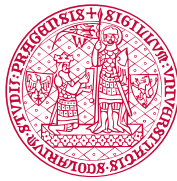


Univerzita Karlova v Praze

1. lékařská fakulta

Studijní program: Specializace ve zdravotnictví

Studijní obor: Adiktologie



UNIVERZITA KARLOVA
1. lékařská fakulta

Jana Jetelinová

Vliv setu a settingu na prožívání náročné psychedelické zkušenosti

The influence of set and setting on experiencing a challenging psychedelic experience

Bakalářská práce

Vedoucí závěrečné práce: Mgr. Jaroslav Vacek

Praha, 2022

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem závěrečnou práci zpracovala samostatně a že jsem řádně uvedla a citovala všechny použité prameny a literaturu. Současně prohlašuji, že práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

Souhlasím s trvalým uložením elektronické verze mé práce v databázi systému meziuniverzitního projektu Theses.cz za účelem soustavné kontroly podobnosti kvalifikačních prací.

V Praze, 27.11.2022

Jana Jetelinová

Identifikační záznam

JETELINOVÁ, Jana. Vliv setu a settingu na prožívání náročné psychedelické zkušenosti [The influence of set and setting on experiencing a challenging psychedelic experience]. Praha, 2022. 38s. Bakalářská práce (Bc.). Univerzita Karlova, 1. lékařská fakulta, Klinika adiktologie. Vedoucí závěrečné práce: Vacek, Jaroslav.

Abstrakt

V této bakalářské práci se zabývám tématem setu a settingu v souvislosti s prožíváním náročné psychedelické zkušenosti v prostředí ayahuascové ceremonie. Soustředím se také na to, jakým způsobem je možné tuto náročnou zkušenost integrovat do života. Teoretický základ této práce tvoří hlavně zahraniční zdroje, například Hartogsohn a Strassman, kteří konceptu setu a settingu věnovali prostor ve svých výzkumech. V České republice na toto téma chybí dostatek kvalitní odborné literatury.

Mým cílem v této práci je popsát, jaký vliv má set a setting na prožití náročné psychedelické zkušenosti s ohledem na subjektivně vnímané a uváděné informace respondentů. Pochopení právě tohoto konceptu může vést nejen k bezpečnějšímu užívání psychedelických látek, ale také ke zvýšení potenciálních přínosů prožití zkušenosti pro účastníka ayahuascové ceremonie.

Pro realizaci výzkumu jsem zvolila kvalitativní přístup. Data byla získávána pomocí polostrukturovaného rozhovoru. Výzkumný soubor tvořilo 8 respondentů, z toho 4 ženy a 4 muži. Analýzu dat jsem prováděl metodou vytváření trsů a metodou zachycení vzorců za pomoci programu QDA Miner lite.

Výsledky obecně dokládají vztah mezi individuálním setem a settingem účastníků ayahuascové ceremonie v souvislosti a prožíváním náročné psychedelické zkušenosti. Z výsledků také vyplývá, že odbornou integraci prožití náročné psychedelické zkušenosti by zpětně využili 3 respondenti. Dále je jedním z uvedených efektů prožití zkušenosti zaměření pozornosti na bezpečnost, o které se zmiňovali 4 respondenti. Faktor bezpečnosti by měl vliv na další rozhodování o absolvování ayahuascové ceremonie.

Výsledky poskytují vhled do problematiky bezpečného setu a settingu při užívání ayahuascy a mohou být tedy zdrojem inspirace pro případné další detailnější výzkumy. Tato práce může také sloužit jako základ pro vývoj účinnější protidrogové politiky a práci s minimalizováním rizik užívaných látek ve společnosti. Vzdělávání v této problematice může poté vést ke kvalitnější prevenci náročných psychedelických zážitků.

Klíčová slova: set a setting – psychedelická zkušenost – ayahuasca – ceremonie – integrace

Abstract

In this bachelor's thesis I explore the topic of set and setting in the context of undergoing challenging psychedelic experiences during ayahuasca ceremonies. I also focus on how these challenging experiences can be integrated into one's life. The theoretical basis for this thesis consists mainly of foreign sources, such as Hartogsohn and Strassman, who have dedicated space to the concept of set and setting in their research. There is a lack of quality research on this topic in the Czech Republic.

My aim in this thesis is to describe the influence of set and setting on experiencing difficult psychedelic experiences with respect to the subjective perception and reports thereof of the respondents. Understanding this concept may lead not only to safer use of psychedelic substances, but also to increased potential benefits of the experience for the participant in the ayahuasca ceremony.

I have chosen a qualitative approach to conduct my research. Data was collected using semi-structured interviews. The research sample consisted of 8 respondents, 4 women and 4 men. I used QDA Miner Lite software to analyze gathered data using clustering and pattern capture methods.

Generally speaking, the results demonstrate a relationship between personal set and setting of ayahuasca ceremony participants and the risk of undergoing a difficult psychedelic experience. The results also suggest that 3 out of 8 respondents would have accessed professional help integrating their challenging psychedelic experiences had they had the option. Furthermore, one of the stated effects of the experience is a focus on safety, which was mentioned by 4 respondents. The safety factor would have an impact on their future decisions to attend ayahuasca ceremonies.

The results provide insight into the issue of safe set and setting when using ayahuasca and can thus serve as a source of inspiration for any further, more detailed research. This work can also serve as a basis for the development of more effective drug policies along with efforts to minimize the risks of substance use in society. Education on this issue can then lead to better prevention of difficult psychedelic experiences.

Keywords: set and setting – psychedelic experience – ayahuasca – ceremony – integration

Poděkování

Tímto bych ráda poděkovala všem respondentům, kteří byli ochotni se tohoto výzkumu účastnit a sdílet své osobní zkušenosti, prožitky a názory. Dále chci poděkovat své rodině a blízkým přátelům za podporu, kterou mi dodávali nejen v průběhu psaní této bakalářské práce.

Obsah

1	Úvod.....	9
2	Teoretická část	10
2.1	Set a setting	10
2.1.1	Koncept setu a settingu	10
2.1.2	Set.....	10
2.1.3	Setting	11
2.2	Ayahuasca	12
2.2.1	Chemické složení ayahuascy a její mechanismus působení.....	12
2.2.2	Účinky ayahuascy	13
2.2.3	Akutní účinky po podání Ayahuascy	13
2.2.4	Rizika spojená s užíváním ayahuascy	14
2.3	Legalita užívání ayahuascy	14
2.4	Setting ayahuascové ceremonie	15
2.4.1	Příprava ayahuascy.....	15
2.4.2	Příprava účastníka ceremonie.....	16
2.4.3	Role ayahuascera v ceremonii.....	16
2.4.4	Role hudby v ayahuascové ceremonii.....	16
2.5	Náročná psychedelická zkušenost.....	17
2.6	Integrace psychedelické zkušenosti	18
3	Výzkumná část.....	19
3.1	Metodika	19
3.1.1	Cíl výzkumu a výzkumné otázky	19
3.1.2	Typ výzkumu	19
3.1.3	Výzkumný soubor	19
3.1.4	Metoda tvorby dat	20
3.1.5	Metoda analýzy dat	21
3.1.6	Etické aspekty a limity výzkumu	21
4	Interpretace výsledků	22
4.1	VO 1: Jaké faktory setu mají vliv na prožití náročné psychedelické zkušenosti?.....	22
4.1.1	Načasování	22
4.1.2	Zkušenosti a informovanost	22
4.1.3	Motivace k užití.....	23
4.1.4	Osobnostní rysy.....	24

4.1.5	Minulost	25
4.2	VO 2: Jaký vliv má setting ayahuascové ceremonie na prožívání náročné psychedelické zkušenosti?	26
4.2.1	Vliv prostředí	26
4.2.2	Hudba	27
4.2.3	Práce a osoba ayahuascera	27
4.3	VO 3: Jakým způsobem účastníci ceremonie integrovali prožitou náročnou psychedelickou zkušenost?	28
4.3.1	Techniky integrace náročné zkušenosti.....	28
4.3.2	Odborná pomoc s integrací	29
4.3.3	Následné efekty po integraci náročné zkušenosti.....	30
5	Shrnutí výsledků	32
6	Diskuse a závěr	33
7	Seznam použité literatury.....	35

1 Úvod

Téma užívání a využívání psychedelických látek je aktuálně často skloňováno s tzv. „psychedelickou renesancí“. Mnoho odborníků věnuje čas výzkumu potenciálu těchto látek a destigmatizaci psychedelik od udávané nebezpečnosti spojené s ilegálními návykovými látkami. Užívání psychedelik, mezi které se řadí právě ayahuasca, s sebou však přináší i určitá rizika. Stěžejním tématem této práce je proto náročná psychedelická zkušenost.

V České republice jsou zde ayahuascové ceremonie dostupné i navzdory tomu, že je u nás jedna u účinných látek DMT ilegální. Východiskem pro psaní této práce pro mě byl fakt, že psychedelické harm reduction služby, které cílí na snižování rizik a integraci jsou v Česku dostupné pouze na veřejných akcích. Lidé, kteří se chtějí účastnit ayahuascové ceremonie na vlastní pěst podstupují bezpečnostní riziko, pokud je prostředí ceremonie nevhodné a není poskytnuta vhodná okamžitá pomoc při prožívání náročné psychedelické zkušenosti.

Práce je rozdělena na dvě části; teoretickou a výzkumnou část. V teoretické části se věnuji vysvětlení pojmů *set* a *setting*, představení psychedelického nápoje ayahuasca, jejím účinkům a rizikům spojených s užitím tohoto psychedelického nápoje. V této části také vysvětluji, co je to náročná psychedelická zkušenost, jaké znaky nese a jaké jsou možné způsoby její integrace. Výzkumná část práce se věnuje výše definovanému problému vlivu *setu* a *settingu* na prožívání náročné psychedelické zkušenosti. Jako typ výzkumu jsem zvolila kvalitativní přístup, vzhledem k charakteru individuálního prožívání každého respondenta. Výzkumu se účastnilo celkem 8 respondentů, z toho 4 ženy a 4 muži.

Cílem této práce je popsat, jaký vliv má *set* a *setting* na prožití náročné psychedelické zkušenosti s ohledem na subjektivně vnímané a uváděné informace. Pochopení právě tohoto konceptu může vést nejen k bezpečnějšímu užívání, ale také ke zvýšení potenciálních přínosů pro účastníka ayahuascové ceremonie.

2 Teoretická část

2.1 Set a setting

2.1.1 Koncept setu a settingu

Chemické a neurologické účinky psychoaktivních látek je v mnoha případech možné přesně definovat a vysvětlit, avšak při popisu samotného prožitku už se lze o tvrdá data opírat jen velmi těžce, jde o velmi individuální vnímání a prožívání. Koncept setu a settingu byl vytvořen pro popis extra-farmakologických proměnných, které spoluvytváří celkový psychedelický prožitek, jenž však blíže nesouvisí se samotnou chemickou povahou užití látky. Substance sama o sobě totiž nemá žádnou vnitřní charakteristickou vlastnost vyvolávající ve všech lidech stejné reakce. Tyto dva termíny tedy popisují psychologické, sociální a kulturní parametry, které mají významný vliv na finální podobu psychedelické zkušenosti (Fisherová & Grof, 2017).

Hartogsohn (2017) popisuje pochopení tohoto konceptu jako klíčové nejen pro výzkum v oblasti psychedelických látek, ale také jako nutné pro vývoj účinnější protidrogové politiky a prací s minimalizováním rizik užívaných látek ve společnosti. Dále zdůrazňuje, že často užívaná politika zastrasování není funkční taktikou k minimalizaci rizik spojených s užíváním psychedelik. Doporučuje dostatečné vzdělávání široké veřejnosti v konceptu setu a settingu. Tato edukace může poté vést v kvalitnější prevenci náročných psychedelických zážitků.

Samotným pojmům *set* a *setting* se dostalo největší pozornosti v 60. letech minulého století v Americe díky Harvardskému psychologovi Timothy Learymu, který tento termín poprvé publikoval v roce 1961 (Leary, 1961). Už v prvních formulacích jsou zdůrazňovány hlavní vstupní faktory ovlivňující výslednou zkušenost – osobnost člověka a vliv prostředí. Dále se tomuto tématu věnoval psychoanalytik a psychiatr Norman Zindberg (1984). Navzdory tomu, že se tento termín začal hojně používat v 60. letech minulého století, kořeny setu a settingu sahají hlouběji. Spojitost se dá nalézt například už u šamanských léčebných rituálů, kdy domorodí léčitelé záměrně pracovali se settingem a umocňovali efekt požitých psychedelických látek například pomocí rituálních písní, hraní na hudební nástroje a dalších technik (Hartogsohn, 2017). Tématu settingu u ayahuascové ceremonie se však budu věnovat detailněji v samostatné kapitole této práce.

2.1.2 Set

Pojem set je chápán jako vše, co souvisí s vnitřním nastavením konkrétního člověka, který se chystá na prožití psychedelické zkušenosti. Spadají sem:

- faktory uvědomované (znalosti o substanci, sebepojetí, sebevědomí, síla a vůle, míra zkušeností jedince s danou substancí, schopnost soustředit se) (Hájek, 2017)
- faktory neuvědomované (vrozené predispozice, potlačené stránky osobnosti, vzpomínky) (Hájek, 2017)
- faktory fyziologické (aktuální zdravotní stav, chronická onemocnění, zranění) (Strassman, 2010)

Právě faktor soustředění se vyzdvihuje i Fisherová & Grof (2017), která uvádí, že zkušená a soustředěná osoba může i při velkých dávkách psychedelické látky sezení prožít bez negativních a náročných prožitků.

Set, ze zkráceného slova *mindset*, neboli nastavení mysli, vyjadřuje to, jak je člověk v danou chvíli nastaven a připraven. Dle Zinberga (1984) do nastavení mysli jedince spadá nálada, motivace k užití, očekávání od prožitku, stres a strach z nadcházející zkušenosti. Přední český psychiatr Stanislav Grof (1999) zdůrazňuje, že psychedelika jsou „nespecifické zesilovače“ zkušenosti, což znamená, že zesilují vše, co s sebou jedinec ve svém nastavení mysli v danou chvíli přináší, včetně své aktuální nálady.

2.1.3 Setting

Účinek a intenzita dané látky po užití se odvíjí také od settingu. Termín setting popisuje kvality okolního prostředí, ve kterém se daný jedinec nachází – tedy dispozice, osvětlení, atmosféru, hudbu a v neposlední řadě také jiné osoby, které se na daném místě vyskytují (Dalgarno & Shewan 2005).

Podle Hausnera a Segala (2016) termín setting označuje určující faktory výsledné zkušenosti - fyzické a kulturní prostředí, ve kterém byla daná látka užitá nebo emoční atmosféra, které je dotyčný vystaven. Je tedy pro výslednou zkušenost určující, zda se odehrávala v uzavřeném nebo otevřeném prostoru, o samotě, se sitterem, nebo ve větší skupině lidí. Z těchto informací tedy vyplývá, že rozdílné prožitky stejného člověka mohou nastat jak v přírodním a klidném prostředí, tak v hlučných přelidněných místech.

Pokud se jedná o plánované užití psychedelik podle Strassmana (2010) setting zahrnuje i kvality samotného sittera, který dotyčnou osobu zážitkem provází. Tyto faktory zahrnutí sitterovu osobnost, kulturní, sociální a emoční zázemí, jeho schopnost a vůli se dotyčným člověkem zabývat a v prožitcích ho bezpečně ukotvovat a doprovázet. Dále je pro kvalitního sittera určující otevřená a nesoudící povaha, osobní zkušenosti s danou substancí a nezištné úmysly. Dále by dle slov Strassmana (2010) měl být sitter zkušeným člověkem se schopností „bdělé pasivity a pasivní aktivity“ – jinými slovy umět rozpoznat, kdy do prožitku zasahovat a kdy naopak ne.

Pro kontrolovaný setting při kolektivních ceremoniích je kladen důraz na úvodní seznámení zúčastněných osob, ujištění o zachování důvěrnosti a stvrzení individuální odpovědnosti (Fisherová & Grof, 2017). U kolektivních psychedelických zkušeností Strassman (2010) dále zdůrazňuje vzájemný respekt mezi účastníky a sitterem, ke kterému by dotyční měli cítit důvěru, jakožto k vedoucí osobě, jež celou psychedelickou zkušenost řídí.

2.2 Ayahuasca

Velké množství autorů představuje a označuje ayahuascu jako halucinogenní, posvátný nápoj připravovaný z dvou základních druhů rostlin. Liána *Banisteriopsis caapi* a *Psychotria vidris* pochází původem z Amazonského pralesa a obsahují mnohé psychoaktivní látky. Nápoj ayahuasca je však často připravován s příměsí dalších až třiceti rostlin, ke kterým nejčastěji patří například keř *chacrana*, blízkce příbuzný keř *sameruca* nebo liána různě nazývaná *ocoyagé*, *chalipanga*, *chagraponga* a *huambisa* (Beyer, 2009; Dobkin de Rios, 2009; Luna, 2002).

Podle Beyera (2009) může být pojem ayahuasca sám o sobě matoucí. Představuje totiž název samotného nápoje a zároveň název jedné z lián, která se při přípravě tohoto nápoje používá. Samotný výraz *ayahuasca* pochází z kečuánštiny, kdy *huasca* pojmenovává mnohé druhy lián a výraz *aya* se překládá jako „oddělitelnost duše, duch mrtvé osoby“. Proto se často ayahuasce přezdívá „liána duše“ nebo „liána mrtvých“.

Z mnoha zdrojů se dozvídáme, že užívání ayahuascy při náboženských, léčitelských a jiných společenských událostech v životě amazonských domorodých obyvatel je tradiční a trvá již tisíce let (Beyer, 2009; Furst, 1996; Luna, 2002). S tímto pojetím popisu ayahuascy jako tradičního nápoje však ve své knize nesouhlasí Cink et. al (2022), v níž vysvětluje, že tyto informace jsou stále velmi spekulativní i v odborných kruzích. První doložitelný písemný důkaz o ayahuasce totiž pochází z roku 1737, kdy její užívání popsal Pablo Maroni.

2.2.1 Chemické složení ayahuascy a její mechanismus působení

Jak bylo uvedeno výše, ayahuasca se připravuje ze dvou základních složek. První složkou je specifický druh liány *Banisteriopsis caapi*, která obsahuje beta-karbolinové alkaloidy (např. harmin, harmalin, tetrahydroharmalin a mnoho dalších). Tyto chemické látky působí v lidském těle jako inhibitory enzymu monoaminoxidázy (MAO). Tento enzym je v těle zodpovědný za degradaci celé řady sloučenin včetně neurotransmiterů noradrenalinu, dopaminu, serotoninu a molekul DMT, které se v lidském těle vyskytují přirozeně (Halberstadt et al., 2008; McKenna et. al, 1984). Důležité je zmínit vliv alkaloidu harmalinu v nervovém systému člověka, tato látka působí sama o sobě sedativně, anxiolyticky a připisují se jí antidepresivní účinky (Sanches et. al, 2016).

Druhou podstatnou složkou ayahuascy je vždy rostlina obsahující velké množství DMT (N,N-dimethyltriptamin) např. *Psychotria vidris*. DMT však za normálních podmínek není při orálním podání aktivní – právě díky MAO, která jej v těle odbourává. Jak je tedy možné, že je nápoj z ayahuascy účinný? To způsobuje právě zmíněný harmin a harmalin, který je součástí *B.caapi*. inhibuje působení MAO enzymu, který po krátkém časovém úseku po požití nápoje přestane účinkovat a tudíž není v těle žádná jiná látka, která by DMT byla schopna odbourávat. Tímto způsobem může i po orálním užití ayahuasca vyvolávat účinky na centrální nervový systém, o kterých se detailněji rozepíšu v další kapitole (Gambelungho et. al, 2008; Halberstadt et al., 2008; McKenna et. al, 1984).

2.2.2 Účinky ayahuascy

Dle Bayera (2010) jsou prožitky způsobené užitím ayahuascy jedinečné, neopakovatelné a nepřenosné. Díky faktu, že je ayahuasca směsí několika účinných látek a jejich poměr je ve finálním nápoji velmi variabilní, účinky se mohou lišit. Vše se odvíjí od použitých rostlin, způsobu přípravy a dávce. Dávkování je velmi individuální záležitostí psychedelického zážitku. Odvíjí se od tolerance jedince, citlivosti na chuť a v neposlední řadě záměru užití. Dalším faktorem který Santos et. al (2020) zmiňuje je intuice přísedícího sittera, který celou zkušeností provází.

První somatické projevy se začínají objevovat po 15 až 30 minutách po požití nápoje. Psychické projevy se dostavují po 30 až 60 minutách. Vrchol somatických a psychických účinků je přibližně mezi 60 a 120 minutou po užití (Riba et. al, 2003).

Popisy účinků ayahuascy nejlépe shrnují již v 90. letech Strassmana & Qualls (1994a, 1994b), kteří prováděli výzkum na šesti dobrovolnících, majících s ayahuascou zkušenosti. Dalším kvalitním zdrojem informací o účincích ayahuascy přináší výše citovaný výzkum Riby et. al (2003).

2.2.3 Akutní účinky po podání Ayahuascy

Jako nejčastější účinek ayahuascy v prvních minutách uvádí Riba et. al (2003) silné fyzické projevy, jako je zvracení a průjemy, které v rámci rituálu představují očistu těla. V prvních minutách intoxikaci doprovází závratě a silné pocení. Tyto účinky odeznívají do jedné hodiny po podání nápoje. Dále na fyziologické úrovni ayahuasca v počáteční fázi účinkuje na kardiovaskulární systém zvýšením tepové frekvence v průměru o 5-6 pulzů za minutu, tyto účinky ale v průběhu prvních 20 minut odeznívají. Dalšími projevy mohou být silné hučení nebo pískání v uších (*tinnitus*). Dostavují se také změny termoregulace v podobě střídavých návalů horka a zimy, třes těla, závratě a bolesti hlavy. Díky těmto náhlým změnám může být taktéž narušena koordinace pohybů celého těla (Callaway et. al, 1999; Strassman & Amiourová, 2005).

Za psychedelické účinky v ayahuasce zodpovídá primárně *Psychotria vidris* obsahující DMT. Mezi tyto účinky řadíme samotné halucinace, zvýšené smyslové vnímání a vizualizace. Vizualizace jsou často popisovány jako měnící se kaleidoskopické obrazce, barevné mřížky, pohybující pulzující kruhy, vize blízkých lidí, či přírodní scenérie s divokými zvířaty amazonské džungle (Santos et al., 2020; Strassman, 1994b).

Mezi další účinky řadíme změny v chápání a prožívání času a prostoru. Vnímání času je popisováno jako zrychlené nebo naopak zpomalené. Tyto účinky vrcholí mezi 60 a 120 minutami po užití ayahuascy. Jako významný a často popisovaný účinek DMT je popisována synestézie. Zejména sluchové a zrakové synestetické účinky jsou spojovány s hudbou, která je součástí ayahuascové ceremonie. Hudba se odráží ve viděných obrazech vizí a ty se poté mění podle tempa hrané melodie (Strassman, 1994b, 2010).

Bayer (2010) ale zdůrazňuje, že i přes tyto změny ve vnímání si někteří uživatelé zůstávají vědomi svého okolí a jsou schopni o svém prožívání mluvit i v průběhu intoxikace.

2.2.4 Rizika spojená s užíváním ayahuascy

Z hlediska možného ohrožení zdraví je za nebezpečné považováno zejména zvracení, které je velmi častým projevem účinků ayahuascy. Při zvracení může teoreticky dojít k vdechnutí žaludečního obsahu a tím může dojít k ohrožení zdraví a života. Navzdory této informaci mnoho uživatelů ayahuascy neuvažuje o zvracení jako o riziku, ale přikládají mu spíše očistný a očekávaný efekt (dos Santos, 2013).

Požítí vyšších dávek může být rizikové z hlediska zvýšeného krevního tlaku a tepové frekvence, které může vést k nebezpečným situacím v případě již existujících kardiovaskulárních onemocnění (Strassman, 1994a).

Dalším zdravotním rizikem může být kombinace ayahuascy s léky řady SSRI antidepressiv (selektivní inhibitory zpětného vychytávání serotoninu). Kombinace těchto látek může vyvolat život ohrožující serotoninový syndrom. Ten je charakterizován excesivně zvýšenou hladinou neurotransmiteru serotoninu v mozku. Typickými příznaky jsou euforie, nevolnost a zmatenost, které přechází v třes těla, zvracení, křeče až ztrátu vědomí. V extrémních případech může vést až k úmrtí. Takovýto případ popisuje Callaway et. al. (1999) u pacienta, který užíval SSRI fluoetin společně s ayahuascou. Rizikové v tomto případě jsou překrývající se projevy serotoninového syndromu a akutních účinků ayahuascy po požití. Jedná se právě o bolesti hlavy, halucinace, zvracení a zvýšený krevní tlak (dos Santos, 2013; Callaway et al. 1999).

Uvedené zdravotní komplikace jsou však jen teoretickým rizikem možného ohrožení života při užívání ayahuascy. Můžeme narazit na medializované případy smrtelného předávkování ayahuascou, nicméně v žádném z těchto případů nebyla provedena forenzní analýza zemřelého. Zde je taktéž nutné podotknout, že všechny tyto případy byly popsány v nevědecké literatuře (Gable, 2007; Pic-Taylor et. al).

2.3 Legalita užívání ayahuascy

Ayahuasca a rostliny, ze kterých se připravuje, nejsou mezinárodně zakázány a kontrolovány podle Úmluvy o psychotropních látkách z roku 1971. První z rostlin *B. caapi* obsahuje beta-karbonilové alkaloidy, které nejsou mezinárodně uvedeny jako kontrolované látky. Spor ohledně legálního užívání ayahuascy komplikuje druhá z komponent nápoje – *P. viridis*, která obsahuje kontrolovanou látku DMT. Nesjednocený právní a regulační status ayahuascy může představovat výzvu pro případné klinické výzkumy (McKenna, 2004).

V Brazílii a Peru je užívání ayahuascy od roku 1987 za určitých podmínek legální. Za tyto podmínky se považuje náboženské a rituální užívání nápoje při ceremoniích v synkretických církvích Santo Daime, Uniao do Vegetal a Barquinha, které vznikly v oblasti Amazonie a rozšířily své působení po celé Jižní Americe i Evropě. Situaci ohledně legality napomohlo uznání používání ayahuascy při náboženských ceremoniích, které je od roku 2008 součástí národního kulturního dědictví Peru (Labate & Feeney, 2012). Brierley a Davidson (2012) dále uvádí legální užívání ayahuascy při náboženských praktikách v několika evropských zemích – Německo, Anglie, Nizozemsko, Francie, Španělsko. Do těchto zemí se rozšířily dříve uvedené jihoamerické synkretické církve. V těchto zemích jsou taktéž legální klinické výzkumy využití ayahuascy při léčbě závislosti.

Ve Spojených státech je užívání ayahuascy limitováno pouze na náboženské praktiky a klinický výzkum s povolením vlády, jelikož DMT spadá do skupiny kontrolovaných látek z roku 1971 (McKenna, 2004).

V České republice je ayahuasca považována za nelegální, jelikož obsahuje látku DMT. Tato látka je vedena na Seznamu č.4 psychotropních látek v Nařízení vlády o seznamech návykových látek č. 463/2013 Sb. Není dovoleno držet více než 0,60 g práškovité či krystalické substance, 0,5 l nápoje Ayahuasca, v takovém případě se jedná o přestupek. Jakákoli manipulace s touto látkou, předání či podání, je v České republice považována za trestný čin dle Trestního zákoníku č. 40/2009 Sb.

2.4 Setting ayahuascové ceremonie

Úvodem je podstatné zdůraznit, že setting ayahuascové ceremonie má různé podoby, které vychází z různých tradic, kultur a adaptací dle konkrétní lokality konání ceremonie (Beyer, 2009; Strassman, 2010).

Prostředí ayahuascové ceremonie je důležitým faktorem ovlivňujícím mystickou a náročnou psychedelickou zkušenost (Pontual et. al, 2022). Toto tvrzení podporují i další studie tematicky zaměřené na ayahuascové ceremonie (Thomas et al., 2013; Hartogsohn, 2021), ve kterých se uvádí, že maximalizace kvality a připravenosti prostředí, ve kterém se ayahuasca konzumuje nejenže zvyšuje pravděpodobnost mystického zážitku, snižuje taktéž šanci na prožití nepříjemné psychedelické zkušenosti. Tyto studie se zaměřují na vysvětlení důležitosti extra-farmakologických faktorů, určujících psychologický a behaviorální účinek psychedelických látek, jako je právě ayahuasca.

2.4.1 Příprava ayahuascy

Nápoj ayahuasca je připravovaný odvarem hlavních dvou složek - vláken stonku liány *B. caapi* a listů *P. viridis* nebo jejich macerací ve studené vodě (Beyer,2009).

Používané příměsi do odvaru odrážejí v jaké části Amazonie se nápoj připravuje. Podle domorodých obyvatel záleží také na druhu půdy a ročním období sběru rostlin (Luna, 2002). Dále se také v přípravě nápoje odráží individuální recept dotyčné osoby, léčitele, šamana (Beyer, 2009).

Při tepelné přípravě jsou tyto dvě hlavní složky předem dezinfikovány vroucí vodou, poté rozdrceny a umístěny do velké nádoby. Počet dalších přísad se liší podle účelu dané ceremonie a dále lokality. Výroba ayahuascy je několikahodinový proces s cílem redukovat množství vody tak, aby se esence a účinné látky z rostlin v dostatečném množství vyvařily. Když po desítkách hodin dojde k finální redukci tekutin, je posledním krokem ochlazení nápoje a filtrace, která zajistí odstranění veškerého rostlinného materiálu. Výsledkem je hnědý nápoj silné zemité chuti. Nápoj je však možné připravit mnoha různými způsoby, vždy by se však měla dodržovat základní pravidla. Příprava ayahuascy by měla být prováděna v noci za přítomnosti co nejméně lidí a při jejím vaření by měly znít písně *Icaros*, které dodávají nápoji sílu a požadovanou účinnost (Beyer, 2009; Schultes & Hofmann, 1996; Rivier & Lindgren, 2008).

2.4.2 Příprava účastníka ceremonie

Důležitou součástí přípravy na ayahuascovou ceremonii je tradičně předcházející dieta. Tento termín představuje omezení konzumace určitých potravin a odříkání jakýchkoli sexuálních praktik (Luna, 2011). Účastník by měl svůj jídelníček minimálně týden před samotnou ceremonií oprostít od soli, cukru, ovoce, červeného masa a tučných potravin. Dále je také doporučováno omezit nebo dočasně abstinovat od jakýchkoliv návykových látek včetně alkoholu a nikotinu. Dalším rituálním doporučením jsou bylinné a studené koupele, které tvoří ucelenou očistu těla. Tyto diety slouží mimo jiné jako spirituální, přípravný rituál před ceremonií (Luna, 2002; Strassman et. al, 2010).

2.4.3 Role ayahuascera v ceremonii

Pontual et. al. (2004) řadí mezi nejdůležitější komponenty settingu ayahuascové ceremonie duchovního vůdce (ayahuascero, šaman, mistr), který dohlíží na účastníky při konzumaci ayahuascy a vhodně ceremonii vede. Dále zdůrazňuje prostředí skupinové ceremonie, ve kterém by se účastníci měli cítit pohodlně a bezpečně.

Hartogsohn (2021) detailně popisuje prostředí ceremonie, kterou provádí synkretická církev Santo Daime. Tyto ceremonie jsou obvykle uskutečňovány v přírodním prostředí a začínají za soumraku. Účastníci se shromáždí v *maloce* (jednoduchá dřevěná chýše), kde se usadí do kruhu na pohodlné podložky. Ayahuascero zahajuje ceremonii u svého oltáře, kde se nachází *mapachos* (černé tabákové cigarety nebo dýmka), které používá při zahájení ceremonie i v jejím průběhu. Dále má připravené rostlinné přírodní vody, svazek usušených listů používaný jako chrastítka a jiné hudební nástroje.

Při iniciační fázi ceremonie ayahuascero postupně čistí účastníky tabákovým kouřem, který na ně fouká, v průběhu zpívá písně *Icaros*, jíž se dostane podrobnějšího popisu v následující kapitole. Během ceremonie zazní mnoho těchto zpěvů v závislosti na potřebách účastníků a na zkušenostech ayahuascera. *Icaros* prokládají tiché části obřadu, kdy jsou účastníci pohlceni svými vizemi. Dalším důvodem pro pauzy mezi písněmi je důležité uzemnění účastníků a individuální práce ayahuascera s lidmi, kteří ve svém prožívání potřebují pomoc (Dobkin de Rios, 2009; Beyer, 2009).

Po iniciační fázi obřadu následuje část, kdy ayahuascero každému účastníkovi podá nápoj ayahuasca. Dávka se má odvíjet v závislosti na fyzických a emocionálních potřebách. Od okamžiku napití má být ceremonie vedena v naprosté tmě. Dobkin de Rios (1972) popisuje roli ayahuascera jako klíčovou, jelikož celou psychedelickou zkušeností účastníky ceremonie provádí, stará se o jejich bezpečí, přizpůsobuje tempo ceremonie celé skupiny pomocí *icaros*. Má také možnost intervenovat při náročných psychedelických prožitcích a nepříjemné vize překládat do smysluplného obsahu pro účastníky.

2.4.4 Role hudby v ayahuascové ceremonii

Setting ayahuascové ceremonie tvoří také výše zmíněné *Icaros*. Jedná se o speciální zpěvné písně, které byly ayahuasceros předány jejich učiteli. Ayahuascero obvykle začne písně zpívat už v počáteční fázi ceremonie. Písně prokládá jemným hvízdáním. Někteří ayahuasceros své písně doprovází různými hudebními nástroji – chrastítka, bubny. Hlavní funkcí *icaros* je ovlivňovat,

strukturovat a podporovat plynulost psychedelické zkušenosti, což tvoří kvalitu a obsah tohoto zážitku. Střídání rychlého nebo pomalého rytmu těchto specifických písní souvisí s možností ayahuascera ovlivňovat vize účastníků ceremonie pomocí neverbální intervence (Dobkin de Rios, 1972,2009). Spojení účinků ayahuascy a rytmických písní ústí v synestetické zážitky, kdy hudbu lze zároveň slyšet, vidět a cítit (Dobkin de Rois, 1972; Luna & Amaringo, 1991). Hartogsohn (2021) uvádí, že icaros slouží k vyvolávání duchů rostlin, k upravování a ladění vizí při ayahuascové ceremonii a k léčení. V domorodé tradici jihoamerických obyvatel se icaros mimo jiné používají také při lovu divoké zvěře (Luna, 2002).

2.5 Náročná psychedelická zkušenost

I když má ayahuasca relativně nízkou fyziologickou toxicitu a není spojována s rozvojem závislosti, stále existují obavy, že její užívání může představovat psychologická rizika. Nejznámější riziko spojené s užíváním psychedelických látek je známé jako „*bad trip*“. Aktuálně se pro tento pojem používá název „*challenging experience*“ (náročná zkušenost), který je méně zavádějící. Náročná zkušenost totiž nemusí nutně znamenat špatnou zkušenost. Nepříjemný zážitek může představovat do budoucna velký potenciál k růstu osobnosti (Grof, 1999; Johnstad, 2021; Strassman, 1984).

Strassman (1984) dále uvádí, že emoční prožitky pod vlivem psychedelik jsou často zesílené. U nepřipravených jedinců v nekontrolovaném prostředí může kterýkoliv z těchto účinků eskalovat až k agresivnímu chování jedince vůči sobě i dalším lidem v jeho blízkosti.

Náročnou psychedelickou zkušenost není lehké definovat, jelikož prožívání je u každého jedince velmi individuální. Klinické a experimentální studie (Barrett et. al., 2016; Strassman, 1984) se shodují na možných nežádoucích účincích psychedelických látek zahrnující projevy jak úzkost, panika, depersonalizace, dezorientace v čase a prostoru, paranoia a rozpouštění ega.

Barrett et al. (2016) na základě svého výzkumu vypracovali „Challenging Experience Questionnaire“. Autoři tohoto dotazníku identifikovali sedm hlavních aspektů prožívání náročné psychedelické zkušenosti: strach, smutek, smrt, šílenství, fyzické strádání a paranoia. Také Johnstad (2021) uvádí, že pocity strachu a šílenství, které doprovázejí stavy rozpouštění ega jsou podstatné pro popis náročné zkušenosti. Zamýšlí se ale nad tím, že tyto zkušenosti mohou být rozmanité jako jiné formy náročných zážitků a proto mu sedm aspektů identifikovaných Barrettem et al. (2016) přijde velmi omezujících.

Charakteristiky náročné psychedelické zkušenosti uvádí Johnstad (2021) ve výsledcích svého výzkumu a rozřazuje náročné zkušenosti do několika kategorií podle opakujících se témat u respondentů.

- nepříjemné vhledy do vlastního života, konfrontace s prožitými traumaty
- sociální paranoia v prostředí popisované psychedelické zkušenosti
- znepokojivé vize
- duševní a smyslové přetížení
- rozpuštění ega
- zkreslení času, dezorientace v čase

Nejčastěji zmiňovanou charakteristikou náročné psychedelické zkušenosti účastníků tohoto výzkumu byly nepříjemné vhledy do osobního života. Většina účastníků však uváděla, že jejich

náročná zkušenost měla v osobním životě dlouhodobé pozitivní důsledky. Malá část poukazovala na negativní důsledky a další část respondentů považovala dlouhodobý důsledek náročné zkušenosti za irelevantní.

Johnstad (2021) konstatuje, že náročné psychedelické zkušenosti mají pozitivní důsledky pouze tehdy, pokud je s nimi uživatel schopen následně pracovat a integrovat do svého života.

2.6 Integrace psychedelické zkušenosti

V souvislosti s prožitím náročné psychedelické zkušenosti je důležité zmínit možnosti následné intervence pro zvládnutí tohoto akutního prožitku účinku ayahuascy. Bathje et al. (2022) definuje integraci jako proces, ve kterém člověk znovu otevírá obsah svého psychedelického zážitku. Taková práce na integraci zahrnuje hledání smyslu, procházení a překládání obsahu psychedelické zkušenosti a pomocí podpůrných praktik tento proces začleňuje vznikající vhledy a lekce do osobního života. Integrace psychedelické zkušenosti má tedy sloužit k osobnostnímu růstu, životní rovnováze a celistvosti člověka.

Tématem integrace psychedelické zkušenosti po konzumaci ayahuascy při ceremoniích se zabýval ve své disertační práci Cohen (2017), který popisuje zkušenosti účastníků ceremonie pomocí jungovské psychologie a pracuje zejména s pojmem *individuace*. V tomto pojetí je cílem integrace dosažení harmonie mezi vědomím a nevědomím – znovusjednocení ega.

Jak dále uvádí Cohen (2017) integrace náročné psychedelické zkušenosti je dlouhodobý proces. Mnoho aspektů psychedelických zážitků může v účastníkovi postupně dozrávat. I když některé změny mohou nastat rychle a trvale považuje časnou integraci za klíčovou.

Bathje et al. (2022) rozřazují nejčastěji využívané integrační praktiky do tematických kategorií, které zahrnují práci s hudbou, kreativitou, tělem, stravováním, relaxací, psaním deníku a v neposlední řadě zmiňují cílenou psychoterapii. Potřeba člověka sdílet svůj psychedelický zážitek s profesionály nebo blízkými je nejčastěji uváděnou formou integrace (Coder, 2017; Cohen, 2017; Johnstad 2015).

V České republice je od října roku 2022 možné účastnit se „Skupiny psychedelické integrace“. Na vzniku této profesionálně vedené skupiny se podílí organizace Beyond Psychedelics a Diabasis. Je zde poskytnut bezpečný prostor pro sdílení a zpracování náročného zážitku (Dvořáková, 2022).

3 Výzkumná část

3.1 Metodika

3.1.1 Cíl výzkumu a výzkumné otázky

Cílem této bakalářské práce je kvalitativní výzkum týkající se individuálního prožívání náročné psychedelické zkušenosti ve specifickém prostředí ayahuascové ceremonie. Primárně se zde zaměřuji na zkoumání vlivu setu a settingu. Pozornost věnuji také individuální práci účastníků ceremonie s integrací tohoto náročného zážitku. Pro tuto studii byly stanoveny tři výzkumné otázky.

1. Jaké faktory setu mají vliv na prožití náročné psychedelické zkušenosti?
2. Jaký vliv má prostředí ayahuascové ceremonie na prožívání náročné psychedelické zkušenosti?
3. Jakým způsobem účastníci ceremonie integrovali prožitou náročnou psychedelickou zkušenost?

3.1.2 Typ výzkumu

Pro výzkumnou část této bakalářské práce jsem zvolila kvalitativní přístup, díky kterému lze získat rozmanitá data o každém jednotlivci. Tento typ výzkumu jsem zvolila především proto, že se jedná o studii individuálních zkušeností a v dotazníkovém šetření by se jedinečná data mohla ztratit. Data jsem získávala pomocí polostrukturovaných rozhovorů s lidmi, kteří prožili náročnou psychedelickou zkušenost v prostředí ayahuascové ceremonie.

3.1.3 Výzkumný soubor

Výběr výzkumného souboru

K výběru výzkumného vzorku jsem využila kombinaci dvou výzkumných metod. Jako první jsem zvolila metodu sněhové koule neboli snowball sampling, která se úspěšně využívá ke studiu skrytých populací, k nimž je obtížné se dostat skrze tradičnější metody. Snowball sampling je založeno na kombinaci účelového výběru a prostého náhodného výběru (Mioviský, 2006). Touto metodou jsem oslovila skrze sociální síť první respondentku (jednalo o známou mé kamarádky). Tato žena projevila o výzkum zájem. Skrze tento kontakt jsem pomocí metody sněhové koule získala další tři respondenty, které jsem poté taktéž kontaktovala pomocí sociálních sítí.

Dalších pět respondentů jsem oslovila za pomoci metody záměrného účelového výběru, při kterém jsou účastníci výzkumu vyhledáváni na základě určitých vlastností a předem stanovených kritérií. Jedná se o nejrozšířenější metodu výběru vzorku při aplikaci kvalitativního výzkumu (Mioviský, 2006). Respondenty jsem touto metodou oslovila přes veřejné skupiny na sociální síti Facebook, které se tematicky vážou k užívání ayahuascy a dalších psychedelických látek.

Kritéria výběru účastníků výzkumu

Kritériem pro zařazení do výzkumného souboru byla alespoň jedna zkušenost s účastí na ayahuascové ceremonii, při které uživatelé prožili subjektivně náročnou psychedelickou zkušenost. Zkušenost se mohla odehrát v Česku i zahraničí. Toto kritérium bylo možné prověřit až v průběhu rozhovoru, kdy jsem věnovala pozornost splnění alespoň jedné z výše citovaných charakteristik náročné psychedelické zkušenosti. Všichni účastníci tohoto výzkumu právě alespoň jedno kritérium splňovali. Na věk, pohlaví, ani počet zkušeností s jinými psychedelickými látkami nebyl kladen důraz.

Charakteristika souboru

Výzkumný soubor tvoří celkem 8 respondentů, z něhož jsou 4 ženy a 4 muži. Jejich věkové rozmezí se pohybuje od 26 do 50 let. Pouze jeden respondent neměl vysokoškolské vzdělání.

Tabulka č.1: Základní údaje o respondentech

Kód respondenta	Pohlaví	Věk	Dosažené vzdělání	Místo zkušenosti
R1	M	45	SŠ	Jižní Amerika
R2	Ž	32	VŠ	Evropa
R3	M	34	VŠ	Jižní Amerika
R4	M	50	VŠ	Jižní Amerika
R5	Ž	26	VŠ	Evropa
R6	M	48	VŠ	Evropa
R7	Ž	27	VŠ	Evropa
R8	Ž	38	VŠ	Evropa

Zdroj: vlastní

3.1.4 Metoda tvorby dat

Pro získání dat jsem zvolila metodu polostrukturovaného rozhovoru, díky kterému lze kombinovat ucelenou osnovu otázek, jež jsou pro výzkum zásadní a zároveň ponechává volnost při přizpůsobení otázek aktuálnímu průběhu rozhovoru (Miovský, 2006). Během samotného rozhovoru tedy bylo možné některé otázky vypustit, pokud již byly dříve zodpovězené nebo se nehodily k situaci respondenta. Pokud jsem potřebovala detailnější či rozšířenější informace, pokládala jsem taktéž otázky mimo připravenou osnovu.

Témata rozhovoru se týkala předešlých zkušeností respondenta s psychedelickými látkami, informací o ayahuasce, motivaci a očekávání, které dané osoby vedly k ceremonijnímu užití ayahuascy. Dále byly otázky směřovány na prostředí konkrétní ceremonie a na podobu prožité náročné psychedelické zkušenosti. Většina předem připravených otázek rozvíjela témata z teoretické části bakalářské práce.

Rozhovory se uskutečnily ve dvou případech při osobním setkání v kavárně po předešlé domluvě. Ve zbylých šesti případech byly rozhovory realizovány online formou přes Skype z důvodu rozdílných časových možností nebo velké dojezdové vzdálenosti. Všechny rozhovory byly provedeny v září a říjnu roku 2022. Dříve než jsem začala klást otázky přímo mířené k mému

výzkumu, zopakovala jsem k čemu tento rozhovor slouží, jak s daty budu nakládat a znovu upozornila respondenty na možnost neodpovídat na jakoukoliv otázku, či ukončit rozhovor. Žádný z respondentů této možnosti nevyužil. Rozhovory trvaly v rozmezí 35 až 58 minut. Vždy jsem rozhovory nahrávala pomocí mobilního telefonu a audio záznamníku a poté doslovně přepsala do MS Word. Pro snadnější čtení mluveného slova prošly všechny texty redukcí prvního řádu. Po transkripci jsem všechny audiozáznamy smazala a poté pracovala pouze s daty ve formě textu.

3.1.5 Metoda analýzy dat

Po přepsání všech rozhovorů jsem kombinovala práci s vytištěnými texty, ve kterých jsem zaznamenávala části týkající se výzkumných otázek i části textů, které se mi zdály relevantní k bakalářské práci. S texty jsem pracovala i za pomoci programu QDA Miner lite, který je určený pro analýzu kvalitativních výzkumů a umožňuje intuitivní otevřené kódování, přidávání komentářů a lepší orientaci v kódovaných textových segmentech. Analýzu dat jsem prováděla pomocí metody vytváření trsů a metody zachycení vzorců, v textech jsem hledala opakující se vzorce, které jsem posléze seskupovala do určitých kategorií. Tyto určené trsy (kategorie) vznikaly na základě vzájemného překryvu nebo podobnosti (Miovský, 2006).

3.1.6 Etické aspekty a limity výzkumu

Respondenti výzkumu byli před zahájením rozhovoru informováni o cílech výzkumu, o průběhu sbírání dat a nakládání s nimi. Respondenti svým podpisem Informovaného souhlasu potvrdili, že souhlasí s nahráváním rozhovoru a zveřejněním vybraných pasáží. Všechny získané informace jsem anonymizovala a po přepsání rozhovory smazala. V této práci nikde neuvádím informace, které by vedly k přímé identifikaci účastníků výzkumu. Respondenti byli taktéž informováni o dobrovolnosti vstupu do výzkumu a možnosti neodpovídat na konkrétní otázku a možnost kdykoli rozhovor ukončit.

Limitem tohoto výzkumu může být malé množství respondentů, díky kterému mohou být porovnávaná data a výsledky zkreslené. Dalším omezením při realizaci tohoto výzkumu shledávám svůj osobní úhel pohledu na danou problematiku, se kterým jsem k výzkumu přistupovala. Loučková (2010) uvádí, že výsledek výzkumu ovlivňuje v některých ohledech i to, jaké kompetence má právě badatel.

4 Interpretace výsledků

4.1 VO 1: Jaké faktory setu mají vliv na prožití náročné psychedelické zkušenosti?

4.1.1 Načasování

Opakujícím se faktorem u čtyř z respondentů (R1, R2, R7,R8) bylo **spontánní rozhodnutí** k užití ayahuascy. Dvě z respondentek (R2,R7) toto rozhodnutí zpětně samy reflektovaly, jako velmi rizikové. U všech ostatních respondentů se jednalo o plánovanou ceremonii. Ti však svou náročnou zkušenost nevztahovali k tomuto faktoru načasování a přípravy.

R1: „... Věděli jsme, že se takové ceremonie dělají ale popravdě jsme za tím cíleně nejeli, ale věděli jsme, že tam ta možnost je a když se nám naskytla, tak jsme po tom skočili. (...) Spíš jsem to chtěl vyzkoušet, když jsem o tom četl a slyšel. Ale nešel jsem s tím do toho, že bych měl nějaký cíl, že bych potřeboval něco změnit, nebo poznat. To ne.“

R2: „... Myslím, že mi řekli snad ten den, že jestli se nechci přidat. A já řekla: No jasně! (...) Vlastně to si myslím, že to byl první z kamenů úrazu, že jsem do ní šla, protože do ní šli přátelé a já jsem v tom období, no nazvala bych to jako spirituální bypass, možná i nějakou formu závislosti na stavech, který ayahuasca nabízí.“

R7: „No popravdě to bylo tak, že jsem sice s tou komunitou lidí znala a věděla jsem, že na tom našem výletě se asi něco takového bude dít jo (...) No a takhle večer mi řekl ten můj kamarád, že by to pro mě mohl být dobrý zážitek a zkušenost a já mu uvěřila. (...) Vůbec jsem nad tím nepřemýšlela, nad tím, že to není žádná legrace, jako třeba si dát pár houbiček.“

R8: „... no takhle, já o tom sice uvažovala pár let a o psychedelika se tak nějak zajímám dlouhá léta. (...) Měla sem v tu dobu ušetřeno dost peněz, takže mi takhle po večeru přišlo na mysl, že bych si to mola teda zaplatit a odškrtnout z pomyslného seznamu úkolů. (...) Jenže to je byl ten průser, já jsem jen využíla situace, kdy na to mám, ale netušila jsem, jak moc náročný to pro mě bude.“

4.1.2 Zkušenosti a informovanost

Respondenti získávali informace o ayahuasce a ceremoniích z mnoha různých zdrojů nebo ze zkušeností jiných lidí. Dva respondenti uvádí, že na prožití náročné psychedelické zkušenosti mohlo mít vliv **nedostatečné množství informací** (R1, R6). Naopak prožité **předešlé zkušenosti** s psychedelickými látkami (nejen s nápojem ayahuasca) uvádějí respondenti jako pozitivní faktor pro zvládnutí náročné zkušenosti.

R1: „... víceméně, z nějakých knížek, které jsem načetl. Jinak informace od lidí, kteří by to reálně podstoupili, to jsem neměl. Takže víceméně ta informovanost, nebyla nějak zásadní.“

R6: „... ale jo, něco jsem si předem přečetl. Ale všechno to bylo tak sluníčkové, jak to člověku změní život. (...) Nenarazil jsem na nikoho, kdo by mi řekl i tu druhou stránku věci, jako na co si má dát člověk pozor. (...) Nelituju toho, jen by to bylo fajn, znát všechny souvislosti dopředu, jo...“

R1: „V tomhle mi pomáhaly ty moje předešlé zkušenosti, já jsem věděl, že, to není trvalý stav, že to není konečná. Musel jsem si uvědomit, proč na tom místě jsem. (...) Tak mě to utvrzovalo v tom, že mám jít ještě hlouběji do sebe a nebát se tolik.“

Respondentky č.2 a č.5 před prožitou náročnou zkušeností uvádějí **subjektivně dostatek informací** i zkušeností s užíváním psychedelik, proto v navazující části výsledků výzkumu poukazují na **velký vliv motivace a osobnostních rysů**, se kterými respondentky do zkušenosti vstupovaly.

R2: „ ... už jsem těch informací měla dost. Měla jsem i dost zkušeností. Už jsem vlastně měla asi deset zkušeností, touhle dobou. Věděla jsem přesně do čeho jdu a zároveň jsem o tom i dost četla a zkoumala a zajímala se. Takže před touhle zkušeností už jsem byla docela nabitá.“

R5: „Já měla informace ze školy, protože jsem přímo studovala tropický rostliny a zároveň léčivé rostliny a i speciální psychedelický rostliny a plodiny. (...) Četla jsem si různé studie z Web of science a tak. Takže i co se týče všech psychedelik, nejenom ayahuascy.(...) Začala získávat informace i od lidí, kteří s ní pracují, s tou medicínou. (...) Poslouchala jsem i zkušenosti lidí, kteří tu ayahuascu zkusili.“

4.1.3 Motivace k užití

Čtyři z dotazovaných respondentů popisovali motivaci k ceremoniálnímu užití ayahuascy, jako **možnost k zodpovězení niterních otázek a řešení životní situace**. Respondent č.6 uvádí, že ceremoniální užití ayahuascy pro něj bylo jediným východiskem k řešení náročné životní situace.

R6: „ ... já se tou dobrou cejtíl dost zmatený, ztracený, takový klišé (...) nevěděl jsem si moc rady. Jo sice chodím na terapie a jsem duchovně založený, ale stále mi tam chybělo, no nějaký konkrétní odpovědi. Jako jak mám žít svůj život. Kam se mám vrtnout. A tohle mi přišlo jako fajn řešení mojí situace.“

R4: „ Nebylo řešení, jak já můžu navázat kontakt se synem, nebo jak mít rozumný vztah s tou mojí ex a co dál s tím mým životem. Byla to taková patová situace, zastavení se. (...) Nějaký další pocity viny, špatný sny a uvědomění a svědomí těžký. (...) Takže cílem, motivací bylo, nějak se s tím vyrovnat. Nebo možná v té době bylo větším cílem tyhle pocity viny v sobě zabít.“

Dva z respondentů dále upřesnili svou motivaci jako možnost **vyrovnání se se smrtí blízkého člověka** (R5a, R4a). Tento faktor se poté projevil přímo v podobě prožité náročné psychedelické zkušenosti (R5b, R4b).

R5a: „Jo tak, jak moc do hloubky můžu jít... Takže jakoby moje největší motivace k tomu, vůbec zkoušet různé psychedelický látky a konkrétně tu ayahuasca tak je to, že mi před osmi lety zemřel táta a od té doby se snažím, jak to pojmenovat. Ono to zní kýčovitě, ale hledám takový smysl života, toho co je po životě, za životem i před ním. (...) Zajímají mě hodně duchovní otázky a vidím právě tu ayahuascu jako jednu z cest, jak se napojit na něco nad námi, na vyšší spojení s vyšším zdrojem, vesmírem, bohem. A hledám nějaký otázky, který mám. Vlastně pro mě byla největší motivace tohle, nějak se propojit s duší táty, nebo víc pochopit, proč se to stalo, co se stalo.“

R5b: „No a v ten moment, když začala ta písnička hrát, tak jsem měla celou dobu ruce na srdci a v ten moment jsem věděla, že tam ten táta se mnou je. Cítala jsem jeho ruku na mojí, takovou tíhu.“

(...) To se těžko popisuje slovně. Viděla jsem i to, že ta smrt mého táty vlastně vůbec nebyla špatná, najednou to všechno do sebe zapadalo jako puzzle.“

R4a: *„No a hlavně, vlastně, moje motivace byla ta, že moje žena hodně krátce před tím zemřela na rakovinu. A ona před tím byla v Peru, jako součást nějakého alternativního léčení, kde tu ayahuasculu absolvovala. (...) Takže to vlastně byla to moje i snaha, se s tím nějak spojit a seznámit takhle. (...) Ale určitě tam byla jako nějaká otázka, jako proč se to stalo, nějak to líp uchopit, nebo tak (smrt manželky). Něco takového.“*

R4b: *„Hřích a vina v naší rodině, to je jedna linka. Takže asi tohle jsem prožíval nejvíc, dál taky to spojení s mou ženou, aniž to tam bylo vyslovený. Že to bylo o nějakým mým provinění. Na té celé situaci, na tom co se stalo. A do toho jsem se propadl, jak to umí být v tom transu tak pohlcující. Po všech stránkách. (...) Bylo to jako černej mrak, černá drátěnka okolo hlavy. Sedíš v asfaltu, no prostě čistý peklo.“*

4.1.4 Osobnostní rysy

Z analýzy rozhovorů vyplynulo, že respondenti přímo i nepřímo popisovali sebe sama a jejich aktuální osobnostní vlastnosti, které určitým způsobem ovlivňovaly jejich prožívání náročné psychedelické zkušenosti. Tři respondenti popisují dle vlastních slov pojem **sebedůvěry**, který měl na výsledné prožívání jejich zkušenosti důrazný vliv.

R6: *„ ... neuměl jsem si v té době poradit s ničím sám. A tak mi přišlo, že si tuhle hrůzu zasloužím, že je to přeci jen odraz toho, jaké já byl. (...) No bylo to možná proto, že od rodiny jsem často slýchával, jaké jsem ěnouma. Že nic pořádného nedělám a co jako se mnou v tom životě bude.“*

R4: *„ ... dnes, když se na to tak dívám, tak vím, že to byla jako chyba. Ale nejenom kvůli téhle zkušenosti, asi je na to potřeba se dívat z většího rámce, kde jsem jako byl. (...) No já to považuju celý za svoji chybu, nebo selhání. I to jak jsem jako odpadl, že byla nějaká challenge, výzva, kterou měl člověk projít a já jsem to považoval za něco, co jsem nezvládl. (...) Ale dneska to vidím tak, že ta challenge nebyla ta ayahuasca, že ta challenge byla ještě větší v mém životě, v mém příběhu. A tohle byl jeden z mnoha takových zoufalých kroků, jak se poznat...“*

R2: *„ ... ale myslím, že tady na téhle zkušenosti, hodně vygradovalo moje téma nesebepřijetí, že jsem jako nepřijímala sebe sama. (...) Takže ten pocit bezpečí byl určitě narušený tady tímhle a já si uvědomuju, že tohle bylo součástí tématu, které my vyvěralo ten večer. Takže tam ve mně možná vznikla nějaká nejistota nebo prostě nějaký pocit.“*

Respondentka č.7 uvádí spojitost s jejími vlastnostmi **samostatností a uzavřeností**, které se podle jejích slov odrážely v prožívání náročné psychedelické zkušenosti. Podobná **introvertní** vlastnost měla vliv i na prožívání respondentky č.8.

R7: *„ ... pro mě nikdy nebylo zvykem si nechávat pomoci. Od puberty jsem se o sebe musela vždycky postarat sama, ale o tom nechci moc mluvit (...) No a jak jsem tam tak ležela mezi dalšími třinácti lidmi na podlaze a nemohla jsem se strachy pohnout, stejně jsem si nedovedla říct o jakoukoli pomoc. Prostě jsem taková, všechno musím zvládnout sama. Jen kdybych věděla, že takhle medicína fungovat nemá(...) Já se v té mojí vizi viděla hrozně malinká, uprostřed nicoty, nikdo na mě nemohl dosáhnout...“*

R8: „...moc jsem se s ostatními před začátkem nesbližovala, takhle na povel to neumím. (...) to asi taky moc nepomohlo. (...) Cítala jsem se tam trochu odstrčená i po skončení, no před odjezdem jsem to tam s nikým neprobírala.“

4.1.5 Minulost

Tuto kategorii rozdělují na vliv **potlačených nepříjemných vzpomínek**, který uvádí respondenti R1, R3, R7.

R1: „ ... pro mě bylo nejtěžší to, že jsem si znovu prožil ty své niterní silné zážitky, o kterých jsem už dlouho nepřemýšlel ale dlouho jsem si je nepřipouštěl k tělu. Znovu jsem si prožíval své úzkosti a všechno to, co jsem udělal ve svém životě špatně. (...) prožívat si ty moje špatný věci znova (...) Já si to své prožil nahuštěné do pár hodin a zintenzivněné.“

R3: „ ... viděl jsem film. Film od začátku, kdy jsme se seznámili s moji bývalou ženou, narození dítěte a celé ty první roky. Včetně těch momentů, kdy jsem udělal nějakou chybu, kdy jsem se choval jako idiot. Včetně momentů, kdy jsem se víc staral sám o sebe. (...) Viděl jsem přesně ty chyby, ty události“

R7: „ Někjak jsem nepočítala s tím, že mě ája (ayahuasca) vezme až tak zpátky, že budu nucená se takhle vracet k těm hnusům (...) To se prostě s jinými tripy nedá srovnat, no, je to jako kdyby vás někdo nutil koukat na film, na který se ale sakra znovu koukat nechcete...“

Dále do kategorie vlivu minulosti lze zahrnout **znovuprožití subjektivně chybných rozhodnutí** v životě respondentů. Tento faktor setu popisují respondenti jako velmi nepříjemnou součást jejich náročné psychedelické zkušenosti.

R6: „ ... s tím jsem do toho i šel, že se na ty situaci podívám asi z jiného úhlu pohledu, že mi tahle akce (ceremonie) otevře oči, jo. (...) Byl to ale šok, najednou máte před očima seznam vašich přešlapů, jo. Lítili všude kolem mě ale nedovedl jsem se na ně nedívat. (...) To se se mnou táhlo teda asi pěkných pár hodin.“

R8: „Jako já tohle řeším hrozně dlouho, ale v té době byl potrat jedinou variantou, kterou jsem měla. To víte, že si celá ta léta přemítám, jaké by to bylo s dalším dítětem. Al ty výčitky mě trápí fakt dlouho. Bylo to děsivé se vrátit zpátky přesně do toho okamžiku, do toho dne. Měla jsem ten pocit zoufalství opět na talíři. (...) Zase jsem se vrátila a cítila tu obrovskou bolest.“

4.2 VO 2: Jaký vliv má setting ayahuascové ceremonie na prožívání náročné psychedelické zkušenosti?

4.2.1 Vliv prostředí

Výpovědi respondentů se v tomto ohledu rozdělují na dvě skupiny. První část popisuje prostředí ceremonie jako **bezpečné, příjemné, známé**. Do prožívání náročné zkušenosti se tedy promítly jiné faktory setu nebo settingu. Respondentka č.5 uvádí, že příjemné prostředí pro ni bylo dokonce jednou z pomoci ke zvládnutí náročné psychedelické zkušenosti.

R1: „ ... bylo to takové autentické. Člověk si úplně dokázal představit, že tam se takovéto věci odehrávají už neskutečně dlouho, že lidé jsou tu ve styku s ayahuascou od malička. V té džungli jsem se cítil příjemně, vůbec jsem neměl strach ani obavy, to jako ne. (...) Obklopovala nás nedotčená džungle, kolem nás běhaly opice, takže ta atmosféra tam byla – taková navozující, že se něco bude jako dít.“

R3: „Vlastně my jste tam byli s přáteli, na tom místě samotném už jsem byl několikrát. Jako už je to místo, kam se vracím.“

R5: „Já mám právě obrovský vztah k rostlinám a přírodě, takže pro mě ten fakt, že tam byly stromy, tráva, rostlinky, to pro mě byla obrovská pomoc. (...) Cejtím takový velký propojení, to jsem tam měla, to pro mě bylo důležité. Že jsem věděla, že ta matka příroda na mě dává pozor. To byla taková jedna moje kotva, když jsem se začínala cítit v nebezpečí, nebo že se mi něco nelíbí, tak mi stačilo se podívat na jeden takovej strom a hned jsem věděla, že jsem v bezpečí, jako kdyby mě ty stromy chránily.“

R7: „Ono se to odehrávalo na naprosto kouzelném místě. Kolem dokola byla skoro nedotčená příroda. (...) Se mnou tam byli jen lidé, které jsem znala a věděla jsem, že se na ně nějak můžu spolehnout.“

Další dva respondenti dle vlastních slov popisují **nepříjemné prostředí** jako negativní a rizikový faktor ve vztahu k jejich náročné psychedelické zkušenosti (R4, R8). Poddíl na nepříjemném pocitu z prostředí sehrával fakt **velkého počtu dalších osob, mezilidské vztahy a nedostatky v kapacitě prostoru**.

R2: „Bylo kolem hodně energie a hodně nevraživosti a něco se tam tak různě odehrávalo, spory a podobně a já tohle všechno vnímám. Jenom ten pocit byl, že všechno tohle negativní, ten hnus se nějak nasbíral a skrze tu mou zkušenost promítnul, takhle si to vysvětluju.“

R4: „No byla to taková soukromá chata. Ne moc útulná, bylo to v zimě, takže tam nebylo úplně příjemně. Hádám, mělo to trošku vliv, že jsem se tam necejtíl dobře. Bylo tam hodně lidí, hodně nacpaný, teď když tam všichni zvraceli do těch kybliků, navzájem do ucha. Záchod tam byl jeden o ten jsme se rvali.“

R8: „ ... přišlo mi to tam přečpané, nepohodlné. Malé místnosti, sice po zdech visely barevné dečky a nějaká jiná výzdoba, ale to mi nepřipadalo moc hezké. (...) Vlastně jsme byli všichni v jedné místnosti, kde nebyly ani okna a ten pocit, že nemáte kam se schovat před ostatními, někteří kolem mě brečeli, zvraceli, ten puch byl tak pronikavý, no hrůza.“

4.2.2 Hudba

Z výpovědí respondentů vyplývá, že role hudby je při psychedelické zkušenosti velmi podstatná. Respondentka č.5 připisuje hudbě **vliv na konkrétní podobu** její zkušenosti ve dvou fázích ceremonie. V tomto případě měly různé skladby odlišný účinek na aktuální prožívání náročné psychedelické zkušenosti.

R5: „*Já jsem totiž ještě před tou ceremonií dala dopředu svůj playlist písniček, které mám ráda, které mě uklidňují. A jak začala právě hrát jedna ta písnička tak se mi ulevilo a to, co jsem viděla najednou zpomalilo a měla jsem čas se nadechnout*“

R5: „*No chtěla jsem mu (sitterovi) říct, aby to přepnul ale nebyla jsem toho schopná. Takže mě to bylo hrozně nepříjemný, měla jsem pocit, jako kdyby se ve mně všechno z té hudby kroutilo, bylo mi fakt blbě. Ale nebyla jsem schopná s tím nic udělat.*“

Respondent č. 3 uvádí, že ho hudba náročnou zkušeností **bezpečně provedla**. S tímto pojetím hudby se identifikuje také respondentka č. 8.

R3: „*... ta hudba měla tendenci jakoby vysílat takovou frekvenci a když jsem byl v tom určitém emocionálním procesu, tak ta hudba to ještě zvyšuje a zvyšuje a tak nějak mě to navádělo do nitra, abych dokázal vidět, co se teda v tom našem vztahu stalo. Úplně jsem se těm melodiím oddal a důvěřoval jim. A ono se to vyplatilo.*“

R8: „*Soustředila jsem se v tom okamžiku hlavně na ty příjemné hlasy a rytmus. (...) Když se ten večer blížil ke konci, tak zpomalila i hudba. (...) Mě se hlava začala usazovat a všechno, co jsem viděla najednou nebylo tak děsivé, to se těžko vysvětluje. Bylo to jako kdyby vás někdo hladil a říkal, že to bude dobré. Že všechno nakonec bude dobré.*“

Respondentka č.2 cítila nutkání **využít hudbu jako první pomoc při zpracování** náročné psychedelické zkušenosti.

R2: „*Potom jsem, jako by zahrála jednu nebo dvě písničky na kytaru, protože já hraju a zpívám. A myslím, že jedna z nich byla úplně falešná a pořád jsem měla pocit že to dokážu nějak vyzpívat, ale ono to v tu chvíli vůbec nešlo.*“

4.2.3 Práce a osoba ayahuascera

Účastníci ceremonie popisovali v konkrétních případech osobu ayahuascera, jako důležitou součást jejich zkušenosti. Ve třech případech jeho **přítomnost a vedení** respondenti popisují, jako jeden z faktorů, který přispěl ke zvládnutí náročné psychedelické zkušenosti.

R1: „*Po napití jsme zase seděli, on dále zpíval. (...) Šaman byl ale velmi přísný, působil velmi autoritativně. Čišelo z něho to, že tomu, co dělá rozumí. (...) To mi dodalo důvěru v celý ten večer, spoléhal jsem se na to, že jsem v dobrých rukou, ať už se stane cokoli.*“

R7: „*... jako jo viděla jsem ho ten večer poprvé (...) on ale ze začátku to důležité vysvětlil. S každým si nejdříve sám popovídal, ptal se na naše zkušenosti. Cítila jsem, jak se mi kouká přímo do duše, to bylo zvláštní, ale nebála jsem se, ba naopak. (...) Byly tam takové okamžiky, kdy jsem věděla, že je u*

mě, že mi nějakým způsobem vstupuje do té mojí hlavy, do toho, kde jsem zrovna lítala. (...) A fakt nevím, jak to udělal, ale mohla jsem se zase nadechnout, ten žalostný pocit odpadl.“

Dva respondenti uvádí také **individuální práci ayahuascera** s dalšími účastníky ceremonie, kteří potřebovali pomoc při náročné zkušenosti, nebo konkrétně s jimi samotnými.

R8: „... jak jsem z té místnosti utekla a nevěděla jsem, co mám dělat dřív, no ten hlavní za mnou přišel. (...) Myslím, že ani nepromluvil, dal mi ruce na hlavu ... asi to trvalo nějakou chvíli, pak zpíval. (...) Jako kdyby ze mě vysával ten hnus, tu černotu.“

R4: „V průběhu té ceremonie si každého bral zvlášť a ještě s nimi myslím jako pracoval přímo. To bylo trochu ze začátku rušivý na tom malém prostoru tam. (...) Pak jsem ale pochopil, proč to dělá. Zpívalo se a pak měl vlastně druhý den s každým ještě nějaký individuální sharing.“

V případě respondentů č.5 a č.6 se přítomnost ayahuascera promítla negativně do konkrétní zkušenosti. Na rozdíl od výše uvedených příkladů **individuální práci nevyžadovali** a naopak se cítili pod **tlakem a v ohrožení**.

R5: „No a došlo mi hlavně to, že jsem tam sama s tím facilitátorem. (...) Já jsem z něj měla najednou hrozně špatný pocit a nechtěla jsem s ním komunikovat, chtěla jsem být sama, nebo úplně někde jinde. (...) No bylo mi tam hlavně z něho úzko. (...) Nebo se třeba šel zeptat, jak mi je, celkově ke mně přišel třeba čtyřikrát. No pokaždý, když se ke mně blížil, tak jsem ho viděla, jako temnou postavu a bylo mi hrozně úzko a bála jsem se, co se stane.“

R6: „Mě to teda bylo slušně řečeno na obtíž. (...) Vnímал jsem to tak, že si tím musím projít sám, vytrhovalo mě to z toho mého stavu. (...) Nechápal jsem, co po mě chce a nemohl jsem mu říct, ať přestane, to v tu chvíli vůbec nešlo.“

4.3 VO 3: Jakým způsobem účastníci ceremonie integrovali prožitou náročnou psychedelickou zkušenost?

4.3.1 Techniky integrace náročné zkušenosti

V této části interpretace výsledků výzkumu považuji za důležité sdílet techniky, které účastníkům ayahuascové ceremonie pomohly jejich náročnou zkušenost překonat a posléze ji zapracovat do svého běžného života. Respondenti uvádějí techniky práce s integrací již po brzkém ukončení ceremonie pomocí sdílení svého prožitku (R1, R2a, R4), relaxačních technik, práce s tělem a dechem (R4, R6, R2b). Kombinace těchto technik se u konkrétních zkušeností doplňují či kombinují. Jediná respondentka č.5 neměla potřebu svou zkušenost sdílet, využila meditaci a pobyt o samotě v přírodě.

R1: „Se šamanem jsme se ale potkali za další dva dny, tam se nás až ptal jestli jsme v pohodě. (...) Žádná skupinová rozmluva nebyla, spíš jsme si ten zážitek každý prožíval sám a sdíleli jsme to mezi sebou až po nějakém čase.“

R4: „No něco společného tam bylo. Ale co vím určitě, že tam byly takový individuální posezení a povídání s tím šamanem. Bral si jednoho člověka za druhým a povídal si s ním sám. Já jsem sice byl ještě trochu mimo, ale tohle mi taky pomohlo.“

R6: „Vím, že jsem byl druhý den dost otřesený a chtěl jsem odjet, ale ta holka s tou masáží mě nějak dostala dohromady. Po tom jsem měl takový víc odhodlání, že to musím nějak dodělat, srovnat, že nemůžu takhle utéct.“

R2a: „Všichni jsme si sedli ráno a konverzovali jsme, sdíleli zkušenosti. Já jsem úplně tohle sdílet se všemi ale nechtěl, tak až všichni odjeli, podělil jsem se o moji zkušenost jen s mým dobrým kamarádem. Sedli jsme si spolu, řekl jsem mu, co všechno jsem cítil, jak mi bylo a co všechno mi bylo řečeno, co bych měl udělat. On mi dal zpětnou vazbu a podporu.“

R4: „A to co mě asi nějak zachránilo, no byla tam jedna z pomocnic, která dělala masáže. (...) A pak mě jako poskládala dohromady a mohl jsem tam ještě zůstat na druhý den. Toto pro mě bylo asi nejdůležitější částí. I tam byly nějaký meditace a stálo to fakt za to.“

R5: „Já jsem potom pokračovala v takovém klidným způsobu života, takže jsem měla spoustu času na to jenom být. A nechat na sebe působit všechno co se dělo, hodně o tom přemýšlet. Takže já jsem ty dny trávil hodně v meditaci a sama v sobě.“

R2b: „... rozhodně jsem ale nechodila na terapie. Ale hypoteticky mi skáče, že jsem šla za známým, za kterým jsem jednou za čas zašla, když mi nebylo úplně hej. A on dělá nějaké pránické léčení, stlačování bodů na těle, to mi vždycky pomohlo.“

4.3.2 Odborná pomoc s integrací

Žádný z respondentů necítil potřebu využít po své náročné zkušenosti služeb odborných pracovníků, psychoterapeutů či psychiatrů. Respondent č.4, č.5. a č.6 se ve svých výpovědích shodují na tom, že by však tato možnost mohla **urychlit jejich proces integrace a dřívější úlevu** z prožité náročné zkušenosti. Respondentka č.5 uvádí, že tato možnost intervence odborníkem na místě konání ceremonie nebyla dostupná, ale považovala by ji za vhodnou variantu pomoci při integraci své zkušenosti.

R1: „Ne, nepotřeboval jsem vůbec nic a nikoho. Spíš bych to popsal tak, že jsem po téhle ceremonii byl více srovnaný sám se sebou, než když jsem do toho šel.“

R4: „když se na to tak dívám, tak vím, že to byla jako chyba. Ale nejenom kvůli týhle zkušenosti, asi je na to potřeba se dívat z většího rámce, kde jsem jako byl. Že to odráželo celou tu situaci ztráty, to prožívání. Možná by bylo dobrý se na to podívat, jako na celý. Já jsem se to snažil řešit, prostě nějak svépomocí všechno. A dneska vím, že to bylo málo, že by to pomohlo.“

R5: „... ani nevím, kde bych uprostřed pralesa nějakou pomoc hledala i když by se hodila. Tohle nebylo žádný retreat centrum, kde by člověk čekal i plnohodnotnou péči. (...) Jako jo ten šaman se druhý den ptal, jak mi je. (...) Jenže stejně to někomu vysvětlovat v cizím jazyce, to nemělo cenu.“

R6: „U mě nepřicházelo v úvahu si říct o pomoc, škoda že mě tahle možnost v tu dobu ani nenapadla. (...) Nejhorší a nejlepší na tom všem je, že to člověku docházelo ještě několik měsíců. (...) V myšlenkách jsem se do toho večera často vracel a přemýšlel nad tím, co dalšího pro sebe ještě můžu vycucát.“

4.3.3 Následné efekty po integraci náročné zkušenosti

Respondenti toho výzkumu uvádějí rozmanité efekty na život po náročné zkušenosti s ayahuascou. Ve výpovědích převládá **pozitivní změna životního stylu, pozitivní změny ve vztazích a změny v postoji k sobě samým**. Respondent č.1 uvádí i pozitivní efekt na **změny v závislostním chování** a následném ukončení užívání jakýchkoli návykových látek.

R1: „*Já jsem po tomhle přestal pít alkohol, úplně. Přestal jsem užívat jakékoli jiné látky i tabák. Úplně jsem skončil se vším. (...) Víc jsem se začal zajímat o duševní nauky. Ale nikam jsem za nikým nedocházel, zase jsem si to hledal sám pro sebe, co mě se líbilo. (...) Asi tak rok po tomhle ceremoniálu jsem se začal věnovat meditativní technice Vipassana a vlastně přes deset let se tomu věnuji a můj život je teď úplně jinde. Skrze ayahuascu jsem přišel na to, že mám žít jinak, než jsem do té doby žil. Nastartovalo to ve mně to, že jsem se začal více zajímat o svůj životní styl, o to jak mi je. Sice to trvalo pár let, ale bylo to pro mě takové nakopnutí, až jsem začal uvažovat o nějakých mých změnách v životě.*“

R3: „*Co se týče ayahuascy, já jsem velmi poslušnej. No všechno co ona mi řekne, nebo mě inspiruje, tak já to dávám do práce. Implementoval jsem do svého života meditaci, hledal jsem dále cestu jak to mezi námi napravit, snažil jsem se to mezi námi vyřešit. Tohle bylo tak jasný, že jsem se do práce dal ihned.*“

R6: „*Jak se tomu říká, vytahání za uši? Ve všech aspektech mého života, co k tomu vedlo. Byla nějaká slabost mého charakteru, moje závislosti, moje priority atd. (...) Kromě jiného mě tlačila do sebe odpuštění. Pochopení, že je to vyústění komplexního problému. (...) Takže pro mě bylo takové učení, že minulost je minulost a že nemá smysl se v tom utápět a dál se tím ničit. Lepší je investovat energii do napravení, zlepšení, pochopení.*“

R7: „*Byla to taková léčba šokem, trvalo mi to teda delší dobu no... Myslím to zpracovat. Odnesla jsem si nový pohled na sebe sama, jak dokážu fungovat, co všechno moje hlava svede. (...) Už se tolik nebičuju za různý věci, no jsem k sobě hodnější a to si myslím, je to nejdůležitější.*“

Dle výpovědí respondent lze do kategorie efektů po prožití náročné psychedelické zkušenosti zařadit i **uvědomění si důležitosti bezpečnosti**. Respondenti se shodují, že bezpečnost by hrála důležitou roli **při rozhodování se** o vstoupení do další ayahuascové ceremonie. Respondenti také uvádí důležitost bezpečného setu a settingu pro další rozhodnutí o účasti na ceremonii.

R2: „*Od té doby jsem se účastnila dalších. (...) Už přesně vím, proč jdu na ceremonii. Takže tohle ovlivnilo to opravdu vědět a nebrat to tak na lehkou váhu. A zároveň já jsem od té doby seděla v kruhu s lidma, který podle mě drží úplně jinej koncept bezpečnosti s kterým jsem se do té doby nikdy nesetkala. (...) Přináší mi to větší pocit bezpečí a už bych asi jinam nešla. Úplně se mi proměnilo to... nějaká jako opatrnost, to se hodně změnilo.*“

R5: „*... tam mi došlo, jak moc špatně to bylo, to co se dělo. Já to ale i tak nevidím, jako negativní zkušenost. Jako ve výsledku se mi nic hroznýho nestalo a byla to taková první možnost, jak se seznámit s touhle medicínou. (...) Aspoň vím, na co si dát pozor. Jako už vím, že do toho půjdu zase o něco moudřejší. Chtěla bych to vyzkoušet znovu a chtěla bych to vyzkoušet na tom druhém místě. Já tu svoji špatnou zkušenost nemám totiž spojenou se samotnou ayahuascou, ale mám to spojený s tím, kdo mi ji dal.*“

R7: „Takhle zpětně už vím, že bych už nikdy nešla k někomu takhle neprofesionálnímu, ale to jsem pochopila až po delším čase.“

R8: „Kdyby mělo přijít na další pití, tak už alespoň vím, na co si dávat pozor. (...) I v mých letech jsem přišla na to, že jsem se moc dobře neznala (...) Takže ten pocit sebejistoty a bezpečí v druhých to by asi hrálo roli.“

5 Shrnutí výsledků

Pro přehlednost tato kapitola shrnuje odpovědi na výzkumné otázky a vyjadřuje se k cíli výzkumu.

Výzkumná otázka č.1: **Jaké faktory setu mají vliv na prožití náročné psychedelické zkušenosti?** Při analýze výsledků rozhovorů se vynořilo 5 kategorií faktorů, které spoluutvářely nebo měly vliv na vnik a průběh náročné psychedelické zkušenosti respondentů. **Načasování** užití ayahuascy bylo ve čtyřech případech **spontánním rozhodnutím** a v těchto výpovědích je vliv tohoto rychlého rozhodnutí na prožití náročné zkušenosti velmi znatelný. Další čtyři respondenti svou zkušenost plánovali dopředu a neuváděli žádnou spojitost s tímto rozhodnutím na prožití náročné zkušenosti. Dalším společným faktorem setu jsou **předešlé zkušenosti s užíváním psychedelických látek a informovanost** o účincích a rizicích s nimi spojenými. Také **motivace k užití** se promítla do konkrétní podoby zkušenosti u dvou respondentů – ti uvedli svou motivaci jako možnost **vyrovnání se se smrtí blízkého člověka**. Čtyři respondenti využili ayahuascovou ceremonii jako možnost pro získání **odpovědí na niterné otázky, pro řešení jejich životní situace**. Z výsledků výzkumu také vyplývá, že rizikovým faktorem setu jsou **potlačené vzpomínky**, které se manifestují ve formě nepříjemných vhladů a vizí do osobního života respondentů. Respondenti byli tímto způsobem vystaveni **znovuprožití** náročné situace. Vliv na prožívání měly také **osobnostní rysy** respondentů – sebevědomí a uzavřenost, které spadají do vnitřního nastavení člověka, se kterým do psychedelické zkušenosti vstupuje.

Výzkumná otázka č.2: **Jaký vliv má prostředí ayahuascové ceremonie na prožívání náročné psychedelické zkušenosti?** Odpovědi na otázku rozdělují odpovědi do tří kategorií. Při popisu **vlivu prostředí** ceremonie se respondenti rozdělují do dvou skupin. Čtyři respondenti popisovali prostředí jako subjektivně **příjemné, bezpečné nebo známé**. Do prožívání náročné psychedelické zkušenosti se v jejich případě promítly jiné faktory setu a settingu. Naopak zbylí čtyři respondenti udávají spojitost s **velkým počtem neznámých osob, vztahy mezi účastníky nebo nedostatečné vybavení** prostoru jako rizikový spouštěč náročné zkušenosti. **Hudba** pro respondenty hrála velkou roli při zvládnutí náročné zkušenosti – v konkrétních případech dvou respondentek. **Osobu ayahuascera** vnímali respondenti také rozdílně; ve většině případů byla oporou, avšak ve dvou případech byla jeho přítomnost na obtíž a nijak nepřispěla ke zvládnutí náročné psychedelické zkušenosti.

Výzkumná otázka č.3: **Jakým způsobem účastníci ceremonie integrovali prožitou náročnou psychedelickou zkušenost?** Odpovědi na tuto otázku rozdělují do tří kategorií. Většina respondentů integrovala nepříjemné zážitky svépomocí, a to díky využití **relaxačních technik, meditace nebo práce s dechem**. Respondenti tyto techniky různě kombinovali ale stěžejním bodem je zde **sdílení prožitku** s dalšími osobami. Žádný z respondentů nevyužil možnosti odborné integrace náročné psychedelické zkušenosti a nikdo také nebyl nucen v důsledku náročné zkušenosti vyhledat psychiatrickou pomoc.

6 Diskuse a závěr

V této bakalářské práci jsem se zabývala vlivem *setu* a *settingu* na prožívání náročné psychedelické zkušenosti, a taktéž tématem prožité zkušenosti. Data byla sbírána pomocí polostrukturovaných rozhovorů s účastníky ayahuascové ceremonie.

V této části věnuji prostor srovnání získaných výsledků výzkumu s teoretickými informacemi o *setu* a *settingu*. I přes menší počet výpovědí účastníků výzkumu bylo možné vysledovat společné faktory podílejících se na podobě psychedelické zkušenosti a spoluvytvářející následnou náročnou psychedelickou zkušenost. V teoretické části týkající se *setu* cituji Grofa (1999) a Hájka (2017), kteří uvádí, že psychedelické látky jsou nespecifickými zesilovači toho, v jakém rozpoložení konkrétní osoba vstupuje do psychedelické zkušenosti a co si s sebou přináší. Také Strassman (1984) uvádí, že prožívání pod vlivem psychedelik je často zesílené a u nepřipravených jedinců v nekontrolovaném prostředí může prožívání eskalovat až k náročné zkušenosti, kterou není lehké definovat, jelikož prožívání je u každého jedince velmi individuální. Popisované jevy ve výsledcích výzkumu (načasování, motivace, osobnostní rysy, potlačené vzpomínky a prožité nepříjemné životní události) se v mnoha případech zesíleně projeví v konkrétní podobě zkušenosti.

Bezpečný *setting* ayahuascové ceremonie dle Dobkin de Rios (1972) utváří role ayahuascera, jelikož celou psychedelickou zkušeností účastníky ceremonie provádí, přizpůsobuje tempo ceremonie celé skupiny pomocí *Icaros* a má možnost intervenovat při náročných psychedelických prožitcích. Z výsledků výzkumu vyplývá, že roli vedoucí osoby vnímali respondenti rozdílně. V několika případech jeho přítomnost pomohla ke zvládnutí náročné zkušenosti. V dalších případech jeho přítomnost spouštěla v respondentech nepříjemné pocity a narušoval jejich koncept bezpečnosti. Zmiňované *icaros* nebo jakákoli jiná hudba je podstatnou součástí *settingu*, který respondenti zmiňují. Účastníci výzkumu pociťovali vliv tempa hudby, konkrétních skladeb a uvádí i využití hudby jako první pomoci při integraci náročné zkušenosti. Z výsledků výzkumu je patrné, že mezi dosažené efekty integrace náročné zkušenosti je možné zařadit pozitivní změny životního stylu, změny ve vztazích, změny postoje k sobě samým i uvědomění si podstaty bezpečnosti užití ayahuasky, kterou uvádí polovina respondentů.

Protože jsem zvolila kvalitativní výzkum, jeho výsledky nelze zobecňovat na větší skupinu lidí, kteří ayahuascovou ceremonií prošli. Pro případné potvrzení výsledků bych doporučovala vést rozhovor přímo před uskutečněním jedné konkrétní ayahuascové ceremonie a další rozhovor vést po nedlouhém ukončení ceremonie. Tímto by bylo možné vysledovat konkrétní faktory *setu* a *settingu*, které mají vliv na prožití náročné psychedelické zkušenosti. Považuji proto tuto bakalářskou práci za výchozí bod pro možné budoucí hlubší zkoumání těchto vlivů a dostupných prostředků k integraci prožité náročné zkušenosti v podmínkách České republiky

Z mého pohledu je potřeba konceptu *setu* a *settingu* věnovat větší pozornost. Jak uvádí Hartogsohn (2017) je pochopení tohoto konceptu klíčové nejen pro výzkum v oblasti psychedelických látek, ale také nutné pro vývoj účinnější protidrogové politiky a práci s minimalizováním rizik užívaných látek ve společnosti. Dostatečná edukace může poté vést ke kvalitnější prevenci náročných psychedelických zážitků.

Limity tohoto výzkumu jsou: nereprezentativnost vzorku, nízký počet respondentů, subjektivnost pohledu účastníků a nejednotnost prožité ayahuascové zkušenosti v rozdílných zemích s rozdílnou

legislativou. Vedení těchto rozhovorů hodnotím zpětně osobně za velmi náročné ale obohacující. Respondenti se mnou sdíleli velmi citlivá témata a životní události, které se promítaly do podoby jejich konkrétní zkušenosti a v určitých momentech bylo velmi náročné udržet strukturu rozhovoru ve vědecké rovině. Tento fakt by se tedy mohl také promítat do kvality sesbíraných dat. Sami respondenti však v několika případech hodnotili rozhovor, při kterém museli vzpomínat na danou ceremonii a faktory vlivu setu a settingu jako skvělý způsob pro zhodnocení svých zkušeností a umožnění nahlédnout na jejich náročnou zkušenost z jiného úhlu pohledu.

7 Seznam použité literatury

- Barrett, F. S., Bradstreet, M. P., Leoutsakos, J. S., Johnson, M. W., & Griffiths, R. R. (2016). The Challenging Experience Questionnaire: Characterization of challenging experiences with psilocybin mushrooms. *Journal of psychopharmacology (Oxford, England)*, 30(12), 1279–1295. <https://doi.org/10.1177/0269881116678781>
- Bathje, G. J., Majeski, E., & Kudowor, M. (2022). Psychedelic integration: An analysis of the concept and its practice. *Frontiers in psychology*, 13, 824077. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.824077>
- Beyer, S. V. (2010). *Singing to the plants: A guide to mestizo shamanism in the upper Amazon*. University of New Mexico Press.
- Brierley, D. I., & Davidson, C. (2012). Developments in harmine pharmacology--implications for ayahuasca use and drug-dependence treatment. *Progress in neuro-psychopharmacology & biological psychiatry*, 39(2), 263–272. <https://doi.org/10.1016/j.pnpbp.2012.06.001>
- Callaway, J.C.; McKenna, D.J.; Grob, C.S.; Brito, G.S.; Raymon, L.P.; Poland, R.E.; Andrade, E.N.; Andrade, E.O.; Mash, D.C. (1999). Pharmacokinetics of Hoasca alkaloids in healthy humans. *J. Ethnopharmacol.* 65, 243–256. [https://doi.org/10.1016/s0378-8741\(98\)00168-8](https://doi.org/10.1016/s0378-8741(98)00168-8)
- Cink, V., Césarová, E., Cilvikovskij, A., Duřt, M., Malec, M., Mrkvička, A., Postránecká, Z., Slanina, P., Soukup, J., Tichý, J., Trbušek, F., Tylš, F., Vejmla, Č., Viktorian, V., & Zientková, E. (2022). *Psychedelika a psychonautika I. Mechanismy účinku, etnobotanika, historie a psychoterapie* (1st ed.). dybbuk.
- Coder, K. (2017). *After the Ceremony Ends: A Companion Guide to Help You Integrate Visionary Plant Medicine Experiences*. Boulder, CO: Casa de Raices y Alas Books.
- Cohen, I. (2017). *Re-Turning to Wholeness: The Psycho-Spiritual Integration Process of Ayahuasca Ceremonies in Western Participants From a Jungian Perspective*. California Institute of Integral Studies.
- Dalgarno, P. & Shewan, D. (2005). *Reducing the risks of drug use: The case for Set and Setting*. *Addiction Research & Theory*, 13(3). 259-265. <https://doi.org/10.1080/16066350500053562>
- Dobkin de Rios, M. (1972): *Visionary Vine: Psychedelic Folk Healing in the Peruvian Amazon*, San Francisco: Chandler Publishing Co.—(1970) : "Banisteriopsis used in Witchcraft and Folk Healing in Iquitos, Reru", *Economic Botany*, 24: 35: 296-300.
- Dobkin de Rios, M. (2009): *The Psychedelic Journey of Marlene Dobkin de Rios: 45 years With Shamans, Ayahuasqueros, and Ethnobotanists*. Vermont: Park Street Press. <https://doi.org/10.1080/02791072.2011.587716>
- dos Santos, R. G. (2013). Safety and side effects of ayahuasca in humans--an overview focusing on developmental toxicology. *Journal of psychoactive drugs*, 45(1), 68–78. <https://doi.org/10.1080/02791072.2013.763564>

- Dvořáková, P. (2022. 6. září). Beyond Psychedelics. <https://beyondpsychedelics.cz/vystrizlivenim-to-nekonci-2/>
- Fischerová, F. M., & Grof, S. (2017). *Terapie se substancí: Psycholytická psychoterapie V 21. století*. Praha: DharmaGaia
- Furst, P. (1996). *Halucinogeny a kultura*. Praha: DharmaGaia.
- Gable R.S. (2007) Risk assessment of ritual use of oral N,Ndimethyltryptamine (DMT) and harmala alkaloids Addiction; *Psychedelic Medicine (Vol 2): New evidence for hallucinogenic substances as treatments*. 102(1):24–34. <https://doi.org/10.1111/j.1360-0443.2006.01652.x>
- Gambelungho, C., Aroni, K., Rossi, R., Moretti, L., & Bacci, M. (2008). *Identification of N,N-dimethyltryptamine and beta-carbolines in psychotropic ayahuasca beverage*. Biomedical chromatography : BMC, 22(10), 1056–1059. <https://doi.org/10.1002/bmc.1023>
- Grof, S. (1999). *Nesnadné hledání vlastního Já: Růst osobnosti pomocí transformační krize*. Chvojko nakladatelství.
- Hájek, F. (2017). *Esence psychonautiky: Epistemologie psychedelické zkušenosti*. dybbuk.
- Halberstadt, A. L., Buell, M. R., Masten, V. L., Risbrough, V. B., & Geyer, M. A. (2008). *Modification of the effects of 5-methoxy-N,N-dimethyltryptamine on exploratory behavior in rats by monoamine oxidase inhibitors*. *Psychopharmacology*, 201(1), 55–66. <https://doi.org/10.1007/s00213-008-1247-z>
- Hartogsohn I. (2021). Set and Setting in the Santo Daime. *Frontiers in pharmacology*, 12, 651037. <https://doi.org/10.3389/fphar.2021.651037>
- Hartogsohn, I. (2017). *Constructing drug effects: A history of set and setting*. Drug Science, Policy and Law, 3(0), 1-17. <https://doi.org/10.1177/2050324516683325>
- Hausner, M., & Segal, E. (2016). *LSD: Výzkum a klinická praxe za železnou oponou*. Praha: Triton.
- Johnstad, P. G. (2015). User perceptions of mental health consequences of hallucinogen use in self-identified spiritual contexts. *Nordic Studies on Alcohol and Drugs*, 6, 545. <https://doi.org/10.1515/nsad-2015-0053>
- Johnstad, P. G. (2021). Day trip to hell: A mixed methods study of challenging psychedelic experiences. *Journal of Psychedelic Studies*, 114–127. <https://doi.org/10.1556/2054.2021.00155>
- Labate, B. C., & Feeney, K. (2012). Ayahuasca and the process of regulation in Brazil and internationally: implications and challenges. *The International journal on drug policy*, 23(2), 154–161. <https://doi.org/10.1016/j.drugpo.2011.06.006>
- Leary, T. (1961) *Drugs, Set & Suggestibility*. Paper presented at the annual meeting of the American Psychological Association, 6 September 1961.
- Loučková, I. (2010). *Integrovaný přístup V sociálně vědním výzkumu*. Slon.
- Luna L. E. (1992). Icaros : magic melodies among the mestizo shamans of the peruvian Amazon, in: E.J. Matteson Langdon & G. Baer (Eds.). *Portals of Power : Shamanism in South America* 231-253.

- Luna, L. E. (2002). *Šamanismus mezi mestickým obyvatelstvem peruánské Amazonie* (1st ed.). DharmaGaia.
- Luna, L. E., & Amirango, P. (1991). *Ayahuasca Visions: The Religious Iconography of a Peruvian Shaman*. North Atlantic Books.
- McKenna D. J. (2004). *Clinical investigations of the therapeutic potential of ayahuasca: rationale and regulatory challenges*. *Pharmacology & therapeutics*, 102(2), 111–129. <https://doi.org/10.1016/j.pharmthera.2004.03.002>
- McKenna, D. J., Towers, G. H., & Abbott, F. (1984). *Monoamine oxidase inhibitors in South American hallucinogenic plants: tryptamine and beta-carboline constituents of ayahuasca*. *Journal of ethnopharmacology*, 10(2), 195–223. [https://doi.org/10.1016/0378-8741\(84\)90003-5](https://doi.org/10.1016/0378-8741(84)90003-5)
- Miovský, M. (2006). *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Grada.
- Pic-Taylor A., da Motta L.G., de Morais J.A., Junior W.M., Santos Ade.F., Campos L.A., Mortari M.R., von Zuben M.V., Caldas E.D. (2015). Behavioural and neurotoxic effects of ayahuasca infusion (*Banisteriopsis caapi* and *Psychotria viridis*) in female Wistar rat. *Behav. Processes*. 118:102–110. <https://doi.org/10.1016/j.beproc.2015.05.004>
- Pontual, A. A. D., Tófoli, L. F., Corradi-Webster, C. M., van Oorsouw, K., Delgado, A. R. O., & Ramaekers, J. G. (2022). The influence of ceremonial settings on mystical and challenging experiences occasioned by ayahuasca: A survey among ritualistic and religious ayahuasca users. *Frontiers in psychology*, 13, 857372. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.857372>
- Riba, J., Valle, M., Urbano, G., Yritia, M., Morte, A., & Barbanoj, M. J. (2003). Human pharmacology of ayahuasca: subjective and cardiovascular effects, monoamine metabolite excretion, and pharmacokinetics. *The Journal of pharmacology and experimental therapeutics*, 306(1), 73–83. <https://doi.org/10.1124/jpet.103.049882>
- Rivier, L., & Lindgren, J. (2008). “Ayahuasca,” the South American hallucinogenic drink: An ethnobotanical and chemical investigation. *Economic Botany*, 26, 101–129. <https://doi.org/10.1007/BF02860772>
- Sanches, R.F.; De Lima Osório, F.; Santos, R.G.D.; Macedo, L.R.H.; Maia-De-Oliveira, J.P.; Wichert-Ana, L.; De Araujo, D.B.; Riba, J.; Crippa, J.A.S.; Hallak, J.E.C. (2016). Antidepressant effects of a single dose of ayahuasca in patients with recurrent depression a SPECT study. *J. Clin. Psychopharmacol.* 36, 77–81. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2014-1496>
- Santos, B.W.L.; de Oliveira, R.C.; Sonsin-Oliveira, J.; Fagg, C.W.; Barbosa, J.B.F.; Caldas, E.D. (2020). Biodiversity of β -carboline profile of banisteriopsis caapi and ayahuasca, a plant and a brew with neuropharmacological potential. *Plants*, 9, 870. <https://doi.org/10.3390/plants9070870>
- Schultes, R., & Hofmann, A. (1996). *Rostliny bohů: Jejich posvátná, léčebná a halucinogení moc*. Praha: Volvox Globator.
- Strassman R. J. (1984). Adverse reactions to psychedelic drugs. A review of the literature. *The Journal of nervous and mental disease*, 172(10), 577–595. <https://doi.org/10.1097/00005053-198410000-00001>

Strassman, R. (2010). Psychedelika: Přehled kontroverzních typů drog. In: Strassman, R. *Vnitřní cesty do vnějšího vesmíru: cesty do jiných světů prostřednictvím psychedelik a dalších spirituálních technik*. 19-46. Praha: Dybbuk.

Strassman, R. J., & Qualls, C. R. (1994a). Dose-response study of N,N-dimethyltryptamine in humans. I. Neuroendocrine, autonomic, and cardiovascular effects. *Archives of general psychiatry*, 51(2), 85–97. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1994.03950020009001>

Strassman, R. J., Qualls, C. R., Uhlenhuth, E. H., & Kellner, R. (1994b). Dose-response study of N,N-dimethyltryptamine in humans. II. Subjective effects and preliminary results of a new rating scale. *Archives of general psychiatry*, 51(2), 98–108. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1994.03950020022002>

Strassman, R., & Amiourová, K. (2005). *DMT: molekula duše*. Dybbuk.

Thomas, G., Lucas, P., Capler, N. R., Tupper, K. W., & Martin, G. (2013). Ayahuasca-assisted therapy for addiction: results from a preliminary observational study in Canada. *Current drug abuse reviews*, 6(1), 30–42. <https://doi.org/10.2174/15733998113099990003>

Zákon č. 273/2013 Sb., *Zákon o návykových látkách* (2013). Retrieved from <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2013-273>

Zinberg, N. (1984). *Drug, set and setting: The basis for controlled intoxicant use*. New Haven: Yale University Press. Retrieved from <https://1url.cz/Orjb9>