahuasca doit être évitée dans le cas de processus psychiques dissociatifs où se manifestent des éléments délirants (psychose). Cependant, certains cadres d'épisodes apparemment psychotiques sont en réalité attribuables à une intoxication par des drogues (psychose du cannabis, par exemple) et peuvent bénéficier d'une utilisation contrôlée de l'ayahuasca si celle-ci s'inscrit dans le cadre d'un abordage thérapeutique global et structuré comprenant des techniques de désintoxication et un accompagnement psychothérapeutique d'intégration à long terme.

Dans un contexte adéquat, il existe des phénomènes d'auto-régulation où le sujet n'ira jamais au-delà de ce qu'il peut métaboliser, en fonction de ses possibilités et de celles du contexte. Ainsi, des personnes borderline ou de structure prépsychotique n'auront simplement aucun effet avec l'ayahuasca ou auront des effets modérés qu'ils pourront gérer.

Les personnes d'un âge avancé peuvent consommer l'ayahuasca lorsque leur état psychophysique ne présente pas les contre-indications signalées précédemment. L'âge avancé représente un facteur de réduction de la dose mais n'est pas exclusif, pouvant varier alors en grande mesure selon la personne. En général, pour tous les cas supposés fragiles, ou vulnérables physiquement

ou psychologiquement, l'on commence par un faible dosage pour évaluer la réaction du sujet et adapter les doses suivantes.

Quand les personnes terminent le processus à Takiwasi, elles ne souhaitent pas reprendre de l'ayahuasca, car elles savent les exigences que suppose ce travail sur soi, non seulement au niveau des règles alimentaires et d'abstinence sexuelle, du goût très désagréable du breuvage, comme des confrontations difficiles avec leur monde intérieur, des exigences rituelles et de comportement. L'ayahuasca enseigne justement que l'accès à un « monde-autre », au monde symbolique, intérieur ou spirituel, est d'une grande exigence et exige un sacrifice, une vocation, une motivation et un respect infini.

Pour cette raison, nous considérons que l'ayahuasca n'est pas d'usage aisé et qu'elle ne peut se généraliser en tant qu'instrument thérapeutique massifié. Les exigences au niveau des thérapeutes ou guides et au niveau des patients indiquent que cet outil convient à des personnes fortement motivées avec une intention claire et des valeurs éthiques.

Au niveau de la santé physique, nous avons observé très peu de dangers dans l'utilisation de l'ayahuasca, excepté dans des cas extrêmes de déficience métabolique qui affectent des personnes qui s'excluent généralement d'elles-mêmes de ce type de travail thérapeutique, et que l'on identifie facilement lors d'une simple anamnèse avant les séances. De la même sorte, l'anamnèse dans un entretien antérieur peut, au niveau psychique, permettre d'écarter tous les cas de perturbation forte de la personnalité ou des cas de pathologie psychiatrique. La sélection à travers un entretien du patient avant toute prise d'ayahuasca est donc une mesure de précaution élémentaire. Elle permet d'ailleurs d'identifier les motivations du sujet. L'intention du patient oriente la thérapie par l'ayahuasca. La simple curiosité ou le désir « d'essayer une drogue de plus », ou de vivre simplement une expérience ludique, ne constituent pas une motivation thérapeutique sérieuse, même si le processus avec l'ayahuasca peut amener ces personnes à changer leur façon de penser et prendre conscience de leurs erreurs dans leur façon de voir la vie, ce qui représente justement une prévention possible à la consommation abusive de drogues.

L'essentiel se trouve surtout dans la capacité de conduire des sessions par des personnes bien formées auparavant, qui ne doivent pas être nécessairement médecins ou psychologues. Si c'est le cas, ces thérapeutes doivent avoir eux-mêmes une expérience personnelle solide dans l'utilisation de l'ayahuasca car c'est la meilleure garantie de leurs capacités face à des situations embarrassantes pendant une séance.

Le transfert de l'utilisation de l'ayahuasca d'un contexte culturel indigène à un contexte thérapeutique moderne pose le problème de l'intégration cohérente du matériel visionnaire auquel l'on peut accéder. Nous avons observé, chez les indigènes qui consomment l'ayahuasca, la tendance à ne pas savoir interpréter correctement leurs expériences, au niveau symbolique, dû à l'absence d'un code de lecture symbolique. Ceci peut amener des confusions ou erreurs d'interprétation. C'est pour cette raison qu'il nous semble important que la session d'ayahuasca ait un suivi par la mise en paroles des expériences, de façon à ce qu'elles puissent être intégrées correctement. Ceci exige de la part des thérapeutes une capacité d'interprétation symbolique et une vaste expérience personnelle des états modifiés de conscience. Pour certaines personnes peu structurées, avides de merveilleux, peu disposées à explorer leur « ombre », ou dans le cas de structures narcissiques, l'expérience de l'ayahuasca, au lieu d'amener une expansion de conscience, peut devenir une inflation de l'égo. Le thérapeute doit alors assumer la fonction essentielle de discernement lors de prises d'ayahuasca.

Par conséquent, l'on peut considérer que l'ayahuasca est un excellent facilitateur dans les processus de psychothérapie, sans quasiment aucun risque vital. Les risques de perturbation psychologique, très réduits du fait des mécanismes d'auto-régulation de l'ayahuasca, procéderont plutôt d'un manque de préparation ou d'un défaut de sélection du sujet, ou d'une gestion déficiente des sessions par le thérapeute.

