



# AYAHUASCA

## AMIKOR A NÖVÉNYEK TANÍTANAK

A dél-amerikai őslakosok már évezredek óta használják, a nyugati világ azonban csak az utóbbi évtizedekben kezdett komolyabb érdeklődést mutatni iránta. Egyesek az emberi lélek gyógyítóját, a szellem tanítóját látják benne, mások boszorkánysággként vagy pusztán egy újabb veszélyes hallucinogén szerként tekintenek rá. Mi az igazság? Nos az, hogy a válaszokat keresve életem egyik legemlékezetesebb kalandján mentem keresztül...

## Az utazás kezdete

Már 10 perccel azután gyanút fogtam, hogy kiszálltam a repülőből Iquitos városának picike repterén. A három folyó, a Nanay, az Itaya és az Amazonas partjára épült település Peru északkeleti részén található, s csak vízi és légi úton lehet megközelíteni. Örültem kellett volna, hogy a majd' 40 Celsius-fokos hőség és a magas páratartalom közepette nem egy nyitott mototaxiban utazom, hanem egy légkondicionált autóban, ám a 12 órás transzatlanti járaton sikeresen megfáztam, és a hűtött levegő inkább csak idegesített. A taxis azonnal kifejezte aggodalmát állapotom látán, és a zsebkendő mellett egyéb szolgáltatásait is felsorolta. Többek között megemlítette, hogy össze tud hozni egy remek sámán ismerősével, ha ayahuascazni szeretnék. Na igen...

Több hónapos dél-amerikai tartózkodásom legelső napja volt ez. Még két éve Nepálban ismertem meg egy huszoneves amerikai zenészt, aki többéves kábítószer-függőségétől szabadult meg, miután hosszabb időt töltött a perui esőerdőben, ahol heti rendszerességgel vett részt tanítónövényekkel dolgozó ceremóniákon. Mint mondta, ezek közül is kitűnik az ayahuasca (kecsua szóösszetétel, jelentése a „lélek/halál indája”, ejtsd: ajavaszka), amely képes tartósan pozitív változást hozni. Megszabadíthat félelmeinktől, szorongásainktól, függőségeinktől. Erősen kételkedtem egy ilyen csodaszert létezésében, de azért érdekelt is annyira, hogy tüzetesebben is utánanézzek.

## Egy titokzatos növény

Az ayahuasca sötétbarna színű, általában émelýitően édes, sűrű, barna ital, melyet két növény öszszefőzésével készítenek. Az egyik a *Banisteriopsis caapi* indája (ezt hívják önmagában ayahuascának), a másik öszszetevő azonban régióként, sámánonként eltérő lehet, de leggyakrabban a *Psychotria viridis*, ősi nevén a chacruna. Utóbbi tartalmazza a spirituális utazáshoz szükséges dimetil-triptamin (DMT) alkaloidát, amely a növényvilágban és a főemlősökben egyaránt megtalálható vegyület. Az ayahuascainda biztosítja, hogy a szájon keresztül a szervezetbe kerülő DMT eljusson a központi idegrendszerbe, és ott kifejthesse hatását. (Alap esetben az emésztőrendszer lebontja a DMT-t a mono-amin-oxidáz [MAO] enzimeknek köszönhetően. Az indában található béta-karbolin alkaloidák blokkolják ezeket az enzimeket, így a DMT zavartalanul átjuthat az akadályon.)

E vonzó vegyületneveket természetesen nem ismerték azok a dél-amerikai őslakos indiánok, akik 1500-2000 évvel ezelőtt először öszszeállították a kóktét. A mai Peru, Brazília, Kolumbia és Ecuador

## HELYISMERET

A tapasztalat öröklődik, és az itt élők az őserdő rengeteg növényét hasznosítják. Közülük számosat a nyugati világ csak napjainkban „fedezett fel”

(balra fent)



## MÁS IRÁNYÚ ÉRDEKLŐDÉS

A helyi törzsek legfiatalabb tagjai is jól ismerik az ayahuascát. Bár ekkor még a röplabdázás jobban érdekli őket

területén élő törzsek már évszázadok óta használják az ayahuascát mágikus, gyógyító, vallási és egyéb rituális célokra. A szert a modern kori tudomány 1851-ben fedezte fel, amikor Richard Spruce angol botanikus a brazil őserdőt járva az Uapes folyó partján élő tukano törzsnél találkozott a főzettel. Kémiai hátterét egy évszázada kezdték komolyan vizsgálni, később a gyógyászati, pszichoterápiai alkalmazhatóságára is felfigyeltek.

A 60-as évek végén Észak-Amerikából indult kábítószer-ellenes kampány és a pszichoaktív szerek démonizálását célzó törekvések lassú gyengülésével az utóbbi bő évtizedben megváltozott hangulat hatására laikus körökben is egyre ismertebbé, népszerűbbé válhatott. Az ayahuasca-turisták száma pedig egyre nő... A folyamat hatására természetesen megjelentek a pénzéhes szélhámosok és sarlatánok is, akik a megvilágosodásra vágyó külföldieket gyakran sodorják veszélybe. Ezért éreztem magam kényelmetlenül, amikor már a taxis is egy ayahuasca-szertartásra invitált. És nem is volt egyedül: szinte minden sarkon befizethettem volna egy ilyen kalandra.

## A ceremónia

Több tényező is befolyásolja, hogy milyen élményben lesz része annak, aki az ayahuasca megismerésére vállalkozik. Az első a környezet: fontos, hogy olyan sámánnal próbáljuk ki a szert, akiben megbízunk, de ugyanígy sokat számít, kik vesznek részt még az eseményen és milyen helyen folyik a szertartás. Nyugodt, békés, a világtól elzárt környezetre van szükség, ahol senki és semmi nem zavarhatja meg a körülbelül 4-5 órán át tartó élményt. Az őserdő mélye erre kiváló hely.

Alapvető jelentőségű a fogyasztó lelki- és fizikai állapota. Annak, aki nem bízik a szerben, esetleg fél tőle, teljesen más tapasztalatai lesznek, mint ha valaki nyugodt lélekkel, szemlélődve vág neki a ceremóniának. Sokat számít az életvitel is: a stresszes, frusztrált, vagy épp legyengült személyeknél az ayahuasca sokkal kevésbé tudja kifejteni hatásait.

A különböző törzsek sámánjai más és más eljárásokat örökölték ősiktől, a legfőbb elemek azonban megegyeznek. A külön erre a célra épített szel-

lős házban (a malokában) este gyülekeznek az emberek, s leülnek a kör alakban leterített matracokra, szőnyegekre. Először még világít egy gyertya, de később azt is elfújják, mert még a legapróbb fényforrás is bántóan erősnek érződik az ayahuasca hatása alatt. Miután a sámán fejben és lélekben rákészült a ceremóniára, egyenként hívja a résztvevőket, és tölt nekik egy keveset (úgy 1 decit) a sűrű folyadékból, melyet teának hívnak ugyan, de lelkes tea fogyasztóként én nem keverném össze a kettőt...

Amint az utolsó jelenlévő is megitta az adagját, gyertyaoltás s egy kis csend után – már amennyire az Amazonas állatoktól hemzsegő erdeiben egyáltalán lehet erről beszélni – felzendülnek az első ikarók, a sámánénekek. E dalok kulcsfontosságúak, hiszen a résztvevők biztonságos „utazásáról” gondoskodó sámánok az ikarókkal távol tudják tartani a gonosz szellemeket, s irányíthatják a szertartás menetét. A varázsló és – ha van – a segítője egészen a szertartás végéig énekelik ezeket. Általában mo-





### **ŐSTERMELŐ**

IQUITOS főtcáján az ayahuasca mellett az ékszerek és szőttesek is keresett termékek

### **BESODORT ERŐ**

A vegyszerektől mentes mapachók minden sámán alapvető kellékei, és akár tízszer is erősebbek lehetnek egy átlagos cigarettánál (jobbra)

### **CSENDÉLET, SZERTARTÁS ELŐTT**

A sámánceremónia kellékei: hangszerek, gyógynövénykivonatok és persze a sodort cigaretta, a mapacho (balra lent)



noton, ritmushangszerekkel kísért dalokról van szó, melyek a maguk egyszerűségében óriási erővel bírnak. Mindeközben folyamatosan figyelnek a jelenlévőkre, nincs-e valakinek segítségre szüksége. Órák múlva, a szertartás végén a mágus minden résztvevőnek külön elénekel egy utolsó ikarót, majd dohányfüsttel megszenteli őket, és ismét meggyújtja a gyertyát. Időközben mindenki visszanyeri köznapi értelemben vett öntudatát: ha szeretne, elmegy aludni, de maradhat a malokában is gondolkodni, pihenni.

## Ismeretlen világokban

A szer 30–60 perc után kezdi éreztetni hatását. Radikálisan megváltozhatnak az észlelési folyamatok, a tér- és időérzékelés, a realitásról alkotott elképzelések. Gyakori velejárói a lenyűgöző vizuális élmények, melyek olykor csak színes alakzatok formájában jelennek meg, máskor azonban mély, metaforikus víziók képében köszönnek vissza. Az utóbbi évtizedek kutatásai rámutattak, hogy az élmény alatt erős intellektuális, pszichés és spirituális belátásokra, önreflexióra kerül sor.



## ALAPELEMÉK

Bal oldalon barnállik a sűrű, édes ayahuasca, jobbra pedig a gyógynövényekből készített Agua Florida (virágos víz) – a rosszullét ellen



## DON IGNACIO

Így találtam rá a sámánra, aki készséggel meghívott aznapi ceremóniájára (balra)

Gazdasági rádió FM 105.9

CSÜTÖRTÖKÖNKÉNT 16.35-KOR

A rádióban vendégünk a témáról:

**KOCSÁNY KORNÉL**

Korábbi műsoraink meghallgathatók:  
[www.afoldgomb.hu/radio](http://www.afoldgomb.hu/radio)

## AJÁNDÉK LAVAZZA EP 2100 KÁVÉGÉP 600 DB KAPSZULA MEGVÁSÁRLÁSÁVAL

A kifinomult Pininfarina design-nak és a könnyű kezelhetőségnek köszönhetően tökéletesen alkalmas minden alkalomra és helyzetre. Legyen vendégünk egy kávéra és vigye haza az élményt ajándék kávégép formában!\*\*\*

A részletekről érdeklődjön az alábbi promóciós kód megadásával:

**földgömb magazin**

**LAVAZZA**  
ESPRESSO POINT

coffee

caffè



*pininfarina*

\*\*\*A kapszulák megvásárlásánál a Caffé Service által érvényben lévő listaár alapján kedvezmény nélküli árat számoljuk fel. A promócióban szereplő kávégép használt, felújított változat. Az akció más kedvezménnyel nem vonható össze és visszavonásig, illetve a készlet erejéig érvényes ajánlat.

**Aygor** Caffé Service  
LAVAZZA

BEMUTATÓTEREM

1134 BUDAPEST, KLAPKA UTCA 7.

HÉTFŐ - PÉNTEK 8:00 - 19:00

06 1 237 1210 | 06 80 89 00 98

[WWW.AYGOR.HU](http://WWW.AYGOR.HU) | [WWW.AMORA.HU](http://WWW.AMORA.HU)

[WWW.CAFFESERVICE.HU](http://WWW.CAFFESERVICE.HU)

Gyakran előfordul, hogy a szer hatására a testi-lelki méregetől hányás, izzadás, émelygés vagy hasmenés formájában szabadulunk meg. Különösen az utazás első szakaszában szorongató és félelemmel teli élményekben lehet részünk, olyan dolgokkal kell szembenéznünk, amelyek gyakran kétségbeesést válthatnak ki. Ám szinte minden esetben egyfajta megkönnyebbülés, megtisztulásérzés uralkodik el, és ezek több hétre, hónapra vagy akár egy életre is megmaradhatnak.

Először Iquitos mellett vettem részt a szertartáson. Itt Don Lucho és családja gondoskodott a spirituális élményről, a nyugati önkéntesek pedig a szervezet működtetéséről. Másodjára a délkelet-perui Puerto Maldonado-tól nem messze találtam rá egy, csak a helyiek körében ismert sámánra, aki sehol sem hirdeti tevékenységét. A 83 éves Don Ignacio, aki egyedül él egy Infierno (Pokol – talán azért, mert pokoli jó hely...) nevű eldugott, apró faluban, 50 éve vezet szertartásokat. A két helyszín és a körülmények eltérőek voltak, ám a sámánok megbízhatósága, segítőkészsége és tapasztalata mindkét helyszínen garantálta biztonságomat. Semmihez sem hasonlítható hangulat, amikor az esőerdő közepén, teljesen ismeretlen állatok és a trópusi viharok hangja mellett spirituális utazáson veszünk részt.

## A végtelenbe – és tovább!

Mint mindennel a világon, az ayahuascával is lehet együttélni, de akár visszaélni is. Egy összetett és erőteljes szerről van szó, melyben óriási lehetőség rejtezik, ám rossz kezekben használata értelmetlen, sőt kifejezetten veszélyes.

Az ayahuasca bizonytalan jogi státusza ellenére a tudományos kutatások száma ma fokozatosan nő, jóllehet messze elmarad a szer népszerűsége által indokolt mértéktől. Az eddigi eredmények ígéretesek: az ayahuasca tartós, előnyös életmód- és gondolkodásbeli változást okoz a felhasználóknál, növekedik az életöröm és csökken a szorongás mértéke. Nem is csoda, hogy oly népszerűek e túrák a nyugati alkoholisták, drogfüggők és a háborús élmények hatására poszttraumás stressz-szindrómában szenvedő veteránok körében.

A növekvő érdeklődést jól jelzi, hogy 2014-ben az UNESCO már konferenciát is szervezett az ayahuascáról Ibizán. Itt többek között előadást tartott Máté Gábor is, aki Frecska Ede és Feldmár András mellett a növény egyik legnagyobb hazai szakértője.

SZÖVEG ÉS KÉP: KOCSÁNY KORNÉL



”P”  
MINT  
PONTOSAN  
ILLESZKEDŐ



### A tökéletes illeszkedés továbbra is a legfontosabb követelmény egy túracipővel szemben!

A Hanwag választékában található különféle modellek mindegyike speciális kaptafára készül: van különlegesen széles lábfejrészrel rendelkező modell, melyben sok hely van a lábujjknak, van egy változat a nagyon karcsú lábfejjel rendelkezők számára, és egy modell azoknak, akik Hallus Valgus-tól, a nagylábujj egy ferde elváltozásától szenvednek. A Hanwag Tatra túrabakancs (képünkön) négy, különböző talpkialakítással is megvásárolható.

BAJORSZÁGTÓL - A VILÁGNAK

WWW.HANWAG.COM

Bec-pa Vadászbolt, 1121 Budapest • Diana Vadászbolt, 1077 Budapest • Grube, 2030 Érd • Hargitajagd Vadászbolt, 6800 Hódmezővásárhely • Jagdrevier Vadászbolt, 9200 Mosonmagyaróvár • Monarchia Vadászbolt, 9700 Szombathely • Mormota Túrabolt, 3530 Miskolc • Moutex Váci út, 1134 Budapest • Moutex Ferenc krt, 1092 Budapest • Moutex Budaörs, 2040 Budaörs • Multinavigator.hu, 1134 Budapest • Nomád Budapest, 1066 Budapest • Nomád Miskolc, 3525 Miskolc • Nomád Székesfehérvár, 8000 Székesfehérvár • Overland Basecamp, 1065 Budapest • Prána Túrabolt, 3300 Eger • RP Outdoor Túrabolt, 9025 Győr • Szerdahelyi Vadászbolt, 6500 Baja • Trekland Nyíregyháza, 4400 Nyíregyháza • Trekland Debrecen, 4025 Debrecen • Trexpert Pest, 1092 Budapest • Trexpert Buda, 1114 Budapest



# MÉG SOSEM LÁTTAD ILYEN SZÉPNEK A FÖLDET

Magyarország legnézettebb közösségi tévéje, az OzoneNetwork HD-ban is elérhetővé vált.  
Élvezd páratlan kép- és hangminőségben a természet csodáit!  
Lásd a Földet úgy, ahogy még sosem láttad azelőtt!

Az OzoneNetwork HD-t keresd tévészolgáltatódnál!

 **OzoneNetwork**  
**HD**