

Ayahuasca – miksi siitä on kiinnostuttu ympäri maailman?

Itä-Suomen yliopisto
Filosofinen tiedekunta
Läntinen teologia
Uskontotieteen kandidaatintutkielma
02.12.2017
Anni Uotinen 267283

Sisällys

1 Johdanto	3
1.1 Ayahuasca	4
1.2 Lähteet ja aiempi tutkimus	5
1.3 Metodi	7
2 Mitkä seikat ovat tehneet ayahuascasta niin kiinnostavan maailmalla	9
2.1 Ayahuascan leviäminen ja ayahuasca-turismi	9
2.2 Hyvinvointiin liittyvät syyt käyttää ayahuascaa	10
3 Johtopäätökset	15
4 Pohdinta	16
Lähteet ja kirjallisuus	17

1 Johdanto

Valitsin tutkimuskysymykseksi ”Ayahuasca – miksi siitä on kiinnostuttu ympäri maailman?”, miksi kiinnostus ayahuascaa kohtaan on levinnyt maailmalle sen käytön syntyseuduilta. Keskityn etsimään syitä sille, mikä ayahuascassa on niin kiinnostavaa: millaiset siitä saatavat hyödyt selittäisivät sen suosion maailmalla. Aihe on varsin ajankohtainen. Aiheen ajankohtaisuus näkyy esimerkiksi kansainvälisessä keskustelussa ja siitä kielii myös aiheessani käsiteltävä turismi ayahuascan maailmaan. Hyvä esimerkki, joka johdattaa kansainvälisesti käytävään keskusteluun on Jaakko Lavoniuksen *Uskonnontutkija*-lehdessä julkaistu artikkeli ”World Ayahuasca -konferenssi: Katsaus nykytutkimukseen, haasteisiin ja mahdollisuuksiin” (Lavonius 2014) ja tämä artikkeli on myös yksi käyttämästäni lähteistä. Se esittelee monipuolisesti, minkä tyyppistä keskustelua ja mistä näkökulmista maailmalla käydään ayahuascaa liittyen. Lavonius myös esittää artikkelissaan useita esimerkkejä tutkimuksista, joissa on saatu tuloksia siihen suuntaan, että ayahuascassa olisi potentiaalia juurikin esimerkiksi terapiakäytössä.

Tutkielmani rakentuu siten, että johdanto-osiossa esittelen, mitä on ayahuasca ja esittelen käyttämäni lähteet sekä metodin. Analyysiosiossa, joka koostuu luvuista 2.1 ja 2.2, aloitan kertomalla, kuinka ayahuascan leviäminen länsimaihin alkoi. Katsoin aiheelliseksi kertoa hieman myös ayahuasca-turismista, sillä se on ollut hyvin suosittua ayahuascan kuullessa Pohjois-Amerikassa ja Euroopassa huumausaineisiin – jos haluaa nauttia sitä laillisesti, on lähdettävä esimerkiksi Peruun. Luvussa 2.2 pureudun lukemiini tutkimuksiin ja artikkeleihin ayahuascasta ja paljastan lukemieni tutkimusten tulokset näissä luvuissa. Tutkimuksessani sivuan luvussa 3 myös ayahuascaa liittyviä ongelmia ja riskejä, esimerkiksi epäkohtia, jotka on liitetty ayahuascan käyttämiseen ja ayahuasca-turismiin.

1.1 Ayahuasca

Ayahuasca on kahdesta kasvista (*Psychotria viridis* ja *Banisteriopsis caapi*) keitetty psykoaktiivinen keite, jota käytetään perinteisesti shamanistisiksi luonnehdituissa rituaaleissa

parantamistarkoituksiin. Psychotria viridis-kasvi sisältää dimetyylitryptamiinia eli DMT:tä, joka on hallusinogeeninen, muun muuassa serotoniinireseptoreihin vaikuttava alkaloidi. Sitä on löydetty Psychotria viridiksien lisäksi yli 50:stä muustakin kasvista. Koska mahalaukun monoamiinioksidit tuhoavat DMT:n, se ei sinällään aiheuta vaikutuksia nieltynä. Banisteriopsis caapi sisältää harmiini-, tetrahydroharmiini- ja harmala-alkaloideja, jotka toimivat monoamiinioksidien eli MAO-estäjinä päästäen näin dimetyylitryptamiinin vaikuttamaan hermostoon (Dominquez-Clave et al. 2016.)

Ayahuascaan käyttökokemukseen liittyy pyhyiden tuntu, puhdistautumisen kokemus ja monenlaiset aistimusten muutokset (Lavonius 2014). Käyttäjä voi aluksi kokea pistelyä iholla, polttavaa tunnetta vatsassa sekä kuumia ja kylmiä aaltoja. Ayahuasca muokkaa audiovisuaalista maailmaamme: usein se tuottaa visuaaleja, silmin havaittavia ”näkyjä” tai hallusinaatioita, tosin kaikki eivät niitä saa. Kuulo yleensä herkistyy moninkertaisesti kuuloharhat eivät ole tavattomia. Ayahuasca lisää ajatuksen nopeutta ja sen avulla mieli voi tuottaa uusia assosiaatioita (Dominquez-Clave et al. 2016.)

Ayahuasca on perinteisesti käytetty Amazonian alueella, lähinnä Kolumbiassa, Ecuadorissa ja Perussa. Sieltä sen käyttö on laajalti levinnyt esimerkiksi Brasiliaan, jonne on myös perustettu ayahuasca pyhänä sakramenttinaan pitäviä kirkkoja, joista osa on kristillisiä. Jaakko Lavonius kuvailee artikkelissaan ayahuascaan käytön tarkoituksia summaten, mitä eri aloilla siitä sanotaan akateemisesti. Ayahuasca käytetään sen alkuperäisessä käyttökontekstissa aina tarpeeseen, joka on yleensä varsin käytännönläheinen: syitä ovat muun muuassa sairauden parantaminen, metsästettävän saaliin löytäminen ja vihollisten suunnitelmien selvittäminen. Henkisen kehityksen tasolla ayahuasca auttaa ihmistä avautumaan omalle intuitiolle ja se opettaa elämään täydesti. Se ei ole kuitenkaan ratkaisu, vaan tiennäyttävä, joka osoittaa suunnan sille muutokselle, jota varten on ponnisteltava. On osattava integroida ayahuasca-kokemus tähän maailmaan, jossa elää, eikä se välttämättä ole helppoa sillä psykedeelinen kokemus voi tuntua myös transsendenttiseltä sekä olevan mielen ja sanojen tuolla puolen. Varsinkin tottumattomalle käyttäjälle kokemus voi olla suhteellisen käsittämätön, niin paljon se poikkeaa arkikokemuksesta, mielemme jatkuvasta taipumuksesta analysoida ja seuloa havainnoistamme vain osa päästettäväksi tietoisuuteemme asti. Psykedeelisessä kokemuksessa on mahdollista, että mieli hiljenee, eikä enää suodata tai analysoi ja näin ollen havainnot todellisuudesta ovat tavallaan aivoille raakaa, käsittelemätöntä materiaalia. Mikäli tämä raakamateriaali käsitellään ja työstetään myöhemmin hyötykäyttöön, ayahuasca voi olla voima, jonka avulla muutetaan niin itseä kuin yhteiskuntaa (Lavonius 2014.)

Ayahuascaan liittyy tiettyjä riskejä, jotka on hyvä tiedostaa samalla kun puhutaan sen mahdollisista hyödyistä. Koska Banisteriopsis caapi -kasvi sisältää MAO-estäjiä, jotka estävät aivoissa monoamiinien (kuten esimerkiksi serotoniini ja dopamiini) metabolisoitumista, voi ayahuasca olla vaarallista muiden samalla tavalla toimivien aineiden, kuten serotoniinin takaisinotonestäjien (SSRI-lääkkeet) kanssa - ne voivat yhdessä aiheuttaa hengenvaarallisen serotoniinioireyhtymän (Ray & Lassiter 2016.) SSRI-lääkkeet ovat tyypillisiä masennuslääkkeitä, jolloin niitä syövien on pidettävä ennen ayahuascan nauttimistaan lääkkeitä noin viikon tauko (yleiset suositukset vaihtelevat kolmesta päivästä kahteen viikkoon). Anthropology of Consciousness -lehden artikkelissa esitetään myrkytyksen olevan mahdollinen vielä kuuden viikon jälkeen lääkkeen viimeisestä nauttimiskerrasta (Ray & Lassiter 2016.) Myös itse dimetyylitryptamiinin arvellaan lisäävän vapaan serotoniinin määrää aivoissa.

Toinen ayahuascaan liittyvä ”ongelma” on, että se saattaa laukaista psykoosin siihen taipuvaisella henkilöllä (Ray & Lassiter 2016.) Kirjoitin sanan ongelma tarkoituksella lainausmerkeissä, koska mielestäni psykoosin (kuten muidenkin terveydentilojen) pelko on irrationaalista – onko järkevää pelätä esimerkiksi kadulla kävelyä sen vuoksi, että on mahdollisuus joutua auton yliajamaksi? Luultavasti, jos on taipuvainen saamaan psykoosin, sen saa jossakin vaiheessa elämäänsä syystä tai toisesta, eikä taipumusta saada psykoosi voi kenenkään kohdalla tietää, ellei ole sairastanut sitä ennen. Voisiko olla muutenkin niin, että psykoosi on kulttuurisidonnainen termi ja vasta länsimainen lääketiede on leimannut sen sairaudeksi, joka täytyy hoitaa pois ihmisestä? Voisiko se olla jotakin muuta, ominaisuuksia, jotka tulevat joillekin ihmisille ja joita voisimme oppia ymmärtämään paremmin? Voisiko se olla tila, johon ei tarvitsisi suhtautua kauhulla? Uskoisin, että pahinta psykoosiin sairastuville on juurikin pelko sekä se, että harvoin heitä ja heidän kokemuksiaan yritetään ymmärtää tai että niitä koitettaisiin purkaa siinä valossa, että niillä olisi jokin sanoma tai merkitys kokijalleen. Yhteiskunnan tarve hoitaa tällaiset ominaisuudet tai sairaudet pois ihmisestä voi kenties tuntua niiden omaavasta henkilöstä siltä, ettei yhteiskunta hyväksy häntä sellaisena kuin hän on.

1.2 Lähteet

Lähteinä olen käyttänyt aiempaa kvalitatiivista tutkimusta, jota on tehty ayahuascasta. Tutkimukset ovat olleet lähinnä etnografioita ja niissä on käytetty metodeina osittain strukturoituja haastatteluja,

kyselylomakkeita ja narratiivisia menetelmiä. Tutkimusta ayahuascaa koskien on tehty jonkin verran. Lähinnä tutkimukset ovat keskittyneet siihen, miten ayahuasca vaikuttaa aivoissa (Jordi Riba et al. 2006, David Stuckey, Robert Lawson ja Eduardo Luna 2005) mutta on tutkittu myös sitä, miten se psykologisesti vaikuttaa käyttäjiinsä.

Ayahuascan psykologisten vaikutusten tutkimusta varten kehitettiin niin kutsuttu Hoasca Project, jossa tutkittiin Uniao De Vegetal -kirkon jäseniä. Dos Santosin (2007) kaksoissokkokeeessä, jossa oli mukana plasebo, tutkittiin myös ayahuascan psykologisia vaikutuksia: mitattiin ahdistuneisuuden, paniikin ja toivottomuuden määrää ayahuascaa ja lumesubstanssia nauttineilla henkilöillä (Ray & Lassiter 2016). Myös José Carlos Bouso et al tutki ayahuascaa käyttävien psykologisia ominaisuuksia, niin kutsuttua ”psykopatologiaa”, eli psyykkistä oireilua verrokkiryhmän avulla (Bouso et al. 2012.)

Grob et al. (1996), Mabit et al. (1996), Mabit (2002) ja Mabit & Sieber (2006) tutkivat ayahuascan vaikutusta addiktioihin. Näissä tutkimuksissa koehenkilöinä olivat aiemmin jostakin aineriippuvuudesta kärsineitä henkilöitä, jotka olivat liittyneet Uniao do Vegetal -kirkkoon (Ray & Lassiter 2016.) Myös Piera Talin ja Emilia Sanabria (2017) ovat tutkineet kuinka ayahuasca vaikuttaa addiktioihin. Heidän etnografisen tutkimuksensa kohdistui Santo Daimen jäseniin Italiassa ja pienempien Brasilialaisten uskonnollisten ayahuasca-yhteisöjen jäseniin, jotka kärsivät tai olivat ennen yhteisöön liittymistä kärsineet esimerkiksi heroiiniriippuvuudesta (Talin & Sanabria 2017.)

Rachel Harris ja Lee Gurel (2012) tutkivat, millaisia ovat ayahuascan jälkeiset olotilat. He teettivät kyselyn 81:lle ayahuascaa nauttineelle henkilölle ja he valitsivat kontrolliryhmäkseen joukon henkilöitä, jotka olivat osallistuneet henkisellet katoliselle retriitille ja vertasivat, millaisia näiden kahden ryhmän kokemukset olivat (Gurel & Harris 3/2012: 209-215.) Veronika Kavenskan ja Hana Simonovan (2015) tutkimus keskittyi myös ayahuasca-retriiteille osallistuneisiin ihmisiin. Se pureutui retriitille aikovien henkilöiden persoonallisuuden piirteisiin, sekä heidän toiveisiinsa ayahuascan vaikutuksia koskien ja myöhemmin heitä haastateltiin siitä, olivatko nämä toiveet toteutuneet (Kavenska & Simonova 2015.)

Ayahuascan fysiologisia vaikutuksia tutki esimerkiksi Schmid et al. (2010). Hänen tutkimuksessaan oli 15 henkilöä, joilla oli jokin sairaus: kroonista kipua, tulehduksia, kasvaimia tai syöpä (Ray & Lassiter 2016.)

Muita lähteitäni näiden tutkimusten lisäksi ovat olleet kirja ”The Diaspora of Brazilian Religion” (Rocha, Christina & Vasquez, Manuel Arturo 2014) joka kertoo Brasilialaisten uskontojen globalisaatiosta ja murroksesta. Muina lähteinä edellä mainitun kirjan lisäksi olen käyttänyt lehtiartikkeleja liittyen ayahuascaan. Christina Callicottin (2016) artikkeli ”Introduction to the Special Issue: Ayahuasca, Plant-Based Spirituality, and the Future of Amazonia” pohjustaa *Anthropology of Consciousness* -lehden numeron 27(2) ayahuasca-teemaa kertomalla, miksi ayahuasca on niin kiinnostavaa nykypäivän länsimaisten ihmisten silmissä ja mikä tämän kiinnostuksen vaikutus on Amazonian sademetsiin. Elisabet Dominguez-Claven et al (2016) artikkeli ”Ayahuasca: Pharmacology, Neuroscience and Therapeutic Potential” käsittelee tutkimustuloksia, jotka ovat antaneet viitteitä siihen suuntaan, että ayahuasca voisi olla tehokas työkalu esimerkiksi traumojen työstämisessä ja tunteiden käsittelemisessä. Guimaraez Dos Santosin (2013) teksti ”Safety and Side Effects of Ayahuasca in Humans—An Overview Focusing on Developmental Toxicology” paneutuu ayahuascaan haittapuoliin – se esittelee eri tutkimuksissa koottuja tietoja ayahuascaan aiheuttamista myrkytyksistä ja muista haittavaikutuksista. Evgenia Fotioun artikkeli ”The Globalization of Ayahuasca Shamanism and the Erasure of Indigenous Shamanism” valottaa ayahuasca-turismin vaikutusta Amazonilaiseen shamanismiin – mitä ongelmia syntyy, kun alkuperäisasukkaiden henkiset traditiot länsimaistuvat. Beatriz Caiuby Labate esittelee artikkelissaan ”Brazilian Literature on Ayahuasca Religions Translated by Robin Wright, Revised by Kenneth W. Tupper” Brasilialaisista ayahuasca-uskonnoista kirjoitettua akateemista materiaalia ja ayahuasca-kirkkokuntien jäsenten itse tuottamia kertomuksia kokemuksistaan. Jaakko Lavoniuksen artikkeli ”World Ayahuasca –konferenssi: Katsaus nykytutkimukseen, haasteisiin ja mahdollisuuksiin” on yhteenveto vuoden 2014 World Ayahuasca -konferenssissa käsitellyistä ajankohtaisista aiheista ayahuascaan liittyen. Kenneth W. Tupperin artikkeli ”The Globalization of Ayahuasca: Harm Reduction or Benefit Maximization?” spekuloi, mikä on esimerkiksi politiikan osallisuus nykypäivän ayahuascaan käyttöä koskien, kuinka sillä halutaan vähentää ayahuascaan haittoja ja toisaalta artikkelissa pohditaan, halutaanko politiikan avulla myös hyötyä ayahuascasta ja millä tavalla.

1.3 Metodi

Tutkimusmenetelmäni tässä tutkielmassa on aineiston systemaattinen analyysi. Systemaattinen

analyysi on laadullisen tutkimuksen menetelmä, jonka avulla analyttisesti eritellään aineistoa jakamalla aineistosta löytyneet tärkeät havainnot luokkiin sen mukaan, millaisia teemoja aineistosta löytyy ja lopuksi synteettisesti luodaan uutta eli yhdistetään kokonaisuuksiksi asioita, joilla havaitaan olevan yhteys. Sen tarkoituksena on analysoida ja tulkita tutkittavasta tekstistä tärkeät käsitteet ja teemat, joiden pohjalta tutkimuskohteen sisällön ydinajatuksia muodostuvat (Törmänen & Paasivaara 2001.) Olen käynyt aineistoni läpi analyttisellä lukutavalla selvittäen, mitä ayahuascan käytön syistä on sanottu tai millaisia tuloksia ayahuascan käyttöön liittyvistä tutkimuksista on saatu. Sen jälkeen olen purkanut, eritellyt ja esitellyt löytämäni syyt teemoittain, joita esittelen luvussa ”hyvinvointiin liittyvät syyt käyttää ayahuascaa”. Olen pohtinut lopuksi löydöksiäni etenkin psykedeeliterapian näkökulmasta: voisiko ayahuascalla olla annettavaa terapiakäytössä myös länsimaissa, mikäli tulevaisuuden tutkimusten tulokset sitä puoltavat?

2 Mitkä seikat ovat tehneet ayahuascasta niin kiinnostavan maailmalla?

2.1 Ayahuascan leviäminen ja ayahuasca-turismi

Länsimaisilla ensimmäiset kontaktit Amazonian alueen ayahuascaa käyttäviin heimoihin kehittyivät niihin aikoihin kun sademetsästä alettiin tuottaa kumia länsimaihin. Kun näille alueille alkoi suuntautua turismia, alkoivat turistit kiinnostua myös alkuperäisasukkaiden ayahuascarituaalista ja Iquitoksessa ayahuascaa alettiin tarjoilla turisteille 1990-luvulla (Fotiou 2016.) Brasiliasta ayahuasca alkoi levitä Alankomaihin 80-90-luvuilla muuttoliikkeen mukana (Rocha 2013).

Brasiliassa arvioidaan olevan noin 11 000 ayahuascan käyttäjää, tosin lähteestä ei ilmene, millä tavalla määritellään ”ayahuascan käyttäjä”. Se kuitenkin tarkoittanee ayahuascan käyttäjiä uskonnollisessa kontekstissa: Brasiliassa toimii tällä hetkellä kolme ayahuascaan perustuvaa uskonnollista yhteisöä. Ne ovat Uniao do Vegetal, joka perustettiin 1960-luvulla, Santo Daime, perustettu 1970-luvulla ja Barquinha. Näistä nykypäivänä tunnetuin on Santo Daime, joka on levinnyt myös esimerkiksi Yhdysvaltoihin, Espanjaan, Hollantiin ja Japaniin. Kyseinen yhteisö on siitä mielenkiintoinen, että se on yhdistellyt katolisuutta ayahuascaan liittyvään perinteeseen (Labate 2.3, 2006.)

Ayahuasca-turistien määrä Amazonian alueella on nykyään todella suurta. Ayahuascaretriiteille löytyy omia nettisivuja joiden kautta voi varata matkoja, jotka sisältävät retriitin. Kohteessa paikalliset usein neuvovat, miten retriiteille pääsee ja jotkut ravintolat jopa tarjoavat ayahuasca-ruokavalioon sopivaa ruokaa. Ayahuasca-turismi on kuitenkin hyvin kaupallistunutta. Ihmiset maksavat tuhansia dollareita saadakseen autenttisen ayahuasca-kokemuksen, joka ei kuitenkaan luonnollisesti voi olla täysin sellainen. Esimerkiksi Iquitoksen alueella ei tavata enää shamanistista ayahuascaperinnettä eikä se kuulu alueen ekoturismiohjelmaan - on kysyttävä, mitä jos se kuuluisi, toisiko se mahdollisesti lisää varoja yhteisölle ottaen huomioon, miten suosittua ayahuasca-turismi on (Fotiou 2016.)

Ayahuascan kaupallinen tuottaminen on ongelma, sillä sen voimakas ja yksipuolinen viljely tuhoaa luontoa eikä siitä saa voittoa kuin viljelyksien usein ulkomaalaiset omistajat. Tähän on kuitenkin jo

herännyt vastarintaa ja ayahuascan kestävästä viljelyä on alettu toteuttaa ainakin kansalaisjärjestöjen toimesta. Esimerkiksi *Anthropology of Consciousness* (2016) lehden ayahuasca-turismia käsittelevässä artikkelissa halutaan herättää keskustelua ayahuascan käytöstä ja sen kaupallisuudesta sekä alkuperäisasukkaiden asemasta (Fotiou 2016.) Myös Christina Callicot samaisessa lehdessä haluaa nostaa ayahuasca-turismiin liittyviä ongelmia esiin. Hän argumentoi, että siihen liittyy myös ikäviä puolia, joita ei haluta kertoa mediassa: on tapahtunut jopa kuolemia, mutta tavallisempaa on henkilön traumatisoituminen joko rikoksen uhriksi jouduttuaan tai ”huonon tripin” koettuaan. Callicotin mukaan romantisoitu käsitys shamanismista ja shamanistisesta ayahuascan käytöstä saattaa johtaa siihen, että näitä vaaroja ei tule ajatelleeksi. Hän esittää myös, että kyseinen turismi ei ole kovin ympäristöystävällistä, sillä siihen sisältyy usein lentäen tehtyjä matkoja, jotka tekevät ayahuasca-turismin hiilijalanjäljestä suuren. Callicot arvelee, että olisi hyvä tutkia akateemisesti ayahuasca-turismin vaikutuksia ympärisöön ja sosioekonomiaan, jotta voitaisi punnita, ovatko vaikutukset enemmän hyviä vai huonoja (Callicot 2016.)

Myös Kavenskan ja Simonovan tutkimus valottaa ayahuasca-turismin varjopuolia. Tutkittavat itse kertoivat, mitä epäkohtia he olivat havainneet retriitin yhteydessä. Heidän kokemuksensa mukaan shamaanit, jotka ohjaavat kokemusta, eivät ole läheskään aina luottamuksen arvoisia. He saattavat jopa nukahtaa kesken rituaalin tai olla humalassa ja osa retriitin osanottajista on kohdannut heidän taholtaan väkivaltaa tai sen uhkaa. Tutkittavat kertoivat myös etukäteen olleensa peloissaan siitä, tarjoillaanko heille välttämättä ayahuascaa vai jotakin muuta. Joskus retriitin puitteet eivät lainkaan olleet vastanneet siitä etukäteen annettua kuvausta, osanottajia on aivan liikaa ja kielimuuri hankaloittaa asioiden selvittämistä kohteessa (Kavenska & Simonova 2015.)

2.2 Hyvinvointiin liittyvät syyt käyttää ayahuascaa

Anthropology of Consciousness -lehden artikkelissa Ray ja Lassiter kertovat esittelevät erään esimerkin ayahuascan mahdollisista parantavista ominaisuuksista. He kertovat tohtori Donald Toppingin matkustaneen Amazonille nauttimaan ayahuascaa. Toppingilla oli todettu maksasyöpä ja puolet hänen maksastaan oli poistettu. Hän otti ayahuascaa neljä kertaa ja palattuaan lääkäriin hänen syöpänsä todettiin kadonneeksi. Tapahtuman jälkeen hän eli vielä 15 vuotta. Tällaiset ”ihmeperantumiset” saattavat hyvinkin motivoida ihmisiä kokeilemaan ayahuascaa viimeistään silloin, kun mikään muu ei tunnu enää auttavan. Ray ja Lassiter esittelevät myös tutkimuksen, jonka 15:llä osanottajalla oli esimerkiksi syöpä tai kroonisia kipuja. Ayahuascan nauttimisen jälkeen viisi

heistä todettiin parantuneiksi, kuusi totesi oireidensa helpottaneen ja neljä ei raportoinut muutosta tai heistä ei ollut lääkärin lausuntoa siitä miten terveydentila oli muuttunut. Kuitenkin kaikki osanottajat kokivat ayahuascalla olleen ylipäättään positiivisia vaikutuksia. Tutkimuksessa ei kuitenkaan eritelty, minkä tyyppiset sairaudet olivat parantuneet – olivatko esimerkiksi kivut lievittyneet vai oliko joltakulta parantunut jopa syöpä (Ray & Lassiter 2016: 133.)

Talinin ja Sanabrian etnografisessa tutkimuksessa tutkittavat kertoivat, kuinka he olivat päässeet irti riippuvuustaan ayahuascan ja sen ympärille keskittyvän yhteisön avulla. He kokivat ayahuascan niin henkisesti kuin fyysisestikin puhdistavana. Heidän käsityksensä addiktioista oli muuttunut, kun he olivat aloittaneet ayahuascan käytön – he alkoivat ajatella riippuvuutta ennen kaikkea psyykkisenä oireena ja kokivat ayahuascan niin uudistavana, että pääsivät tästä oirehdistuksesta. Talin ja Sanabria pohtivat, että ayahuascan käyttökonteksti on yhtä tärkeää kuin itse substanssi – tutkittavat henkilöt kun kuuluivat hengellisiin yhteisöihin, joiden ayahuasca-rituaaleissa on aina mukana niin kutsuttuja ”auttajia”, jotka pitävät huolta osallistujista ja valvovat, että kaikki sujuu hyvin. Tutkimuksessa esitetään, että ayahuasca auttaa ihmistä näkemään omat kaavansa ja toimii työkaluna niiden rikkomisessa. Tässä tapauksessa osanottajat näkivät selkeästi omat addiktiiviset tapansa ja pystyivät siten puuttumaan niihin. Lisäksi dimetyylitryptamiini vaikuttaa serotonergiseen ja dopaminergiseen järjestelmään aivoissa, joten sillä on potentiaalia muokata ihmisen palkitsemisjärjestelmää. On myös ajateltu, että dimetyylitryptamiini lisää vapaan serotoniinin määrää aivoissa ja voi myös siten vähentää esimerkiksi vieroitusoireita (Talin & Sanabria 2017 vol. 44: 23-30.) Ray ja Lassiter esittelevät artikkelissaan myös tutkimuksia ayahuascan vaikutuksista. En saanut luettavakseni alkuperäisiä tutkimuksia, mutta Rayn ja Lassiterin esittelemä Grobin (et al. 1996) tutkimus paljastaa, että koehenkilöiden mukaan esimerkiksi heidän alkoholisminsa oli loppunut, kun he olivat voineet käyttää ayahuascaa sosiaalisesti hyväksytyssä kontekstissa. Tässäkin tapauksessa näin hyvään menestykseen on varmasti auttanut yhteisö, joka kollektiivisesti harjoittaa ayahuascarituaalia. Ray ja Lassiter mainitsevat myös useista tutkimuksista (Callaway et al. 1994, 1996, 1999; Grob et al. 1996), joiden tuloksissa pitkäaikaisten ayahuascankäyttäjien ei todettu osoittavan merkkejä heikosta terveydestä (Ray & Lassiter 2016: 121-150.)

Monet tutkimukset puhuvat sen puolesta, että ayahuasca voi olla hyvä työkalu oman henkisen hyvinvoinnin lisäämiseen. Esimerkiksi Gurelin ja Harrisin tutkimuksessa tulokset antavat viitteitä juuri tästä, sillä verrattuna kontrolliryhmään ayahuascankäyttäjät kokivat enemmän yhteyttä pyhyteen, olivat elämäniloisempia, käyttivät vähemmän alkoholia ja söivät terveellisemmin, heidän mielialansa oli parempi ja he olivat rakastavampia ja myötätuntoisempia ihmissuhteissaan ja

hyväksyivät myös itsensä paremmin. 74% ayahuascaa käyttäneistä myös raportoi saavansa jatkuvaa johdatusta ”ayahuasca-hengeltä” (Gurel & Harris 2012: 209-215.) Ayahuasca-seurakunnissa, kuten Uniao do Vegetalessa ja Santo Daimessa, ayahuasca on sakramentti, jota nautitaan, sillä se auttaa ”pääsemään yhteyteen energioiden ja voimien kanssa, joista olemme normaalisti erillämme”. Näissä seurakunnissa ayahuascaa kuvaillaan ”taivaalliseksi lahjaksi” ja ”kasviopettajaksi” (Tupper 2008 vol. 19, s. 300.)

Erityisen hyvin vastaavat etenkin Kavenskan ja Simonovan tutkimustulokset tässä tutkielmassa esitettyyn kysymykseen ”miksi ayahuascaa halutaan käyttää”. Tukittavista lähes puolet mainitsi ayahuascan kokeilemisen syyksi uteliaisuuden ja seikkailunhalun. Monet mainitsivat halun henkilökohtaiseen kasvuun sekä tunteen siitä, että heidän omasta kulttuuristaan puuttui jotakin: traditioita tai yhteisöllisiä arvoja, joista tutkittavat saattoivat haluta saada kokemuksia lähdettyään retriitille kokeilemaan ayahuascaa. Kolmasosa toivoi pääsevänsä yli psykologisista ongelmista, kuten masennuksesta, peloista, traumaista tai tuoda mielestään alitajuisia asioita pintaan käsiteltäviksi. Ayahuascaan siis uskottiin mentaalisesti parantavana työkaluna. Yksi kolmasosa toivoi parempaa itsetuntemusta tai pyrki itsen kehittämiseen tai syvään itse-kokemukseen. Yksi neljäsosa kertoi olevansa kiinnostuneita psykedeliterapiasta ja -lääkinnästä ylipäättään ja niiden mahdollisuuksista itsen kehittämässä, parantamisessa, erilaisten tajunnantilojen löytymisessä ja niiden avulla uusien perspektiivien näkemisessä. Myöskin yksi neljäsosa halusi kehittyä henkisesti: tavata Jumalan tai jotakin muuta tuonpuoleista, päästä yhteyteen korkeamman tietoisuuden kanssa tai nähdä näkymättömän, rinnakkaisen todellisuuden löytääkseen elämän tarkoituksen ja syntyäkseen symbolisesti uudelleen. Jotkut halusivat löytää elämälleen suunnan tai vastauksia kysymyksiin (tutkimuksessa ei eritelty, millaisia kysymyksiä he tarkoittivat).

Osa toivoi ayahuascan parantavan heidän henkilökohtaisia suhteitaan ja tuovan lisää ymmärrystä muita ihmisiä kohtaan. Jotkut osanottajat halusivat päästä eroon addiktioistaan tai parantaa somaattisia ongelmiaan. Retriitin jälkeen tehtyjen haastattelujen avulla oli tarkoitus selvittää, millaisia vaikutuksia osanottajat olivat kokeneet ja kokivat, kun kokemus oli ohi. Suurin osa kertoi kokemuksen olleen rikastuttava ja itsetuntemuksen parantuneen. Itsen kehittyminen, itsen hyväksyminen ja parempi suhde itseen mainittiin usein. Moni koki sisäistä rauhaa, itsenäisyyttä ja vastuuta itsestä. Lähes puolet raportoi henkisyiden kehittämisestä, Jumalan tai elämän tarkoituksen löytymisestä ja suurin osa kertoi kokeneensa jotakin normaalin ihmiskokemuksen tuolta puolen. Lähes puolet koki ihmissuhteittensa parantuneen, koska heissä oli lisääntynyt empatiaa, myötätuntoa, sietokykyä ja rehellisyyttä ihmisiä kohtaan. Puolet mainitsi päässeensä yli

psykologisista ongelmista, kuten masennuksesta, itsemurha-ajatuksista, ahdistuksesta ja paniikkikohtauksista. Osanottajat kokivat, että heillä oli parempi itsekontrolli ja he pystyivät pääsemään eroon huonoista käyttäytymiskaavoista ja että heillä oli hyvä mahdollisuus päästä irti tiedostamattomista traumaista ja muistoista. Tässä erityisesti löytyy yhtymäkohta esimerkiksi Talinin ja Sanabrian tutkimukseen, jossa spekulointiin ayahuascan mahdollisuuksista käyttäytymisen ja ajatusten muokkaajana. Osanottajat arvostivat ayahuascan kokeilemistä mahdollisuutena päästä kuoleman tai tulevaisuuden pelosta tai mahdollisuudeksi tavata oma ”sisäinen demoninsa” ja voittaa se. Yksi kolmasosa raportoi arvojen ja maailmankuvan muuttumisesta siten, että he eivät enää arvostaneet materialismia niin paljon. Yksi neljäsosa vahvisti terveydentilansa parantuneen: kipujen vähentyneen, kehon puhdistuneen tai painon pudonneen. Monilla kokemus johti myös alkoholin tai huumeitten käytön lopettamiseen ja muutenkin addiktioista eroon pääsemiseen, parempaan ruokavalioon ja kaiken kaikkiaan parempaan kehosta huolehtimiseen. Yksi viidesosa kertoi tyytyväisyyden elämää kohtaan lisääntyneen, samoin onnellisuuden ja elämän suunnan löytyneen. Lisäksi jotkut kokivat uutta yhteyttä luonnon kanssa tai löysivät uusia luovia kykyjä itsestään (Kavenska & Simonova 2015, vol. 47: 351-359.)

Hoasca Projectin nimissä tehtyjen tutkimusten tulokset osoittivat, että ayahuascaa säännöllisesti nauttineet olivat vähemmän masentuneita, sosiaalisempia ja järjestelmällisempiä, kun heitä verrattiin ryhmään saman ikäisiä ja samoista taustoista lähtöisin oleviin henkilöihin. Tutkimuksissa ei myöskään havaittu ayahuascan aiheuttavan negatiivisia sivuvaikutuksia terveillä henkilöillä. D.J. McKenna (2004) ja C.S. Grob (1999) tulokset viittasivat siihen, että ayahuasca näytti toimivan lupaavasti esimerkiksi masennuksen, post-traumaattisen stressioireyhtymän, ahdistuneisuushäiriön ja bipolaarihäiriön hoitoon.

Jose Carlos Bouso (et al.) tutkimuksessa todettiin, että ayahuascaa säännöllisesti nauttineilla ilmeni vähemmän psykopatologisia piirteitä, esimerkiksi masennusta, pakkomielteitä, huolestuneisuutta ja pelkoa, kuin verrokkiryhmän jäsenillä. Tutkimustulokset viittasivat muutenkin ayahuascan käyttäjien parempaan mielenterveyteen, runsaampaan elämäniloon ja tyytyväisyyteen ja he kokivat elämänsä merkityksellisemmäksi kuin verrokkihenkilöt. He myös pärjäsivät paremmin neuropsykologisissa testeissä, eli heidän kognitiiviset kykynsä olivat parempia. Näiden kykyjen on uskottu olevan lähinnä lapsuudessa hankittuja ja on mielenkiintoista, mikä selittää ayahuascaa säännöllisesti käyttävien paremmat kognitiiviset taidot. Voi spekuloida, josko kognitiivisilta kyvyiltään paremmat ihmiset hakeutuvat käyttämään psykedeelejä, kuten ayahuascaa, vai voisiko ayahuasca olla niitä kehittävä tekijä (Bouso et al. 2012.)

Myös Elisabet Domíquez-Clave et al. Esittelevät *Brain Research Bulletin* -lehden artikkelissa erilaisia ayahuascan sisältämien aineiden terapeuttisia mahdollisuuksia. Esimerkiksi, koska dimetyylitryptamiini vaikuttaa aivojen serotoniinijärjestelmään, sillä voi olla masennusta ja ahdistusta lievittävää vaikutusta. Tätä spekulatiota tukevat muilla samalla tavalla toimivien psykedeelien terapeuttisten kokeilujen menestys. Lisäksi DMT vaikuttaa sigma-1-reseptoreihin, joiden toiminta tukee hermojen plastisuutta: näin ainakin pitkäaikainen ayahuascan käyttö voi muovata aivoja. Harmiini, harmaliini ja tetrahydroharmiini puolestaan MAO-estäjinä voivat myös toimia masennuksen ja ahdistuksen lievittämisessä. Tetrahydroharmiini on lisäksi serotoniinin takaisinoton estäjä (Domíquez-Clave et al. 2016, vol. 126: 81-101.)

3 Johtopäätökset

Tässä osiossa esitän lyhyen yhteenvedon löytämistäni havainnoista tutkimuskysymykselleni ”miksi ayahuascasta on kiinnostuttu ympäri maailman”. Tutkielmani lähteet vaihtelivat ayahuascasta tehdyistä tutkimuksista artikkeleihin sekä Christina Rochan ja Manuel Arturo Vasquezin kirjaan ”The Diaspora of Brazilian Religion”. Metodiniäni käytin aineiston systemaattista analyysia.

Tutkielmani löydökset antavat viitteitä siihen suuntaan, että ayahuasca voi olla tehokas ja erittäin voimakas työkalu ihmisen psyykeen työstämisessä ja hyvinvoinnin lisäämisessä. Koska sen on lukemissani tutkimuksissa koettu auttavan helpottamaan erilaisten sairauksien oireita tai jopa parantavan niitä, ruumiillisista vaivoista kärsivät ihmiset saattaisivat saada siitä apua. Myös riippuvuuksista irti pyristelevät saattaisivat hyötyä ayahuascan käytöstä, mihin viittaavat useammatkin tutkimustulokset. Tutkimuksissa, joissa kartoitettiin ayahuascan vaikutuksia henkiseen ja kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin, todettiin, että sitä käyttäneet voivat keskimäärin paremmin kuin verrokkiryhmäläiset, jotka eivät olleet kokeilleet ayahuascaa. Parempi mieliala, elämänilo, yhteys pyhyyteen, psykologisista ongelmista eroon pääseminen, henkisyiden kehittyminen ynnä muut tekijät, joita ayahuasca näyttää tuovan käyttäjiensä elämään, ovat luultavasti niin houkuttelevia, että saattavat saada uusille kokemuksille avoimet ihmiset kiinnostumaan ayahuascasta ja kokeilemaan sitä.

Kaikkein pohjimmaisena syynä kiinnostukseen ayahuascaa kohtaan voineen pitää turismia, jonka myötävaikutuksesta tieto siitä on levinnyt maailmalle alunperin. Nykyisin myös erityistä ayahuasca-turismia mainostetaan maailmalla ja tämä voi tuki herättää elämyshakuisen ihmisen mielenkiinnon. Ayahuasca-turismin varjopuolina on kuitenkin esimerkiksi se, ettei sen turvallisuudesta ole välttämättä takeita.

4. Pohdinta

Nykyaikana maailma on kutistunut, kun ihmiset matkustavat yhä enemmän ja siten on päästy tutustumaan ennen tuntemattomiin kulttuureihin ja tapoihin. Näin myös psykedeelit ja niiden käyttötavat ovat globalisoituneet ja modernisoituneet ja perinteisiä käyttökonteksteja tavataan enää harvoissa paikoissa. Silloinkin, kuten ayahuasca-turismikin osoittaa, käyttö voi olla hyvin erilaista kuin mitä se on perinteisesti vuosisatoja, ellei tuhansia, ollut.

Niin ayahuascan kuin muidenkin psykedeelien käytöllä on maailman historiassa erittäin pitkät perinteet, mutta vasta viimeisen muutaman vuosikymmenen kuluessa on alettu harjoittamaan tieteellistä tutkimusta tällä alueella. Lisätutkimuksen tarvetta on, koska tehdyt tutkimukset ovat antaneet lupaavaa näyttöä psykedeelien vaikutuksista. Yllättävästi en ole löytänyt juurikaan tutkimuksia, joissa käsiteltäisiin psykedeelien huonoja ominaisuuksia tai haittavaikutuksia. Senkin takia huolellinen lisätutkimus olisi paikallaan, jotta niitäkin saataisi kartoitettua ja perehdyttyä esimerkiksi riskiryhmiin, joille psykedeelien käyttöä hoitomuotona ei voida suositella. Onneksi tutkimusta onkin käynnissä ympäri maailmaa, myös Suomessa.

Lähteet ja kirjallisuus

- Bouso, José Carlos et al. 2012.
Personality, Psychopathology, Life Attitudes and Neuropsychological Performance among Ritual Users of Ayahuasca: A Longitudinal Study.
<http://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0042421> katsottu 13.4.2018
PLOS ONE.
- Callicott, Christina 2016.
Introduction to the Special Issue: Ayahuasca, Plant-Based Spirituality, and the Future of Amazonia.
Anthropology of Consciousness Vol. 27(2) s. 113 - 120.
- Dominguez-Clave, Elisabet et al. 2016.
Ayahuasca: Pharmacology, Neuroscience and Therapeutic Potential.
Brain Research Bulletin Vol. 126 s. 89 - 101.
- Dos Santos, Rafael Guimaraez 2012.
Safety and Side Effects of Ayahuasca in Humans—An Overview Focusing on Developmental Toxicology.
Journal of Psychoactive Drugs 45(1), 68 - 78.
- Fotiou, Evgenia 2016.
The Globalization of Ayahuasca Shamanism and the Erasure of Indigenous Shamanism.
Anthropology of Consciousness 27(2), 151 - 179.
- Gurel, Lee & Harris, Rachel 2012.
A Study of Ayahuasca Use in North America.
Journal of Psychoactive Drugs 44(3), 209 - 215
- Kavenska, Veronika & Simonova, Hana 2015.
Ayahuasca Tourism: Participants in Shamanic Rituals and their Personality Styles, Motivation, Benefits and Risks.
Journal of Psychoactive Drugs 47, 1 - 9.
- Labate, Beatriz Caiuby 2006.
Brazilian Literature on Ayahuasca Religions Translated by Robin Wright, Revised by Kenneth W. Tupper.
Fieldwork in Religion 2.3.
- Lassiter, Kerry & Ray, Raven Renée 2016.
Ayahuasca Treatment Center Safety for the Western Seeker.
Anthropology of Consciousness 27.(2), 121 - 150.
- Lavonius, Jaakko 2014.

World Ayahuasca –konferenssi: Katsaus nykytutkimukseen, haasteisiin ja mahdollisuuksiin.
Uskonnontutkija – Religionsforskaren 3(2).

Riba, Jordi et al. 2006.

Increased Frontal and Paralimbic Activation Following, the Pan-Amazonian Inebriant.
Psychopharmacology Vol. 186 s. 93 - 98.

Rocha, Christina & Vasquez, Manuel Arturo 2014.

The Diaspora of Brazilian Religion, 10.
Brill : Boston.

Sanabria, Emilia & Talin, Piera 2017.

Ayahuasca's Entwined Efficacy: An Ethnographic Study of Ritual Healing from
"Addiction".

International Journal of Drug Policy 44, 23 - 30.

Stuckey, David et al. 2005.

EEG Gamma Coherence and Other Correlates of Subjective Reports During Experiences.
Journal of Psychoactive Drugs 37, 163 - 178.

Tupper, Kenneth W. 2008.

The Globalization of Ayahuasca: Harm Reduction or Benefit Maximization?
International Journal of Drug Policy 19, 297 - 303.

Törmänen, Outi & Paasivaara, Leena 2001.

Systemaattinen analyysi tutkimusmenetelmänä: sovellus tekstiaineistoon
terveyshallintotieteellisessä tutkimuksessa.

Hallinnon tutkimus 23, 13 - 27.