

# NA CESTĚ K LEPŠÍM POSTUPŮM AYAHUASCA:

PRŮVODCE PRO ORGANIZÁTORY  
A ÚČASTNÍKY



ICEERS

Rok vydání: 2019

Autoři průvodce: ICEERS Foundation

Autoři textu: David Londoño, Jerónimo Mazarrasa, Marc B. Aixalà

Korektury a úpravy: Óscar Parés, José Carlos Bouso

Grafický design: Alba Teixidor

Překladatel do českého jazyka: Veronika Cimermanová

Fotografie na obálce: © Carlos Suárez Álvarez

Fotografie strana 9: © Temple of the Way of Light / Matthew Watherston

Fotografie strana 23: © Chrám světelné cesty / Claude Rigaud

Fotografie strana 37: © Chrám světelné cesty / David Vasiljec

Další fotografie: Benjamin De Loenen

Tento dokument se neustále vyvíjí a je otevřený příspěvkům. Napište na [aya@iceers.org](mailto:aya@iceers.org) a navrhněte vylepšení nebo mějte aktuální informace o budoucích verzích.

Překlad předkládaného průvodce do českého jazyka byl vytvořen na dobrovolném základě a nebyl zadán žádnou z organizací, které originál vydaly. Původní [dokument v angličtině](#) je k dispozici na tomto odkazu

**NA CESTĚ K LEPŠÍM  
POSTUPŮM AYAHUASCA:  
PRŮVODCE PRO ORGANIZÁTORY  
A ÚČASTNÍKY**



PRO ÚČASTNÍKY

PRO ORGANIZÁTORY

PRO VŠECHNY

PŘÍLOHY

# INDEX

◇ **Pro účastníky / 09**  
INDIVIDUÁLNÍ  
ODPOVĚDNOST

◇◇ **Pro organizátory / 23**  
KOLEKTIVNÍ  
ODPOVĚDNOST

◇◇◇ **Přílohy / 33**  
ZDROJE A  
BIBLIOGRAFIE



## Tento dokument je kompilací lepších postupů pro používání Ayahuascy v ne-amazonských kontextech. Zahrnuje individuální, kolektivní a právní odpovědnost.

Ayahuasca je odvar z různých rostlin s dlouhou historií užívání v Amazonii, kde existují velmi staré záznamy o jejím použití domorodými národy. V posledních několika desetiletích se používání tohoto přípravku rozšiřuje nad svůj původní kontext a nyní se dostává do mnoha zemí mimo oblast Amazonie. Jedním z důsledků této expanze je vznik nových forem užívání, které přinesly jak nový terapeutický potenciál, tak i nová rizika.

Je zřejmé, že domorodá společenství Amazonky a dalších národů s dlouhou historií používání Ayahuascy tohoto průvodce nepotřebují. Ayahuasca je součástí jejich kulturních a duchovních systémů, které zahrnují bezpečné způsoby práce s účinky tohoto přípravku i metody pro jejich začlenění do každodenního života komunity. Tento materiál je naopak zaměřen na ty, kteří organizují nebo se účastní Ayahuasca ceremoniálů mimo kontexty Amazonie.

Cílem této příručky je představit řadu minimálních bezpečnostních standardů na podporu Ayahuasca ceremonií v ne-amazonských kontextech a informovat potenciální účastníky tak, aby mohli lépe posoudit bezpečnost a odpovědnost sezení, kterých se chystají zúčastnit a rozhodovat se i na základě těchto informací.

Tento překlad průvodce do českého jazyka byl vytvořen na dobrovolném základě a nebyl zadán žádnou z organizací, které originál vydaly. Původní dokument v angličtině je k dispozici na [tomto odkazu](#).





**PRO ÚČASTNÍKY**

# **Individuální odpovědnost**



## UŽÍVÁNÍ AYAHUASCA NENÍ DOPORUČENO, POKUD ...

- › Nevíte, co Ayahuasca je, jaké jsou její účinky a kontraindikace.
- › Děláte to, protože vás k tomu tlačí druhý lidé. Jednou z hlavních kontraindikací u Ayahuascy je nedostatek touhy ji užít.
- › Nedůvěřujete tomu, kdo Vám Ayahuascu dává.
- › Užíváte antidepresiva.
- › Máte osobní nebo rodinnou anamnézu určitých závažných duševních potíží (viz níže v části „Bezpečnostní a vylučující kritéria“)
- › Jste těhotná nebo si myslíte, že byste mohla být.
- › Nejste člověk s dobrým fyzickým zdravím (Krátká verze: pokud by vám zdraví bránilo v jízdě na horské dráze, pravděpodobně byste neměli užívat Ayahuascu. Dlouhá verze: Je to trochu komplikovanější, viz níže).

Zde najdete informace o možných rizicích a výhodách Ayahuascy a také základní bezpečnostní informace pro Ayahuasca sezení, abyste mohli učinit informovanější rozhodnutí.<sup>1</sup>

## O Ayahuasce

Ayahuasca je odvar z různých rostlin amazonského původu. Po staletí různé národy Amazonie používaly tento nápoj jako součást své tradiční medicíny a také při náboženských rituálech. V posledních letech se jeho použití rozšiřuje, globalizuje a oslovuje lidi v jiných zemích, kteří k němu přistupují jako k nástroji osobního, duchovního nebo terapeutického rozvoje. V mnoha zemích existuje Ayahuasca již více než dvě desetiletí. Tato přítomnost má mnoho podob, od domorodých šamanů, amazonských vegetalistů a brazilských ayahuasca náboženství až po neošamanské a terapeutické kruhy. I když je mezi nimi velká rozmanitost, všichni mají společné to, že sezení vede osoba. To znamená, že vždy existuje někdo, kdo je za sezení odpovědný a slouží Ayahuasce a účastníky doprovází a pomáhá jim.

---

<sup>1</sup> Více informací zde: [iceers.org/ayasafe10](https://iceers.org/ayasafe10).

## Účinky

---

Z krátkodobého hlediska účinky Ayahuascy obvykle začínají mezi 15 a 60 minutami po požití a trvají mezi 2 a 5 hodinami. Ayahuasca navozuje modifikovaný stav vědomí, kde je běžné mít vize a změny ve způsobu myšlení a vnímání reality. Fyzicky může příjem způsobit zvracení a průjem, což se často interpretuje jako forma emocionálního a energetického čištění.

## Úrovně zkušeností

---

### Biologická úroveň

Ayahuasca, působící na mozek, vyvolává biologické účinky, které se projevují přechodnými změnami, uvolňováním určitých hormonů, modulací imunitního systému a zvýšením krevního tlaku (aniž by dosáhl patologických parametrů). Mějte na paměti, že tyto fyziologické změny neovlivňují všechny stejným způsobem, například lidé s předchozími stavy mohou být ovlivněni více. Z tohoto důvodu, i když je Ayahuasca fyziologicky pro zdravé lidi velmi bezpečná, osoby s patologiemi by měly být obzvláště opatrní, zvláště pokud užívají jiné léky. (viz část kontraindikace níže).

### Psychologická úroveň

Mezi efekty patří časté objevování se vzpomínek a obrazů z minulosti a jiného psychologického materiálu, ať už vědomého či nevědomého, které jsou prožívány mnohem emotivněji než obvykle. Mnoho lidí považuje Ayahuascu za jakési zrcadlo svého nitra, kde je možné vidět vnitřní konflikty, obavy a obtížné emoce, ale také krásné a dobré stránky svého života.

## Duchovní nebo transpersonální úroveň

Účinky mohou někdy zahrnovat zkušenosti s přístupem nebo kontaktem s realitami, které přesahují běžnou zkušenost člověka a jsou připisovány mytologickým, náboženským nebo duchovním rozměrům, překračujícím to, co člověk běžně cítí nebo prožívá.

## Ontologická úroveň

Kombinace výše zmíněných účinků může vést člověka ke změnám v pojetí sebe sama a reality. Ze střednědobého a dlouhodobého hlediska je účinek, který má na život každého jednotlivce, nepředvídatelný a liší se od skupiny ke skupině a od osoby k osobě, ale lze potvrdit, že někdy může vést k velmi hlubokým změnám v životě jednotlivců; to by měli mít zájemci o užívání Ayahuascy na paměti.

## Výhody

Někteří vědci se domnívají, že působí jako *adaptogen* a pomáhá lidem najít pohodlnější vztah se sebou a svým okolím. Ačkoli je stále nedostatek širších vědeckých studií, existuje mnoho zpráv o lidech, kteří po dlouhém procesu s Ayahuascou tvrdí, že získali jasné výhody, jak osobní tak i ve svém bezprostředním okolí. V závislosti na situaci každého člověka, jeho minulosti a sociálního kontextu, účinky se mohou lišit. Existují však zprávy o terapeutických výsledcích u lidí s řadou problémů od deprese, vyhoření, zármutku, nutkavého užívání drog, pocitů viny, emocionální bolesti, traumatu z dětství a přijetí smrti k častějším problémům, jako je životní smysl, pracovní a vztahové problémy atd. Spektrum je široké, prokázané však je, že i když může Ayahuasca pomoci, obecně nestačí jen Ayahuascou požit. K dosažení terapeutického přínosu, který je dlouhodobý, je nutné širší terapeutické úsilí před i po požití Ayahuascy.

## Rizika

---

Během sezení mohou akutní účinky Ayahuascy představovat určitá nebezpečí, zejména pokud není dotyčná osoba dobře ošetřena. Například ve vyšších dávkách může způsobit závratě a ve vzácných případech mdloby. Při správné péči lze těmto epizodám předcházet nebo je vyřešit, ale bez náležité pozornosti představují další rizika v podobě např. pádů, modřin, udušení vlastními zvratky a pod.. Klíčem je kvalita péče a bezpečnostní opatření přijatá organizátory. Jsou tu také další situace, ke kterým dochází velmi zřídka. Je možné, že po užití Ayahuascy trvají účinky déle než obvyklých 4 – 6 hodin. Vyskytly se také velmi vzácné případy, kdy měli lidé psychotickou ataku (zhroucení se), které vyžadovaly podání léků nebo dokonce léčbu. U některých z těchto případů již existovalo psychiatrické onemocnění před užitím Ayahuascy nebo měli psychické onemocnění v rodinné anamnéze, v jiných případech se však jednalo o osoby bez jakékoliv známé historie problémů tohoto typu.

**Klíčem ke snížení rizik spojených s užíváním Ayahuascy jsou obecně:**

- › **Důkladné předchozí zhodnocení organizátory, aby se posoudila možnost výskytu výše zmíněných patologií**
- › **Adekvátní předchozí psychologická příprava účastníků**
- › **Kontrolovaný kontext příjmu**
- › **Adekvátní integrace zkušeností**

Kromě toho existuje řada mírnějších rizik, která se mohou objevit po sezení, možná dlouho po něm, která souvisí s nebezpečnými interpretacemi materiálu, který se během sezení objevil. Lidé mohou mít například pocit, že Ayahuasca jim „řekla“, aby opustili práci nebo partnera, že byli zneužíváni nebo že jsou nebo by se měli stát šamani. Tyto zprávy někdy nejsou doslovnými pravdami, ale vyjádřením nevědomé stránky dané osoby. Než se rozhodnete, co ve skutečnosti znamenají, je vhodné jednat opatrně, nepřístupovat k závěrům a prozkoumat interpretaci společně s lidmi, kteří mají zkušenosti s asistencí při tomto typu procesu. I když v této oblasti není mnoho specializovaných odborníků, ICEERS nabízí bezplatnou službu podpory<sup>2</sup>, která může sloužit jako výchozí bod.

Ayahuasca není všelék ani magický lék. Není neomylná ani neposkytuje zkratku v často obtížném procesu osobního růstu. Je užitečnější jí chápat jako baterku, která pomáhá osvětlit ty části našeho života, které jsou nejasné nebo v nevědomí.

A nakonec, existuje řada rizik široce známých pro amazonské kultury a tradice, která mohou být pro lidi jiných kultur obtížně pochopitelné. Podle těchto tradic jsou účastníci užívající Aya-





huasku vystavení energiím, které mohou být pozitivní nebo negativní. Umět eektivně pracovat s takovými situacemi je velmi důležitou součástí výcviku lidí, kteří pak sezení mohou vézt. Ačkoli se tyto perspektivy na globálním severu vyskytují jen zřídka, zájemci o užívání Ayahuascy by měli vědět, že jsou běžné a důležité pro lidi, kteří ji užívají v jejich tradičním kulturním kontextu.

## **Kdy nebrat Ayahuascu: Kritéria bezpečnosti a vyloučení**

---

### **Tělesné kontraindikace**

Ayahuasca se nedoporučuje v následujících případech:

Lidé se závažnými kardiovaskulárními problémy (protože mírně zvyšuje kardiovaskulární parametry); glaukom; oddělení sítnice; těžká hypertenze; zlomeniny; nedávné operace; akutní infekční nemoci; tuberkulóza; epilepsie; křeče; mozkové příhody. Také osoby se závažným onemocněním jater, žlučníku, ledvin nebo slinivky břišní, určité případy dvanácterníkového vředu nebo gastritidy, zažívací krvácení. Ti, kteří mají potíže se zvracením, by se měli také vyvarovat požití Ayahuascy.

Ayahuasca se nedoporučuje pro těhotné nebo kojící ženy.

### **Psychologické kontraindikace**

Ayahuasca není indikována u lidí trpících záchvaty paniky, vážnými psychiatrickými poruchami, jako jsou bipolární poruchy, schizofrenie, atd. V případě minulé zkušenosti s těžkou depresivní poruchou, pokusem o sebevraždu nebo sebepoškozováním je nezbytné, aby byl proces s Ayahuascou doprovázen odpovídajícím psychologickým dohledem.

## Farmakologické kontraindikace

Užívání Ayahuascy je kontraindikováno s léky nebo látkami inhibujícími monoaminooxidázu (MAO) a jakýmkoli léky nebo látkami ovlivňujícími serotoninový systém. Ayahuasca má kontraindikaci také s mnoha antidepresivy a psychotropními léky.

## Neslučitelné psychoaktivní látky

Látky, jako je kokain, amfetaminy nebo MDMA mohou s Ayahuascou negativně interagovat a jejich kombinace se nedoporučuje, protože tyto účinky mohou vyústit do hypertenzní krize. Rovněž je kontraindikována kombinace Ayahuascy s bufoteninem a /nebo 5-MeO-DMT (přítomným v jiných látkách přírodního původu, jako je *Bufo alvarius*, vilca nebo yopo). Ayahuasca není a neměla by být používána jako náhrada za psychoterapii nebo lékařskou péči.

Nakonec byste se měli poradit s odborníkem, pokud máte jakýkoli typ onemocnění nebo pravidelně užíváte léky (včetně bylinných přípravků) a předem to nahlásit osobě, která bude vézt aši zkušenost s Ayahuascou.

## Pokud máte zájem o užívání Ayahuascy<sup>3</sup>

Rozhodnutí o účasti na sezení musí být vždy učiněno nezávisle; vliv ostatních by nikdy neměl být faktorem pro učinění rozhodnutí. Rozhodnutí musí být založeno na jasných znalostech možných účinků, rizik, výhod a kontraindikací ve vztahu k anamnéze, duševnímu zdraví a celkové náladě. Ayahuasca je někdy prezentována jako všelék. Je to však pouze nástroj, který může při vhodném použití působit jako katalyzátor terapeutického procesu tím, že rozšiřuje vědomí (zvědomění). V případě nevhodného použití může určité problémy zhoršit nebo vytvořit nové.

<sup>3</sup> V případě dotazů týkajících se interakcí mezi Ayahuascou a léky můžete napsat na: [interac@iceers.org](mailto:interac@iceers.org)

## Jak si vybrat centrum nebo průvodce

---

Je důležité zjistit, jak bude práce / obřad / sezení probíhat, a to jak průzkumem online, tak předem pohovorem s odpovědnou osobou.

Některé znaky, které je třeba hledat:

- ▶ K dispozici jsou podrobné a objektivní informace o Ayahuasce.
- ▶ Účastníci procházejí předběžným pohovorem a vyplňují zdravotní dotazník.
- ▶ Lidé, kteří splňují vylučující kritéria centra, nesmí pít.
- ▶ Průvodce má dlouholeté zkušenosti.
- ▶ Máte pocit, že průvodce je důvěryhodný.
- ▶ Původ a komponenty podávané Ayahuascy jsou jasně sděleny. Je-li používán analog Ayahuascy (Anahuasca), je to jasně uvedeno.
- ▶ Průvodce pracuje s malými skupinami nebo s dostatkem asistentů pro zajištění asistence všem účastníkům.
- ▶ Na konci sezení mohou účastníci zůstat na místě a odpočívat / přespát až do dalšího dne.
- ▶ Organizátoři dodržují etický kodex <sup>4</sup>.
- ▶ Integrace a následná péče jsou nabízeny po sezení.

Některé věci, kterým je třeba se vyhnout:

- ▶ Průvodci, kteří se prezentují jako guruové nebo zachránci.
- ▶ Průvodci, kteří slibují všeléky, zázračné léky, rychlá řešení nebo garantují výsledky, kterých má

4 například etický kodex Programu obrany Ayahuascy: [iceers.org/ayasafe13](https://iceers.org/ayasafe13)

být dosaženo. Nikdo, kdo předem slibuje nějaké výsledky, není upřímný.

- › Akce, u kterých je zisk zřejmou prioritou.
- › Průvodci, kteří projevují necitlivost nebo nezájem o vaše osobní důvody, proč se chcete zúčastnit.
- › Průvodci, kteří se zapojují do přístupů se sexuálními konotacemi.

## Před Ayahuascou - příprava

---

Jakmile je vybrán vhodný průvodce, mohou se účastníci připravit na sezení několik dní předem lehkým, zdravým jídlem a udržováním dobré fyzické kondice, aby se usnadnila plynulejší a možná bezpečnější zkušenost s Ayahuascou.

Obvykle se doporučuje, aby poslední jídlo proběhlo asi 6 hodin před požitím Ayahuascy. Udržujte své tělo hydratované a přijďte na sezení odpočatí.

V týdnech před Ayahuascou se vyvarujte konzumace alkoholu, stimulantů, opiátů a dalších drog.

Je také velmi důležité snížit očekávání týkající ze sezení (nereálná očekávání jsou časté), ale zároveň si stanovit určitý záměr (co byste od sezení chtěli dostat).

## Během Ayahuascy - základní doporučení

---

Začátečníci by měli začít s nízkou dávkou, aby se postupně seznámili s jejími účinky.

Ayahuasca je mocná rostlina; používejte jí s respektem. I když si myslíte, že nic nedělá, pokusit se vstát je často dostatečné k uvědomění si účinnosti efektu.

Účastníci by neměli opustit prostor sezení bez upozornění průvodce.

Neváhejte požádat průvodce o pomoc, když máte pocit, že ji potřebujete. K tomu tu průvodci jsou. Součástí jejich práce a školení je být tam, aby vám pomohli.

Několik tipů, jak překonat těžké chvíle; dýchejte pomalu a zhluboka z bránice (vagusové dýchání), soustředte se na hudbu, poddejte se a důvěřujte procesu, Ayahuasce a průvodci.

Na konci sezení je vhodné zůstat několik hodin v prostoru a před řízením nebo návratem do vnějšího světa řádně odpočívat.

## **Integrace a další sledování**

---

Po sezení Ayahuascy se člověk často vrací domů s novými pohledy na svůj život a touhou měnit věci, chování, vnášet novou energii do určitých vztahů atd. Bez řádného sledování a integrace mohou mít tyto vhledy krátkého trvání. Některé aktivity mohou pomoci tento efekt minimalizovat, například zapsat si, co se objevilo během vaší zkušenosti, aby se obsah zvnitřnil a ukotvil. Může také pomoci mluvit o tom s osobou, která má v této oblasti zkušenosti.

Pokud vás práce s Ayahuascou vede k tomu, abyste zvážili zásadní životní změny nebo začali pracovat na vážných osobních problémech, je nejlepší tak učinit s podporou terapeuta nebo osoby vyškolené, aby vám během této fáze pomohla. Odhalení za pomoci Ayahuascy často nelze brát doslovně a vyžadují proces dekódování, který je u řádně proškoleného člověka mnohem plodnější.



## Právní status

---

Jedna z rostlin, obsahující Ayahuasca, obsahuje DMT (N, N-dimethyltryptamin) - látku regulovanou na mezinárodní i národní úrovni v mnoha zemích. INCB (agentura OSN odpovědná za sledování dodržování mezinárodních drogových úmluv) však stanovila, že ani Ayahuasca ani žádný jiný přípravek vyrobený z rostlin obsahujících DMT nepodléhá mezinárodní kontrole. Nicméně každá jednotlivá země může v rámci své jurisdikce učinit Ayahuasca nezákonnou, jak se tomu stalo ve Francii.



PRO ORGANIZÁTORY

# Kolektivní odpovědnost



Následující pokyny vycházejí ze základní premisy Ayahuasca kruhů: Kdykoli někdo nabídne psychoaktivní látku třetí straně, s výměnou peněz nebo bez nich, přebírá určitou odpovědnost za jejich blaho.



## Před nabídkou Ayahuascy třetím stranám

---

Osoba nebo tým odpovědný za sezení by měl mít vytvořený adekvátní teoretický a praktický základ, který zahrnuje:

- › Ujasnit si účel akce a etické úvahy o tom, jaké metody budou použity k nejlepšímu dosažení tohoto cíle.
- › Rozsáhlá osobní zkušenost s procesy, které Ayahuasca vytváří u lidí.
- › Znalost právních důsledků souvisejících s Ayahuascou.
- › Znalosti o farmakologii ayahuascy obecně<sup>5</sup> i o Ayahuasce, která bude podávána.
- › Znalost rizik a kontraindikací Ayahuascy<sup>6</sup>.
- › Znalost technik první pomoci.
- › Znalost neobvyklých stavů vědomí a různých terapeutických přístupů.
- › Správná příprava pro případ nežádoucích účinků a mimořádných situací.
- › Tým spolupracovníků, kteří byli vyškoleni k poskytování podpory během sezení.
- › Znalost a respektování hranic spojených se vztahem terapeut-pacient.
- › Existují protokoly pro prevenci a reakci na dynamiku spojenou se sexuálním násilím.

5 [Viz.iceers.org/ayasafe14](http://Viz.iceers.org/ayasafe14)

6 [Viz.iceers.org/ayasafe10](http://Viz.iceers.org/ayasafe10)

## Výběr a příprava účastníků

Uživatelská příručka: V dostatečném předstihu před sezením zašlete všem účastníkům dokument s informacemi o Ayahuasce, aby byli řádně informováni a mohli se adekvátně připravit. Uživatelská příručka by měla obsahovat informace o:

- › **Vlastnosti Ayahuascy, její složení, účinky a potenciální rizika.**
- › **Důsledky užívání Ayahuascy.**
- › **Omezení před a po sezení.**
- › **Odpovědnosti zaměstnanců a účastníků.**
- › **Postup a fungování sezení.**
- › **Přehled celého procesu.**

Vytvořte profil pro každého účastníka na základě stanovených bezpečnostních kritérií, který zahrnuje:

1. **Dotazník o obecném zdraví.<sup>7</sup>**
2. **Individuální rozhovor s každým z účastníků:**
  - › **Pro nováčky: Zjistěte jejich osobní historii, aktuální stav a motivaci k používání Ayahuascy.**
  - › **Pro vracející se účastníky: Poradte se s jejich obecným stavem a významnými změnami od poslední sezení.**
3. **Předložte dokument s informovaným souhlasem a jasně vysvětlete jeho funkci<sup>8</sup>.**

5 Příklady zde.iceers.org/ayasafe15

6 Příklady zde.iceers.org/ayasafe16

Na základě informací shromážděných z formulářů a pohovoru se rozhodněte, zda je vhodné nebo nepřijmout každého účastníka. Je třeba vzít v úvahu také následující:

- ▶ **Přijímejte pouze lidi, kteří chápou osobní proces, který jejich účast zahrnuje.**
- ▶ **Přijímejte pouze ty lidi, jejichž zdravotní dotazníky neobsahují kontraindikace.**
- ▶ **V některých případech může být před sezením nutná další terapeutická práce. Pokud ano, měla by být osoba doporučena k příslušnému odborníkovi.**
- ▶ **Přijímejte pouze lidi, jejichž osobní proces nebude vyžadovat větší pomoc (dočasnou nebo zdrojovou), než umožňuje formát sezení. (Lidé s určitými poruchami osobnosti, těžkou depresí nebo jinými onemocněními, s nimiž není Ayahuasca výslovně kontraindikována, mohou stále vyžadovat více zdrojů, než je možné zaručit).**
- ▶ **Pokud nemůžete účastníka přijmout, vysvětlíte důvody, proč byl dotyčný vyloučen z sezení a pokuste se nabídnout mu alternativní možnosti.**
- ▶ **Neakceptujte osobu, pokud existují pochybnosti o její vhodnosti účastnit se sezení.**
- ▶ **Další návrhy pro předchozí fázi:**
- ▶ **Úmyslnost: Poskytovatel by měl účastníka vyzvat, aby se na sezení adekvátně připravil, a nabídnout dostatečné pokyny.<sup>9</sup>**
- ▶ **Spojení: Doporučuje se, aby bylo vytvořeno osobní pouto založené na podpoře a důvěře mezi osobou nabízející sezení a účastníkem.**

9 Příklady zde [iceers.org/ayasafe10](http://iceers.org/ayasafe10)

## Před sezením

---

Osoba nebo tým odpovědný za sezení by měl mít jistotu, že:

1. Znat přísady a účinnost Ayahuascy. Přípravek, který nebyl předem analyzován nebo otestován průvodci, by nikdy neměl být podáván ostatním.
2. Mějte dostatek asistentů / spolupracovníků, kteří se budou věnovat všem účastníkům. Z bezpečnostních důvodů by skupiny neměly být vedeny jedním průvodcem.
3. Zvolte bezpečné prostředí, izolované od vnějšího rušení, ale přístupné, příjemné a dostatečně prostorné. Zajistěte dostupnost pitné vody, toalety, přiměřené ubytování a potřebné vybavení.
4. Zajistěte bezpečnost a fyzickou pohodu účastníků, připravte prostředí tak, aby vyhovovalo jejich potřebám (například odstraňování nebezpečných předmětů, zútulnění / pohodlí místa, poskytnutí matrací, přikrývek, kapesníků, kbelíků atd.)
5. Připravte si protokol jak postupovat v případě nouze, se kterým je obeznámen celý tým.



## Během sezení

---

Osoba nebo tým odpovědný za sezení by měl zajistit:

1. Upravte dávku přípravku podle věku, pohlaví, zkušeností, zdravotního stavu a potřeb účastníků. Je lepší podávat příliš málo, než podávat nadměrnou dávku.
2. Zaručit fyzickou bezpečnost účastníků. To zahrnuje přizpůsobení prostředí tak, aby byla zajištěna fyzická integrita účastníků (každému účastníkovi poskytněte dostatek prostoru, zabraňte lidem v nebezpečném bloumání, řízení vozidel atd.)
3. Zaručit emoční bezpečí účastníků. To zahrnuje poskytování veškeré nezbytné emoční podpory, zajištění, aby nedocházelo k žádným škodlivým vyrušením a interakcím s jinými lidmi (zaměstnanci a účastníky) a zajišťování blahobytu účastníků.
4. Zdržte se jakéhokoli sexuálního kontaktu nebo svůdného chování s účastníky před, během nebo po sezení. Mějte zavedené protokoly, abyste těmto situacím předcházeli a podle nich mohli jednat. Zajistěte emocionální bezpečí účastníků a etickým a profesionálním způsobem jasně definujte vztahy mezi průvodci a účastníky.
5. Nikdy za žádných okolností nenechávejte účastníky osamocené nebo bez dohledu.
6. Chraňte integritu, soukromí a bezpečnost lidí ve skupině i jejich interakce.
7. Žádný účastník by neměl opustit prostor sezení před jejím ukončením.

8. Před ukončením sezení jednotlivě zkontrolujte každého účastníka, zda je v adekvátním stavu.
9. Buďte schopni delegovat nebo požádat o pomoc v případě nouze nebo obtíží při řešení situace.
10. Bezpečnost účastníků musí být na prvním místě. Nikdy neodepírejte pomoc žádnému účastníkovi a to ani s rizikem vzniku vlastních právních problémů.

Další návrhy k maximalizaci výhod během sezení:

- › **Fyzická poloha:** Povzbudte účastníky, aby během sezení zůstali sedět, místo aby si lehli. Tím je zajištěno, že v případě mdloby nehrozí nebezpečí udušení zvracením. Pokud nemohou vydržet sedět, doporučuje se ležet spíše na jedné straně než na zádech.
- › **V případě problémů:** Pokud se u účastníka vyskytnou potíže, podpořte ho pomocí jednoduchých nefarmakologických technik (soustředěné dýchání, aktivní poslouchání, přítomnost atd.). Udržujte podporu dokud vám účastník nedá vědět, že je ve stabilizovaném stavu a již podporu nevyžaduje, a vy jste si jisti, že tomu tak je.



## Po sezení

---

Osoba nebo tým odpovědný za sezení by měl:

1. Poskytněte účastníkům dostatek času na odpočinek a zotavení před opuštěním prostor a ujistěte se, že k tomu mají prostor. Doporučuje se, aby se účastníci vrátili na svá lůžka nebo zůstali v obřadním prostoru až do dalšího dne.
2. Zajistěte, aby v hodinách po sezení byl k dispozici někdo, kdo poskytne podporu každému, kdo to může potřebovat.
3. Poskytněte prostor pro integraci, kde účastníci mohou jednotlivě nebo společně použít různé materiály (papír, barvy, barevné tužky ke kreslení atd.) pro zahájení procesu integrace svých zážitků.
4. Nabídněte účastníkům možnost podělit se o své zkušenosti, pochybnosti nebo obavy se zbytkem skupiny nebo soukromě s někým z odpovědného týmu.
5. Buďte si vědomi svých intervencí během sdílení. Pomáhá mít aktivní přístup k naslouchání. Je doporučeno, aby průvodci zůstali v mezích svých znalostí a nepřinášeli soudy nebo psychologické interpretace bez řádného školení.
6. Před odjezdem proveďte závěrečnou kontrolu fyzického a psychického stavu všech účastníků.
7. Nabídněte možnost další podpory nad rámec sezení. Poskytněte své kontaktní informace, telefon nebo e-mailovou adresu a nabídněte udržování komunikace. Pokud nedisponujete možnostmi poskytnutí podpory pro integrační proces, nabídněte účastníkům možnost využití dalších kvalifikovaných odborníků.

Další návrhy na integraci a následná opatření:

- ▶ **Generovat znalosti:** Údaje lze sbírat pomocí validovaných dotazníků, aby bylo možné dlouhodobě měřit dopad zkušeností na život účastníků a sledovat integrační proces. Dotazník lze zaslat jednou týdně a o dva měsíce později.
- ▶ **Péče o sebe:** Je důležité si uvědomit roli asistenta a nenechat se unést, pokud účastníci chtějí dát jednomu jednotlivci uznání za jeho hluboké zkušenosti nebo duchovní vedení. Je nezbytné poskytnout podporu s vědomím, že je to účastník, kdo ve skutečnosti vede proces a je zodpovědný za svůj vlastní vývoj, objevy a spojení. Pro správný rozvoj týmu odpovědného za sezení by mělo být hodnocení práce prováděno prostřednictvím pravidelné supervize vedené zkušeným jednotlivcem.





**PŘÍLOHY**

# **Zdroje a bibliografie**

## DALŠÍ ZDROJE

---

- › Chacruna's Ayahuasca Community Guide for the Awareness of Sexual Abuse: <https://chacruna.net/community/Ayahuasca-community-guide-for-the-awareness-of-sexual-abuse/>
- › Projekt AWARE: [awareproject.org](http://awareproject.org)
- › Nadace ICEERS: [www.iceers.org](http://www.iceers.org)
- › Technická zpráva Ayahuasca: [iceers.org/ayasafe14](http://iceers.org/ayasafe14)

## BIBLIOGRAFIE

---

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). Současný stav výzkumu na ayahuasce: Systematický přehled studií na lidech hodnotících psychiatrické příznaky, neuropsychologické fungování a neuroimaging. *J Psychopharmacol.* 30 (12): 1230-1247.

Fericgla J.M. (2018). Ayahuasca. La realidad detras de la realidad. Sus usos a 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 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. Důležité informace o vztazích se spotřebou a jídlem. 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 a veřejné zdraví: Zdravotní stav, psychosociální pohoda, životní styl a strategie zvládnání ve velkém vzorku uživatelů rituálních uživatelů Ayahuascy. J Psychoaktivní drogy. 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](http://WWW.ICEERS.ORG)