

# CONSEJOS PARA EL PSICONAUTA DE LA AYAHUASCA





# CONSEJOS PARA EL PSICONAUTA DE LA AYAHUASCA

*Por Arnaldo Quispe.*

3

La ayahuasca es una bebida amazónica resultante de la cocción de la liana ayahuasca (*Banisteriopsis caapi*) y las hojas de chacruna (*Psychotria viridis*). Los curanderos y chamanes de la amazonía vienen utilizando desde tiempos inmemoriales este recurso medicinal por sus efectos depurativos, catárticos y visionarios, motivo por el cual constituye el eje principal de la medicina tradicional amazónica.

Sin embargo, en occidente la ayahuasca es considerada una planta “alucinógena”, término desconocido para la cultura amazónica de la cual proviene. No siendo suficiente considerarla alucinógena, se la incluye en la lista de sustancias psicoactivas prohibidas por los organismos internacionales y las legislaciones europeas de manera principal. Ninguna legislación occidental tolera con la más mínima dignidad los derechos de los pueblos indígenas



amazónicos respecto del uso tradicional de la bebida y por el contrario sancionan su consumo en cualquiera de sus modalidades.

La idea de este artículo no es proponer un manual de ingesta de ayahuasca ni mucho menos favorecer su consumo indiscriminado. El motivo de este apartado es dar algunas indicaciones responsables a modo de ensayo, en función de testimonios y experiencias directas con la medicina tradicional amazónica. Estas pautas se centran en responder el porqué, el cómo, dónde y con quién realizar una experiencia de este género.



A priori es conveniente aclarar que la ayahuasca es una planta maestra sagrada de la medicina amazónica, que se presenta como “propuesta” al alcance del mundo occidental. Pero

como medicina alternativa no pretende abarcar los confines terapéuticos culturales distantes del contexto amazónico, motivo por el cual es necesario insistir que la ingesta de la bebida es solo un recurso opcional, eso sí ampliamente difundido entre los países que forman parte de la cuenca amazónica.

## PERFIL ACTUAL DEL CONTEXTO DE LA AYAHUASCA

La ayahuasca es una planta maestra amazónica que viene siendo preparada y suministrada dentro de un contexto de medicina tradicional que los pueblos originarios amazónicos respetan y valoran.

5



La ayahuasca es parte de la historia etnomedicinal de cada pueblo originario de la Amazonía, pero cada cultura la denomina por diferentes nombres, así tenemos Yagé en Colombia, Natem entre las tribus Shuar del Ecuador, Daime o Vegetal en Brasil y por lo general Ayahuasca en Perú.

Lo que se conoce como ayahuasca es la bebida tradicional, resultante de la cocción de la liana del mismo nombre y de las hojas de Chacrana. Sin embargo hay numerosos modos de preparar la bebida, agregando otras plantas o diferenciándola por su consistencia (concentrado o diluida).

La ayahuasca es de consumo legal en la mayoría de países sudamericanos, sin embargo la legislación en algunos contextos de este continente es todavía ambigua, sobre

todo porque algunos principios activos componentes de la planta maestra se encuentran en la lista de sustancias de consumo prohibido. Motivo por el cual no se garantiza su libre circulación y consumo –incluso- en el continente sudamericano.



Sin embargo la ayahuasca ha sido declarada como patrimonio cultural de la nación en Perú, en donde se protege su consumo respetando el contexto etnomedicinal y el

gobierno de Brasil autoriza su consumo exclusivamente para las comunidades religiosas.

La prohibición por parte de organismos internacionales y gobiernos europeos, acerca del consumo de ayahuasca no ha impedido que miles de ciudadanos occidentales viajen a la selva amazónica cada año, a experimentar los beneficios de esta planta sagrada. A diferencia de lo que se piensa las personas que viajan para explorar y ampliar sus estados de conciencia, presentan un perfil de personas aparentemente sanas y no son dependientes a sustancias “psicoactivas”.

Lo cierto es que no pocos terapeutas, profesionales, investigadores y comunidades terapéuticas en el mundo, vienen incorporando la idea de combinar sus modelos de tratamiento con experiencias con la ayahuasca. Es más, existen hoy en día comunidades terapéuticas de tratamiento profesionalizado en toxicomanías, cuya propuesta incluye el uso ritualizado de plantas sagradas.

La experiencia psicodélica de la ayahuasca fuera de los confines amazónicos viene siendo fiscalizada por las autoridades competentes. Motivo por el cual los chamanes o terapeutas que se aventuran a exportar la



ayahuasca a otros países, corren el riesgo de ser detenidos por tráfico de drogas y otros delitos.

Los grupos religiosos de Brasil que consumen ayahuasca (Daime) fuera del contexto sudamericano, deben disponer de autorizaciones especiales a fin de lograr exportar la bebida. Muchas veces estas autorizaciones preliminares se

sujetan a revisión y sus portadores terminan siendo detenidos hasta demostrar reiteradamente el propósito religioso del grupo que consume la ayahuasca.

En algunos países europeos sin embargo la ayahuasca viene siendo exportada con fines exclusivos de investigación, mediante universidades europeas que trabajan con grupos experimentales. Lo cual puede considerar un aliciente lejano de comprender que en un futuro cercano algo de esto pueda hacer cambiar la actitud cerrada de las autoridades competentes.

8



La fiscalización del consumo de ayahuasca fuera del contexto amazónico es una de las razones por la que el tráfico ilícito de esta bebida se ha acrecentado y con ello la adulteración de la bebida y el consumo indiscriminado sin ningún respeto por el contexto ritual, los procedimientos empíricos de los chamanes o la pureza de esta medicina sagrada.

Una parte del consumo de ayahuasca en el propio contexto amazónico está transformándose en un business, un mercado místico que capta la atención de turistas y personas ávidas de experimentar con plantas sagradas por



motivos de moda espiritual. Este tipo de abuso prevenible está degenerando en sucesos indeseables y malas prácticas con pseudochamanes y gente improvisada como es obvio.

## ¿PORQUÉ TOMAR AYAHUASCA?

La bebida sagrada ayahuasca es una opción para alcanzar estados elevados de conciencia, pero no es la única ni pretende serlo de igual modo. De hecho hay otros modos para explorar los estados de conciencia, como prácticas de trance mediante respiración acrecentada, la danza, el empleo del tambor o la relajación inducida. La ayahuasca no es una práctica obligatoria ni muchos menos un paso indispensable para alcanzar estados elevados de conciencia.

Antes de participar de una sesión de ayahuasca el convidado debe preguntarse el motivo por el que toma ayahuasca. Una pregunta de este género puede



incrementar su seguridad personal y favorecer la

convicción en el paso que está dando. Por otra parte, las personas que llegan por motivaciones externas, por invitación de amigos o empujados por sus parejas pueden aún cambiar de idea y no ser partícipes de la sesión de ayahuasca si no existe el convencimiento de que sea algo útil.

Quién decide tomar ayahuasca debe hacerlo de modo responsable, partiendo de una decisión voluntaria y personal. Lo cual implica una preparación pertinente. Prepararse para las sesiones implica respetar las pautas que por cientos de años vienen siendo practicadas en la medicina empírica amazónica. En la actualidad se sugiere de modo explícito, realizar un control médico de rutina, una dieta específica días antes y patrones de comportamiento necesarios previos a la experiencia.

Quién decide emprender este viaje interior con ayuda de la ayahuasca debe revisar sus motivaciones. Los chamanes amazónicos hablan de un “viaje sin retorno”, pues una vez



iniciada la experiencia con la planta la persona no será la misma, en el sentido que desde la primera toma desarrollará algunos aspectos como la intuición, la capacidad visionaria, la creatividad y la propia autoayuda. Revisar las motivaciones implica evaluar uno a uno los objetivos propuestos ya sean materiales, emocionales, mentales, sociales o místicos.



Cuando las sesiones de ayahuasca son sugeridas dentro de un proceso de psicoterapia, el convidado debe remitir toda la información recibida al terapeuta a cargo, de modo que este pueda realizar el seguimiento del proceso experiencial.

Por lo general, los terapeutas recomiendan realizar sesiones de ayahuasca cuando las personas no exteriorizan con facilidad sus síntomas psicológicos, cuando se padece de una toxicoddependencia, de estados de estrés o crisis

existencial. De todas formas la medicina de la ayahuasca no es un recurso indispensable dentro del contexto de la psicoterapia actual.

Las personas deben estar convencidas que la ayahuasca no va a reemplazar a la medicina oficial ni a la psicoterapia convencional. En ningún caso este recurso intentará desplazar a otros métodos ya vigentes o en curso, ni de ninguna forma se intentará interrumpir el consumo de fármacos prescritos por el médico competente. Por otra parte, esta medicina no es aconsejable en personas con patologías cardio-respiratorias.



En definitiva, el usuario debe mínimamente saber las ventajas y desventajas que asume cuando decide

participar de las sesiones de ayahuasca. Por lo general, cuando se consume ayahuasca se espera que pasado los 15 ó 30 minutos las personas experimenten un estado de mareación, con alteraciones de la percepción, de la visión y de los demás sentidos, aceleración de las funciones vitales, escalofríos, seguido de posibles náuseas o deseos de eliminar residuos por diferentes vías. Estos efectos físicos suelen pasar al cabo de 1 ó 2 horas de la ingesta de la planta. A pesar de todas estas modificaciones

psicosomáticas las personas no pierden por completo la noción de la realidad y suelen mantener –igualmente- un mínimo de vigilia durante las sesiones.

## ¿CÓMO, DÓNDE Y CON QUIÉN TOMAR AYAHUASCA?

13

Las sesiones de ayahuasca que se realizan en la selva peruana, se llevan a cabo por lo general durante la noche, normalmente se considera como hora de inicio las 9 de la noche. Los días más propicios para su ingesta son los días martes y viernes, puesto que los chamanes amazónicos consideran que los espíritus de la selva están más disponibles esos días.

Comúnmente se llaman “sesiones de toma de ayahuasca” y son ofrecidas por chamanes curanderos con experiencia exclusiva en el manejo de la planta sagrada. Estos curanderos asumen el nombre de “maestros ayahuasqueros”.



La ayahuasca es una bebida espesa, de aspecto marrón con un sabor y olor fuerte. Se bebe por lo general en una copita que es ofrecida por el maestro ayahuasquero. Se

cálcula en función de la preparación de la bebida que la dosis que se debe suministrar a un adulto es de 30 a 50 cc. Una vez comenzada la ceremonia el participante es llamado oportunamente por el curandero e invitado a tomar en presencia de los demás. Numerosos curanderos invitan a beber por segunda vez cuando los efectos de la bebida no logran alcanzar los objetivos deseados, sobre todo cuando se trata de la primera experiencia. Esta regla sin embargo no es compartida por todos los maestros.



Si la decisión personal de tomar ayahuasca se ha formado, se recomienda en primer lugar hacerlo en la selva amazónica, donde es más probable que se garantice el respeto al contexto ritual que la medicina tradicional merece. Sin embargo, no es suficiente el hecho de realizar una experiencia en la Amazonía, por lo que resulta fundamental disponer de los recursos humanos idóneos, es decir de auténticos maestros “ayahuasqueros” que acompañen en todo momento el proceso de la toma de ayahuasca.

Las sesiones de ayahuasca pueden realizarse de modo individual o grupal. El número de participantes en una misma sesión de ayahuasca varía según el propósito de la misma. Por la naturaleza de la experiencia resulta evidente que la atención personalizada desaparece cuando el número del grupo se incrementa. Los grupos más aconsejables según algunos maestros curanderos no deben superar las 12 ó 15 personas. Aquellos chamanes que manejan grupos numerosos en donde participan medio o un centenar de personas por ejemplo, pueden encontrar dificultad si sus ocasionales clientes necesitan atención personalizada en un momento determinado.



Las sesiones se realizan con toda propiedad por maestros “ayahuasqueros”, estos deben ser referenciados, es decir se sugiere que alguien garantice el servicio, la eficacia y entrenamiento de dicha persona. Este aspecto se supera por ejemplo, cuando existen los testimonios de pacientes tratados previamente por el curandero electo. Por otra parte, la bebida ayahuasca viene siendo convidada por iniciados en medicina tradicional y terapeutas entrenados para tal fin,

los cuales muchas veces dentro de un contexto apropiado logran manejar con singular eficacia sus respectivos grupos. En cualquier caso, los chamanes amazónicos sugieren que la autorización para el acto de convidar plantas sagradas, exige un tiempo de entrenamiento no menor a los 5 ó 7 años de experiencia comprobada.

16



La situación cambia cuando la ayahuasca se ofrece en contextos aislados por personas inexpertas en su manejo, dejando de lado el contexto responsable, se mezcla inclusive la ayahuasca con otras plantas de poder. Es más hay grupos en donde se ingiere la bebida al libre albedrío con otras sustancias psicoactivas como la

marihuana. Esta situación muy común en los países occidentales, trae consigo la degradación del valor de este recurso medicinal y los evidentes riesgos para la salud que conlleva la adulteración de la bebida al combinarla con otras sustancias, sin ningún criterio más que sorprender a la clientela ocasional y agenciarse de dinero inmediato.





Desde hace décadas los maestros ayahuasqueros han abierto espacios a la psicoterapia y las dinámicas grupales, motivo por el cual es común encontrar centros

17

asociados entre chamanes y profesionales psicólogos, que como es obvio garantizan con mayor consistencia el modelo de tratamiento y la calidad del servicio. Muchas personas hoy en día valoran el hecho de participar en ceremonias de ayahuasca con equipos de trabajo compuestos de chamanes, asistentes sanitarios y profesionales presente en la sesión. Numerosos psicólogos se encuentran a la vanguardia de trabajar con los recursos de la medicina tradicional, pero los maestros curanderos demandan que aún cuando estos sean profesionales deban someterse igualmente a una experiencia personal con plantas de poder y retiros amazónicos.

Hoy por hoy, existen numerosos grupos de chamanes asociados los unos con los otros. Existe la intención de unificarse y crear redes sociales de curanderismo, lo cual es una situación que solo puede mejorar el perfil y panorama social de las medicinas tradicionales. El asociarse promueve que se compartan reglas

deontológicas de servicio y que la medicina tradicional encuentre representación para efectos de políticas de salud pública.



La ayahuasca es una medicina que abre el canal de la visión, un sendero que puede transformar y dar sentido existencial. Este tipo de medicina solo puede ser útil cuando existe apertura mental, de modo que pueda generar

18

autoconocimiento por el tipo de información que se recibe cuando se participa de las sesiones. En cualquier caso se recomienda realizar sesiones de modo responsable, dentro de un contexto ritual-ceremonial de respeto a las plantas sagradas de los pueblos originarios de la Amazonía, como el caso de la ayahuasca.



Contacta al autor  
Arnaldo Quispe  
(Inca Takiruna)  
[www.takiruna.com](http://www.takiruna.com)  
[takiruna@yahoo.com](mailto:takiruna@yahoo.com)