

К ЛУЧШЕЙ ПРАКТИКЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ АЯУАСКИ

РУКОВОДСТВО ДЛЯ
ОРГАНИЗАТОРОВ И УЧАСТНИКОВ



ICEERS

К ЛУЧШЕЙ ПРАКТИКЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ АЯУАСКИ

**РУКОВОДСТВО ДЛЯ
ОРГАНИЗАТОРОВ И
УЧАСТНИКОВ**



ОГЛАВЛЕНИЕ

- ◇ **Для участников / 09**
ЛИЧНАЯ
ОТВЕТСТВЕННОСТЬ
- ◇◇ **Для организаторов / 25**
КОЛЛЕКТИВНАЯ
ОТВЕТСТВЕННОСТЬ
- ◇◇◇ **Для всех / 35**
ЮРИДИЧЕСКАЯ
ОТВЕТСТВЕННОСТЬ
- ◇◇◇◇ **Приложения / 39**
РЕСУРСЫ И
БИБЛИОГРАФИЯ

Настоящий документ представляет собой сборник рекомендаций по оптимальной практике использования аяуаски в “неамазонских” контекстах. Он охватывает вопросы личной, коллективной и юридической ответственности.

Аяуаска (Айауаска, Айваска...) – отвар из нескольких видов растений с давней историей использования в Амазонии, где существуют давние письменные свидетельства о его применении коренными народами. В последние несколько десятилетий использование этого отвара вышло за рамки его первоначального контекста, и в настоящее время он применяется во многих странах за пределами Амазонии. Одним из последствий этого распространения стало появление новых форм использования, которые, в свою очередь, принесли новые возможности в терапию, а вместе с тем и новые риски.

Очевидно, что коренным общинам амазонского бассейна с давней историей использования аяуаски не нужны подобные руководства. Аяуаска является частью их культурно-духовной системы, включающей в себя безопасные способы работы с ней, а также методы интеграции опыта в повседневную жизнь общины. Этот текст предназначен для организаторов или участников церемоний и сессий аяуаски, проводимых за пределами Амазонии.

Задача данного руководства – ознакомить организаторов и участников с **минимальными стандартами безопасности** проведения сессий аяуаски в неамазонских контекстах, обеспечить потенциальных участников информацией, с тем, чтобы они сами смогли оценить будущую сессию с

точки зрения безопасности и ответственности и имели возможность сделать осознанный выбор.

Настоящее руководство постоянно дорабатывается и открыто для участия в его подготовке. Пишите по адресу: aya@iceers.org, предлагайте свои дополнения или сообщайте о том, что вы хотите быть в курсе будущих версий.

Перевод руководства на русский язык был сделан на добровольной основе и не был заказан ни одной из организаций, опубликовавших оригинал. С оригиналом документа на английском языке можно ознакомиться по [этой ссылке](#).



ДЛЯ УЧАСТНИКОВ

Индивидуальная ответственность

ПРИНИМАТЬ АЯУАСКУ НЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ, ЕСЛИ...

- › Вы не знаете, что такое аяуаска, не знакомы с ее эффектами и противопоказаниями.
- › Вы делаете это под давлением других людей. Одно из основных противопоказаний к аяуаске – отсутствие желания ее принимать.
- › Вы не доверяете человеку, который предлагает вам аяуаску.
- › Вы принимаете антидепрессанты.
- › У вас есть личная или семейная история некоторых серьезных психических заболеваний (см. ниже в разделе “Критерии безопасности и исключения”).
- › Вы беременны или думаете, что это возможно.
- › У вас не очень хорошее здоровье (короткая версия ответа: если состояние здоровья не позволяет вам кататься на американских горках, то, скорее всего, вам не стоит принимать аяуаску. Для более подробного объяснения читайте ниже).

Здесь вы найдете информацию о потенциальных рисках и полезных свойствах аяюаски, а также основные сведения по проведению сессий аяюаски. На основе этой информации вы сможете принять более осознанное решение¹.

Об Аяюаске

Аяюаска - отвар из нескольких видов растений амазонского происхождения. На протяжении многих веков народы Амазонии использовали этот напиток как в традиционной медицине, так и в религиозных обрядах. В последние годы контекст ее использования расширяется, глобализируется и охватывает людей в других странах, где аяюаску рассматривают как средство для личного, духовного развития или как инструмент в терапии. Во многих странах аяюаска применяется уже более двух десятилетий. Это присутствие проявляется во многих формах, начиная с шаманов из числа коренных народов, бразильских синкретических религий, использующих аяюаску, и заканчивая неошаманскими и терапевтическими кругами. Несмотря на большое разнообразие, всех их объединяет

¹ Для получения дополнительной информации посетите сайт lceers.org/ayasafe10

факт наличия человека, ведущего сессии. То есть всегда есть человек, который отвечает за сессию, который предлагает аяуаску, сопровождает и поддерживает участников.

Эффекты

Краткосрочные эффекты аяуаски обычно начинаются через 15 - 60 минут после приема отвара внутрь и длятся от 2 до 5 часов. Аяуаска индуцирует измененное состояние сознания, при котором часто возникают видения, происходят изменения в способе мышления и восприятии реальности. Физически прием аяуаски может вызвать рвоту и понос, что часто интерпретируется как форма эмоционального и энергетического очищения.

Уровни опыта

Биологический уровень

Аяуаска, воздействуя на мозг, производит биологические эффекты, которые выражаются во временных физиологических изменениях, таких как высвобождение определенных гормонов, модуляции иммунной системы и повышение артериального давления (без достижения патологических параметров). Помните, что эти физиологические изменения не одинаковы у всех людей, так, например, люди с различными болезнями в анамнезе могут быть подвержены им в большей степени. По этой причине, хотя аяуаска физиологически безопасна для здоровых людей, люди с патологией должны быть очень осторожны, особенно если они принимают другие лекарства. (см. раздел “Противопоказания” ниже).

Психологический уровень

Часто на сессиях приходят воспоминания и образы из прошлого, проявляется психологический материал, как сознательный, так и бессознательный, при этом он может переживаться с большей эмоциональной интенсивностью, чем обычно. Многие считают аяуску своеобразным зеркалом внутреннего мира, в котором можно увидеть не только внутренние конфликты, страхи и сложные эмоции, но и красивые и хорошие стороны своей жизни.

Духовный или трансперсональный уровень

Эффекты могут включать в себя опыт доступа или контакта с реальностями, которые выходят за рамки обычного опыта и приписываются мифологическому, религиозному или духовному измерениям, превосходя то, что человек обычно чувствует или переживает.

Онтологический уровень

Сочетание вышеуказанных эффектов может привести к изменению восприятия человеком самого себя и реальности. В среднесрочной и долгосрочной перспективе влияние, которое аяуска оказывает на жизнь каждого человека, непредсказуемо и варьируется от группы к группе и от человека к человеку. Однако, можно с уверенностью утверждать, что аяуска может вызвать очень глубокие изменения в жизни индивидуумов. Люди, намеревающиеся участвовать в церемонии аяуски, должны иметь это в виду.

Полезные свойства Аяуски

Некоторые ученые считают, что аяуска действует как *адаптоген*, помогая людям найти более гармоничные отношения с самим собой и окружающим миром. Хотя все еще не хватает широких научных исследований, но уже

есть много свидетельств людей, утверждающих, что после длительного глубокого процесса с аяуаской они получили много ценного, как лично для себя, так и для своего непосредственного окружения. В зависимости от ситуации каждого человека, его предыдущей истории и социального контекста, последствия могут быть различными. Однако, уже есть сообщения о полученных терапевтических результатах у людей с целым рядом проблем, начиная от депрессии, выгорания, проживания горя, компульсивного употребления наркотиков, чувства вины, эмоциональной боли, детской травмы и принятия смерти, и заканчивая более бытовыми вопросами, такими как постановка целей, проблемы профессиональных отношений и т.д. Спектр довольно широк, однако, установлено, что, хотя аяуаска и может помочь, недостаточно *просто принять аяуаску на сессии*. Для того, чтобы получить устойчивый во времени терапевтический эффект, необходимо применение терапии до и после сессии аяуаски.

Риски

Прием аяуаски может вызвать сильные эффекты, что может быть сопряжено с определенными опасностями, особенно если участникам не обеспечено должного внимания. Так, например, аяуаска может вызвать головокружение и, в редких случаях, обморок. При надлежащей заботе об участниках эти эпизоды можно предотвратить или разрешить, но без должного внимания они накладывают* дополнительные риски, такие как падения, ушибы, удушье от собственной рвоты и т.д. Ключевым моментом здесь является **качество внимания к участникам и меры безопасности, принимаемые организаторами**. Изредка возникают особые ситуации, которые подразумевают другие опасности. Может так случиться, что после приема аяуаски эффект



длится дольше, чем обычные 4-6 часов. Были случаи, очень редкие, когда у людей случались психотические вспышки, требующие медикаментозного вмешательства или даже продолжительного лечения. В одних случаях речь шла о существовавшем ранее психическом заболевании или психологических проблем в семье, но в других случаях это были люди, не имевшие психических заболеваний в анамнезе.

- ▶ **Ключевыми моментами для снижения рисков, связанных с использованием аяюаски, являются:**
- ▶ **Строгий скрининг участников со стороны организаторов на предмет наличия патологий, являющихся противопоказанием к участию в сессии**
- ▶ **Адекватная предварительная психологическая подготовка участников к сессии**
- ▶ **Безопасная обстановка во время сессии**
- ▶ **Интеграция опыта после сессии**

Кроме того, существует ряд менее очевидных рисков, которые могут проявиться после сессии, возможно, спустя длительное время после сессии. Это может быть связано с «опасной» интерпретацией материала, возникшего в ходе сессии. Так, например, люди могут чувствовать, что аяюаска «сказала им» уйти с работы или от партнера, что они подверглись насилию или что они – шаманы или должны стать шаманами. Иногда эти послания являются не буквальной истиной, а выражением бессознательного измерения человека. Прежде чем решить,

что они на самом деле означают, благоразумнее действовать осмотрительно, не торопиться с выводами, а исследовать эти проявления бессознательного вместе с людьми, имеющими опыт оказания помощи такого рода. Несмотря на то, что в этой области не так уж много специализированных специалистов, ICEERS предлагает бесплатную службу поддержки² которая может послужить отправной точкой в процессе интеграции.

Аяуска - это не панацея и не волшебное лекарство. Она не является ни безошибочным, ни кратчайшим путем в часто трудном процессе личностного роста. Полезнее понимать ее как фонарик, помогающий осветить те части жизни людей, которые пока не освещены, не поняты или не осознаны.

Наконец, существует ряд рисков, широко признанных культурами и традициями Амазонии, но которые могут быть трудны к понимаю людям других культур. Согласно этим традициям, при приеме аяуски участники подвергаются воздействию энергий, которые могут быть как положительными, так и токсичными. Навык эффективно справляться с этими ситуациями - важная часть подготовки специалистов, ведущих сессии. Хотя в нашем мире такой подход встречается редко, интересующиеся аяуской должны знать, что вопросы энергетического воздействия привычны и важны для людей, принимающих аяуску в контексте традиционной культуры.

В каких случаях не нужно принимать аяуску: критерии безопасности и исключения

Физические противопоказания

Не рекомендуется принимать Аяуску, если у вас: тяжелые сердечно-сосудистые заболевания (так как она несколько

² по адресу iceers.org/ayasafe11



увеличивает сердечно-сосудистые показатели); глаукома; отслоение сетчатки; тяжелая гипертония; переломы; недавно перенесенные операции; острые инфекционные заболевания; туберкулез; эпилепсия; конвульсии; инсульт, тяжелые заболевания печени, желчного пузыря, почек или поджелудочной железы, некоторые виды язвы двенадцатиперстной кишки или гастрита, кровоизлияния в желудочно-кишечный тракт. Тем, кто испытывает трудности с рвотой.

Аяуска не рекомендуется беременным или кормящим женщинам.

Психологические противопоказания

Аяуска противопоказана людям, страдающим приступами паники, серьезными психическими расстройствами, такими как биполярное расстройство, шизофрения, пограничное расстройство личности и др. Если у человека в анамнезе имеется тяжелая депрессия, попытки самоубийства или членовредительство, то работа с аяуской должна проводиться с соответствующим психологическим сопровождением.



Фармакологические противопоказания

Применение аяуски противопоказано совместно с препаратами или веществами, ингибирующими моноаминоксидазу (ИМАО), а также любыми лекарственными средствами или препаратами, оказывающими воздействие на серотониновую систему. Аяуска также противопоказана при приеме многих антидепрессантов и психотропных препаратов.

Несовместимые психоактивные вещества

Такие вещества, как кокаин, амфетамины или МДМА, могут отрицательно взаимодействовать с аяуской, поэтому их сочетание не рекомендуется. Это может привести к гипертоническому кризу. Точно также противопоказано сочетание аяуски с буфотенином и/или 5-МеО-ДМТ (присутствующими в других веществах природного происхождения, таких как буфо альвариус, вилка (*Anadenanthera colubrina*) или йоно (*Anadenanthera peregrina*)).

Аяуска не является и не должна использоваться в качестве замены психотерапии или медицинской помощи.

Наконец, если у вас есть какое-либо заболевание или вы используете лекарства на постоянной основе (включая растительные препараты), необходимо проконсультироваться со специалистом, а также заранее сообщить об этом ведущему сессии³.

Если вы заинтересованы в приеме Аяуски

Решение об участии в сессии (церемонии) всегда должно приниматься самостоятельно; влияние других людей никогда не должно быть решающим фактором. Решение

³ По вопросам, касающимся взаимодействия аяуски с лекарствами, вы можете написать по адресу interac@iceers.org.

должно основываться на четком знании потенциальных эффектов, рисков, преимуществ и противопоказаний, принимая во внимание историю болезни, психическое здоровье и общее состояние. Аяуска иногда преподносится как панацея. Однако, при правильном использовании она является лишь инструментом, который может выступать в качестве катализатора терапевтических процессов, способствуя большему осознанию. В случае ненадлежащего использования прием аяуски может усугубить некоторые проблемы или породить новые.

Как выбрать центр или ведущего сессии

Важно заранее выяснить, как будет проходить церемония (сессия). Необходимо не только изучить этот вопрос с помощью интернета, но и провести встречу-собеседование с ведущим сессии.

Минимальные критерии для выбора центра и ведущего:

- ▶ Участникам предлагается подробная и объективная информация по аяуске.
- ▶ Участники проходят предварительное собеседование и заполняют анкету о состоянии здоровья.
- ▶ Люди, отвечающие параметрам исключения, не допускаются к сессии.
- ▶ Ведущий имеет многолетний опыт работы.
- ▶ Вы чувствуете, что ведущему можно доверять.
- ▶ Участникам ясно сообщается о происхождении и составе предлагаемой аяуски. Если используется аналог аяуски (анауска), это указывается и информируется о компонентах.
- ▶ Сессия производится в небольшой группе или с достаточным количеством помощников, так, чтобы

можно было охватить вниманием и заботой всех участников.

- › После сессии участникам разрешается переночевать на месте до следующего дня.
- › Организаторы придерживаются этического⁴ кодекса.
- › После сессии предлагается интеграция опыта и возможность дальнейшей поддержки.

Некоторые тревожные знаки:

- › Ведущие выдают себя за гуру или спасителей.
- › Ведущие обещают панацею, чудодейственное исцеление, быстрое решение проблем или дают гарантии результатов. Кто бы ни обещал вам какие-либо результаты – он a priori действует нечестно.
- › Ведущие, для которых погоня за прибылью является очевидным приоритетом.
- › Ведущие проявляют нечувствительность или незаинтересованность в вашей ситуации или к причинам, которые побуждают вас участвовать в сессии.
- › Ведущие, в поведении которых присутствуют сексуальные коннотации.

Подготовка к сессии аяюаски

Когда место уже выбрано, за несколько дней до начала сессии участники могут начать готовиться к ней, питаясь легкой, здоровой пищей и поддерживая крепкую физическую форму, с тем, чтобы обеспечить более плавное

4 Например, указанные на Платформа по защите Аяюаски, iceers.org/ayasafe3

и, возможно, более безопасное пребывание в опыте аяуаски.

Обычно рекомендуется последний прием пищи примерно за 6 часов до приема аяуаски. Пейте достаточно жидкости, приезжайте на сессию отдохнувшими.

Избегайте употребления алкоголя, стимуляторов, опиатов и других наркотических веществ за несколько недель до сессии аяуаски.

Также очень важно уменьшить ожидания по поводу сессии (нереалистичные ожидания встречаются часто) и создать намерение, которое задаст направление церемонии.

Сессия аяуаски. Основные рекомендации

Тем, кто принимает аяуаску в первый раз, рекомендуется начинать с малой дозы, так, чтобы постепенно познакомиться с ее эффектами.

Аяуаска – очень мощное растение, относитесь к ней с уважением. Даже если вам кажется, что ничего не происходит, иногда достаточно попытаться встать, чтобы осознать силу эффекта.

Участники не должны покидать место проведения сессии, не предупредив об этом ведущего.

Не стесняйтесь обращаться за помощью к ведущему, когда почувствуете, что это необходимо. Для этого и существуют ведущие. Это часть их работы и они обладают навыками, чтобы помочь вам.

В трудные моменты может помочь следующее: дышите медленно и глубоко от диафрагмы, концентрируйтесь на музыке, отдайтесь эффектам, отпустите себя и доверьтесь процессу, аяуаске и ведущему.

После сессии желательно остаться на месте проведения еще на несколько часов и хорошенько отдохнуть перед тем, как сесть за руль или вернуться во внешний мир.

Интеграция и последующая поддерживающая работа

Часто после сессии аяуаски человек возвращается домой с новыми перспективами на свою жизнь и желанием перемен, с намерением скорректировать поведение, придать новый импульс отношениям и т.д. Без надлежащей дальнейшей работы и интеграции, эти откровения и озарения могут исчезнуть за очень короткое время. Некоторые действия помогут этого избежать. Так, например, полезно записать то, что возникло, поднялось во время вашего опыта, это позволяет удержать, заякорить его содержание. Также может помочь беседа о пережитом с опытным в этой области человеком.

Если процесс с аяуаской заставляет вас задуматься о серьезных изменениях в жизни или начать работать над серьезными личными проблемами, лучше всего сделать это при поддержке терапевта или человека, обладающего навыками оказания поддержки на этом этапе. Часто откровения аяуаски нельзя воспринимать буквально и требуется процесс расшифровки, который может быть гораздо более плодотворен с должным образом обученным человеком.



ДЛЯ ОРГАНИЗАТОРОВ

Коллективная ответственность



Данные рекомендации основаны на следующей предпосылке: всякий раз, когда кто-то предлагает психоактивное вещество третьему лицу, независимо от того, осуществляется при этом денежный обмен или нет, он берет на себя ответственность за его благополучие.

Перед тем, как предложить аяуску третьим лицам

Лицо или команда, отвечающая за проведение сессии, должны иметь соответствующую теоретическую и практическую базу, которая включает в себя:

- ▶ Четкое определение цели мероприятия и этическое осмысления того, какие методы будут использоваться для достижения этой цели.
- ▶ Обширный личный опыт в процессах, которые аяуска генерирует в людях.
- ▶ Знание правовых последствий, связанных с аяуской.
- ▶ Знание фармакологии аяуски в целом⁵, а также конкретного вида аяуски, с которым проводится работа.
- ▶ Знание рисков и противопоказаний аяуски⁶.
- ▶ Знание методов оказания первой помощи.
- ▶ Теоретические знания об измененных состояниях сознания и терапевтических подходов по работе с ними.
- ▶ Надлежащая подготовка в случае неблагоприятных последствий и чрезвычайных ситуаций.
- ▶ Команда сотрудников должна быть подготовлена для оказания поддержки во время сессии.
- ▶ Знание и уважение границ, связанных с отношениями терапевт-пациент.
- ▶ Протоколы по предупреждению и реагированию на динамику, связанную с сексуальным насилием.

5 См. iceers.org/ayasafe14

6 См. iceers.org/ayasafe10

Отбор и подготовка участников

Руководство пользователя: заблаговременно до начала сессии отправьте всем участникам документ с информацией об аяуаске. Таким образом участники будут должным образом проинформированы и смогут подготовиться к сессии. В руководстве пользователя должна содержаться следующая информация:

- ▶ Свойства аяуаски, ее состав, эффекты и потенциальные риски.
- ▶ Последствия принятия аяуаски.
- ▶ Ограничения до и после сессии.
- ▶ Обязанности ведущих и участников.
- ▶ Как проходит сессия.
- ▶ Обзор всего процесса в целом.

Необходимо создать профиль для каждого участника на основе установленных критериев безопасности, который включает в себя следующее:

1. Все участники должны заполнить Анкету по общему состоянию здоровья⁷.
2. С каждым из участников необходимо провести индивидуальную беседу, на которой:
 - ▶ в случае новичков: нужно познакомиться с человеком, оценить его текущее состояние, расспросить о его личной истории и мотивации к употреблению аяуаски.
 - ▶ в случае уже опытных участников: нужно осведомиться об общем состоянии участника и о произошедших изменениях со времени последней сессии.
3. Каждому из участников необходимо предоставить Документ об информированном согласии и четко разъяснить его функцию⁸.

7 См. пример на сайте iceers.org/ayasafe15.

8 См. пример на сайте iceers.org/ayasafe16

На основе информации, собранной из анкет и бесед, примите решение о возможности участия в сессии каждого из желающих. Следует также учитывать следующее:

- ▶ Допускайте только тех, кто понимает, что участие в сессии подразумевает внутреннюю работу.
- ▶ Допускайте только тех людей, анкеты о состоянии здоровья которых показали отсутствие противопоказаний.
- ▶ В некоторых случаях перед сеансом может потребоваться дополнительная терапевтическая работа. В этом случае участника можно перенаправить к соответствующему специалисту.
- ▶ Допускайте только тех, чей личный процесс не потребует больше той помощи (по времени или по ресурсам), которую вы можете оказать в формате сессии. (Люди с некоторыми расстройствами личности, тяжелой депрессией или другими заболеваниями, которым аяуска не противопоказана, все равно могут потребовать больше ресурсов, чем их может быть предоставлено в формате сессии).
- ▶ Если Вы не можете принять участника, объясните причины, по которым он должен быть исключен из сессии, и постарайтесь предложить ему альтернативные возможности.
- ▶ Не допускайте человека, если у вас есть сомнения по поводу правомочности его участия в сессии.

Другие предложения по предварительному этапу:

- ▶ **Намерение:** ведущий должен поощрить участника к тому, чтобы он надлежащим образом подготовился к сессии и дать ему соответствующие указания⁹.
- ▶ **Личная Связь:** Рекомендуется установить личную связь, основанную на поддержке и доверии между ведущим и участником.

9 См. iceers.org/ayasafe10



До начала сессии

Ведущий или команда, проводящая сессию, должны:

1. Знать ингредиенты и потенцию (силу) аяуаски. Ни в коем случае нельзя предлагать другим людям препарат, который не был заранее проанализирован или протестирован ведущим.
2. Иметь достаточное количество помощников для оказания поддержки всем участникам. По соображениям безопасности нельзя вести группу в одиночку.
3. Выбрать **безопасное место**, изолированное от внешних помех, но при этом легкодоступное. Место должно быть уютное и достаточно просторное. Обеспечьте наличие питьевой воды, туалетов, адекватного размещения и необходимых удобств.
4. Обеспечить безопасность и физическое благополучие участников, подготовить место проведения сессии (например, убрать опасные предметы, сделать место уютным/удобным, предоставить матрасы, одеяла, салфетки, ведра и т.д.).
5. Иметь протокол действий в случае чрезвычайной ситуации, который должен быть известен всем членам команды.



Во время сессии

Ведущий или команда, проводящая сессию, должны:

1. Отрегулировать дозу препарата в соответствии с возрастом, полом, опытом, состоянием здоровья и потребностями участников. Лучше дать недостаточную дозу, чем избыточную дозу.
2. Гарантировать физическую безопасность участников. Это включает в себя подготовку пространства для обеспечения физической сохранности участников (должно быть достаточно пространства для каждого участника, в то же время участники не должны самостоятельно перемещаться по территории, водить транспортные средства и т.д.).
3. Гарантировать эмоциональную безопасность участников. Это включает в себя предоставление необходимой эмоциональной поддержки, ограждение от нежелательных помех или взаимодействия с другими людьми (помощниками и участниками), а также обеспечение физического благополучия участников.
4. Воздерживаться от любого сексуального контакта или поведения с участниками до, во время или после сессии. Иметь протоколы для предотвращения таких ситуаций и действовать в соответствии с ними. Обеспечить эмоциональную безопасность участников и четко определить отношения между ведущими, ассистентами и участниками на этической и профессиональной основе.
5. Никогда, ни при каких обстоятельствах, не оставлять участников одних или без присмотра.
6. Защищать целостность, конфиденциальность и безопасность людей в группе, а также их взаимодействие.
7. Ни один участник не должен покидать место проведения сессии до ее завершения.

8. Перед завершением сессии поговорите с каждым участником в отдельности и убедитесь, что его эмоциональное состояние позволяет закончить сессию.
9. В случае возникновения чрезвычайной ситуации или сложностей в разрешении ситуации попросите о помощи. Нужно уметь делегировать.
10. Безопасность участников должна быть превыше всего. Никогда не отказывайте в помощи участнику, даже если вы рискуете понести юридическую ответственность.

Другие предложения для обеспечения оптимального протекания сессии:

- ▶ **Физическое положение:** рекомендуем участникам во время сессии оставаться в положении сидя, а не лежа. Это гарантирует, что в случае рвоты не будет опасности удушья, а также поможет обнаружить потерю сознания. Если участники не могут удерживать сидячее положение, рекомендуется лежать на боку, а не на спине.
- ▶ **В случае проблем:** В случае, если участник испытывает трудности, для обеспечения поддержки приступайте к простым, не фармакологическим приемам (сфокусированное дыхание, активное слушание, присутствие и т.д.). Продолжайте оказывать поддержку до тех пор, пока участник не скажет, что он находится в стабильном состоянии и больше не нуждается в помощи, при этом вы должны быть уверены, что это действительно так.



После окончания сессии

La persona o equipo a cargo de la sesión debería:

1. Дайте участникам достаточно времени, чтобы отдохнуть и восстановиться, прежде чем покинуть место церемонии, и убедитесь, что у них есть для этого достаточно места. Рекомендуется, чтобы участники могли вернуться к спальным местам или оставаться на месте проведения церемонии до следующего дня.
2. Убедитесь, что в течение нескольких часов после сессии есть кто-то, кто может оказать поддержку всем, кто может в ней нуждаться.
3. Предоставьте пространство для интеграции, в котором участники по отдельности или все вместе могли бы воспользоваться различными материалами (бумагой, красками, цветными карандашами и т.д.), чтобы начать процесс интеграции опыта.
4. Предложите участникам возможность поделиться своим опытом, сомнениями или опасениями с остальными членами группы, или наедине с кем-то из команды ведущих.
5. Будьте осознанны во время выступлений участников, когда они делятся опытом после сессии. Активное слушание помогает в этом. Рекомендуем не выходить за рамки своих знаний и не выносить суждений или психологических интерпретаций без соответствующей подготовки.
6. Проведите заключительную проверку физического и психологического состояния всех участников перед отъездом.
7. Предложите возможность дополнительной поддержки после окончания сессии. Предоставьте свою контактную информацию, телефон или адрес электронной почты и предложите поддерживать связь.



8. Если нет возможности предложить поддержку, необходимую для процесса интеграции, предложите участникам возможность воспользоваться услугами других квалифицированных специалистов.

Другие предложения по интеграции и последующей поддержке:

- » **Помогите Науке:** в целях измерения воздействия опыта на жизнь участников в долгосрочной перспективе и для мониторинга интеграционного процесса вы можете собрать данные с помощью проверенных анкет-вопросников. Анкета может быть разослана участникам через неделю и через два месяца после сессии.
- » **Забота о себе:** важно осознавать свою роль как ведущего и не поддаваться на провокацию, если участники считают, что именно вам они обязаны своим глубоким опытом или считают вас духовным наставником. Важно оказывать поддержку, осознавая при этом, что на самом деле процессом руководит сам участник, он же несет ответственность за свое собственное развитие, открытия и инсайты. В целях здорового развития команды ведущих необходимо проводить оценку своих собственных процессов с помощью регулярной супервизии с более опытным профессионалом



ДЛЯ ВСЕХ

ЮРИДИЧЕСКАЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ

Международный правовой статус (не для России).

Психоактивный алкалоид аяуаски – диметилтриптамин (ДМТ) – является контролируемым веществом, включенным в Список I Конвенции Организации Объединенных Наций о психотропных веществах в 1971 году. В этом качестве ДМТ рассматривается как вещество, использование, изготовление и продажа которого запрещены на международном уровне, за исключением очень ограниченных случаев его использования в медицинских и научных целях. Однако, сам отвар аяуаски не находится под международным контролем, что было подтверждено Международным комитетом по контролю над наркотиками (МККН).





ПРИЛОЖЕНИЯ

Ресурсы и библиография

ПРОЧИЕ РЕСУРСЫ

- › Справочник Института Чакруна (Instituto Chacruna) по Вопросам сексуального насилия в кругах использования аяюаски: <https://chacruna.net/community/ayahuasca-community-guide-for-the-awareness-of-sexual-abuse/>. (на испанском языке, машинный перевод на другие языки)
- › Проект Aware: awareproject.org
- › Фонд ICEERS: www.iceers.org
- › Аяюаска. Технический отчет: iceers.org/ayasafe14

КРАТКАЯ БИБЛИОГРАФИЯ

на испанском и английском языках

Almendro M. (2018). *El Laberinto de la Ayahuasca. Investigaciones sobre el chamanismo y las medicinas indígenas*. Barcelona: Kairós.

Dos Santos R.G., Balthazar F.M., Bouso J.C., Hallak J.E. (2016). *The current state of research on ayahuasca: A systematic review of human studies assessing psychiatric symptoms, neuropsychological functioning, and neuroimaging*. *J Psychopharmacol.* 30(12):1230-1247.

Fericgla J.M. (2018). *Ayahuasca. La realidad detrás de la realidad. Sus usos en psicoterapia y en el cultivo del mundo interior*. Barcelona: Kairós.

Labate B. y Bouso J.C. (Eds.) (2013). *Ayahuasca y salud*. Barcelona: Los libros de la liebre de marzo.



López-Pavillard S. (2018). *Chamanes, ayahuasca y sanación*. Madrid: Consejo Superior de Investigaciones Científicas.

MacRae E. (1998) *Guiado por la luna. Shamanismo y uso ritual de la ayahuasca en el culto del Santo Daime*. <http://neip.info/novo/wp-content/uploads/2015/04/guiado-por-la-luna.pdf>

Martín Pardo A. y Muñoz Sánchez J. (2019). *El estado legal de la ayahuasca en España. La relevancia de los comportamientos relacionados con su consumo y posesión*. Valencia: Tirant lo Blanch.

Ona G., Kohek M., Massaguer T., Gomariz A., Jiménez D.F., Dos Santos R.G., Hallak J.E.C., Alcázar-Córcoles M.Á., Bouso J.C. (2019). *Ayahuasca and Public Health: Health Status, Psychosocial Well-Being, Lifestyle, and Coping Strategies in a Large Sample of Ritual Ayahuasca Users*. *J Psychoactive Drugs*. doi: 10.1080/02791072.2019.1567961.

Sánchez Avilés C. y Bouso Saiz J.C. (2015). *Ayahuasca: de la Amazonía a la aldea global. Un análisis de los desafíos asociados con la globalización del uso de la ayahuasca*. TNI (Transnational Institute): <https://www.tni.org/es/publicacion/ayahuasca-de-la-amazonia-a-la-aldea-global>



ICEERS

WWW.ICEERS.ORG