

L'AYAHUASCA, LIANE DES DIEUX, LIANE DE LA MORT

Psychothérapie et chamanisme

Jean-Marie Delacroix

De Boeck Supérieur | « [Psychotropes](#) »

2004/3 Vol. 10 | pages 97 à 114

ISSN 1245-2092

ISBN 2-8041-4501-8

Article disponible en ligne à l'adresse :

<https://www.cairn.info/revue-psychotropes-2004-3-page-97.htm>

Pour citer cet article :

Jean-Marie Delacroix, « L'ayahuasca, liane des dieux, liane de la mort. Psychothérapie et chamanisme », *Psychotropes* 2004/3 (Vol. 10), p. 97-114.
DOI 10.3917/psy.103.0097

Distribution électronique Cairn.info pour De Boeck Supérieur.

© De Boeck Supérieur. Tous droits réservés pour tous pays.

La reproduction ou représentation de cet article, notamment par photocopie, n'est autorisée que dans les limites des conditions générales d'utilisation du site ou, le cas échéant, des conditions générales de la licence souscrite par votre établissement. Toute autre reproduction ou représentation, en tout ou partie, sous quelque forme et de quelque manière que ce soit, est interdite sauf accord préalable et écrit de l'éditeur, en dehors des cas prévus par la législation en vigueur en France. Il est précisé que son stockage dans une base de données est également interdit.

L'ayahuasca, liane des dieux, liane de la mort Psychothérapie et chamanisme

Jean-Marie Delacroix

Psychologue clinicien

Responsable de la formation de thérapeutes

à l'Institut de Gestalt-thérapie de Grenoble

et à l'Institut Grefor (Gestalt, Recherche, Formation)

Courriel : delacroixjm@hotmail.com

Résumé : Ils participent, la nuit, dans l'obscurité, à d'étranges cérémonies, en absorbant une plante d'une amertume effrayante qui leur ouvre la porte des mondes invisibles. Ils sont accompagnés par quelques chamans qui, toute la nuit, vont chanter des invocations et pratiquer d'étranges rituels avec de la fumée et des parfums. Le jour, ils continuent le traitement chamanique et travaillent. Pendant un mois, ils vont participer deux ou trois fois par semaine à un autre type de rituel : une psychothérapie de groupe selon les conceptions post-freudiennes auxquelles on se réfère en Europe et en Amérique du Nord. Cela se passe en Amazonie péruvienne, à Takiwasi, centre de réhabilitation pour toxicomanes qui a la particularité d'utiliser les traitements chamaniques locaux et traditionnels, basés sur l'utilisation de « plantes sacrées », et notamment d'une plante psychotrope : l'ayahuasca. L'auteur a participé à cette expérience comme patient la nuit et comme psychothérapeute le jour. Dans cet article, il se pose plusieurs questions : peut-on concilier deux types de traitement aussi différents que le chamanisme et la psychothérapie de groupe à l'occidentale et ce, avec des toxicomanes ? Est-il possible ou souhaitable de mettre des patients en contact, dans le

même temps, avec deux types de traitement qui s'appuient sur une logique, une culture et un paradigme si différents, voire opposés ? Et quel est le résultat ? Cet article présente un début de réflexion sur ces thèmes à partir d'une expérience vécue en 1998.

Abstract : They partook, in the dark of night, in strange ceremonies where the ingestion of a frighteningly bitter plant opened doors to invisible worlds. A few shamans were among them, chanting invocations all night long and implementing strange rituals involving smoke and perfumes. During the day, they carried on with the shamanic treatment and they worked. For a month, they participate in another type of ritual taking place two to three times a week : a group therapy, as it is known to the post-Freudian school in vogue in Europe and North America. Such experiments take place at Takiwasi, a drug rehabilitation centre in the Peruvian Amazon where local traditional shamanic treatments based on psychotropic « sacred plants », especially ayahuasca, are used. The author was part of the experiment, at night as patient, and in the day time as therapist. The paper asks several questions. Can two treatments so different from one another as are shamanism and western-style group therapy be made to work together, especially with drug abusers? Is it possible, or indeed desirable, to bring patients into simultaneous contact with two types of treatment that rely on radically different or even opposed, logics, cultures and paradigms? For what outcome? The paper presents incipient reflections on those issues based on an experiment in 1998.

Mots-clés : ayahuasca, psychothérapie, thérapie de groupe, chamanisme, initiation, Amazonie.

Pour introduire cet article, je voudrais d'abord mentionner qu'il n'a aucune prétention scientifique. En France, on ne parle de l'ayahuasca que depuis quelques années et la littérature sur ses effets thérapeutiques et sur la structure de la psyché est peu connue. À ma connaissance, les investigations psychothérapeutiques et les publications en lien avec ce type de recherche sont rares dans notre langue et je me suis senti, en 1998, pionnier dans ce type de démarche. *Pionnier* signifie absence de jalons, solitude, empirisme, intuition et risque d'erreurs. J'ai eu parallèlement à ma formation en psychologie clinique une formation en ethnologie. Et mon projet était de faire une recherche en utilisant comme méthodologie l'implication personnelle. Cet article est donc d'abord un témoignage à

partir de mon engagement personnel dans ce type de thérapie. On pourrait considérer ce travail comme une sorte de pré-enquête qui permettrait d'entreprendre ensuite une étude plus rigoureuse sur le thème du couplage psychothérapies freudiennes et post-freudiennes et thérapies ethniques traditionnelles. Cette étude reste à faire.

Introduction à l'usage de l'ayahuasca en thérapie

Le centre Takiwasi a été créé en 1992 par le docteur Jacques Mabit qui en est son directeur. Ce dernier avait été initié pendant de nombreuses années au chamanisme amazonien à partir des plantes sacrées et plus particulièrement de l'ayahuasca. Ce centre est certainement le seul au monde qui propose cette pratique chamanique pour le traitement à des toxicomanes et des alcooliques.

L'ayahuasca s'absorbe la nuit au cours d'une cérémonie qui dure environ six à sept heures, guidée par des chamans qui vont en réguler les effets, ainsi que l'énergie des individus et du groupe, par leur présence, leurs chants et différents rituels.

Voici quelques-uns des effets de cette plante prise dans le contexte d'un traitement chamanique :

- Elle déclenche des réactions physiologiques telles que nausées et vomissements.
- Elle met la personne dans un état modifié de conscience : la conscience est élargie et, à partir de là, les ressentis corporels, émotionnels ou imaginaires sont amplifiés.
- Elle peut provoquer des visions et des hallucinations.
- Certains scientifiques émettent l'hypothèse qu'elle réveille les mémoires inscrites dans l'organisme, et plus particulièrement dans l'ADN.
- Elle permet de « voir », de conscientiser, de revivre des éléments de l'histoire personnelle et familiale, mais aussi de l'histoire de la genèse de l'humanité. Certains l'appellent la plante qui psychanalyse.

Mon engagement de psychologue dans une initiation à ce type de chamanisme me permet d'attester que l'ayahuasca est réellement une plante qui psychanalyse et dont l'action va beaucoup plus loin que la psychanalyse freudienne puisqu'elle permet de contacter certains aspects des origines de l'histoire de l'humanité et du cosmos.

Le cadre de l'expérience

Les patients qui arrivent à Takiwasi vont donc être traités par cette forme de chamanisme, laquelle repose sur l'épuration du corps physique et du corps énergétique à l'aide de plantes et sur la rencontre avec « des mondes invisibles » et avec d'autres niveaux de réalité.

Durant le jour, ils participent à différentes activités : travail de la terre, atelier de menuiserie, boulangerie, artisanat, participation aux travaux de la vie quotidienne de l'institution.

Ils sont entourés d'une équipe comprenant un médecin, un psychologue, plusieurs chamans et plusieurs éducateurs.

Une autre caractéristique de l'institution est que tout le personnel est également engagé dans un travail d'évolution personnelle par cette technique : il absorbe, lui aussi, des plantes dépuratives, de l'ayahuasca, et prend quelquefois, comme les patients, un temps d'isolement et de diète (ou de jeûne) dans la forêt.

J'ai moi-même été engagé dans une recherche personnelle à partir de cette forme de chamanisme de janvier 1997 à mai 2001, en faisant plusieurs séjours de un mois et demi à trois mois en Amazonie et en participant à plusieurs séminaires donnés en France à l'époque par Jacques Mabit.

Au cours de trois de mes séjours à Takiwasi, et avec l'accord du directeur et de l'équipe, j'ai animé un groupe de psychothérapie en utilisant mes compétences de gestaltiste et de psychodramatiste.

Au cours de mon dernier séjour, j'ai proposé aux patients un contrat court : neuf séances de deux heures, réparties sur quatre semaines. J'ai accompagné deux groupes : un groupe de onze patients péruviens et un groupe de cinq personnes francophones : trois patients français en traitement à Takiwasi et deux éducateurs souhaitant s'initier à la thérapie de groupe. Parallèlement, j'ai aussi animé un groupe d'initiation à la gestalt-thérapie pour les psychologues de la région.

L'intérêt de ce troisième groupe était de pouvoir me référer à une population « neutre », c'est-à-dire n'ayant jamais pris l'ayahuasca et n'ayant jamais eu de traitement psychologique ou thérapeutique d'aucune sorte.

Mon questionnement de thérapeute dans ce contexte

Cette expérience m'a mis face à de nombreuses questions ou problèmes :

- **Le cadre**

Je me suis trouvé face à une situation inhabituelle et contestable selon la logique occidentale des thérapies freudiennes et post-freudiennes : le jour j'étais psychothérapeute d'un groupe de patients, et la nuit je participais avec eux aux cérémonies d'ayahuasca, non pas comme thérapeute mais pour mon initiation personnelle. La nuit, ensemble, nous vomissions, avions des visions, des hallucinations et passions par toutes sortes d'états physiques et émotionnels.

- **L'association du traitement chamanique et du traitement psychothérapeutique à l'occidentale**

Je me suis bien sûr posé la question de la validité de cette association de deux traitements, d'autant plus que je n'avais aucun point de repère pour me guider. Mes connaissances en ethno-psychiatrie, les références à G. Devereux, à Tobie Nathan ou à mes propres travaux en Afrique, me semblaient très loin de ce type d'expérience. Il m'a fallu prendre le risque de me lancer dans l'aventure, d'essayer, de tâtonner, de faire confiance à mes intuitions et à mes 25 ans d'expérience comme psychothérapeute. Il m'a fallu aussi faire confiance à l'enseignement et aux messages de l'ayahuasca.

- **L'animation d'un groupe de psychothérapie tout en étant encore sous les effets des plantes**

Il m'arrivait parfois d'animer le groupe tout en étant encore sous les effets de l'ayahuasca, c'est-à-dire dans un état de conscience encore légèrement modifié, hyper-présent à ce qui était là et en même temps dans une difficulté à *penser* au sens occidental du terme, c'est-à-dire à me laisser aller dans une activité mentale de compréhension et d'explication des phénomènes en cours. J'étais encore *branché* sur l'intuition, sur l'autre *vision*, et dans le lâcher-prise : prendre ce qui vient et me laisser porter par le flux de l'énergie, sans chercher à comprendre et à expliquer. Les patients aussi étaient encore parfois légèrement sous l'effet des plantes.

- **Les difficultés linguistiques**

Je ne parle pas couramment l'espagnol et n'avais personne pour assurer la traduction. Je devais donc m'exprimer dans un espagnol limité, et ma compréhension des patients l'était tout autant, notamment lorsqu'ils parlaient très vite ou – selon moi – avec un très fort

accent. Le travail du groupe de Péruviens fut donc beaucoup plus corporel et « énergétique » que celui du groupe francophone : cette différence fut pour moi source d'un grand apprentissage.

- **La question culturelle**

C'était la première fois que je travaillais au Pérou dans un contexte culturel complexe présentant des caractéristiques que je ne connaissais pas ou peu :

- la langue,
- la culture péruvienne,
- la culture chamanique d'Amazonie,
- la « culture » toxicomane dans ce contexte géographique. (J'avais par contre déjà travaillé avec des toxicomanes au Canada, à l'Institut Philippe Pinel de Montréal, pendant 5 ans).

- **La difficulté d'un contrat thérapeutique court**

Neuf rencontres de deux heures réparties sur quatre semaines : je n'avais pas l'habitude de travailler de cette façon. Les contrats les plus courts que j'avais expérimentés jusque-là étaient de deux séances par semaine pendant trois mois, dans un contexte carcéral où il fallait tenir compte des sorties des détenus. Cette contrainte d'un contrat court m'a amené à donner un thème à la plupart des rencontres.

Les points ci-dessus ne m'étaient pas tous étrangers : je les avais, pour la plupart, déjà rencontrés, directement ou indirectement, dans d'autres contextes culturels que le mien : Afrique, Mexique, Canada. Pour moi, la grande nouveauté fut l'association du traitement chamanique et de la psychothérapie de groupe avec des toxicomanes au Pérou.

Mes approches thérapeutiques de référence : La gestalt-thérapie et le psychodrame

La *gestalt-thérapie* est née dans les années 1950, suite aux travaux de Fritz et de Laura Perls et de thérapeutes qui se réunissaient autour d'eux. Fritz et Laura étaient allemands. Fritz était psychiatre et psychanalyste et Laura psychologue, avec un doctorat en gestalt-psychologie (en allemand, *gestalt* signifie *structure*). Ils élaborèrent, avec ce groupe de thérapeutes en recherche, une psychothérapie basée sur la conscience, sur l'ici et maintenant et sur l'analyse de l'interaction entre soi et l'environnement, celui-ci étant le thérapeute dans le contexte thérapeutique, et les membres du groupe dans la situation groupale.

Cette psychothérapie est basée sur la notion de croissance et la recherche des mécanismes répétitifs qui nous empêchent de croître. C'est une approche holistique : l'individu est un tout qui fonctionne à partir d'une unité organismique, où le corps, l'émotionnel, le mental, et j'ajouterais aujourd'hui le spirituel, ne font qu'un ; ces différents niveaux de l'être sont constamment en interdépendance. Et ce tout comprend le champ créé par la rencontre entre l'organisme et l'environnement.

Et c'est en regardant comment « ça » fonctionne à la frontière entre l'organisme et l'environnement que l'on peut mettre à jour les mécanismes répétitifs qui perturbent la croissance et de l'individu et de son environnement. La perception de « comment ça fonctionne » parvient à la conscience : l'individu est invité à porter son attention sur ce qui se passe en lui, dans son corps, dans son émotion, dans son imaginaire, dans son mental quand il est en interaction avec l'autre.

Il s'agit d'une conscience-sensation, d'une conscience vécue émergeant de tout l'organisme impliqué dans une situation, une conscience appelée *awareness*. Elle est différente de la conscience réflexive qui est une analyse mentale et explicative de ce qui se passe. Pour qu'il y ait changement, il est nécessaire qu'il y ait d'abord *awareness*.

La *gestalt-thérapie* est une approche dynamique et créative qui peut utiliser des moyens d'expression comme la musique, la danse, le dessin, des jeux de communication, le théâtre.

Le *psychodrame* est une technique qui consiste à mettre en scène une situation réelle ou imaginaire, selon certaines règles, et qui est souvent utilisée en gestalt de groupe.

Le déroulement des sessions

Chaque session se déroulait généralement de la façon suivante :

- travail de conscience corporelle à partir d'exercices de respiration, de mouvements avec ou sans musique, d'exercices à deux ou à plusieurs,
- échange verbal sur l'expérience vécue,
- propositions de travail du thérapeute sur un thème défini par le groupe ou choisi par lui en fonction de son ressenti du groupe,
- échange verbal sur l'expérience vécue et intégration.

Chronologie des thèmes du groupe péruvien

À chaque session de ce groupe, j'ai pu identifier un thème :

1^{re} session :

Objectif : établir le contact avec le groupe et identifier les réactions de chaque participant à ce travail.

2^e session :

Thème proposé : la conscience corporelle, notamment à partir d'un exercice qui m'avait été « enseigné » la nuit précédente par l'ayahuasca : masser et caresser doucement son bras avec la main opposée et inversement.

Perceptions émergeant de ce travail : le corps maltraité, les maltraitements physiques de l'enfance, la drogue comme maltraitance du corps.

3^e session :

Conscience corporelle dans le contact avec l'autre : même exercice que dans la session précédente, mais cette fois à deux : l'un masse les bras de l'autre.

Émergence d'émotions fortes en rapport avec les manques affectifs.

4^e session :

Après le travail corporel, je propose un thème lié avec mon ressenti du groupe à la fin de la 3^e session : la relation au père. L'émotion en rapport avec le manque ou avec la coupure dans la relation apparaît très fortement, ainsi que la précarité de l'histoire et de la stabilité familiale.

5^e session :

La relation au père. Suite.

Psychodrame à partir d'un scénario sur la séparation d'avec le père.

6^e session :

Les blessures de l'enfant.

Séance où la résistance apparaît fortement.

7^e session :

La relation avec la mère. Thème apporté par un participant suite à son vécu au cours de la session précédente avec l'ayahuasca.

Continuité entre les cérémonies avec l'ayahuasca et le groupe de psychothérapie.

8^e session :

Travail à partir du ressenti physiologique.

Un thème émerge spontanément du groupe : comment être chaman

pour soi et pour les autres. Chaque participant devient créateur en proposant au groupe une sorte de mini-rituel, à partir d'un ressenti du moment.

9^e session :

Voir et dire ce qu'il y a de positif en chacun et en soi.

Clôture du groupe.

Réflexions sur l'expérience

Les réflexions qui suivent s'appuient sur les constatations que j'ai pu faire, tout au long du processus, sur la concordance entre certains points théoriques et méthodologiques de la psychothérapie de groupe et ceux de la thérapie chamanique.

1 Sur le processus thérapeutique

Dès la première séance, je constate que les participants s'impliquent rapidement, et sans résistance, dans les exercices corporels proposés et dans le partage de leur vécu. Ils ont la capacité à entrer dans la conscience de ce qui se passe et, pour la plupart, à mettre en mots leur expérience. Ceux qui ont de la difficulté sur ce point sont ceux qui viennent d'un milieu socioculturel défavorisé où le langage est peu développé.

J'ai l'impression d'avoir à faire à des personnes qui sont déjà engagées dans un processus psychothérapeutique tel qu'il est entendu en Europe ou en Amérique du Nord, ou qui ont déjà participé à ce genre de thérapie. Or c'est pour eux la première expérience de ce type : ils sont seulement engagés dans le traitement chamanique basé sur une autre logique et donc un autre paradigme que la psychothérapie de groupe contemporaine à l'occidentale.

J'en déduis que le traitement chamanique, et notamment les cérémonies nocturnes en groupe avec l'ayahuasca, ont sur l'individu des effets semblables à ceux qui sont observés au cours d'une psychothérapie gestaltiste :

- ouverture du corps et de la respiration,
- prise de conscience du ressenti,
- engagement dans le processus thérapeutique, aux deux niveaux individuel et groupal,
- capacité à entrer en résonance avec le ressenti, l'émotion, la parole, l'histoire de l'autre,
- capacité à faire des liens entre l'expérience vécue ici et maintenant et des éléments de l'histoire.

Premiers constat et déduction : le traitement chamanique semble toucher l'individu aux mêmes niveaux que la psychothérapie gestaltiste. Dans ce cas, est-il nécessaire de doubler le traitement chamanique d'une psychothérapie de groupe ?

2 *Sur la cohésion et le fond groupal*

Selon la conception occidentale, l'une des conditions pour qu'un processus psychothérapeutique de groupe s'engage, c'est qu'il y ait une cohésion de groupe.

Pour qu'il y ait cohésion, il faut un liant, quelque chose qui va travailler souterrainement et relier émotionnellement les individus les uns aux autres. C'est ce que certains psychodramatistes appellent l'émotionalité groupale, en particulier Ophélie Avron qui a développé ce thème. En gestalt-thérapie, nous parlons de fond groupal. Le processus thérapeutique groupal va s'élaborer sur la constitution d'un fond groupal à partir duquel vont émerger des formes significatives qui seront des bases de travail.¹

Le fond groupal est constitué par une émotion de fond qui relie les individus. Cette émotion de fond vient des analogies historiques entre les individus, ça résonne d'un individu à l'autre et c'est cette résonance qui constitue ce que nous pourrions appeler l'émotionnalité groupale de fond. Elle peut être consciente ou non.

Ainsi, dès la deuxième séance du groupe des péruviens, apparaît une émotion de fond à travers le thème du corps maltraité et des maltraitances de l'enfance. Des points communs, non seulement émotionnels, mais historiques, relient souterrainement les individus : ils les font rentrer en résonance les uns avec les autres et vont donner une cohésion au groupe, cohésion qui est un facteur important pour l'engagement de chacun dans le processus de conscientisation et de changement.

Dès la première séance, l'un des constituants important du fond groupal de cet ensemble d'individus est nommé : c'est la référence à l'ayahuasca et au vécu particulier qu'elle provoque sur lequel ne peuvent vraiment échanger que « les initiés ». L'engagement de tous dans le traitement par les plantes sacrées fait lien et crée une complicité. À partir de là, apparaissent différents niveaux constituant ce fond groupal qui, du point de vue du patient, pourraient être nommés ainsi :

1. Hypothèse émise dans mon article : « Le self en groupe : du concept à une force agissante. Le groupe en gestalt-thérapie » – In *Revue du Collège de Gestalt-thérapie* 4 (1998).

- Nous avons tous une histoire présente commune : nous sommes engagés ensemble dans le même traitement chamanique et nous vomissons ensemble pour faire une épuration du corps physique et du corps énergétique,
- Nous avons tous une histoire avec la drogue et/ou l'alcool qui nous amène ici à Takiwasi,
- Nous avons tous une blessure en relation avec une histoire familiale très précaire, avec des séparations et avec des maltraitements,
- Nous avons tous une histoire commune dans une recherche au-delà des limites, notamment par les états modifiés de conscience que provoque la drogue,
- Notre histoire présente commune s'appuie sur le même objectif, utiliser les états modifiés de conscience provoqués par l'ayahuasca pour la guérison et non plus pour la destruction.

Ainsi au moment où commence le groupe de psychothérapie, sont déjà inscrits des éléments de cohésion et ainsi le fond groupal est mis en place. Les conditions pour que le processus thérapeutique démarre immédiatement sont déjà là.

Dans ce contexte, il semble tout à fait justifié que le psychothérapeute soit lui-même initié au même traitement chamanique. Il devient ainsi un « initié » qui peut écouter et comprendre le vécu de chacun sans le pathologiser.

3 *Sur la capacité à être dans la conscience et le continuum de l'expérience*

Une des originalités de la gestalt-thérapie est de s'appuyer sur la notion de conscience. Être là, ici et maintenant, dans la conscience de ce qui se passe d'abord aux niveaux corporels et émotionnels, mais aussi dans la conscience des mécanismes existentiels que nous sommes en train de jouer ou de rejouer. Être dans la conscience de ce que nous vivons, compte tenu de l'environnement dans lequel nous sommes, peut déclencher en nous des réactions à différents niveaux.

Il est courant de dire qu'il n'y a pas de changement sans prise de conscience. La prise de conscience peut être le début du changement, surtout s'il s'agit de ce que nous pourrions appeler conscience-sensation, conscience-émotion.

Par exemple : Pedro masse lentement son bras gauche avec sa main droite. Son mouvement devient caresse. J'invite le groupe à être complè-

tement dans la sensation du bras qui reçoit et ressent la caresse de la main. Pedro se met à pleurer. J'invite alors le groupe à être complètement dans l'émotion qui vient : tristesse, plaisir, détente, rien de particulier. Puis je leur demande de raconter leur expérience en sous-groupe de trois. Ensuite nous partageons tout cela en grand groupe.

Ainsi Pedro est dans la conscience de son bras. À la superposition de la conscience et de la sensation s'ajoute alors l'émotion. Puis apparaissent les mots et les liens se font : « J'ai ressenti du plaisir, mais aussi beaucoup de tristesse... C'est dur. Mon père et ma mère ne m'ont jamais touché comme ça. Ça m'a beaucoup marqué... Je comprends maintenant pourquoi je suis parti dans la drogue... C'était trop dur, je voulais fuir... Et jamais je n'ai touché mon fils comme ça... »

Grâce à la mobilisation de la conscience émergent du fond ce que nous appelons en gestalt des formes. La forme, c'est la sensation corporelle qui soudain vient en premier plan, ou l'émotion qui se précise, ou le souvenir. Et cette forme, ou cet ensemble de formes, va se préciser jusqu'à devenir une figure claire et précise qui peut être travaillée.

Pour Pedro, cette figure claire émergera trois séances plus tard, dans un moment où il évoque un souvenir traumatique : l'abandon de son père quand il avait 15 ans, souvenir que nous mettrons au travail par l'intermédiaire d'un psychodrame.

Pour la plupart des patients de Takiwasi, cette capacité à rentrer dans la sensation, l'émotion et dans la conscience est facile et rapide. Par contre, dans le groupe des psychologues qui n'ont jamais pris l'ayahuasca, cette étape du même processus est extrêmement difficile et soulève une forte résistance.

L'un des éléments de mon vécu personnel avec l'ayahuasca, et qui rejoint un vécu assez général, est le suivant : l'ayahuasca augmente la capacité à être dans la conscience du vécu subjectif. On reste toujours conscient de ce que l'on vit, que ce soit dans l'état de conscience ordinaire ou dans l'état de conscience modifié et élargi. Ce vécu avec l'ayahuasca est d'abord un vécu corporel : les sensations et les réactions physiologiques sont amplifiées. Et cette amplification fait qu'on ne peut plus échapper à la conscience de ce qui se passe.

Il y a, sur ce point, similitude entre la démarche proposée par le gestaltiste et les effets de l'ayahuasca. De par ses origines phénoménologiques, la gestalt met l'accent sur l'idée suivante : la conscience, c'est d'abord la conscience corporelle ou la conscience de soi par le corps. Une des techniques de la gestalt est l'amplification : amplifier ce qui est là pour en être plus pleinement conscient. Or c'est justement ce que fait

spontanément l'ayahuasca. Elle amplifie la conscience des manifestations corporelles, et parfois jusqu'à la crise, jusqu'à l'insoutenable où c'est le tout de la personne qui est touché et qui réagit. Cette crise nécessite parfois l'intervention du chaman qui va agir par des chants ou avec des rituels au cours desquels il va utiliser la fumée ou des parfums.

Que faisons-nous en gestalt-thérapie en amplifiant la conscience du ressenti, sinon parfois provoquer la crise pour pouvoir regarder en face ce qui ne va pas et à partir de là engager un travail pour le changement. Cette gestion de la crise en psychothérapie peut passer par une sorte de « rituel » à partir de l'utilisation de certaines techniques, notamment le psychodrame.

Il y a donc bien des similitudes entre les deux approches thérapeutiques, mais il y a aussi une différence essentielle : quand il y a crise, le psychothérapeute va la traiter à partir de ses connaissances psychologiques et de techniques thérapeutiques qui s'inscrivent dans la logique d'une école de pensée. Quand il y a crise, le chaman, lui, la traite de façon énergétique en faisant appel aux esprits protecteurs et en faisant des rituels pour éloigner les entités négatives.

4 *Sur l'ouverture de l'organisme*

Incontestablement, le traitement chamanique « ouvre ». Mais comment définir cette ouverture ?

Cette ouverture est d'abord physiologique : le réflexe de vomissement met en mouvement l'intérieur du corps humain depuis le bassin jusqu'à la bouche et ce mouvement se propage dans tout le corps, même s'il est plus intense ou violent dans certaines zones. Nous savons, depuis William Reich, que toute notre histoire est inscrite dans notre corps, et que la mobilisation corporelle intérieure est particulièrement propice à réveiller les inscriptions historiques engrammées dans celui-ci. Reich, puis Lowen qui a repris ses travaux, ont bien montré l'impact du réflexe de vomissement dans le processus thérapeutique.

L'ouverture physiologique crée une ouverture énergétique. J'ai personnellement souvent ressenti que le mouvement de vomissement ouvrait et nettoyait le canal énergétique des *chakras*. Je fais référence ici à un concept qui n'existe pas dans la psychologie occidentale universitaire et qui même est rejeté par elle. Cette notion de « zones d'énergie » et de canal énergétique vient des traditions orientales. Les sept chakras principaux, localisés au niveau de l'anus, du sexe, du plexus solaire, du cœur, de la gorge, de la racine du nez et du sommet du crâne, sont tous

touchés et mis en mouvement par le vomissement. Les zones du corps correspondant aux chakras s'ouvrent, ainsi que les caractéristiques psychologiques qui sont en lien avec elles. On pourrait noter une similitude entre ces zones du corps et les anneaux de tension décrits par Wilhelm Reich.

Ainsi, vu l'unicité de l'organisme, s'ouvrent en même temps la physiologie, les systèmes énergétiques et la psychologie.

L'ouverture psychologique se fait par les souvenirs qui viennent, les images de l'histoire présente et passée, la montée de l'affect, l'apparition de symboles à travers les « visions », l'apparition de rêves dans les nuits qui suivent. L'être humain sous l'emprise de la plante va rencontrer ses ombres, descendre dans son enfer intérieur pour en faire la traversée, rencontrer ses monstres. Et il est fréquent de « voir » ses propres monstres intérieurs et d'avoir le sentiment de les rejeter par l'intermédiaire du vomissement.

Comme en psychothérapie, il y a des moments de crise provoqués par toutes ces amplifications et ces moments sont fondamentaux : ils sont à la fois l'indice que le travail d'épuration est en train de s'opérer et ils peuvent enclencher à partir de l'organisme en souffrance, un processus de conscientisation et de transformation.

L'ouverture extrasensorielle. Étant donné les caractéristiques psychothérapeutiques de l'ayahuasca et ses propriétés d'amplification, les capacités sensorielles habituelles sont modifiées, et à partir de cela, la capacité à « voir », à « ressentir », à s'appréhender soi-même ainsi que l'univers d'une autre façon.

Cette ouverture va très loin puisqu'elle permet de « voir » ou de « ressentir » les origines de la « névrose », de l'être humain, de la vie, du cosmos. Et dans ce « voir », dans ce « ressentir » nous sommes dans la conscience que nous, êtres humains, faisons partie intégrante du processus de transformation de la matière depuis son état initial de magma, jusqu'à l'Esprit en passant par le vivant, le corps et la conscience. Nous retrouvons là des thèmes qui font partie des traditions spirituelles orientales.

Les ouvertures apportées par la thérapie chamanique et par la psychothérapie contemporaine de type humaniste, se rejoignent sur les trois premiers points. Mais la thérapie chamanique amazonienne diffère sur deux points au moins :

- Étant donné la modification de l'état de conscience qu'elle crée et à partir de l'amplification du vécu et le voyage dans les « mondes

invisibles », l'organisme est beaucoup plus fortement marqué, et dans son ressenti et dans son processus de guérison. À propos de ces mondes invisibles, on pourrait dire qu'ils font partie de l'immensité des espaces non conscients ou des mémoires inscrites en nous, mais encore non révélées. Ces mondes invisibles renvoient à la notion d'inconscient au sens jungien du terme.

- Cette ouverture à ce qui est inscrit dans le non-conscient, la traversée de l'enfer intérieur comparable à la nuit obscure de St Jean de la Croix, le sentiment d'unicité de l'être humain inscrit dans le cosmos, le chemin vers l'incarnation et l'avancée vers l'Esprit, font que l'expérience chamanique amazonienne est une expérience mystique. En opérant sur la globalité de l'organisme, nous pouvons, dans le même temps, vivre de l'intérieur ce sentiment d'unicité et de reliance corps-esprit, terre-ciel, être humain-divinité. À ma connaissance, les psychothérapies occidentales contemporaines – excepté peut-être la psychothérapie transpersonnelle – ne s'intéressent pas à l'ouverture spirituelle de l'être humain.

Après une séance nocturne d'ayahuasca, les patients de Takiwasi arrivent en psychothérapie de groupe bousculés de l'intérieur par l'effet des plantes sur la chimie de l'organisme selon les occidentaux, par l'Esprit des plantes selon la tradition chamanique. Le processus de guérison est en cours et à tous les niveaux de l'être. Car c'est bien de l'Être dont il s'agit. Le processus chamanique tente de guérir la personne de ses blessures et nous pourrions émettre l'hypothèse que cette forme de travail psychologique très particulière donne accès à d'autres niveaux plus subtils.

Conclusion

Les médecines traditionnelles amazoniennes avec les « plantes sacrées » sont une médecine de la purge, de la désintoxication du corps physique et énergétique. Elles découpent l'intérieur du corps, mais aussi l'histoire, les systèmes de communication, notre perception de l'univers et l'âme. Elles sont tout à fait adaptées aux toxicomanes, mais aussi à toute personne « intoxiquée » par les résidus de son histoire, toutes les dépendances pouvant être considérées comme des résidus d'histoire.

Il me semble que cette forme de thérapie ancestrale et la psychothérapie occidentale peuvent se compléter sur plusieurs points.

De mon point de vue, voici ce que les thérapies traditionnelles avec les plantes sacrées peuvent apporter aux thérapies occidentales :

- L'épuration physiologique qui passe par un réel nettoyage du corps, laquelle est aussi une épuration de la globalité de l'être, de l'unité psychosomatique. Nous sommes alors dans une perspective complètement holistique.
- L'élargissement du champ de conscience jusqu'à des zones lointaines du non-conscient et de l'inconscient. Freud et Jung, chacun à leur façon, ont postulé que le retour de l'inconscient dans le champ de la conscience était un facteur de guérison. En m'appuyant sur ma propre expérience psychanalytique et sur les échanges que j'ai eus avec des collègues qui se sont engagés dans les deux types d'expérience, cette irruption de l'inconscient me semble beaucoup plus rapide et saisissante que dans les processus thérapeutiques freudien et post-freudien.
- Cet élargissement du champ de la conscience nous permettrait de passer de la notion d'inconscient à la notion de mémoires organismiques et cellulaires. Les plantes sacrées réveilleraient jusqu'aux mémoires inscrites dans l'ADN, hypothèse développée par certains scientifiques et par Jérémy Narby dans son ouvrage *Le serpent cosmique*, et qui peut donner une ouverture considérable à la notion d'inconscient.
- L'ayahuasca amplifie et enseigne. Elle est considérée comme une plante « maîtresse », ce qui signifie dans la logique traditionnelle que son « esprit » agit comme un thérapeute ou comme un « maître », ce qui permet d'éviter l'injonction projective du psychothérapeute ou l'interprétation projective du psychanalyste.
- Enfin ce type de thérapie permet de faire le lien entre le physiologique, le psychologique et le spirituel tout en sauvegardant l'unité des trois niveaux. C'est une thérapie transpersonnelle qui révèle à l'être humain son lien avec l'esprit et lui permet de trouver ainsi un sens à sa vie et à son histoire.

La psychothérapie occidentale contemporaine et de type humaniste est ouverte à ce type d'expérience et certains psychothérapeutes travaillent actuellement à son évolution dans ce sens. Son point fort – qui est aussi parfois son point faible – tourne autour de la parole qui devient parfois mentalisation et rationalisation. Cependant voici ce qu'elle peut apporter aux thérapies ethniques :

- La mise en mots de l'expérience vécue. Il s'agit de passer d'une expérience vécue à l'état brut et sauvage à une traduction verbale de cette expérience, pour l'intégration de cette expérience dans et par l'unité psychosomatique. Il ne peut y avoir changement que s'il y a

intégration de l'expérience thérapeutique et la mise en mots permet de changer de niveau : passer de l'expérience vécue à la transformation.

- Les cérémonies d'ayahuasca se passent la nuit, dans l'obscurité, en groupe, mais sans contact direct avec les autres. Il semble nécessaire de mettre en lumière ce qui s'est passé la nuit et de le partager avec les autres participants. Le groupe, grâce au dire et à l'écoute, devient le représentant de la société et le témoin de l'expérience de chacun, de sa compréhension de ses problèmes et de son changement.
- Cette mise en mots permet de faire des liens entre le vécu de la nuit, les visions, les hallucinations et des moments de l'histoire personnelle qui sont ou qui ont été conflictuels. La période de mise en mots permet de prendre du recul par rapport au vécu nocturne et à ce qui se réveille de l'histoire.
- Cela permet aussi de reconsidérer l'histoire de l'individu et le rapport avec les personnages importants de son histoire. Il ne s'agit pas seulement de guérir l'individu de sa toxicomanie, mais d'une histoire personnelle et familiale dont l'une des conséquences est la toxicomanie.

Ainsi à la question posée en introduction : est-il possible, est-il même souhaitable de coupler les deux formes de thérapies, la réponse est évidente : oui.

Il semble que ces deux formes de thérapies se complètent fort bien, et loin d'être en contradiction, elles s'inscrivent dans la continuité l'une de l'autre.

Le passage par l'état modifié de conscience et par l'amplification de cet état permet le passage à la modification du comportement, des représentations, des croyances et de la relation avec l'autre. Et il est nécessaire que cela puisse se dire, que de la conscience modifiée et amplifiée naisse cette parole qui va finaliser le processus de guérison. Car la parole est inscription dans le physique, dans le social et dans le spirituel.

Il nous appartient d'engager une réflexion plus poussée pour que, de deux paradigmes apparemment très différents, naisse un nouveau paradigme porteur de transformations.

Article reçu en mars et accepté en juin 2004

Bibliographie

- Delacroix JM : *Gestalt-thérapie, culture africaine, changement* – Paris, L'Harmattan (1994)
- Delacroix JM : « Le self en groupe. Du concept à une force agissante » In *Cahiers de Gestalt-Thérapie* 4 (1998)
- Delacroix JM : « Gestalt-thérapie et thérapies ancestrales d'Amazonie » In *Cahiers de Gestalt-Thérapie* 8 (2000)
- Delacroix JM : *Ainsi parle l'Esprit de la plante. Un psychothérapeute français à l'épreuve des thérapies traditionnelles d'Amazonie* – St Julien-en-Genevois, Éd. Jouvence (2000)
- Harner J : *Hallucinogènes et chamanisme* – Genève, Georg (1997)
- Lowen A : *La Bioénergie* – Paris, Tchou (1978)
- McKenna T : *La nourriture des dieux* – Genève, Georg (1999)
- Narby J : *Le serpent cosmique* – Genève, Georg (1996)
- Perls F, Hefferline R, Goodman P : *Gestalt Therapy* – New York, Julian Press (1951) ; Bordeaux, l'Exprimerie (traduction française, 2002)
- Nathan T : *L'influence qui guérit* – Paris, Odile Jacob (1994)
- Reich W : *L'analyse caractérielle* (1949) – Paris, Payot (1992)