



Universidad de Chile

Facultad de Ciencias Sociales

Departamento de Psicología

EXPLORANDO MANIFESTACIONES DE AUTO-COMPASIÓN EN USUARIOS
REGULARES DE AYAHUASCA, MIEMBROS DE LA IGLESIA DEL SANTO DAIME DE
CHILE

Memoria para optar al título de Psicóloga

Autora: Lic. Lorena Cristina Mallea Cardemil

Profesora Patrocinante: Dra. Laura Moncada Arroyo

Colaborador: Ps. Matías Méndez López

Santiago-Chile

2015

AGRADECIMIENTOS

A la Dra. Laura Moncada por su conocimiento y guía académica, que ha sido vital en el desarrollo de esta memoria. A su vez, doy gracias por la calidad humana de ella, su gran corazón y su hermoso ser.

A Matías Méndez, quien con su experiencia vinculada a la Ayahuasca apoyó el camino con luminosidad y sinceridad, además de su rigurosidad académica.

A Carla Saavedra, compañera de universidad y amiga del corazón, por acompañarnos en este Lilah.

A mi familia, por su apoyo y aprendizajes constantes. En especial a mi madre, quien fue la movilizadora a terminar este ciclo.

A mis amigos, quienes siempre estuvieron presentes en este proceso que estuvo acompañado de momentos difíciles.

A la Iglesia del Santo Daime en Chile, por su apertura a recibirme, y su entrega y generosidad a lo largo de este proceso.

A la vida, por permitirme vivir esta experiencia.

ÍNDICE

1. RESUMEN.....	4
2. INTRODUCCIÓN	4
3. MARCO TEÓRICO	11
4. OBJETIVOS	33
5. METODOLOGÍA.....	34
6. RESULTADOS.....	38
7. DISCUSIÓN	53
8. CONCLUSIONES FINALES.....	58
9. LIMITACIONES Y PROYECCIONES.....	59
10. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	60
11. ANEXOS.....	68

1. RESUMEN

El objetivo de esta investigación apunta a explorar las manifestaciones de la auto-compasión en usuarios regulares de Ayahuasca, miembros de la Iglesia del Santo Daime de Chile. Su importancia radica en que la auto-compasión es un tema reciente, con escasas investigaciones cualitativas. A su vez, en Chile los miembros de la Iglesia del Santo Daime han sido una población que presenta sólo una investigación, que es de metodología cuantitativa, y es importante estudiar a consumidores regulares de Ayahuasca en Chile, para entender las implicancias de la toma de este brebaje. Este estudio corresponde a una investigación cualitativa, en la cual se realizaron entrevistas semi-estructuradas a 8 participantes de la Iglesia en Chile, las cuales fueron analizadas a través de la codificación abierta de la Teoría Fundamentada. Los resultados del análisis indican que la participación de la Iglesia, incluyendo la toma regular de Ayahuasca, podría tener efectos en mayores manifestaciones de auto-compasión.

Palabras claves: auto-compasión, Ayahuasca, Iglesia del Santo Daime, Daime.

2. INTRODUCCIÓN

2.1. Planteamiento del problema

La auto-compasión es un concepto que ha captado la atención de la psicología occidental en las últimas décadas (Neff y Germer, 2013). Proviene de la psicología budista, que por muchos años ha estudiado la naturaleza del ser (Neff, 2003b). La definición de auto-compasión, es ser compasivo consigo mismo (Neff, 2003b). Ésta constituye una cualidad humana que ayuda a encontrar esperanza y significado cuando la persona se encuentra con dificultades en la vida, al abrir el corazón y ser cálida y comprensiva consigo en momentos de sufrimiento (Kirkpatrick, Neff y Rude, 2007; Neff, 2012); apuntando al desarrollo de la salud psicológica y resiliencia emocional (Lamb y Neff, 2009).

Varios estudios dan cuenta que altos niveles de auto-compasión están relacionados con mejorías en diversos parámetros de salud mental y bienestar subjetivo; por lo que su investigación a profundidad y desarrollo es relevante en los ámbitos de la salud, área clínica y psicoeducativa (Leary, Tate, Adams, Allen, y Hancock, 2007; Neff, 2003a; Neff, 2003b; Seligman y Csikszentmihalyi, 2000; Reyes, 2012; Deci y Ryan, 1995; Baer, Peters, y Lykins, 2012; Blatt, 1995; Gilbert y Irons, 2004; Barnard y Curry, 2011).

Al estar asociada la auto-compasión al bienestar y salud psicológica, se están implementando intervenciones terapéuticas que buscan incrementarla (Araya y Moncada, 2014). Uno de ellos es el Entrenamiento de la Mente Compasiva (*Compassionate Mind Training-CTM*), el cual trabaja la forma en que el paciente se trata a sí mismo desde lo cognitivo y afectivo, con resultados insipientes en sus intervenciones (Araya y Moncada, 2014). Otra intervención relevante es el Programa de Mindfulness y Auto-compasión (*Mindful Self-Compassion Program*) en donde se integra la auto-compasión y la práctica de mindfulness de forma estructurada, mediante conversaciones, ejercicios experienciales y práctica meditativa formal e informal (Araya y Moncada, 2014). Dentro de los resultados se describe que la participación en el programa efectivamente aumentó niveles de auto-compasión, mindfulness, compasión por el otro y satisfacción con la vida, como también se asoció a una disminución de índices de depresión, ansiedad, estrés e impacto del trauma (Araya y Moncada, 2014).

A partir de lo anterior, es importante señalar, tal como plantean Araya y Moncada (2014), que la auto-compasión es un tema poco explorado aún y muy relevante conceptual y en la práctica. Por esto, hay que investigar otras formas en las que se podría manifestar y/o desarrollar la auto-compasión, por sus potenciales beneficios.

Además de estos programas para desarrollar la auto-compasión, mencionados anteriormente, son descritos en la literatura otros métodos menos convencionales que desarrollarían la auto-compasión, entre otros factores psicológicos beneficiosos (Loizaga-Velder, 2013; Shanon, 2013; Villaescusa, 2006). Estos métodos tienen que ver con el uso de la Ayahuasca, un psicoactivo amazónico que ha llamado la atención de la psicología en los últimos años.

Incluso, Fericgla, etnopsicólogo y eminencia en el tema de enteógenos, plantea que es interesante explorar modalidades complementarias a la psicoterapia, puesto que ésta cumple con la función de acompañar a las personas, pero tarda mucho tiempo, además de ser cara e imprecisa (Fericgla, 2013). Este autor, propone a las plantas sagradas, y en particular la Ayahuasca como alternativa a la psicoterapia convencional, al ser una herramienta para el autoconocimiento y resolución de conflictos de forma más rápida y profunda, especialmente al estar enmarcados en contextos rituales y/o psicoterapéuticos (Fericgla, 2013). Esto debido a que las sustancias visionarias permiten la identificación de lo sucedido en nuestra historia personal, y este acto de consciencia y autoconocimiento, ilumina las sombras de los consumidores, permitiendo aflorar material de nuestro inconsciente (Fericgla, 2013), además de que llevan rápidamente a un estado no ordinario de consciencia, el que requiere mucho esfuerzo para ser logrado con técnicas como meditación, entre otras (Kaspersen y Hårklau, 2008).

Este conocimiento del trabajo con plantas sagradas está enraizado profundamente en los indígenas de la amazonía, quienes tienen una firme creencia animista, donde existen plantas que son maestras, debido a que enseñan de forma profunda, mostrando distintas situaciones mediante sus efectos psicoactivos y llevando a quien los utiliza al éxtasis y revelaciones (Luna, 1984; Tupper, 2009; Kaspersen y Hårklau, 2008; MacRae, 1992). La más conocida de éstas es la Ayahuasca, usada hace milenios (Naranjo, 1986). En la literatura la palabra Ayahuasca se utiliza para referirse tanto a la liana Ayahuasca, como a la preparación de esta liana (de nombre científico *Banisteriopsis caapi*) con hojas del arbusto chacruna (*Psychotria viridis*) (Strassman, 2001; Liester y Prickett, 2012; Callaway et al., 1999; Labate y Bouzo, 2013; Luna 2011). En esta preparación se combinan los alcaloides harmina y harmalina (MAOI o inhibidor reversible de enzima monoamina-oxidasa) presente en la liana, con el DMT (N,N-dimetiltriptamina) de en la chacruna (Strassman, 2001; Liester y Prickett, 2012; Callaway et al., 1999; Labate y Bouzo, 2013). Los MAOI son químicos sintetizados natural y artificialmente, utilizados en la medicina occidental para tratar la enfermedad de Parkinson y desórdenes depresivos mayores (Stahl, 2008 en Liester y Prickett, 2012). El alcaloide DMT es una medicina muy potente de acción rápida que induce estados alterados de consciencia al fumarlo o aspirarlo (Strassman, 2001; Goldsmith, 2011; Ott, 2000; Strassman, 2009 en Villaescusa, 2006); al ingerirlo oralmente

no tiene efectos psicoactivos, ya que se digiere en el estómago (Ott, 2000). Al ser administrada oralmente esta mezcla, el DMT en conjunto con la harmalina permite que afecte el sistema nervioso central por horas, puesto que el alcaloide no se degradará en el estómago por la acción de la harmalina (Liester y Prickett, 2012; Callaway, 2006; DeKorne, Aardvark y Trout, 2000; Ott, 2000; Schultes y Hofmann, 2000). Se sabe poco de los efectos subjetivos del DMT, y si bien la duración es breve (McKenna, 1991 en Cott y Rock, 2008), la fenomenología humana inducida probablemente es más profunda que cualquier otra sustancia psicoactiva (Strassman y Qualls, 1994 en Cott y Rock, 2008), por lo que es una herramienta interesante para investigar las experiencias de ampliación de consciencia (Cott y Rock, 2008).

Dentro del ámbito científico se ha estudiado el brebaje de la Ayahuasca, siendo demostrado que ésta no presenta riesgos en la salud (Bouso, et al., 2012; Gable, 2007; Halpern et al., 2008; Silveira et al., 2005; Bouso y Riba, 2011), no genera dependencia ni adicción (Gable, 2007; Labate et al., 2013), y tiene efectos terapéuticos (Barbosa, 2011; Halpern et al. 2008; Lima et al., 2011; McKenna, 2004; Thomas et al., 2013; Loizaga-Velder, 2013; Villaescusa, 2006).

Respecto de los beneficios del consumo de la Ayahuasca, en la literatura se mencionan los orientados al cuerpo, personales y transpersonales (Loizaga-Velder, 2013). En relación al consumo de Ayahuasca y efectos orientados al cuerpo, puede describirse una detoxificación por lo purgativo del brebaje, incrementa la conciencia del cuerpo, ayuda a síntomas de abstinencia de drogas, entre otros (Loizaga-Velder, 2013; Shanon, 2002; Shanon, 2013).

Sobre los aspectos psicológicos o personales que aporta el consumo de Ayahuasca, algunos de ellos son la superación de mecanismos de negación, introspección y autoanálisis, insights terapéuticos, procesos emocionales, mejoras en relaciones interpersonales, descubrimiento de nuevos recursos psicológicos, amor, compasión, entre otros (Loizaga-Velder, 2013; Shanon, 2013; Villaescusa, 2006).

Respecto al ámbito transpersonal, la Ayahuasca induce la espiritualidad, al darse cuenta de que existe un poder más grande que sí mismo, dando renovación espiritual y sentido de

propósito en la vida, reorientación del sistema de valores, sensación de paz interior, bondad, asombro, maravilla, nueva perspectiva de la condición humana (Loizaga-Velder, 2013; Shanon, 2013).

En relación con el contexto de la toma de Ayahuasca, existen dos formatos en los que este brebaje es consumido (Uno de ellos es el chamánico (o también llamado payé lanza), dirigido por indígenas amazónicos o medicina mestiza, donde el té es usado para hacer diagnósticos, como método adivinatorio y un canal con lo supernatural (McKenna, 2004; Grob et al, 1996). A su vez, este té es administrado en las Iglesias ayahuasqueras que surgen en Brasil desde el siglo veinte (Grob et al., 1996; Dawson, 2013; Labate, 2010; Naranjo, 2012; Polari, 2010; Santana, 2013). Son Iglesias sincréticas que conjugan elementos judeo-cristianos, africanos, entre otros (Callaway et al., 1999; Tupper, 2009). La Ayahuasca en este contexto es un sacramento, que se consume de manera ritual y constante, asemejándose a una eucaristía cristiana (McKenna, 2004). Las principales Iglesias ayahuasqueras son el Santo Daime (la Iglesia más antigua usando este sacramento), Uniao do Vegetal (UDV, la congregación más grande) y Barquinha (Iglesia afro-brasileña) (Krippner y Sulla, 2000; Callaway et al., 1999).

La Iglesia de Santo Daime tiene presencia en todo el mundo (Labate, 2011), y en el caso chileno, la Iglesia opera desde 1991, realizando rituales regulares con ingesta de Ayahuasca o Daime con un grupo establecido de participantes. Tal como menciona McKenna (2004), es en el contexto de las Iglesias ayahuasqueras donde los aspectos psicológicos, médicos y legales del uso de la Ayahuasca son más relevantes (por la ingesta regular de Ayahuasca) y a la vez su estructura es más accesible e idónea para realizar estudios.

A partir de lo anterior, surge la siguiente pregunta de investigación, que es abordada desde la subjetividad de las personas, o sea, desde la metodología cualitativa:

2.2. Relevancia del tema

En los últimos años el número de investigaciones y artículos sobre la auto-compasión se ha incrementado significativamente (Araya y Moncada, 2014). Esto tiene relación con la importancia de la compasión y su influencia en el bienestar. Explorar este fenómeno cualitativamente, puede dar cuenta de particularidades que los instrumentos cuantitativos no permiten. Cabe señalar en este punto que el abordaje de la auto-compasión desde una perspectiva cualitativa es bastante escaso en las investigaciones sobre la temática.

Existe un número indeterminado de usuarios regulares en nuestro país, y no hay estudios de usuarios chilenos consumidores de Ayahuasca. Mundialmente, investigaciones dan cuenta que la ingesta de Ayahuasca puede generar procesos de psicológica y transpersonal a niveles muy profundos (Bouso et al., 2012; Bouso & Riba, 2011; Cott & Rock, 2006; Gable, 2007; Halpern et al. 2008; Labate et al., 2013; Labate & Bouso, 2013; Liester, 2013; Lima et al., 2011; Loizaga-Velder, 2013; Luke & Terhune, 2013, McKenna, 2004; Riba et al, 2001; Santos, 2013; Santos et al., 2012; Shanon, 2005, 2013; Thomas et al., 2013; 2013; Villaescusa, 2006). En el caso particular de la auto-compasión, en la literatura se describen elementos que podrían dar cuenta de manifestaciones de auto-compasión en los sujetos consumidores de Ayahuasca, tal como un aumento en la compasión, aumento en la capacidad de perdonarse y perdonar a los otros (Fericgla, 2013; Liester, 2013; Naranjo, 2012; Shanon, 2005, 2013; Villaescusa, 2006). Por lo cual, estudiar específicamente la auto-compasión con la Ayahuasca es mirar un fenómeno no estudiado anteriormente con esta óptica. A su vez, Barnard y Curry (2011), quienes realizaron un estado del arte de la auto-compasión, mencionan que investigaciones futuras deberán tener como muestra a diversas poblaciones para seguir explorando el fenómeno y detectar regularidades de la auto-compasión, además de medirla de otras formas e investigar el mecanismo de cambio en intervenciones diseñadas para aumentarla.

Otro aspecto a señalar es lo polémico del consumo de Ayahuasca en Chile, por los procesos legales llevados a cabo en el país este último tiempo. Cabe señalar que, si bien el brebaje de la Ayahuasca no está dentro de las sustancias prohibidas en Chile, el principio activo DMT de la chacruna si lo está, en la Ley 20.000. En esta línea, son dos los procesos legales que han vinculado a nivel social la Ayahuasca con prácticas delictuales. El 2010 un

curandero chileno (que realizaba rituales con Ayahuasca) fue oficializado por tráfico ilícito de estupefacientes, pero por presentar evidencia científica del valor terapéutico del uso de la Ayahuasca la Corte falló a su favor (Méndez, 2010). El otro caso fue el 2013, o caso “secta de Colliguai”, donde el líder de una secta realizó el sacrificio humano de su propio hijo recién nacido (Foxley, 2013). Esta secta consumía Ayahuasca, y por este motivo, se asocia esta conducta a la toma del brebaje (Foxley, 2013). En la actualidad está siendo estudiada su incorporación a la lista de sustancias prohibidas, lo cual contrasta con los estudios empíricos existentes, puesto que se ha demostrado que la Ayahuasca no es riesgosa para la salud (Bouso et al., 2012; Gable, 2007), no genera dependencia (Gable, 2007; Labate et al., 2013), y potencialmente tiene efectos terapéuticos (Barbosa, 2011; McKenna, 2004).

Es relevante mencionar que esta memoria se enmarca en el Grupo de Investigación de Psicología Humanista de la Universidad de Chile, dirigido por la Doctora en Psicología Laura Moncada. Se están realizando dos investigaciones más en la Iglesia del Santo Daimé, una que estudió la ingesta de Ayahuasca y auto-compasión desde un enfoque cuantitativo (Saavedra, 2014), y la investigación en curso respecto de los procesos de aprendizaje y transformación personal en la Iglesia. También se está estudiando la auto-compasión en este grupo, quienes han realizado la validación de la Escala de Auto-compasión de Neff en Chile (Araya et al., 2014).

Finalmente, este estudio daría luces respecto de posibles particularidades de cómo se manifiesta la auto-compasión en un grupo cristiano en el que su sacramento es la Ayahuasca, grupo que tampoco ha sido estudiado en Chile. El abordar un fenómeno con características religiosas desde un enfoque psicológico, resulta relevante en cuanto busca aportar a la reflexión contemporánea en torno a la integración del conocimiento científico y las perspectivas religiosas.

3. MARCO TEÓRICO

3.1. *Auto-compasión*

A continuación se presenta una descripción general de la compasión y de la auto-compasión, mencionando los componentes de esta última. A su vez, se distingue el concepto de la auto-compasión con algunos términos similares, que son autoestima, lástima por uno mismo, centramiento en sí o auto-complacencia y autoaceptación. Posteriormente se describen investigaciones sobre auto-compasión a nivel mundial y en Chile, para describir finalmente algunas intervenciones en el tema.

3.1.1. *Compasión y auto-compasión*

El concepto de auto-compasión que ha captado recientemente la atención de la psicología occidental (Neff y Germer, 2013), proviene de la psicología budista, que por muchos años ha estudiado la naturaleza del ser (Neff, 2003b). La definición de auto-compasión, que es ser compasivo consigo mismo, se desprende del significado de compasión (Neff, 2003b), por lo cual se desarrollará previamente.

La palabra compasión proviene del latín *com* (junto con) y *pathos* (sufrir con) (Reyes, 2012; Neff, 2003a). Si bien la compasión es descrita en varias tradiciones filosóficas, en este caso se aludirá específicamente a la perspectiva budista, puesto que desde esa tradición ha derivado el concepto de auto-compasión, y su reciente desarrollo teórico e investigativo en la psicología contemporánea (Barnard y Curry, 2011).

Desde el budismo, el concepto de compasión implica cuatro palabras en sánscrito: *Karuna*, que dice que para alcanzar la felicidad última hay que suspender la felicidad transitoria, vinculada a responder al dolor del otro; *Prajna*, sabiduría para entender el significado del sufrimiento; *Maitri*, buena voluntad consciente hacia otros; *Upaya*, o la forma, habilidades necesarias para cultivar una mente en estado compasivo, tales como amabilidad hacia todos los seres vivos y sintientes, compasión hacia la infelicidad de los otros, alegría por la felicidad y buena fortuna de otros, y ecuanimidad (Reyes, 2012). Es por lo anterior que la compasión implica contactarse con el sufrimiento, surgiendo sentimientos de amabilidad, y buscando activamente aliviar el sufrimiento de uno mismo y de los demás (Hanh, 2004;

Kornfield, 2008; Neff, 2003b), y desarrollar el bienestar (Araya y Moncada, 2014). Lo interesante de la perspectiva budista es que no marca distinción entre sí mismo y los demás (Hanh, 2009; Neff, 2009 en Araya y Moncada, 2014), y en el caso particular de la compasión, la palabra tibetana *tsewa* o *sewa* refleja esto al significar compasión por uno mismo y por los demás (Neff, 2003a).

La compasión es una invitación a abrirse y experimentar la vida tal cual es, especialmente a las dificultades que enfrentamos en lo cotidiano (Welwood, 2002). Además, la compasión constituye al ser humano desde lo más íntimo, y ésta puede emerger naturalmente a partir de una comprensión profunda de la naturaleza interdependiente de la existencia, de los seres vivos y de todas las cosas (Hanh, 1994; Kornfield, 2008 en Araya y Moncada, 2014). La comprensión profunda es la capacidad de entender y generar una perspectiva acabada del fenómeno a observar, o sea, profunda y detallada (Hanh, 2002), como también la comprensión profunda de la existencia misma (Goleman, 2000). La naturaleza interdependiente alude al *inter-being* o *inter-ser*, en donde una cosa es y está por la existencia de otros elementos (Hanh, 2009 en Araya y Moncada, 2014).

La Dra. Kristin Neff, quien es docente de la Universidad de Texas, y una de las principales investigadoras de la auto-compasión, propone en occidente la auto-compasión como una conceptualización alternativa a actitudes sanas hacia sí mismo, siendo una forma saludable de auto-aceptación (Neff, 2003b; Araya y Moncada, 2014; Kirkpatrick et al., 2007). La auto-compasión involucra establecer una relación de amabilidad y comprensión consigo mismo al estar sufriendo o al hacer algo inadecuado, lo que implica abrirse, conectarse e implicarse en el propio sufrimiento para querer aliviarlo y sanarlo amorosamente, sin enjuiciarse, y comprendiendo que lo sucedido es parte de una experiencia humana mayor (Neff, 2003a; Neff, 2003b; Kirkpatrick et al., 2007). Es ser consigo mismo tal cual la persona lo haría por un ser amado en momentos difíciles (Neff, 2012). De esta forma, la auto-compasión constituye una cualidad humana, que provee esperanza en momentos difíciles de la vida (Kirkpatrick et al., 2007), apuntando al desarrollo del bienestar psicológico y de la resiliencia emocional (Lamb y Neff, 2009). El sentir auto-compasión es similar a sentir perdón consigo mismo, puesto que al perdonarse uno se respeta como un ser humano completo, con fallas e imperfecciones (Neff, 2003b).

3.1.2. Componentes de la auto-compasión

Neff (2003a) establece tres ejes interrelacionados que componen la auto-compasión, donde cada eje se constituye a partir de dos conceptos opuestos. El primer eje es *bondad hacia uno mismo/auto-crítica*, o sea, tratarse con amabilidad y comprensión en momentos en que uno se percibe como incompetente o está sufriendo, en vez de caer en un juicio y autocrítica (Neff, 2003a). Basta con dejar de juzgarse, criticarse y reprenderse para experimentar un grado de amabilidad con uno mismo, lo cual disminuye el impacto de las experiencias emocionales negativas, equilibrando las propias emociones y pensamientos, con un espacio de claridad, perspectiva y ecuanimidad emocional (Neff, 2003a; Shapiro, Brown, y Biegel, 2007). La auto-crítica por su parte involucra un sentimiento de hostilidad y una constante demanda hacia uno mismo (Neff, 2003a).

El segundo eje es de *humanidad compartida/aislamiento*, en donde la humanidad compartida se refiere al reconocimiento de los aspectos que tienen en común y comparten los seres humanos (Araya y Moncada, 2014). Es la creencia profunda de ser parte de algo mayor, en donde muchas personas pueden estar experimentando emociones y pensamientos similares, especialmente en momentos de confusión, miedo, limitación, imperfección y debilidad (Barnard y Curry, 2011; Neff, 2011; Kirkpatrick et al., 2007). Con esto, disminuye el grado de culpa y de auto-crítica, al disminuir el propio juicio se pueden suavizar los sentimientos de aislamiento y soledad (Neff, 2003a).

El tercer eje de la auto-compasión es el *mindfulness/sobre-identificación y/o evitación* (Neff, 2003a). Mindfulness implica mantener los sentimientos y pensamientos, especialmente si son dolorosos, en conciencia equilibrada, en vez de sobre-identificarse con ellos de manera exagerada o de no tomar conciencia alguna de ellos (Neff, 2003a; Kirkpatrick et al., 2007; Neff, 2003b). En contraposición, la sobre-identificación, al implicarse de sobremanera con lo ocurrido, genera una rumiación mental en torno a las propias limitaciones (Barnard y Curry, 2011), impidiendo la observación de los sucesos con ecuanimidad, surgiendo la percepción de aislamiento o soledad, y aumentando el significado de los errores (Barnard y Curry, 2011; Goleman, 2000; Neff, Kirkpatrick, y Rude, 2007; Shapiro, Brown y Biegel., 2007). Y la evitación, tal como anuncia su nombre, es la evasión de sentimientos, pensamientos y

emociones dolorosas, no implicándose en el momento presenta al tener una actitud distante y poco comprometida (Kabat-Zinn, 2004; Neff, 2003a).

3.1.3. Distinción de auto-compasión con otros conceptos

Es relevante distinguir la auto-compasión con otros conceptos que podrían ser similares, como la autoestima, lástima por uno mismo, centramiento en sí o auto-complacencia y autoaceptación.

Respecto de la auto-compasión y la autoestima, ambos conceptos tienen similitudes y están relacionados, sin embargo son constructos teóricos diferentes. El autoestima implica una evaluación o juicio de uno mismo en comparación con el rendimiento de los otros o de metas a alcanzar (Kernis, 2003 en Barnard y Curry, 2011), mientras que la auto-compasión se basa en la bondad hacia uno mismo y auto-aceptación (Barnard y Curry, 2011; Neff, Hsieh y Dejitterat, 2005). Esto se ve reflejado en que son constructos que presentan una correlación significativa entre sí, pero no es tan alta como para indicar identidad (Barnard y Curry, 2011).

Tener alta auto-estima, que implica evaluarse y gustar de uno mismo, frecuentemente se asocia a conceptos sobrevalorados e inadecuados de sí, dificultando las posibilidades de cambio, y posiblemente implicando narcisismo, absorción en uno mismo y egocentrismo (Damon, 1995; Finn, 1990 y Seligman, 1995, citado en Neff, 2003a; Neff, 2005, citado en Kirkpatrick et al., 2007). En contraste, una alta auto-compasión está asociada con precisión en la auto-imagen, teniendo la capacidad de mirar claramente los defectos y virtudes (Lamb y Neff, 2009), en contraste con casos de bajos niveles de auto-compasión, los que están asociados con esta distorsión (Leary et al., 2007). Esto debido a que la auto-compasión no requiere de sentirse superior a otros, y provee estabilidad emocional cuando se enfrentan las propias debilidades (Lamb y Neff, 2009). Además, hay evidencia empírica que señala que la auto-compasión correlaciona negativamente con comparación social, enfado, afectos negativos, auto-consciencia pública, auto-rumiación y auto-valoración inestable (Neff, 2005, citado en Kirkpatrick et al., 2007; Barnard y Curry, 2011). Es por todo lo anteriormente

señalado, que es ambos conceptos tienen los mismos beneficios de salud mental, pero la auto-compasión no presenta algunas desventajas de la autoestima (Neff, 2003a).

Por otra parte, en occidente, la compasión está muy influenciada por la tradición católica, en la cual la compasión está asociada a la lástima, a la piedad y a estar en sintonía con el sufrimiento del otro (Reyes, 2012). Y existe el temor en investigadores de que, al desarrollar auto-compasión también podrían hacerlo también con la lástima hacia sí, centramiento en sí o auto-complacencia (Gilbert e Irons, 2005).

La lástima por uno mismo se caracteriza porque el sujeto se sumerge en sus problemas, sin considerar los problemas de los demás, sentimientos egocéntricos de separación, sobreidentificación general de sentimientos, y aumento de la tendencia al estrés (Germer, 2009; Germer y Siegel, 2012; Barnard y Curry, 2011). Los componentes de humanidad compartida y mindfulness de la auto-compasión la diferencian con la lástima consigo mismo, puesto que cuando los individuos sienten lástima por sí mismos, se suelen sentir desconectados en gran medida de los otros, y es que al verse sumidos en sus propios problemas, y se sobre-identifican y exageran las emociones dolorosas y/o la percepción del problema (Neff, 2003a; Barnard y Curry, 2011). En el caso del centramiento en sí mismo, la humanidad compartida implica el sentirse conectado y compasivo por el resto de las personas (Barnard y Curry, 2011).

La auto-compasión también puede ser confundida con auto-complacencia o auto-indulgencia. En la auto-compasión hay una motivación para aliviar el sufrimiento propio (Neff, 2003b), mientras que la auto-indulgencia lleva a una falta de ganas de crecer por una evitación de la responsabilidad de los propios defectos o errores, ya sea por indiferencia o resignación (Barnard y Curry, 2011).

Auto-compasión tampoco puede entenderse como el concepto de auto-aceptación incondicional propuesto por psicólogos humanistas como Albert Ellis o Carl Rogers (Lamb y Neff, 2009), puesto que la auto-compasión es un constructo más amplio que establece una relación con uno mismo de amabilidad y sin juicios (Lamb y Neff, 2009), con el deseo de aliviar el sufrimiento propio, siendo una poderosa motivación para el cambio y crecimiento

(Araya y Moncada, 2014). En cambio, la auto-aceptación puede conllevar a una actitud pasiva, mediante la aceptación de los propios defectos (Lamb y Neff, 2009).

3.1.4. Investigaciones sobre auto-compasión

La mayor parte de las investigaciones cuantitativas sobre la auto-compasión en occidente están basadas en la Escala de Auto-Compasión (*Self-Compassion Scale*) de Neff, que es un instrumento de auto-reporte (Neff, 2003a), y posee fuertes propiedades psicométricas, con bastante evidencia a favor de su validez, tanto concurrente, como discriminante y convergente (Lamb y Neff, 2009). Posee 26 ítems y comprende 6 sub-escalas, que son los tres ejes con los dos conceptos pro eje (Neff, 2003a).

La auto-compasión es un buen predictor de la salud mental, de acuerdo a variadas investigaciones. Entre ellas, se ha encontrado que la auto-compasión está correlacionada positivamente con afectos positivos y negativamente correlacionada con afectos negativos, siendo un factor protector cuando las cosas van mal, y también jugando un rol en sentirse conectado, valioso y aceptable (Leary et al., 2007; Neff et al., 2007; Neff y Vonk, 2009). A su vez, altos niveles de la auto-compasión están asociados a niveles bajos de ansiedad, depresión, rumiación mental, supresión de pensamientos y perfeccionismo neurótico (Barnard y Curry, 2011; Neff, 2003a; Neff et al., 2007; Leary et al., 2007; Neff, Kirkpatrick y Rude, 2007; Neff y Germer, 2013). Por otra parte, la auto-compasión ha mostrado estar asociada positivamente con satisfacción con la vida, reinterpretación positiva, felicidad, optimismo, sabiduría, curiosidad e iniciativa personal (Neff et al., 2007; Seligman y Csikszentmihalyi, 2000). La auto-compasión tiene una alta correlación con el bienestar psicológico en poblaciones no clínicas, con una mayor aceptación con uno mismo, autocuidado, relaciones positivas con otros, mayor autonomía, auto-dominio y competencia en el manejo en las demandas de la vida y crecimiento personal (Baer, Peters y Lykins, 2012; Reyes, 2012).

Se ha investigado la relación entre auto-compasión y regulación e inteligencia emocional. Las personas auto-compasivas se relacionan de forma más amable y saludable consigo, además de sentirse menos aisladas al enfrentar problemas, con mayor perspectiva de ellos

y reducción en sus niveles de ansiedad (Leary, Tate, Adams, Allen y Hancock, 2007). El sentirse menos aisladas puede tener relación con la sensación de conectividad que presentan las personas que son más auto-compasivas, puesto que está positivamente relacionada con la sensación de conectividad, que es grado de cercanía con uno mismo, amigos y la sociedad, evaluado por la Escala de conectividad social (*Social Connectedness Scale*) (Barnard y Curry, 2011).

La auto-compasión correlaciona positivamente con sabiduría reflexiva y afectiva, iniciativa para el desarrollo de sí, toma de consciencia y curiosidad (Neff et al., 2007). También lo hace con la habilidad para separar la propia identidad de la ejecución de una tarea (Barnard y Curry, 2011), lo cual hace sentido con la conclusión de una investigación, que menciona que la auto-compasión está negativamente correlacionada con el perfeccionismo neurótico, en donde las personas auto-compasivas buscan realizar las tareas con excelencia (Barnard y Curry, 2011). Por otra parte, indicadores como subestimar las habilidades propias y considerar fracasos como parte de sus competencias son parte de las concepciones de personas con niveles bajos de auto-compasión (Barnard y Curry, 2011). La auto-compasión se relaciona con tomar responsabilidad por errores del pasado (Leary, Tate, Adams, Allen y Hancock, 2007), sin distorsionar errores o defectos para tener una mejor auto-imagen (Neff, 2003a; Neff y Vonk, 2009). A partir de lo anterior, se puede concluir que ser auto-compasivo significa mirar en su justa medida, sin distorsión las acciones del pasado y del presente, con el fin de tener una imagen apropiada de sí mismo (Neff y Yarell, 2012).

Es importante mencionar el factor cultural en la auto-compasión. Estudios han demostrado un ajuste relativo de la compasión en Tailandia, Taiwan, Estados Unidos y Holanda (Neff, Pisitsungkagarn y Hsieh, 2008; Neff y Vonk, 2009). Cabe señalar que en las diferentes culturas se constató que una elevada auto-compasión estaría relacionada con un menor grado de depresión y una mayor satisfacción de vida (Neff, Pisitsungkagarn y Hsieh, 2008; Neff y Vonk, 2009). También hay estudios que, además de ver el factor cultural, han considerado la religión: es el caso de Ghorbani, Watson, Chen y Norballa (2012), puesto que, si bien, la auto-compasión es un constructo budista, puede tener implicancias en el entendimiento de ajustes psicológicos a lo largo de las culturas, debido a que Irán también calza con los datos encontrados en las otras comparaciones culturales. A su vez, es importante mencionar que el autoconocimiento podría ser específicamente importante en el

entendimiento de la auto-compasión a la hora de estudiar la religión musulmana (Ghorbani, Watson, Chen y Norballa, 2012).

Baker y McNulty (2011), al investigar respecto de la auto-compasión y mantención de relación de pareja, dan cuenta que la auto-compasión beneficia las relaciones de mujeres (con alto o bajo nivel de consciencia) y a los hombres conscientes, mientras que a los hombres con bajos niveles de consciencia el ser auto-compasivos daña las relaciones. Otros estudios que toman como variable el género, han encontrado evidencia que sugiere que mujeres no-graduadas tiene menos auto-compasión que hombre no-graduados (Neff et al., 2005, citado en Kirkpatrick et al., 2005; Neff, et al., 2008; Neff y Vonk, 2009), aunque la magnitud de la diferencia es modesta. Sin embargo, un estudio en estadounidenses no-graduados no encontró diferencias de género significativas (Neff, et al., 2007), pudiendo concluir que las diferencias de género podrían ser culturalmente específico (Barnard y Curry, 2011).

En el contexto latinoamericano y de habla hispana, se está comenzando recientemente a investigar la auto-compasión. En Chile, un equipo de investigadores de la Universidad de Chile y de la Pontificia Universidad Católica de Chile realizó la adaptación de la Escala de Auto-compasión de Neff para la población chilena y aportaron evidencias de validez en dicho contexto (Araya, Moncada, Fauré, Mera, Musa, Cerda, Fernández, Araya, Becerra, Castillo, Concha y Brito, 2014). La versión chilena de la Escala de Auto-compasión posee cuatro componentes: Amabilidad hacia uno mismo, Juicio Crítico, Aislamiento y Comprensión hacia uno mismo, existiendo correlación entre ellos (Araya et al., 2014). El primer factor, amabilidad hacia uno mismo, se refiere a la disminución de sufrimiento debido al trato generoso y al cuidado de uno mismo; el segundo factor, juicio crítico, alude a criticarse y estar en desacuerdo con las actitudes y comportamientos propios; por su parte el factor aislamiento implica la desconexión de los otros y la vivencia de sufrimiento y por último, el cuarto factor, comprensión hacia uno mismo, está relacionado con tener una perspectiva más amplia respecto a los errores propios (Araya et al., 2014).

Todavía se requiere mayor evidencia para comprender el desarrollo, efecto y funcionamiento de la auto-compasión, con estudios más rigurosos metodológicamente, con grupo control y experimental, además de asignar aleatoriamente a los participantes e utilizar

otros instrumentos de medición además del auto-reporte (Barnard y Curry, 2011; Neff, 2012).

Respecto de los estudios cualitativos o de metodología mixta que aborden la auto-compasión, se ve notablemente reducida la cantidad, existiendo una línea que está investigando la auto-compasión y el deporte (Sutherland, Kowalski, Ferguson, Sabiston, Sedgwick y Crocker, 2014; Berry, Kowalski, Ferguson, McHugh, 2010), además del grupo de investigación de la Universidad de Chile.

3.1.5. Intervenciones en auto-compasión

Al estar asociada la auto-compasión al bienestar y salud psicológica, se están implementando intervenciones terapéuticas que buscan incrementar la auto-compasión (Araya y Moncada, 2014). Uno de ellos es el Entrenamiento de la Mente Compasiva (*Compassionate Mind Training-CTM*), el cual trabaja la forma en que el paciente se trata a sí mismo desde lo cognitivo y afectivo, pero aún con resultados insipientes en sus intervenciones, puesto que sólo han publicado dos estudios al respecto (Araya y Moncada, 2014). Otro programa relevante que se está desarrollando es el Programa de Mindfulness y Auto-compasión (*Mindful Self-Compassion Program*) en donde se integra la auto-compasión y la práctica de mindfulness de forma estructurada, mediante conversaciones, ejercicios experienciales y práctica meditativa formal e informal (Araya y Moncada, 2014). Dentro de los resultados se describe que la participación en el programa efectivamente aumentó niveles de auto-compasión, mindfulness, compasión por el otro y satisfacción con la vida, como también se asoció a una disminución de índices de depresión, ansiedad, estrés e impacto del trauma (Araya y Moncada, 2014).

3.2. Ayahuasca

En este apartado se realiza una descripción de qué es la Ayahuasca, en qué contextos se puede encontrar su uso, y cómo opera a distintos niveles del ser humano. A su vez, se exploran brevemente posibles contraindicaciones y sus antecedentes legales.

3.2.1. Descripción general

Los indígenas de la amazonía tienen una firme creencia animista, en la cual existen plantas que son maestras, debido a que enseñan de forma profunda, mostrando distintas situaciones mediante sus efectos psicoactivos y llevando a quien los utiliza al éxtasis y revelaciones (Luna, 1984; Tupper, 2009; Kaspersen y Hårklau, 2008; MacRae, 1992). La más conocida de éstas es la Ayahuasca, usada hace milenios (Naranjo, 1986). La Ayahuasca, daime, yajé, hoasca, vegetal, entre otros nombres recibidos, es un brebaje considerado un elemento central en muchas comunidades indígenas en la cuenca amazónica desde tiempos remotos, por su utilización en rituales ceremoniales con fines de comunicación con el mundo espiritual y de sanación (Luna, 2011; Villaescusa, 2006; Méndez, 2013; Grob et al, 1996).

El término Ayahuasca viene de aya=espíritu, ancestro, y waska=vino, y en quechua significa enredadera del alma o soga de los muertos, aludiendo a la liberación del alma (Hofmann y Schultes, 2000; Luna, 2011). En la literatura la palabra Ayahuasca se utiliza para referirse tanto a la liana Ayahuasca, como a la preparación de esta liana (de nombre científico *Banisteriopsis caapi*) con hojas del arbusto chacruna (*Psychotria viridis*) (Strassman, 2001; Liester y Prickett, 2012; Callaway et al., 1999; Labate y Bouzo, 2013; Luna 2011). En esta preparación se combinan los alcaloides harmina y harmalina (MAOI o inhibidor reversible de enzima monoamina-oxidasa) presente en la liana, y el DMT (N,N-dimetiltriptamina) presente en la chacruna (Strassman, 2001; Liester y Prickett, 2012; Callaway et al., 1999; Labate y Bouzo, 2013). Los MAOI son químicos sintetizados natural y artificialmente, utilizados en la medicina occidental para tratar la enfermedad de Parkinson y desórdenes depresivos mayores (Stahl, 2008 en Liester y Prickett, 2012). El alcaloide DMT es una medicina muy potente de acción rápida que induce estados alterados de consciencia al fumarlo o aspirarlo (Strassman, 2001; Goldsmith, 2011; Ott, 2000; Strassman, 2009 en Villaescusa, 2006) puesto que al ingerirlo oralmente no tiene efectos psicoactivos ya que se digiere en el estómago (Ott, 2000). Al ser administrada oralmente esta mezcla, el DMT en conjunto con la harmalina permite que afecte el sistema nervioso central por horas, puesto que el alcaloide no se degradará en el estómago por la acción de la harmalina (Liester y Prickett, 2012; Callaway, 2006; DeKorne, Aardvark y Trout, 2000; Ott, 2000; Schultes y Hofmann, 2000 en Villaescusa, 2006). Dentro del ámbito científico se ha estudiado el

brebaje de la Ayahuasca, siendo demostrado que ésta no presenta riesgos en la salud (Bouso et al., 2012; Gable, 2007; Halpern et al., 2008; Silveira et al., 2005), no genera dependencia ni adicción (Gable, 2007; Labate et al., 2013), y tiene efectos terapéuticos (Barbosa, 2011; Halpern et al. 2008; Lima et al., 2011; McKenna, 2004; Thomas et al., 2013; Loizaga-Velder, 2013; Villaescusa, 2006).

Existen dos formatos en los que este brebaje es consumido (Callaway et al., 1999). Uno de ellos es el chamánico (o también llamado payé lanza), ya sea por los indígenas amazónicos o medicina mestiza, donde el té es usado para hacer diagnósticos, utilizarlo como método adivinatorio, y un canal con lo supernatural (McKenna, 2004; Grob et al, 1996). La Ayahuasca es considerada por los indígenas como una poderosa medicina, y si bien en muchos casos sólo el chamán es quien consume la bebida, pero también existen comunidades donde cualquier persona puede tomar la Ayahuasca con fines curativos, guiados por el curandero (Luna, 2011). Según explica Luna (2011), el uso indígena de la Ayahuasca sólo puede ser entendido en el contexto de la vida espiritual de los pueblos nativos, puesto que su cosmovisión da cuenta de una dimensión espiritual que subyace al plano material de la existencia, donde ambos aspectos coexisten vinculados.

Actualmente, el uso de esta bebida se ha ampliado a otras regiones, existiendo instituciones religiosas de origen brasilero, las Iglesias ayahuasqueras que surgen desde el siglo veinte (Grob et al., 1996). Son Iglesias sincréticas, donde se conjugan elementos judeo-cristianos, africanos, entre otros (Callaway et al., 1999; Tupper, 2009; Dawson, 2013; Labate, 2010; Naranjo, 2012; Polari, 2010; Santana, 2013). La Ayahuasca en este contexto es un sacramento, que se consume de manera ritual, asemejándose a una eucaristía cristiana (McKenna, 2004). Las principales Iglesias ayahuasqueras son el Santo Daime (la Iglesia más antigua usando este sacramento), Uniao do Vegetal (UDV, la congregación más grande) y Barquinha (Iglesia afro-brasileña) (Krippner y Sulla, 2000; Callaway et al., 1999). En el apartado tres punto tres se profundizará sobre la Iglesia del Santo Daime.

3.2.2. Efectos bioquímicos

La Ayahuasca es un psicoactivo de una preparación bastante compleja, que según Riba et al. (2001) actúa por lo menos en tres mecanismos farmacológicos diferentes, debido a la acción de sus ingredientes activos (DMT y MAOI); el uso crónico de Ayahuasca se ha asociado con un incremento en el número de los receptores de serotonina (Callaway et al. 1994 en Liester y Prickett, 2012; Callaway et al., 1999); incremento de los niveles de dopamina, y en las vías mesolímbicas, los que se han asociado con sensaciones de placer (Stahl, 2008 en Liester y Prickett, 2012); incremento de niveles de prolactina, cortisol y hormona del crecimiento (dos Santos et al. 2011; Callaway et al. 1999, en Liester y Prickett, 2012).

Por otra parte, se describen dentro de los efectos observados en la activación cerebral un incremento del flujo sanguíneo en la ínsula, zona media del lóbulo frontal (incluyendo la corteza cingulada anterior), amígdala y circunvolución parahipocámpica izquierda, lo que se asocia a procesos de interocepción y procesamiento emocional (Riba y Barbanoj, 2013; Bouso et al, 2012).

3.2.3. Efectos fisiológicos u orientados al cuerpo

Aproximadamente seis horas es la duración de los efectos fisiológicos de la Ayahuasca; en este periodo el consumidor está en un estado de lucidez, sin perder la claridad de los pensamientos (Beyer, 2009 en Liester y Prickett, 2012; Shanon, 2013).

Al ingerir Ayahuasca, se activa el sentido del gusto, por su mal sabor (Shanon, 2002). *“Cuando la fuerza irrumpe, usualmente alrededor de cuarenta minutos después de consumir el brebaje, muchos son propensos a vomitar”* (Shanon, 2002 p.57). Este vómito es parte de los conocidos efectos gastrointestinales de este té, a los que se suman náuseas y diarrea (Riba et al, 2001; Liester y Prickett, 2012; Callaway et al., 1999), todo esto también conocido como purga (Shanon, 2002; Shanon, 2013). Esto genera una limpieza corporal de impurezas, y también es una purificación que induce a la sanación psicológica, puesto que estas sensaciones corporales generan respuestas en las personas como tomar conciencia

de sí, contactarse con el cuerpo, poner a disposición todos los recursos frente a desafíos y superarlos, pudiendo incluso generar transformaciones profundas y significativas en los consumidores (Shanon, 2002; Shanon, 2013; Loizaga-Velder, 2013). A su vez, el acto de vomitar lleva a agachar la cabeza y esto puede implicar el reconocer la debilidad de uno mismo y contactarse con su humildad interior (Shanon, 2013), y flexibilizando la psique (Fericgla, 2013). Tal como se enuncia anteriormente, existe una convergencia entre la purga física, y la purga psíquica, puesto que, si está intoxicado físicamente, vomitará ya sea antibióticos, alimentación insana, entre otros (Metzner, 2006). En caso de no presentar lo anterior, el participante se desprende de situaciones emocionales incrustadas (Metzner, 2006). La purga es un paso transitorio de una situación que es difícil de estar sosteniendo, a una experiencia más profunda con la Ayahuasca (Shanon, 2013).

Mientras la Ayahuasca está haciendo efecto, hay una percepción distinta del cuerpo, con dificultades motoras y de coordinación (Shanon, 2002). El momento más intenso de embriaguez ocurre en los noventa minutos después que la fuerza se hizo presente, con visiones intensas, tanto así que incluso pueden ser difíciles y atemorizantes, sin sentir control de lo que está pasando, con luchas internas y sensación de pérdida de los cabales (Shanon, 2002). En este momento las personas suelen preguntarse por qué ingirieron Ayahuasca (Shanon, 2002). Esta fase compleja pasa, donde el consumidor sigue presentando los efectos visionarios del brebaje, pero ya disfrutando de la experiencia (Shanon, 2002).

La fase final de la ingesta ocurre cuando ya empieza a bajar el efecto visionario de la Ayahuasca, preponderando sentimientos de paz, serenidad, bendición, felicidad, bienestar, crecimiento de la espiritualidad, amor por la naturaleza y existencia (Shanon, 2002). En este proceso, los participantes tienden a enfocar su atención también hacia otros, sintiendo que son más perceptivos respecto de lo que las personas piensan y sienten (Shanon, 2002).

Al terminar los efectos psicoactivos de la Ayahuasca, los usuarios pueden continuar con los sentimientos de la fase final de la ingesta, sumado a un cansancio por los fuertes efectos del té (Shanon, 2002). Cabe mencionar que el usuario regular de Ayahuasca podría desarrollar una tolerancia física a ésta (Callaway et al., 1994 en Callaway et al., 1999).

3.2.4. Efectos subjetivos y trascendentes

Se ha estudiado la fenomenología del DMT aislado, en donde 9 componentes pudieron describirse respecto del consumo: alucinaciones visuales, físicas y auditivas; entrar a otras realidades, e incluso contactar con otros seres sintientes (descrito como experiencia real más que una alucinación); lucidez; distorsiones afectivas; inefabilidad o dificultad para describir la experiencia utilizando el lenguaje, por no tener palabras para expresar lo vivenciado; intensidad extrema; espiritualidad (aprender o ser enseñado sobre verdades del universo); distorsión de la vivencia del tiempo, espacio y sí mismo; sensación de familiaridad (Cott y Rock, 2008).

Entre los efectos subjetivos de las tomas de Ayahuasca a corto plazo, pueden encontrarse una mayor conciencia y lucidez de patrones de pensamiento (especialmente aquellos basados en creencias limitantes y contraproducentes) y actividad consciente, pudiendo ver la realidad interna de manera más objetiva (Villaescusa, 2006; Fericgla, 2013; Loizaga-Velder, 2013). Esto es muy difícil de conseguir mediante psicoterapias y técnicas meditativas tradicionales (Fericgla, 2013).

A su vez, que después de consumir Ayahuasca la mente se abre (open mind), lo que podría explicar un aumento de la capacidad de amar, reconocer al otro, perdonar y perdonarse, autoconocimiento y aceptación de uno mismo, optimismo, y capacidad de afrontar las dificultades tomando consciencia del lugar al que pertenece en la vida (Villaescusa, 2006; Fericgla, 2013; Loizaga-Velder, 2013).

También, la Ayahuasca sea consumida en corto o largo plazo provoca el incremento la sensibilidad corporal, lo que hace que las personas puedan conectarse con su cuerpo y entender lo que está pidiendo, pudiendo adquirir la habilidad para manejar sensaciones corporales (Shanon, 2013).

Cabe señalar que, al superar el malestar mencionado anteriormente, las personas se sienten alegres, reconectados con fuentes de bienestar, salud y energía; un ejemplo claro de lo anterior es que al tomar Ayahuasca, las personas pueden bailar toda la noche sin

fatigarse (Shanon, 2013), incluso reduciendo la angustia que traían previa la toma (Fericgla, 2013).

Respecto del ámbito emocional, se ha encontrado una mayor fluidez, expresión y conciencia emocional, pudiendo mejorar en su comunicación social (Fericgla, 2013).

La Ayahuasca gatilla una sensación de espiritualidad y profunda bondad, en donde la ingesta induce un sentimiento y valoración de la belleza del mundo, atribuyendo a todas las cosas un profundo significado (Shanon, 2013). A su vez se destaca el amor, empatía, compasión a nivel interpersonal, con animales, plantas y la naturaleza en general (Shanon, 2013 p. 356). Esto permite una forma distinta de ver la existencia humana, menos egoísta, con mayor armonía y gratitud, inclusive implicando cambios radicales en los sistemas de creencias, despertando sentimientos religiosos y de espiritualidad (Shanon, 2013). Otro aspecto relevante a mencionar respecto de la religiosidad y espiritualidad es que en todos los contextos vinculados a la toma de Ayahuasca de forma institucionalizada, la ingesta es un ritual sagrado o sacramento (Shanon, 2013).

A su vez, cambia la percepción de qué es un problema, las prioridades en la vida, y qué cosas se modifican en la vida de los participantes a partir de esta vivencia, debido esto al conocer la eternidad o atemporalidad que induce la Ayahuasca, puesto que permite tomar perspectiva (Shanon, 2013). Esto, sumado a una lucidez mental, trabajando con mayor rapidez y creatividad de ideas, que en general tienen que ver con la vida del sujeto en cuestión, induciendo, por ende, un autoexamen psicológico desde las profundidades del ser (Shanon, 2013).

La ingesta de Ayahuasca es muy conocida por las visiones generadas (Shanon, 2013). Las visiones hacen que la persona vea cosas, y con esto se va enseñando de distintas maneras, ya sea mediante episodios de vidas pasadas, metáforas, personificaciones, muerte y renacimiento, entre otros; y esto puede ser como observador de la situación, o actuando en ella (Shanon, 2013). La principal lección que dan cuenta usuarios regulares de Ayahuasca es encontrarse con Dios, lo divino o lo sagrado de la vida (Shanon, 2013).

Grob et al. (1996), estudiaron a con 15 personas que habían tomado Ayahuasca por más de 10 años en UDV, comparando con sujetos control. La mayor parte de los participantes

evaluados de UDV previo al ingreso a la Iglesia tenían desórdenes alcohólicos, depresivos o ansiosos, sin embargo, durante su participación en ella los síntomas han remitido sin recaídas (Grob et al., 1996).

La Ayahuasca puede inducir experiencias sanadoras, brindando posibilidades y potencialidades, revelando sentimientos, estados mentales, situaciones, perspectivas que las personas probablemente no han visto o vivenciado antes, pero depende de la persona si esto tiene un efecto duradero; en el fondo la Ayahuasca es una gran maestra, pero la responsabilidad de hacerse cargo de lo aprendido depende de cada consumidor (Shanon, 2013). Finalmente, es importante mencionar respecto sus efectos subjetivos, que se ven mejores resultados terapéuticos en personas con mayores conflictos previos (Fericgla, 2013).

3.2.5. ¿Contraindicaciones?

Se han realizado numerosos estudios científicos en torno a la Ayahuasca, con el objetivo de evaluar su toxicidad, los efectos farmacológicos, neurológicos y psicológicos que inducen su ingesta, así como su potencial terapéutico (Bouso & Riba, 2011; Santos, 2013; Santos, et al., 2012). A partir de éstos, se ha comprobado de que la Ayahuasca no es un riesgo para la salud de los consumidores (Bouso, et al., 2012; Gable, 2007; Halpern, et al., 2008), no produce dependencia (Gable, 2007) y que, incluso, tiene un importante potencial terapéutico (Barbosa, 2011; Halpern, et al. 2008; Lima, et al., 2011; McKenna, 2004; Thomas et al., 2013). En esta línea, se utiliza terapéuticamente la Ayahuasca en contextos clínicos, donde la ingesta ritual de ésta es utilizada como coadyuvante en el tratamiento de adicciones y otras patologías de salud mental en Perú, Brasil y Canadá (Thomas et al., 2013).

En relación a las contraindicaciones para la ingesta de Ayahuasca, como medida de precaución hasta que se suministre evidencia empírica concluyente, profesionales médicos recomiendan que los fármacos antidepresivos, conocidos como Inhibidores de la Recaptación de Serotonina (ISRS) no se deben utilizar con Ayahuasca (Callaway & Grob, 1998, citado en Blainey, 2013). Esto se debe a la interacción de los ISRS con Inihidores de

la enzima mono-oxidasa, presentes en el brebaje del Ayahuasca, ya que podrían causar una reacción potencialmente mortal, llamada síndrome de la serotonina (Callaway & Grob, 1998 citado en Blainey, 2013). Los esquizofrénicos o psicóticos, no se consideran lo suficientemente estables psicológicamente para manejar la experiencia, sin embargo, en estudios se señala que para los adultos sanos, normales, la ingesta de la sustancia química psicoactiva que se encuentra en la Ayahuasca (DMT), no es un evento de activación para la psicosis sostenida (Gable, 2007, citado en Blainey, 2013). Es más, en este estudio se llega a la conclusión de que cuando se utiliza en ceremonias religiosas, la potencial dependencia al DMT y el riesgo de trastornos psicológicos sostenidos, son mínimos (Gable, 2007).

Al comparar muestras de consumidores regulares de Ayahuasca y no consumidores, se dio cuenta de que no presentan un perfil patológico, además de presentar menor cantidad de síntomas psicopatológicos, mejor rendimiento en tests neuropsicológicos, puntuaciones más altas en la espiritualidad y mostraron mejor adaptación psicosocial mediante rasgos actitudinales como en propósito de la vida y bienestar subjetivo (Bouso et al, 2012).

Está estudiado que la ingesta de Ayahuasca incrementa el flujo sanguíneo en las regiones frontales y pre frontales del cerebro, elicitando modificaciones en los procesos de pensamiento, percepción y emoción, sin inducir el patrón que caracteriza el abuso de drogas al consumirla habitualmente (Bouso et al, 2012). Si bien en un estudio las personas que consumen Ayahuasca tienen tendencia hacia tener nuevas experiencias, se menciona que esto puede ser constructivo en la medida de que estas experiencias puedan ser integradas por la psique (Fericgla, 2013). Y al comparar muestras que consumen habitualmente Ayahuasca con población no consumidora pero que sí pertenece a alguna religión (para aislar el efecto religioso), no hay evidencia significativa de diferencias en este ítem, ni de desajustes psicológicos, deterioro de salud mental o deterioro de índole cognitiva en el grupo de usuarios de Ayahuasca (Bouso et al, 2012).

3.2.6. Aspecto legal

Si bien existe protección legal en algunos países para la Ayahuasca, el uso tiene controversia, puesto que el componente DMT está listado en la Convención de Sustancias

Psicotrópicas de 1971, pero no así las plantas que están poseen naturalmente en su composición el DMT (Bouso et al, 2012), por lo que en muchos lugares el consumo de Ayahuasca está en un vacío legal. En Brasil, Estados Unidos Holanda y Canadá está protegido el uso religioso de la Ayahuasca, mientras que en Perú, Colombia, Ecuador y Bolivia esto está en trámite (Fericgla, 2012).

3.3. Iglesia del Santo Daime

Tal como fue mencionado en el apartado 3.2.1., el Santo Daime es la Iglesia ayahuasquera más antigua que tiene como sacramento la Ayahuasca como (Krippner y Sulla, 2000; Callaway et al., 1999), y la Iglesia más activa a nivel internacional (Tupper, 2008). Se presentarán sus orígenes e influencias, las que son muy relevantes para la comprensión de la religión, para describir posteriormente sus ritos o trabajos, algunos elementos que lo componen y los tipos de trabajos existentes, y sus antecedentes legales.

3.3.1. Orígenes e influencias

La Ayahuasca en la Iglesia del Santo Daime es llamada Daime, que la traducción al español es dame. El fundador de la Iglesia del Santo Daime es el afro-brasileño Raimundo Irineu Serra (más tarde conocido como Mestre Irineu) (Blainey, 2013); quien nace en 1892 en São Vicente do Ferré, Maranhão y el 1912 migra a la Amazonía oeste con un grupo de personas que esperaban hacerse una fortuna como cauchero (MacRae, 1992). Al principio se establece en Xapuri por 2 años, para posteriormente ir a Brasiléa, donde trabaja por 3 años, y después se fue a las plantaciones de caucho de Sena Madureira por otros 3 años; es en este periodo en el que también trabaja como civil para la Comisión Fronteriza, creada por el gobierno federal para mapear la frontera del Acre con Bolivia y Perú. En este periodo conoce la “Ayahuasca” en Perú y Bolivia de parte de caboclos (o mestizos), gracias a unos amigos y a su nombramiento como guardia fronterizo (esto le permite acceder a tierras fronterizas de la Amazona brasileña) (MacRae, 1992; Murilo, 2012; Blainey, 2013).

Al conocer el “vino del alma” como lo llamaba Irineu, se contacta con la Rainha da Floresta (Reina de la selva) o Virgem da Conceição (Virgen de la Concepción) (Blainey, 2013;

CEFLURIS, s/a; Fonseca, 2007). En esta visión la Virgen, le dio la responsabilidad de establecer una nueva Iglesia o línea de trabajo espiritual sincrética, considerando elementos cristianos, amerindios brasileños y orientales, y centrada en la consagración de esta bebida, la cual se expandiría por el mundo entero (Murilo, 2012; McRae, 1992). Se instala en Rio Branco, Acre, Brasil, para liderar esta doctrina, siendo reconocido como maestro por apoyar a todos los que se interesaran en su línea de trabajo, y se empieza a ocupar de la cura espiritual especialmente en casos que la medicina tradicional no ha funcionado (Murilo, 2012). En este periodo empieza a canalizar himnos y cantos que le llegaban de la dimensión espiritual, los que pasarían a formar el himnario o hilo conductor de la doctrina de Santo Daime (Murilo, 2012; Blainey, 2013; Fonseca, 2007; Méndez, 2013). Los seguidores del Santo Daime consideran la fundación de la doctrina en 1930 (MacRae, 1992).

Al fallecer el Mestre Irineu en 1971, dentro de la Iglesia se generan tensiones que implican profundas transformaciones en la doctrina, y a partir de esto, la Iglesia se dividió en varias facciones o líneas (*linhas*) (Fonseca, 2007). La línea que atrajo un mayor número de adeptos fue fundada por el sucesor del Mestre Irineu, el también siringueiro Sebastião Mota de Melo, o “Padrinho Sebastião”, y fue llamada Centro Eclético da Fluente Luz Universal Raimundo Irineu Serra (CEFLURIS), facción que ha sido fundamental en la expansión del Santo Daime (Tupper, 2008; Fonseca, 2007; Groisman, 2004). Desde la década de 1970, CEFLURIS ha atraído a brasileños y extranjeros a sus rituales, lo que con el tiempo llevó al establecimiento de grupos en centros urbanos de Brasil y del mundo, incluyendo Chile (Blainey, 2013; Tupper, 2008). Esta posibilidad de incluir a un gran número de adeptos por parte de la Iglesia tiene relación con su doctrina sincrética, puesto que es se forma a partir de un “amalgama cultural”, combinando una amplia gama de tradiciones religiosas e ideas metafísicas en una nueva religión coherente en sí misma, donde destacan las influencias católicas populares, creencias afro-brasileras, esoterismo europeo, y la técnica chamánica del trabajo con Ayahuasca (Fonseca, 2007; Blainey, 2013; Dawson, 2013). Su expansión fue facilitada por el fenómeno de la globalización, por el uso de la Ayahuasca a mediados de los setenta (Dawson, 2013). Hoy en día los grupos afiliados a CEFLURIS están en Norte y Sudamérica, en la mayoría de los países del oeste de Europa, en algunos del este de Europa, Medio Este, Sudáfrica, Japón, Australia, y Nueva Zelanda (Blainey; Dawson, 2013; Groisman, 2004, 2013; Tupper, 2008, Labate y Jungaberle, 2011). Mundialmente, la Iglesia

del Santo Daime según Oliveira (2011), hoy cuenta con más de 3.000 adeptos. En Chile, el Santo Daime llega en 1990, con una participación activa promedio de 30 miembros.

3.1.2. Ritos: trabajos

3.1.2.1. Elementos de los trabajos: fardados, himnos, corriente.

Los “trabajos” (*trabalhos*) son el rito daimista en los que se consume el sacramento, y como fue mencionado anteriormente, es el elemento central de la ceremonia y de la doctrina (Blainey, 2013; MacRae, 1992; Tupper, 2008). En ellos, todos los participantes aportan y son parte fundamental del ritual (Blainey, 2013; CEFLURIS, s/a). En ellos pueden participar tanto los “Fardados” (uniformado) o participantes de la Iglesia, y aquellos que asisten a los trabajos sin una dedicación oficial, a quienes se les conoce como “firmados” o “visitantes” (Blainey, 2013). Los fardados, al ser parte de la Iglesia, tiene responsabilidades como asistir a todos los rituales, cooperar en la Iglesia, contribuir en los rituales, entre otras cosas (Blainey, 2013). Para esto, es necesario que estudien los himnos, sus letras y la correcta entonación para cantarlos durante las ceremonias (McRae, 1992).

Los himnos, tal como se menciona anteriormente, son parte de la ceremonia, siendo la música un aspecto importante de los rituales del Santo Daime (Blainey, 2013; Tupper, 2009). Los himnos oficiales del Santo Daime se consideran revelados o canalizados, inspirados directamente de las fuerzas espirituales que se manifiestan al tomar el sacramento, por lo que son fuente de sabiduría divina (Blainey, 2013; Tupper, 2008), los que a su vez permiten a los participantes de la ceremonia llegar “a las regiones más altas del astral” (Fonseca, 2007 p. 200) . Además, las principales enseñanzas (*ensinos*) de la doctrina son transmitidas a través de himnos, las cuales son entendidos en mayor profundidad gracias al Daime, y guiando la experiencia generada por el sacramento (Blainey, 2013; Tupper, 2009; CEFLURIS, s/a).

El conjunto de himnos, o hinarios son cantados durante los trabajos, marcado principalmente por sonajas (*maracás*) y en la mayor parte de los casos, acompañados de distintos instrumentos (MacRae, 1992). En ellos se habla de la “Mãe” (“Madre”, “Mãe

Celestial", "Rainha da Floresta", "Divina Virgem Maria" y "Virgem da Conceição"), "Pai" ("Padre", "Pai Eterno" o "Señor Soberano"), elementos de la naturaleza, como la selva, las flores, las estrellas, el viento, el sol, la luna, los árboles, las plantas que se utilizan en la preparación del Daime, entre otros (Blainey, 2013). Otro concepto que es frecuente en los hinarios es el de "Juramidam", que refiere a la principal entidad espiritual que impregna la doctrina y al mismo tiempo se refiere colectivamente a todos los miembros de la hermandad o familia del Santo Daime (Blainey, 2013).

Los himnos, además de la música y bailes realizados en los trabajos aportan para generar la "corriente" (*corrente*) o fuerza espiritual de los trabajos, que protege a los participantes y contribuye a visiones e insights (Blainey, 2013; CEFLURIS, s/a). A su vez, la corriente gatilla una elevación espiritual y expansión de conciencia que sustenta los diversos aprendizajes que ocurren durante el trabajo en cada miembro de la corriente (CEFLURIS, s/a). Para mantener la corriente de forma óptima, los participantes del ritual tienen que estar al tanto y ceñirse a los procedimientos y reglas del trabajo (CEFLURIS, s/a).

3.1.2.2. Tipos de trabajos

Según lo enseñado por el Mestre Irineu, existen distintos trabajos a realizar dependiendo del objetivo, por lo cual existen distintas modalidades del rito, los que están calendarizados para todas las Iglesias (MacRae, 1992; Dawson, 2013).

Los trabajos principales son: festejos, "concentração" (concentración), de cura, "feitio" y misa (Blainey, 2013). Los festejos son considerados festividades conmemorativas para ciertas fiestas religiosas, los cumpleaños de los líderes de la Iglesia o celebraciones, en los que se cantan hinarios y están incluidos en el calendario oficial (MacRae, 1992). En el caso de las concentraciones, también son parte del calendario de ceremonias, donde a través del silencio se promueve el desarrollo espiritual, con visiones, entendimientos y lecciones reveladoras (CEFLURIS, s/a; MacRae, 1992). Por su parte, la cura es considerada un trabajo de sanación, en donde se busca tener un entendimiento de lo que necesito sanar, ver por qué sucedió la enfermedad y de qué forma se puede sanar, ya sea sí mismo o algún cercano (CEFLURIS, s/a; MacRae, 1992). La fabricación del Daime o "feitio", además de ser la producción del brebaje sacramental, es una alquimia espiritual, puesto durante este

proceso también se ingiere Daime, siendo un trabajo físico y espiritual (CEFLURIS, s/a). La misa es una ceremonia solemne parte del calendario oficial en donde sólo hay canto, sin instrumentos (CEFLURIS, s/a; McRae, 1992).

Otras ceremonias, que no están calendarizadas son los bautizos, casamientos y “fardamentos”, en donde el visitante de la Iglesia pasa a ser miembro activo, con responsabilidades hacia la Iglesia, simbolizado esto con la entrega de la estrella de la hermandad (CEFLURIS, s/a). Ya sean visitantes o fardados, para participar de los trabajos las personas tienen que tener una conducta ética y coherente con las enseñanzas de la doctrina, abstinencia sexual de tres días antes y tres días después de cada ceremonia, y una dieta de no comer carnes, ni beber alcohol por el mismo tiempo (CEFLURIS, s/a; MacRae, 1992).

3.1.3. Antecedentes legales

Tal como fue mencionado anteriormente, el DMT presente en la chacruna está incluido en la Lista 1 de sustancias controladas por la Convención de Viena, por lo cual es catalogado como como alucinógeno prohibido (Blainey, 2013; Dawson, 2013; Groisman 2013; Tupper, 2008).

En el caso de Brasil, su gobierno en 1991 reconocen los derechos de uso sacramental del brebaje por grupos como el Santo Daime y la União do Vegetal (UDV) por la libertad de culto, por sobre la preocupación del uso de enteógenos (Tupper, 2008; Labate, 2011). El Santo Daime ha logrado ganar plena legitimidad en Brasil, así como en pequeñas secciones de Europa (Holanda y España) y EE.UU (Oregon) (Blainey, 2013 Dawson, 2013; Groisman 2013; Tupper, 2008), donde los tribunales confirmaron el derecho de los fardados de practicar su religión.

Esta no ha sido la suerte de países como Holanda, Australia, Bélgica, Alemania, España, Francia, Canadá, Italia y el Reino Unido, puesto que durante los últimos diez años sus partidarios se han enfrentado a acciones legales (Blainey, 2013; Groisman 2013; Tupper, 2008).

La Iglesia del Santo Daime presenta retos inesperados sobre la opinión de la sociedad, puesto que genera tensiones entre la justicia penal, los intereses de la salud pública y de derechos humanos, por lo cual es relevante para los distintos actores de la sociedad llegar a un consenso respecto de este tipo de situaciones, donde el consumo de sustancias enteógenas se resisten a las conceptualizaciones y categorizaciones de abuso de drogas ilegales tradicionales (Tupper, 2008).

4. OBJETIVOS

4.1 Objetivo general

- Explorar cómo influye la participación en la Iglesia del Santo Daime, incluyendo la ingesta regular de Daime, en la manifestación de la auto-compasión y sus distintos componentes.

4.2. Objetivos específicos

- Explorar el componente “amabilidad hacia sí mismo” en usuarios regulares de Ayahuasca, visitantes y/o fardados de la Iglesia del Santo Daime de Santiago de Chile previa y durante su participación en la Iglesia.
- Explorar el componente “juicio crítico” en usuarios regulares de Ayahuasca, visitantes y/o fardados de la Iglesia del Santo Daime de Santiago de Chile previa y durante su participación en la Iglesia.
- Explorar el componente “aislamiento” en usuarios regulares de Ayahuasca, visitantes y/o fardados de la Iglesia del Santo Daime de Santiago de Chile previa y durante su participación en la Iglesia.

- Explorar el componente “comprensión hacia uno mismo” en usuarios regulares de Ayahuasca, visitantes y/o fardados de la Iglesia del Santo Daime de Santiago de Chile previa y durante su participación en la Iglesia.
- Explorar sobre el desarrollo de la auto-compasión en un grupo de usuarios regulares de Ayahuasca, visitantes y/o fardados de la Iglesia del Santo Daime, de Santiago de Chile.

5. METODOLOGÍA

5.1. Tipo de Estudio

La presente investigación es de tipo exploratorio basada en la metodología cualitativa. Su carácter exploratorio radica en que hay escasas investigaciones cualitativas sobre auto-compasión en el mundo, y sólo existe un estudio respecto de la Iglesia del Santo Daime en Chile, que es de Saavedra (2014).

Se utiliza la metodología cualitativa debido a que, como señala Taylor y Bogdan (2008), es la más apropiada cuando el interés de la investigación radica en explorar los procesos subjetivos desde la propia perspectiva de los actores sociales involucrados; además que es la más indicada cuando se tiene poca información sobre el objeto de estudio, como en este caso.

A su vez, este es un estudio transversal debido a que la recolección de datos se realizó sólo en un momento temporal (Hernández, Fernández y Baptista, 2010).

5.2. Técnica de recolección de datos

La recolección de datos se realizó mediante una pauta de entrevista semiestructurada, la cual contó con un guion temático preestablecido otorgando la flexibilidad al entrevistador de introducir preguntas adicionales destinadas a aclarar o profundizar en algún aspecto de interés para la investigación (Hernández, Fernández y Baptista, 2010).

A partir de los objetivos específicos se generaron cuatro ejes claves, orientados a explorar los componentes de la auto-compasión de la versión chilena de la Escala de Auto-compasión (EAC), siendo estos: amabilidad consigo mismo, juicio crítico, aislamiento y comprensión de sí. Estas variables fueron consideradas antes y después de la participación en la Iglesia.

5.3. Selección y características de la muestra

El muestreo correspondió al tipo no probabilístico o dirigido, debido a que los participantes fueron seleccionados en función de características pertinentes al objetivo de esta investigación (Hernández, Fernández y Baptista, 2010). En la selección de los informantes se utilizó una muestra de participantes voluntarios, siguiendo determinados criterios de inclusión y de factibilidad. Como único criterio de inclusión se consideró que los entrevistados sean visitantes y/o fardados que llevaran más de 6 meses participando de la Iglesia del Santo Daime en Chile, debido a la dificultad de acceso a la muestra y su especificidad. Cabe señalar en este punto, que en el tiempo de recolección de datos, otras 2 investigaciones se estaban realizando en la Iglesia.

La muestra está constituida por 8 participantes de la Iglesia del Santo Daime en Chile, de los cuales 7 son fardados y una visitante (que se fardará en diciembre de este año). La media aritmética de edad para este grupo es de 30 años y siendo éstos 5 mujeres y 3 hombres. Participando de la Iglesia, ya sea como visitante y/o fardado según corresponda, tiene la muestra una media aritmética de 3,5 años.

La proporción de participantes fue definida a partir del criterio de saturación teórica, es decir, hasta que los datos recolectados no agregaron nueva información para concluir los objetivos de investigación (Hernández, Fernández, y Baptista, 2010).

5.4. Procedimiento empleado para la obtención de datos

Se diseñó una pauta de entrevista en base a los objetivos de la investigación, la cual se piloteó con una entrevistada de una muestra piloto. Dicha entrevistada cumplía con la

característica de estar participando al menos 6 meses de un grupo de desarrollo personal. Es por esto que esta entrevista no se incluyó en el análisis final de los datos.

Sobre el acceso a la muestra, tras contactarse con el Concejo de la Iglesia¹ y obtener su permiso para realizar la investigación, a los interesados en participar del estudio se les entregó una carta de consentimiento informado, la aplicación de una ficha de datos interés de auto-reporte con variables socio-demográficas, y la Escala de Auto-compasión, correspondiente a la investigación cuantitativa realizada en paralelo. En esta ficha, a los participantes se les invitó a dejar sus datos a quienes estuvieran interesados en participar de una entrevista sobre el mismo tema. A partir de estos datos se fue contactando aleatoriamente a los participantes.

En cuanto a la realización de las entrevistas, se mencionó a los entrevistados la cláusula de confidencialidad y la posibilidad de retirarse de la investigación cuando estimaran conveniente, así como características generales de la investigación, la duración aproximada de la entrevista, la utilización de grabadora y la aclaración de dudas.

De este modo, se efectuaron 8 entrevistas en total, de una duración aproximada que oscila entre 35 a 65 minutos. Las 8 entrevistas fueron consideradas en la investigación.

5.5. Método de análisis de datos

El análisis de esta investigación fue desarrollado bajo los parámetros de la Teoría Empíricamente Fundamentada o Grounded Theory. La teoría fundamentada plantea la realización de tres etapas de codificación: abierta, selectiva y teórica. En la presente investigación el análisis sólo se realizó la codificación abierta, en donde se fragmentan, comparan, conceptualizan y agrupan los datos recogidos en categorías. (De la Torre et al., 2008). Esta elección de sólo realizar parte de la codificación propuesta por esta teoría se

1 El Concejo de la Iglesia son los representantes de la Iglesia que sesionan semanalmente respecto de los temas contingentes de ésta.

debe a que la investigadora cumple los objetivos de la presente memoria con esta codificación.

En cuanto a las principales estrategias de este método de análisis, se utilizó el muestreo teórico y el método de comparación constante. El muestreo teórico se caracterizó por su constitución progresiva a lo largo de la investigación, donde la inclusión de los participantes surgió a partir de la recolección, análisis y categorización que se fue realizando con los datos obtenidos (De la Torre et al., 2008).

Por otra parte, la estrategia de comparación constante resultó de la búsqueda de similitudes y diferencias durante el proceso de análisis, tras lo cual fue posible encontrar regularidades en torno a los fenómenos estudiados, y permitiendo el descubrimiento de nuevas relaciones y dimensiones tipológicas. Esto contribuyó a un refinamiento del análisis a lo largo de la investigación, entrelazando las actividades de la recolección de datos, codificación, análisis e interpretación (De la Torre et al., 2008).

5.6. Aspectos éticos

Los participantes fueron informados respecto de la confidencialidad de sus datos, posibilidad de retirarse de la investigación si lo querían, objetivos de la investigación, la duración aproximada de las entrevistas y la utilización de grabadoras como medio de registro de ser autorizado por ellos. Además, todo esto fue respaldado por el acuerdo de confidencialidad firmado en la parte cuantitativa del estudio, que está adjuntado en los anexos. Acorde a lo anteriormente señalado, cada uno de los voluntarios que participó de esta investigación fue por su interés propio.

5.7. Criterios de Rigor Científico

Se estableció una definición preliminar del objeto de estudio y de los objetivos de la investigación, privilegiando una aproximación al fenómeno mediante los datos obtenidos en el transcurso de la investigación. Asimismo, se destaca en esta investigación la flexibilidad,

que es característica de los estudios cualitativos (Rodríguez, Gil y García, 1996), en tanto se fueron incorporando nuevos elementos emergentes.

Los resultados son presentados según la categorización de los relatos de los participantes, garantizando la fidelidad de la investigación mediante citas de los relatos expresados, expuestos de manera transparente (Krause, 1995).

6. RESULTADOS

A partir de los objetivos planteados en la presente investigación, en este capítulo se presentan las cuatro categorías de manifestaciones de auto-compasión como categorías principales de los resultados, las que fueron definidas por la investigadora. Éstas corresponden a una adaptación de la conceptualización de la adaptación chilena de la Escala de Auto-compasión, y fueron las guías de las temáticas para la realización de la pauta de entrevista. Elementos de la Iglesia del Santo Daime de Santiago de Chile que favorecen el desarrollo de la auto-compasión

1. Amabilidad a sí mismo
2. Juicio crítico
3. Aislamiento
4. Comprensión de sí
5. Elementos de la Iglesia del Santo Daime de Santiago de Chile que favorecen el desarrollo de la auto-compasión

En los casos que fueron necesarios, se presentan subcategorías que profundizan lo encontrado en la investigación, apuntando a una comprensión más amplia y compleja del fenómeno. A continuación se presentan los resultados obtenidos con sus discursos más representativos y correspondientes. A su vez, se hará una distinción en función de su presencia previo el ingreso a la Iglesia del Santo Daime, o si se manifiesta esto de forma posterior. Lo anterior debido a que en las entrevistas se describieron diferencias importantes a consignar en estas 2 instancias.

6.1. Amabilidad a sí mismo

Esta categoría pretende rescatar la percepción y las distintas formas que los participantes han sido y son amables consigo mismos. Como se mencionó anteriormente, se presentarán los discursos pertenecientes a los participantes previa y posterior su participación en la Iglesia. Los participantes, previo al ingreso a la Iglesia describen principalmente formas concretas en las que tienen carencia de amabilidad hacia sí. En cambio, posterior a su participación en la Iglesia del Santo Daime, hay una toma de consciencia amorosa y un cambio de comportamiento a partir de lo anterior.

6.1.1. Amabilidad a sí mismo previo el ingreso a la Iglesia del Santo Daime

Se describe una forma poco amable de tratarse a sí mismo, sin respeto, y sin mucha consciencia de que las implicancias de estos actos en sus vidas. Las formas en las que esto se presenta en sus vidas son excesos en alcohol, promiscuidad y elección de pareja, relaciones amistosas tóxicas, y relaciones familiares violentas.

6.1.1.1 Exceso de alcohol

Dentro de las conductas poco amables hacia sí mismos previa la participación en la Iglesia, surge como discurso el exceso de alcohol, siendo una ingesta recreativa usada de forma frecuente, incluso catalogada como droga. Esta conducta se presentaba en la adolescencia de los participantes.

“¿Y cuál fue la droga? La droga fue el alcohol, y fue una droga lícita. Entonces, yo antes cuando estaba acá yo no bebía, pero con 19 ó 20 años me volví un curao allá en Valparaíso, solo, así me gastaba toda la plata en copete (...) iba a un lugar y no lo pasaba bien si no tomaba, era fome. Y un día me acuerdo que estoy con un tío y el tío me dijo weon sabí que siempre que estoy contigo estay curao.” (I,16)

6.1.1.2. Promiscuidad y confusa elección de pareja

Otra conducta que describe la percepción de ser poco amable consigo es la promiscuidad, o sea, no cuidar de sí respecto de la sexualidad al tener relaciones con personas no conocidas, siendo incluso valorado esto como un acto de agresión hacia sí.

“Yo antes de entrar a Daime, no era amable conmigo misma, no me tenía respeto en cuanto a la sexualidad. Yo me metía con cualquier loco, yo me entregaba con quien fuera. Eso era porque yo no valoraba mi templo. Mi cuerpo, mi sexualidad.” (VI, 40)

A su vez, la elección de parejas no se vinculaba a valores o en una proyección de vida en común, sino que con formas de no ser amable consigo mismo, por ejemplo, excesos de alcohol mencionados anteriormente.

(...) de hecho, las mujeres con quien salía, una niña que no tomara era fome. ¿Cómo voy a salir con una santurrón? Fome. ¿Con quién me gustaba salir?, con la que le ponía po’, porque la que le ponía era más simpática.” (I, 41)

6.1.1.3. Presencia excepcional de amabilidad a sí

Sobre la presencia de amabilidad a sí mismo previo el ingreso a la Iglesia, se presenta de forma evidente y excepcional en una de las entrevistadas. En este sentido, da cuenta de que siempre ha sido cuidadosa consigo misma, debido a su historia familiar, considera que eso es suficiente malestar en su vida como para hacerse daño con otras cosas.

“...yo hablaba con una amiga. Ella se reía de mi porque, yo le decía mira, tenía tantos problemas cuando era chica en mi casa, que no estaba para estar con gente y pasarlo mal po, con tu pareja (...). Si me caga, chao. Lo pateo y me da lo mismo, porque se nota que no me quiere y yo no estoy para dramones ya. Tengo suficiente con los dramas de mi casa para meterme en más atados. ¿Cachay? Como siempre como, cuidándome en ese sentido.” (III, 41)

6.1.2. Amabilidad a sí mismo posterior al ingreso a la Iglesia del Santo Daime

Tal como fue anunciado anteriormente, posterior al ingreso de la Iglesia del Santo Daime y sus ritos, se describe en los discursos de los participantes una toma conciencia de que existen formas más armónicas de vivir, la cual se ve concretamente reflejada en una mentalidad más amable consigo, como también en acciones tangibles que generan una amabilidad consigo, e incluso bienestar físico y psicológico.

6.1.2.1. Cambio de mentalidad respecto a ser más amable consigo

Existe en los participantes, al ser parte de la Iglesia, un cambio de mentalidad o de forma de vivir la vida en la que el ser amable consigo forma parte fundamental, y si bien puede ir en cosas concretas (las que serán mencionadas posteriormente), también está presente en una forma de pensarse y pensar la existencia.

“...la mayor parte del día soy amable conmigo pienso en las cosas que me hacen bien, las acerco, a través de los alimentos o amigos que son amables conmigo, eso es ser amable con uno, no ponerse en riesgo de situaciones que no sean amables, no traer situaciones que no sean amables hacia mí...” (VIII,42)

6.1.2.2. Aceptación y amor a sí mismo/a

Se menciona en los discursos que, al ser amable consigo, los participantes pueden mirarse tal cual son, con sus virtudes y defectos. Es en este contexto que cobra relevancia quererse y amarse, y darse el espacio que merece el participante en su vida.

“ Si yo creo que como en el sentido de observarme porque el Daime me da mucho eso de mostrarme acerca de mi misma, de comprenderme, de abrazarme como te digo, de darme el valor que tengo, ha trabajado mucho el tema de autoestima, del amor hacia mí misma, yo creo que tiene que ver con eso, me ha dado mucho amor, que viene de todo, no es que llegue una energía de amor sino que la siento de mi misma, porque siempre ha estado y crece. Me ha ayudado a poder mirarme sin miedo, a poder mirarme. A no criticarme tanto, a ser más flexible conmigo.” (VII, 70)

6.1.2.3. Dejar el exceso de alcohol

Es relevante mencionar que en el discurso de los participantes está presente la importancia de cambiar comportamientos orientados a no generar armonía. Se describe, entre ellos, dejar la ingesta problemática del alcohol, tanto por los efectos físicos de la borrachera, como por las consecuencias de ésta.

“... tenía 21 y bueno carreteaba mucho (...) entonces el Daime me fue mostrando que era, me exponía a nivel físico y espiritual con el copete, el Daime me fue mostrando, mi primera cura fue con el alcohol. Dejé de tomar alcohol porque sentí que era lo que tenía que hacer

(...) entonces fue un problema de adicción fuerte y yo quería limpiar eso y el Daime me ayudó...” (VII,42)

6.1.2.4. Relaciones de pareja

En caso de que las relaciones de pareja estaban siendo tóxicas, en el discurso de los participantes hay, por lo menos, un cambio en la forma de ver esto, entendiendo que son importantes, y que los valores tienen que estar presentes en esa elección, por ejemplo, el amor a sí.

“Porque...con mis relaciones con los hombres me muevo a través de la carencia, como que ya tengo 35 años, soy mama soltera, quiero una pareja, de repente no me doy el lugar que corresponde, he estado como en ese trabajo.” (V, 33)

Vinculada a esta toma de consciencia de la elección de parejas, se reconoce que existen más cosas a conocer en la pareja con la que quiero estar. A su vez, se valora y se aprecia la diversidad y la complejidad que representa el género con el que se establece la relación de pareja. Incluso, se pueden vislumbrar patrones de comportamientos que generan problemas en las personas sobre este tema.

“Qué sentido... que el universo de las mujeres es súper amplio, pero cuando uno está aislado en el hombre, uno no se involucra en ese lado femenino, no vivencia el lado femenino en uno, entonces invierte en las mujeres o le interesa ciertas cosas sobre las mujeres, pero no se involucra en toda la complejidad que tiene la mujer cachai, entonces uno desde afuera quiere lograr objetivos e invierte en el objetivo que quiere lograr nomás, entonces eso mismo me traía muchos problemas con mis relaciones, y no me daba cuenta entonces se me repetían muchos parámetros como el mismo tipo de personas con el que me relacionaba.” (IV, 45)

6.1.2.5. Espiritualidad

Cabe señalar que dentro de las formas concretas que surgen de los discursos de los participantes tiene relación con la espiritualidad, la que se ve reflejada en orar y conectarse

consigo mismo/a, modificando conductas, que aunque sean pequeños espacios en el día de los participantes, son hábitos fuertes que han tenido efectos concretos en su bienestar.

“Mucho mejor. Me alimento mejor, vivo mejor, rezo, canto, mucho mejor o sea la Iglesia me ha dado todo eso, me ha enseñado que tengo que tener ese espacio un poco más espiritual un poco más de contacto en lugar de conectarme con mi teléfono, conectarme con el exterior, conmigo a través de una pequeña oración o leerla, llamar a dios, que tiene para todos los días una oración entonces en la mañana en vez de ver whatsapp, es leer o acercarse más, pensar un poquito, entonces eso han sido cosas como súper pequeñas que han ido modificando mi vida y me han ido ayudando así como 10 minutos o 30 minutos que te relajen, yo que soy hiperactivo, pero son cosas que me han ayudado de cristo y de la Iglesia.” (VIII, 18)

6.2. Juicio crítico

Tal como fue señalado anteriormente, esta variable también tendrá la distinción previa y posterior la participación en la Iglesia, por la riqueza de su contenido. Previo al ingreso a la Iglesia del Santo Daime, existe el discurso de falta de consciencia de su vida, y en contraposición también el que tiene consciencia de las cosas que hace, sin embargo da cuenta de sentir culpa y ser muy autoexigente. Ambas son valoradas de forma negativa por los participantes. Posterior a su ingreso en la Iglesia, éste cambia a tomar consciencia de ser autocrítico en casos que no existía consciencia, y en buscar el perdón y la sanación en los casos que presentan el segundo discurso.

6.2.1. Juicio crítico previo el ingreso a la Iglesia del Santo Daime

Previo al ingreso a la Iglesia del Santo Daime, se presentan dos tipos de discurso. Uno, que describe una falta de consciencia de su vida y las acciones que realizan en ésta, por lo que no hay juicio ni reflexiones al respecto. El otro tipo de discurso existente entre los participantes da cuenta que éstos si tienen consciencia de las cosas que hacen, sin embargo está asociado a sentir culpa y ser muy autoexigente. Ambos discursos son valorados de forma negativa por los participantes.

6.2.1.1. Falta de consciencia de su vida

Tal como fue descrito anteriormente, existe un grupo que previo a la entrada a la Iglesia da cuenta en su discurso que no tenían consciencia de lo que realizaban en su vida, y si esto traía consecuencias o no. A partir de esto, se observa una ausencia de juicio (más allá si era crítico o no), con una falta de reflexión respecto de las propias acciones.

“La verdad no, es que mi vida era tan básica (...) estaba como viviendo con lo básico, o sea sin ningún nivel de aspiración humana, me daba lo mismo yo contento como los curaitos, con mi cajita de vino el fin de semana y el domingo estudiando, con eso quedaba bien.” (I, 45)

6.2.1.2. Culpa por la forma de llevar su vida

En cambio, otros participantes describen explícitamente un desacuerdo con sus comportamientos, arrepintiéndose de aquello y llegando inclusive a tener sentimientos de culpa, relatando que realizar estas acciones es un castigo, por lo que, son valoradas de forma negativa y no deseable por los participantes.

“... es culpa, uno se castigaba, sobre todo se tratan de castigar porque no entienden su parte más íntima (...) Entonces uno tiende a castigarse o ver las cosas muy malas o ver una situación y ver todo lo malo de esa situación y te castigas, esto pudo haber sido así, no fue así, pucha que las cagué.” (IV, 36)

6.2.2. Juicio crítico posterior al ingreso a la Iglesia del Santo Daime

Como parte del proceso de toma de consciencia respecto de la forma de vivir, los participantes que previo el ingreso a la Iglesia no presentaban consciencia de sus acciones, en su discurso se presenta una manifestación clara de juicio crítico hacia sí. Lo interesante, es que esa presencia de juicio es un aspecto que están buscando mejorar con su participación en la Iglesia y/o en la vida cotidiana.

6.2.2.1. Toma de consciencia del juicio crítico hacia sí

Al tomar consciencia de su actuar, o sea, al darse cuenta de qué están haciendo en su vida, los discursos de los participantes tienen un tinte autocrítico pero con ganas de superar eso, de disculparse y aceptarse tal cual son.

“... buena pregunta, porque yo soy bastante autocrítico, y aparte de ser autocrítico, creo de que este es el conflicto que estoy en estos momentos trabajando, que es el perdón interno, yo soy muy crítico conmigo mismo...” (I, 39)

Lo interesante de algunos de los discursos en esta línea tiene relación con aceptar el error como algo que va a pasar, pero que hay distintas formas de tomarlo, siendo la vía de aceptación la orientadora al bienestar del participante.

“Ahh sí, yo comencé a trabajar mucho el perdón, yo era súper castigadora, como que antes me castigaba mucho, era siempre mi culpa, me sentía súper culposa (...) De repente cuando me equivocaba en el trabajo, me decía como soy tan pava, como estoy pensando en eso y perdía tiempo castigándome mentalmente en vez de decir me equivoque.” (II, 22)

6.2.2.2. Sanación del juicio crítico hacia sí

En algunos participantes, posterior a su ingreso en la Iglesia, el flexibilizar sus estándares ha generado una disminución de manifestación de juicio crítico. Este pensamiento puede permear partes de su discurso, o su relato en su conjunto.

“Pero yo he ido, aprendí a soltar po, como que en el fondo, hubo un lado de mí que me decía así como ¡Oh te vas a atrasar, y te va a ir mal, y ¡bla bla bla! Pero había otro lado de mí que era como, pucha, al principio yo quería estudiar astrología, no lo pudiste hacer, porque no teniai tiempo, no estoy viviendo feliz po. La vida se vive ahora.” (III, 44)

Tomar una perspectiva mayor de sus actos también ha colaborado a disminuir el juicio crítico de los participantes, lo cual se ve reflejado en su discurso, con la capacidad de ver de forma más completa la situación y entendiendo de que es parte de la vida.

“...eso es un castigo, ver las cosas negativas porque es tan simple como cambiar el switch y también puedes sacar cosas buenas y solo es un proceso de aguantar ver los pro, no los

contras en una situación (...) en la vida siguen pasando cosas siempre pero en verdad es una etapa más de relajo no me tomo las cosas tan a pecho..." (IV, 37)

6.3. Aislamiento

El aislamiento estuvo en el discurso de los participantes previo el ingreso a la Iglesia en algunos casos. En el caso de la ausencia del aislamiento posterior a ser parte de la Iglesia, es relevante mencionar que existe una variedad en la forma en que los participantes describen esto.

6.3.1. Aislamiento previo el ingreso a la Iglesia del Santo Daime

Se menciona en algunos relatos la desconexión con otros y vivencia de sufrimiento previo a entrar en la Iglesia, incluso llegando al nivel de victimización y sobreidentificación con sus problemas.

"Antes me sentía mucho más sola que ahora. Antes antes, mucho antes de entrar al Santo Daime, me sentía muy sola y sufría por eso. Me sentía más sola que lo normal, como que yo era más sola que los demás. Víctima igual." (VI, 43)

6.3.2. Aislamiento posterior al ingreso a la Iglesia del Santo Daime

La ausencia de vivencia de aislamiento es transversal en el discurso de los participantes una vez estando participando de la Iglesia. En esta línea, surge la mayor diversidad de manifestaciones de sentirse conectados a otro, comprendiendo esto de forma amplia. Como subcategorías se describen conexión consigo, conexión con los "hermanos" y conexión con lo divino, los cuales se describirán en los siguientes puntos.

6.3.2.1. Conexión consigo

Para los participantes que mencionaron la conexión consigo como ausencia de aislamiento, describen que en momentos complejos de su vida, el tener espacios de conexión consigo, en soledad, son necesarios y anhelados, aunque les guste compartir con sus amigos.

"... emm gusta estar sola, y lo necesito igual de vez en cuando, pero es poco porque igual tengo una vida así como súper intensa, social así, la Iglesia te quita harto tiempo, más las

amigas, igual tengo proyectos con amigas, así que siempre, con harta gente, pero cuando estoy sola lo disfruto...” (V, 40)

Incluso, se aprecian los estados de soledad como momentos en los que la creatividad se hace presente en los participantes.

“...como soledad, yo igual soy una persona ermitaña, soy más buena artista más para adentro, introvertida, entonces la situación de soledad está presente en mi vida porque la necesito para poder crear.” (VII, 68)

6.3.2.2. Conexión con los “hermanos”

Parte muy valorada por los participantes de la Iglesia del Santo Daime es el grupo humano, o los “hermanos” miembros de la Iglesia. Esto, porque como fue mencionado anteriormente, comparten las responsabilidades e intereses de la Iglesia, generando vínculos amistosos que van más allá de los momentos proporcionados por ésta.

“... me gustó la comunidad, la hermandad que se formaba, el sentimiento, el grupo de personas era tan bonito, tan diferente a mis otros grupos deportivos, que eran competitivos, mis amigos, entonces este grupo rema para otro lado, un lado que siento un llamado más fuerte, un llamado más orgánico, mucho más cercano, creer un poco más en las cosas bonitas de la vida, no andar compitiendo, eso como que me motivó, el grupo humano que se forma en la Iglesia, lo que me motivó a volver y volver y volver”. (VIII, 5)

Como son un grupo formado, las personas se sienten parte, y saben que pueden contar con ellos en distintas ocasiones. Esto sucede tanto en la Iglesia de Chile, como también en las Iglesias que están presentes en todo el mundo, puesto que cuando la persona es daimista, lo van a recibir abiertamente en cualquier Iglesia.

“Y ahora no, me siento parte, de una hermandad. Sé que no soy imprescindible, pero también sé que soy parte. En este momento presente soy parte entonces ya no me siento tan sola (...) Con el Santo Daime, porque me siento parte de los hermanos, me siento parte de la hermandad, y a donde vaya, porque fuimos a una Iglesia de Buenos Aires y era lo

mismo, y en Brasil igual. Llegas y te sientes parte. Es muy lindo. La gente que es daimista es muy bonita. Hay de todo, mucha diversidad. Pero hay cariño, amor, hay algo que es universal.” (VI, 43)

6.3.2.3. Conexión con lo divino

Cabe señalar en este punto que, debido a que la doctrina del Santo Daime es sincrética, la concepción de lo divino es bastante amplia. Es por esto, que dentro de este punto sentirse acompañado de ángeles, Dios es parte de la conexión y compañía con lo divino.

“Es que yo nunca estoy sola, nunca, tengo ángeles, mis guardianes que siempre están conmigo, está siempre Dios conmigo, entonces yo no, no, no estoy sola, nunca estoy sola.” (II, 58)

Esta conexión con lo divino hace incluso que cuando están físicamente solos se sientan acompañados (a diferencia de previo el ingreso a la Iglesia, donde estando acompañados pueden sentirse solos y aislados de las personas).

“Paso muy sola, paso ene sola. Pero no claro es distinto, porque antes estaba años atrás en la casa de mi familia, de mi mamá, y me sentía sola – estaba con el M. y todo- pero cuando me sentía sola en esa casa me sentía sola porque, oraba y rezaba y ponía música y mantras. Y me auto acogía a mí misma, pero ahora como que me resguardo en algo mucho más allá, mucho más allá de mi misma, que es como Dios.” (III, 34)

Esta conexión con la divinidad también puede ser orientada desde la vivencia de totalidad con el todo y/o con la naturaleza, otros aspectos que también se encontraron dentro de los discursos de los participantes de la Iglesia.

“Un proceso que me dio el Daime es el contacto que uno tiene con todo, es la unidad, la conciencia de saber que estamos todos conectados. Consciencia de que somos responsables de lo que pensamos, de lo que hacemos. Y los procesos personales he tenido un montón de darme cuenta de eso del cariño de la relación con la naturaleza toda, con todo lo que me rodeo como interpretarlo con una nueva lectura.” (IV, 31)

6.4. Comprensión de sí

Previo el ingreso a la Iglesia del Santo Daime, a nivel discursivo existen pocas manifestaciones del componente comprensión de sí, por no mirar desde una perspectiva del aquí y ahora sus procesos. A su vez, se describe una auto descalificación a sensibilidades intuitivas relacionadas con el mundo espiritual y onírico, lo que en muchos de los relatos cambia posterior al ingreso de ellos a la Iglesia, donde este tipo de fenómenos se incrementan y ordenan al participar de los trabajos y las tomas de Ayahuasca, debido a la vivencia de estados ampliados de consciencia, o como llaman los daimistas, conexión con el astral.

6.4.1. Comprensión de sí previo el ingreso a la Iglesia del Santo Daime

Dentro de los discursos de los participantes en torno a este tema, uno de ellos alude a la poca comprensión de sí, por el poco autoconocimiento desarrollado.

“Ahí era más inconsciente de mis errores. Vivía más en un juego de que yo era perfecta y defender esa postura, mostrar sólo eso hacia afuera. Y sabía que había cosas por resolver pero no las veía tan claras, estaban como escondidas (...) Antes de entrar al Santo Daime yo vivía en una fantasía de que mi vida era perfecta, y que todo era bonito. Yo pensaba que me daba puro amor a mí misma.” (VI, 21)

Un relato que surgió en un grupo de participantes, tiene relación con la capacidad que tienen de poder conectarse con otras formas de sabiduría, como sensibilidad a sentir espíritus y recibir información en los sueños. Estos, si bien no son errores o cosas mal hechas, son partes de ellos que no están validando, e incluso queriendo frenar su desarrollo por miedo al rechazo social.

“Me daba miedo, miedo porque era algo que mm, quizás no quería mirar, no tenía las herramientas, entonces como que prefería, en algún momento se cerró eso cuando niña era más, y en la adolescencia yo pedí cerrar la visión porque me perturbaba...” (VII, 52)

6.4.2. Comprensión de sí posteriormente al ingreso a la Iglesia del Santo Daime

La participación en la Iglesia, especialmente durante los trabajos con toma de Daime, enseña a poder comprenderse a sí mismo, puesto que muestra situaciones que han pasado, y con esto conociéndose y aprendiendo nuevos patrones de ser en el mundo. Esta comprensión de sí es mediada, y basada en el amor.

“¡Ah! Eh. La miro con amor. Porque igual, Dios no hace daño, y estaba aprendiendo y tenía que aprender para llegar a donde estoy ahora, entonces eso me conforta y agradezco no más. Es como bonito, antes claro tener esos miedo, y claro ahora como ya no están. A lo mejor, no es que no estén, están pero los veo, como los veo puedo darme cuenta cuando me dejo llevar por eso po. Como que la diferencia mía y de esa l., me da gratitud y agradecida no más de todo eso”. (III, 62)

Además del amor, la comprensión y entendimiento de sí, y de sus errores está mediado por la comprensión de patrones y/o relaciones familiares que antes o no se comprendían, o hasta se odiaban.

“Maravilloso, todo tenía que ser así para yo comprender el aprendizaje de la vida, todo, todo estaba en un momento era como... estaba en el mundo de la ilusión por decirlo de alguna manera, o antes del Daime era así como todo una queja, como ¿Por qué me tocó este papá? ¿Por qué esta mamá? ¡Y porque estoy aquí! ¡No me siento parte de esta familia! ¡Y por qué no sé qué! ¡Y por qué no sé qué! Y todo era una queja y sufrimiento ¡Dios! (grito) si es que existe (sonido sacando la lengua) y sacaba la lengua enojada, enojada... No entendía nada, entonces después del Daime comencé a comprender mis procesos y comencé a entender que yo escogí a mis papas, a mí no me los dieron, yo los escogí, y claro me dijeron aceptamos, estos van a ser tus papas porque uno decide, pero el que toma la decisión es Dios. Después entender que yo escogí a mis papas, que tengo que trabajar en mí, porque escogí esta mamá tan sumisa, frente a un personaje, un espíritu tan fuerte, una mamá sumisa que contuviera esta violencia ¿Y de dónde viene esta violencia?” (II, 14)

Como fue mencionado anteriormente, los participantes tienen una comprensión especial vinculada a la sensibilidad de poder conectar con lo que los daimistas llaman el astral, y todo lo que hay ahí, como espíritus. Esto, es aceptado como natural una vez vivenciados los trabajos, aunque de los entrevistados algunos estaban en proceso de entendimiento

pleno, con el miedo que implica trabajar con dimensiones de índole transpersonal. Cabe señalar, que para otros entrevistados, el tener esta experiencia de apertura del astral conllevó seguridad y comprensión profunda del fenómeno. Esta experiencia en particular, está muy permeada por la doctrina de la Iglesia.

“...me daba miedo, en la noche tenía que dormir con la luz prendida por esa experiencia, entonces el Daime me fue entendiendo, me fue explicando. Claro, mm, ese es el tema del miedo. Pero, como que el Daime me ha ido afinando, lo primero que nada soltar el miedo, confrontar el miedo. Lo primero que sentía es que esto es así, no estoy loca, realmente sucede (...) Yo le decía a mi mamá que veía cosas, y ella es súper como que igual es sensible, mi hermano mayor es súper psíquico, tiene sensibilidad muy grande. Mi familia es así, como así muy única, pero el que más lo trabajó es mi hermano mayor y yo que estoy trabajando con el tema de las lecturas y todo el tema. Pero claro yo pensaba que era un tema. Yo pensé que era algo que no era algo normal en realidad...” (VII, 37)

También provee comprensión a quiénes se les ha abierto la sensibilidad a fenómenos vinculados a espíritu, aunque eso sea un proceso fuerte.

“El poder afrontar las pruebas fuertes que estoy pasando en este momento, descubrir esa parte mediumnica, ese tipo de poder y vivir en paz y armonía dentro de mi vida espírita.” (I, 71)

6.5. Elementos relevantes de los discursos de los participantes de la Iglesia del Santo Daime de Santiago de Chile que podrían favorecer el desarrollo de la auto-compasión.

Dentro de los elementos emergentes que surgen en los discursos de los participantes de la Iglesia del Santo Daime, se pueden desprender algunas temáticas interesantes a consignar en esta memoria, debido a su potencial para generar manifestaciones de la auto-compasión. Específicamente, los participantes mencionan que el Daime es un profesor que opera desde el amor, también de que no todos son para el Daime, y el papel de la música.

6.5.1. Daime es un profesor

El Daime muestra, en su rol de profesor, sobre aspectos a mejorar de sí mismo. Y la forma de mostrar es mediante insights personales, permitiendo que la gente se descubra a sí misma y vaya aprendiendo de forma exponencial, con disciplina (o firmeza).

“...de un salto de cómo era antes a como soy yo ahora, di un salto súper grande, entonces entendí que uno no aprende con la rudeza, sino que aprende con firmeza, que es muy distinto, pero cuando uno aprende con amor es mucho más rápido, entonces yo si me quiero enseñar, me enseñé con amor, yo ya no me estoy enseñando con el castigo.” (II, 52)

Es relevante mencionar que el Daime es el profesor, el que de alguna forma lleva el ritual, pero también son parte de las enseñanzas otros aspectos de la doctrina.

“Es muy importante dentro de nuestra doctrina, es clave, pero no obstante puedes vivir el conocimiento, lo que te dicen los himnos también sin medicina (...). Es importante porque es como la llave para entrar en el reino, entrar en los hinarios, entrar a ti mismo, entrar en el trabajo, entonces le da mucho valor, pero ahora estamos en un proceso en que estamos haciendo trabajo sin Daime, y es una circunstancia que ya hemos pasado antes, no es lo mismo (...) es parte del ritual mismo, de la ceremonia, pero la vida del daimista no consiste solo en ceremonias. “ (IV, 28)

6.5.2. El Daime elige a quiénes enseñar

Los participantes del Santo Daime mencionan en su totalidad que, si bien el Daime es para todos, no todos son para el Daime. También hay consciencia, tal como en el extracto del discurso del apartado anterior, que tiene que ser tomado con mesura, o que se puede aprender también de la no toma del Daime.

“... no es el único vehículo que hay pero si el que me eligió a mí, es el que es para mí . Pero si, puedo pasar tiempo sin tomar sacramento y creo que como iglesia es bueno que nos independicemos del sacramento en algún momento. Es decir por momentos. Que hagamos trabajo sin sacramento creo que es muy bueno, porque no es la idea hacerse adicto ni independiente de la sustancia, porque también tiene su lado material y a veces uno puede caer en el apego (VI, 12)”

6.5.3. Papel de la música

La música es parte fundamental de la participación de la Iglesia del Santo Daime, puesto que una vez a la semana se juntan a ensayar, y en la mayor parte de los trabajos se toca música, además de la práctica que los participantes puedan llevar por su cuenta. Las transformaciones sanadoras que tiene la música en los participantes es increíble, puesto que desarrolla estas habilidades de forma amorosa.

“...que no sabía tocar música y que cantaba pésimo, porque me metieron eso en mi cabeza desde chica. Me costaba y me daba pavor, porque todos lo hacían y yo no. Era un trauma. Y en eso lo pasé mal al principio por la vergüenza a cantar. De a poco a poquito comencé a aprender a cantar y tocar. Esos dos años o año y medio son que no me atreví a cantar (...) sentí el llamado de ir a un trabajo un miércoles y yo sentí que tenía que ir, entonces fui. Y ese ha sido el trabajo más precioso de mi vida. Y ahí que recibí mi voz, me la dieron, ahí canté con voz y con voz y he estado tan contenta que canté fuerte feliz alegre alegre y desde ahí en adelante que tengo voz y soy feliz. Estoy aprendiendo a cantar ahora que ya tengo la voz, a dosificar, a no cantar tan fuerte, (...) y ahora voy a ponerme a tocar tambor, y algún día a tocar guitarra.” (VI, 44)

Además, permite la conexión con el lado creativo, generando gratitud e incluso sanación.

“...Y dejé de lado todo mi lado creativo, entonces como el que Daime, como que más encima complementado con esta cosa de conectarte con los seres divinos, con lo espiritual, (...) Y... eso po, gratitud. Porque me volvió a recuperar todo eso, a ver esa fuerza. Yo siempre le, le hablaba a estas amigas y les decía ¿Te acordai que yo tomaba clases de canto? Y así yo pensaba pucha, Dios quiero curarme a mí y curar al mundo a través de esto. Así como, tú me dices. Y después llega el Daime y el cómo ¡Gracias!” (III, 20)

7. DISCUSIÓN

Este apartado da cuenta de los hallazgos más relevantes de esta investigación, los cuales surgen a partir del análisis de la información obtenida por las entrevistas realizadas, junto con antecedentes previos teóricos y empíricos revisados en la literatura.

A modo general, los discursos de los participantes fueron bastante homogéneos, lo cual coincide con lo mencionado por Ott (2000), que las Iglesias tienen creencias y dogmas, que median e incluso pueden limitar las experiencias. Esto se vio reflejado en la rápida saturación de la información, y la escasa gama de discursos respecto las manifestaciones de auto-compasión.

Respecto al objetivo principal de esta investigación, se ha logrado explorar cómo influye la participación en la Iglesia del Santo Daime, incluyendo la ingesta regular de Daime, en la manifestación de la auto-compasión y sus distintos componentes. En este sentido, a partir de los discursos de participantes se distinguieron las manifestaciones de la auto-compasión, existiendo diferencias en la mayoría de los casos entre momentos previos a su participación en la Iglesia del Santo Daime, y su ingreso y participación posterior. Específicamente, se indagaron y se presentaron en el discurso indicadores de amabilidad hacia sí, juicio crítico, aislamiento y comprensión de sí.

En relación a las manifestaciones de amabilidad a sí mismo, se describen escasas formas de ser amoroso consigo previo a la participación a la Iglesia. En general lo que surgió en las entrevistas fueron formas de vivir poco sanas y armónicas, y prácticamente sin ser consciente de aquello. Esta falta de amabilidad hacia sí se refleja en conductas concretas que merman su bienestar, una de ellas es el exceso de alcohol. Lo interesante es que el discurso de los participantes cambia respecto de este tema al participar de la iglesia, existiendo disminución e incluso abstinencia de la sustancia, por la necesidad de limpiar el cuerpo (además de la dieta que realizan previos los trabajos). Esto hace sentido con la literatura, en la que, dentro de los efectos fisiológicos que produce el consumo de Ayahuasca (y en este caso, Daime), cuando los participantes purgan, se induce a una sanación psicológica al tomar consciencia de sí y contactarse con el cuerpo (Shanon, 2002; Shanon, 2013; Loizaga-Velder, 2013). A su vez, en los efectos subjetivos de las tomas de Ayahuasca, se adquiere mayor consciencia y lucidez de patrones de pensamiento y la posibilidad de ver la realidad de sí de forma más objetiva (Villaescusa, 2006; Fericgla, 2013; Loizaga-Velder, 2013). Esto sumada a la capacidad de amar, de autoconocimiento y autoaceptación que provee el brebaje (Villaescusa, 2006; Fericgla, 2013; Loizaga-Velder, 2013), facilitando la superación las dificultades de la vida. Cabe señalar que, estudios de Grob et al. (1996) en UDV dan cuenta de que los sujetos estudiados previo a la

participación de la Iglesia tenían desórdenes alcohólicos, los que remiten durante la participación; cabe señalar que la Iglesia del Santo Daime y UDV son Iglesias ayahuasqueras con bastantes similitudes en su funcionamiento.

Otra mención relevante de la literatura tiene relación con la utilización terapéutica de la Ayahuasca en contextos clínicos, donde la ingesta ritual de ésta es utilizada como coadyuvante en el tratamiento de adicciones y otras patologías de salud mental en Perú, Brasil y Canadá (Thomas et al., 2013).

Respecto al elemento promiscuidad y elección de pareja, se ve también una considerable diferencia entre el discurso de los participantes previo y durante su participación en la Iglesia del Santo Daime, existiendo una toma de consciencia de que la promiscuidad y la confusa elección de pareja es no ser amable consigo. En esta línea, es importante mencionar que en la literatura se describe que la Ayahuasca tiene la capacidad de inducir experiencias sanadoras, pudiendo revelar sentimientos, situaciones que las personas no han visto y/o vivenciado (Shanon, 2013). En este contexto en particular, al ser la toma de Daime relativamente constante en el tiempo (a excepción de ciertos periodos en que la Iglesia, por diversos motivos, suspende la toma de Daime en los rituales), esta estabilidad en la toma sería la que permita que los participantes puedan mantenerse con la convicción de una elección sana de pareja, en donde la sexualidad es sagrada. Dentro de la Iglesia existen valores aludiendo a la mujer, al hombre, a la pareja y a la sexualidad monógama. Esto se ve complementado con algunos de los efectos de la toma de Ayahuasca, que según Shanon (2013) gatilla una sensación de espiritualidad y bondad, en donde se le atribuye a las cosas un profundo significado, y viendo la existencia humana con mayor armonía. Es por lo anterior, que no sólo se ve un cambio a nivel conductual, sino que con una mentalidad de amor y amabilidad hacia sí de forma general, aceptando quiénes son. Desde esta perspectiva, podemos entender mejor los discursos que los entrevistados presentan en relación a sus cambios consigo y con los otros.

Otra de las subcategorías que surgió posterior al ingreso a la Iglesia es la espiritualidad. Esto podría explicarse en la literatura por el ámbito transpersonal de la Ayahuasca, el cual induce a una espiritualidad, comprendiendo la existencia de un poder más grande de lo que le ocurre a la persona, además de dar renovación espiritual y sentido de propósito en la

vida, reorientación del sistema de valores, sensación de paz interior, bondad, asombro, maravilla, y una nueva perspectiva de la condición humana (Loizaga-Velder, 2013; Shanon, 2013), en una visión más universal. A su vez, el participar de una Iglesia aporta en esto, puesto que esta línea de trabajo espiritual sincrética, posee elementos cristianos, amerindios brasileños y orientales (Murilo, 2012; McRae, 1992). Es relevante considerar que las principales enseñanzas (*ensinos*) de la doctrina son transmitidas a través de himnos, las cuales son entendidos en mayor profundidad gracias al Daime, y guiando la experiencia generada por el sacramento (Blainey, 2013; Tupper, 2009; CEFLURIS, s/a). Es importante mencionar el papel de la “corriente”, la cual es la fuerza espiritual de los trabajos que vincula al grupo energéticamente, protege a los participantes y contribuye a visiones e insights, gatillando una elevación espiritual y expansión de conciencia que sustenta los diversos aprendizajes (Blainey, 2013; CEFLURIS, s/a). Es por lo anterior, que la doctrina promueve la conexión y el desarrollo espiritual de los participantes en sus actividades.

En el proceso de participación dentro de la Iglesia se generan efectos en la amabilidad a sí que podrían valorarse positivamente. Todos los participantes toman consciencia de la relevancia de ser amables consigo, lo que se ve reflejado en darse cuenta que esas conductas no era benéficas para ellos, en alejarse de esos comportamientos, y acercarse a espacios que fomentan un estilo de vida más saludable, entre ellos, el espacio de la Iglesia. Esto coincide con estudios respecto de los niveles de auto-compasión en los participantes de la Iglesia del Santo Daime en Chile, donde se reportaron altos niveles del componente amabilidad hacia si en esta población de forma global (Saavedra, 2014).

Respecto del componente juicio crítico, previo al ingreso y participación en la Iglesia, existe una falta de consciencia de lo que se está viviendo en la vida, sin juicio ni reflexión de las acciones, o por otra parte, exceso de culpa y responsabilidad por las acciones. Sin embargo, al participar de la Iglesia del Santo Daime existe una toma de consciencia del juicio crítico e incluso intenciones de trabajarlo y sanarlo. Este cambio también se pudiese deber a lo que en la literatura describe como efectos de la Ayahuasca, específicamente a una mayor conciencia y lucidez de patrones de pensamiento (especialmente aquellos basados en creencias limitantes y contraproducentes) y actividad consciente, pudiendo ver la realidad interna de manera más objetiva (Villaescusa, 2006; Fericgla, 2013; Loizaga-Velder, 2013), con cambios de percepción de qué es un problema, las prioridades en la vida

(Shanon, 2013). En los casos que no existía consciencia, con la toma de Daime entran en un proceso de mirar sus pensamientos, y por otra parte, los casos en que son excesivamente punitivos, se dan cuenta de sus creencias limitantes vinculadas a la excesiva responsabilidad y culpabilidad. Cabe complementar que, en Saavedra (2014), este punto es evaluado en la población estudiada como medio-bajo, existiendo indicadores que dan cuenta de que existe presencia de juicio crítico, pero no de forma excesiva, concidiendo totalmente con los discursos obtenidos en las entrevistas.

Sobre el componente del aislamiento, dentro de las percepciones de los participantes, existen escasas manifestaciones antes de su ingreso a la Iglesia. Una vez participando de ésta, las manifestaciones de aislamiento prácticamente desaparecen. O sea, y tal como Saavedra (2014) describe, en la Iglesia del Santo Daime se presentan niveles muy bajos en este indicador. En esta línea, la presente investigación aporta nuevos elementos respecto de cómo se manifiesta en el discurso en esta muestra ese no aislamiento, siendo claves en este punto la conexión consigo, con los demás (especialmente sus hermanos de la Iglesia), con la Divinidad. La conexión consigo podría deberse a cómo la Ayahuasca invita a conectarse consigo, primero mediante la purga, en la que se toma consciencia de sí física y emocional (Shanon, 2013). Respecto de la conexión los demás, Shanon describe dentro de los efectos del brebaje el amor, empatía, compasión a nivel interpersonal (2013), mientras que Cott y Rock (2008) dan cuenta de que la ingesta de DMT implica una sensación de familiaridad con el resto. Esto podría invitar a sentirse vinculado a sus compañeros, lo cual se ve reforzado por las características propias de la Iglesia, por una parte existen momentos en los que se juntan, como los ensayos (donde practican los himnos de los “trabajos”), y los “trabajos” en sí mismos, que implican largas jornadas cantando y bailando sin parar, y con purgas y procesos intensos de desarrollo personal. Respecto de la conexión con lo Divino, entre las experiencias gatilladas por la Ayahuasca se encuentra una atribución de profundo significado a todas las cosas (Shanon, 2013), y en el caso del DMT se alude a aprender o ser enseñado sobre verdades del universo; distorsión de la vivencia del tiempo, espacio y sí mismo; sensación de familiaridad (Cott y Rock, 2008).

Desde la conceptualización de auto-compasión todas las manifestaciones de conexión expresadas por los participantes hacen mucho sentido desde el eje humanidad compartida/aislamiento, siendo la humanidad compartida la creencia profunda de ser parte

de algo mayor, en donde muchas personas pueden estar experimentando emociones y pensamientos similares, especialmente en momentos de confusión, miedo, limitación, imperfección y debilidad (Barnard y Curry, 2011; Neff, 2011; Kirkpatrick et al., 2007). Con esto, disminuye el grado de culpa y de auto-crítica, al disminuir el propio juicio se pueden suavizar los sentimientos de aislamiento y soledad (Neff, 2003a). Y esto se puede manifestar de diferentes formas, tales como las presentadas por los discursos de los participantes.

Respecto de la categoría comprensión de sí, los discursos de los participantes dan cuenta de una toma de consciencia gracias a su participación en la Iglesia del Santo Daime, lo cual condice con lo encontrado por Saavedra (2014) en su investigación con la misma población. A su vez, el entendimiento de lo que les pasa a los participantes surge por los objetivos de la cura, el cual es considerada un trabajo de sanación, en donde se busca tener un entendimiento de lo que necesito sanar, ver por qué sucedió la enfermedad y de qué forma se puede sanar, ya sea sí mismo o algún cercano (CEFLURIS, s/a; MacRae, 1992). Y esto puede ser algo físico, psicológico o espiritual. La mediumnidad y el entendimiento de fenómenos extrapsíquicos podrían explicarse debido a la corriente o fuerza espiritual de los trabajos, la cual es una sensación energética de vinculación grupal, que protege a los participantes y contribuye a visiones e insights (Blainey, 2013; CEFLURIS, s/a). La corriente gatilla una elevación espiritual y expansión de conciencia que sustenta los diversos aprendizajes que ocurren durante el trabajo en cada miembro de la corriente (CEFLURIS, s/a), por lo que permitiría la apertura a estas nuevas formas de entender la vida.

8. CONCLUSIONES FINALES

Desde una perspectiva global, los resultados obtenidos en el presente estudio pueden ser agrupados en hallazgos que confirman antecedentes empíricos previos y aquellos emergentes, que aportan temas novedosos.

Sobre antecedentes empíricos previos, se confirman algunos de los efectos documentados en la literatura respecto de la toma de Ayahuasca y/o la participación en la Iglesia del Santo Daime, inclusive en Chile (a nivel cuantitativo, por Saavedra en 2014).

Respecto del aporte novedoso, esta investigación es la primera aproximación cualitativa a la Iglesia del Santo Daime en Chile, en la cual surgen, a partir del discurso de los participantes, manifestaciones de auto-compasión específicas tales como querer a sí mismo, dejar hábitos nocivos, no tener sensaciones de aislamiento, comprenderse cuando las cosas no salen como les gustaría (entendiendo el papel del error en este proceso), entre otros. A su vez, aporta nuevos conocimientos respecto de discursos posibles por parte de personas que presentan, a modo global, niveles significativos de auto-compasión (Saavedra, 2014), considerando que en su mayoría los estudios existentes respecto de la auto-compasión son de metodología cuantitativa. En esta línea, es significativo mostrar que la participación en la Iglesia modifica las manifestaciones de los participantes respecto de los indicadores de la auto-compasión (amabilidad a sí, juicio crítico, aislamiento, comprensión de sí), y esto de forma relativamente homogénea para los participantes. Sería relevante para estudio posteriores explorar, por una parte, cuál es la incidencia de en la Iglesia del Santo Daime (como fenómeno de y, por otra parte, el rol específico que cumple el sacramento, en estos resultados de autocompasión.

9. LIMITACIONES Y PROYECCIONES

Sin embargo, este estudio posee limitaciones, puesto que es una investigación transversal, por lo que la percepción de los participantes previo su ingreso a la Iglesia puede estar teñido por su situación actual. Otra limitación de este estudio, es la autoselección de grupos de consumidores de Ayahuasca por un largo plazo (Fericgla, 2013) y participantes regulares de la Iglesia del Santo Daime. Esto, debido principalmente a que los participantes que no están teniendo efectos deseables con la toma de Ayahuasca y/o la participación en la Iglesia, probablemente dejarán de consumir el brebaje. También se considera una limitación el investigar la Ayahuasca o el Daime, puesto que sus efectos no son solamente las propiedades farmacológicas que pudieran describirse, sino que todo lo que involucra el contexto de la toma (Fericgla, 2013), y en el caso de la Iglesia del Santo Daime, una Iglesia con una historia y cultura propias.

En relación a las proyecciones de este estudio, se sugiere investigar longitudinalmente a esta población respecto de este tema, para comprender en profundidad qué aspectos específicos y en qué momentos la participación en la Iglesia del Santo Daime incide en las manifestaciones de auto-compasión. A su vez, se propone realizar estudios con metodologías cuantitativas, cualitativas y/o mixtas en otras poblaciones religiosas y/o espirituales sin consumo de Daime para comprender a cabalidad el papel de éste en la auto-compasión en población chilena. Todo lo anterior con la finalidad de entender cómo pueden aportar la Ayahuasca en el desarrollo de los seres humanos.

10. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Araya, C. y Moncada, L. (2014) (en prensa). *Autocompasión. Origen, concepto y evidencias preliminares*. Universidad de Chile, Santiago de Chile.
- Araya, C., Moncada, L., Fauré, J., Mera, L., Musa, G., Cerda, J, Fernández, M., Araya, P., Becerra, M., Castillo, R., Concha, F. & Brito, G. (2014) (en prensa). *Adaptation and Validation of the Self-Compassion Scale in a Chilean Context*. Universidad de Chile, Santiago de Chile.
- Baer, R., Peters, J. & Lykins, E. (2012). *Mindfulness and self-compassion as predictors of psychological wellbeing in long-term meditators and matched non meditators*. *Journal of Positive Psychology*, 7(3), 230-238.
- Barbosa, P.C. (2011). Therapeutic perspectives on the acute and post-acute effects of ritual experience with ayahuasca: a case study. En R.G. Santos (Ed.), *The ethnopharmacology of ayahuasca* (pp. 65-74). Kerala, India: Transworld Research Network.
- Barnard, L. & Curry, J. (2011). *Self-compassion: Conceptualizations, correlates, & interventions*. *Review of General Psychology*, 15(4), 289-303.
- Berry, K., Kowalski, K. , Ferguson, L. & McHugh, T. (2010) *An empirical phenomenology of young adult women exercisers' body self-compassion*. *Qualitative Research in Sport and Exercise*. 2 (3). 293 - 312
- Blainey, M.(2013). *A ritual key to mystical solutions: Ayahuasca therapy, secularism and*

- Santo Daime religion in Belgium*. Tesis doctoral en Filosofía no publicada. Universidad de Tulane. Bélgica
- Blatt, S. (1995). Representational structure in psychopathology. En D. Cicchetti & S. Toth (Eds.), *Rochester symposium on developmental psychopathology: Emotion, cognition and representation*, 6 (pp.1-34). Rochester, NY: University of Rochester Press.
- Bouso, J.C., & Riba, J. (2011). An overview of the literature on the pharmacology and neuropsychiatric long term effects of ayahuasca. En R.G. Santos (Ed.), *The ethnopharmacology of ayahuasca* (pp. 54-63). Kerala, India: Transworld Research Network.
- Bouso, J.C., González, D., Fondevila, S., Cutchet, M., Fernández, X., Ribeiro, P.C., Alcázar-Córcoles, M.A., Sena, W., Barbanoj, M.J., Fábregas, J.M., & Riba, J. (2012). *Personality, psychopathology, life attitudes and neuropsychological performance among ritual users of ayahuasca: a longitudinal study*. PLOS ONE, 7(7). doi: 10.1371
- 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.
- Callaway, J.C. (2006). Phytochemistry and neuropharmacology of ayahuasca. En R. Metzner (Ed.), *Sacred vine of spirits: ayahuasca* (pp. 94-116). Rochester, VT: Park Street Press
- CEFURIS (s/a). *Normas de Rituais CEFLURIS*. Recuperado el 06 de mayo de 2014 de, <http://goo.gl/OzdPXp>.
- Cott C. & Rock A. (2008) *Phenomenology of N,N-Dimethyltryptamine Use: A Thematic Analysis*. *Journal of Scientific Exploration*, 22(3), 359–370. Barcelona: Grijalbo.
- Dawson, A. (2013). *Santo Daime: a new world religion*. New York, NY: Continuum Publishing Corporation.
- De la Torre, G., Di Carlo, E., Florido, S., Opazo, H., Ramírez, C., Rodríguez, P., Sánchez, A. y Tirado, J. (2008). *Teoría Fundamentada o Grounded Theory. Máster en calidad y mejora de la educación*. Facultad de formación del profesorado y educación. Universidad Autónoma de Madrid. España.
- Deci, E. & Ryan, R. (1995) *Human autonomy: The basis for true self-esteem*. In M. H. Kernis (Ed.), *Efficacy, agency and self-esteem* (pp.31-49). New York: Plenum Press.

- DeKorne, J., Aardvark, D, & Trout, K. (2000). *Ayahuasca analogues and plant-based tryptamines: the best of the Entheogen Review 1992-1999*. Sacramento, CA: The Entheogen Review.
- 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.
- Dos Santos, R.G., Grasa, E., Valle, M., Ballester, M.R., Bouso, J.C., Nomdedéu, J.F., homs, R., barbanoj, M.J., & Riba, J. (2012). *Psychopharmacology*, 219, 1039-1053.
- Fericgla, J. (2013). *Cambios en el perfil de valores tras una experiencia de Ayahuasca: Comparación de resultados del test Hartman administrado antes y después de una sesión de Ayahuasca en un grupo de voluntarios*. En B.C. Labate & J.C. Bouso (Eds.), *Ayahuasca y salud* (pp. 28-45). Barcelona: La Liebre de Marzo.
- Foxley, V. (2013). *Cinco gotas de sangre: la historia íntima de Antares de la Luz y la secta de Colliguay*. Santiago: Catalonia.
- Gable, R.S. (2007). *Risk assessment of ritual use of oral dimethyltryptamine (DMT) and harmala alkaloids*. *Addiction*, 102, 24-34.
- Germer, C. K. (2009). *The mindful path to self-compassion: freeing yourself from destructive thoughts and emotions*. New York: Guilford Press.
- Germer, C. & Siegel, R. (2011). *Wisdom and Compassion in Psychotherapy: Deepening Mindfulness in Clinical Practice* (pp. 72-92). New York: Guilford Press.
- Gilbert, P., & Irons, C. (2004). *A pilot exploration of the use of compassionate images in a group of self-critical people*. *Memory*, 12(4), 507-516.
- Goldsmith, N. (2011). *Psychedelic healing: the promise of entheogens for psychotherapy and spiritual development*. Rochester, VT: Healing Arts Press.
- Goleman (2000). *Emociones destructivas*. Recuperado 17 de abril de 2014, de <http://goo.gl/Hkq7xu>
- Ghorbani, N., Watson, P. J., Chen, Z. & Norballa, F. (2011). *Self-Compassion in Iranian Muslims: Relationships With Integrative Self-Knowledge, Mental Health, and Religious Orientation*. *International Journal for the Psychology of Religion*. 22(2), 106-118
- Groisman, A. (2004). *Missao e projeto: motivos e contingencias nas trajetorias dos agrupamientos do Santo Daime na Holanda*. *Revista da Estudos da Religião*. (1) 1-18.
- Groisman, A. (2013). "Salud, riesgo y uso religioso" en disputas por el estatus legal del

- uso de Ayahuasca: Implicaciones y desenlaces de procesos judiciales ocurridos en los Estados Unidos. En Labate, B. y Bouso, J. (Eds.), *Ayahuasca y Salud* (pp. 245-266). Barcelona: La liebre de marzo.
- Halpern, J.H, Sherwood, A.R., Passie, T., Blackwell, K.C., & Ruttenber, A.J. (2008). *Evidence of health and safety in American members of a religion who use a hallucinogenic sacrament*. *Medical Science Monitor*, 14(8), 15-22.
- Hanh, T. N. (1994). *Ser paz; El corazón de la comprensión: comentarios al Sutra del corazón*. Madrid: Neo Person.
- Hanh, T. N. (2002). *La ira: el dominio del fuego interior*. Barcelona: Ediciones Oniro.
- Hanh, T. N. (2004). *Construir la paz*. Barcelona: RBA.
- Hanh, T. N. (2009). *Beyond the Self Teachings on the Middle Way*. Berkeley: Parallax Press.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2010). *Metodología de la Investigación*. México, D.F.: McGraw-Hill Interamericana.
- Kaspersen, M. & Hårklau, H. (2008). Emotional processing - Psychotherapy and altered states of consciousness: Principles, therapeutic possibilities and challenges. *Psykologisk tidsskrift* .(3), 19-25.
- Kabat-Zinn, J. (2004). *Vivir con plenitud las crisis: Cómo utilizar la sabiduría del cuerpo y de la mente para afrontar el estrés, el dolor y la enfermedad*. Barcelona: Editorial Kairós.
- Kirkpatrick, K., Neff, K. & Rude, S. (2007). *An examination of self-compassion in relation to positive psychological functioning and personality traits*. *Journal of Research in Personality*, 41, 908-916.
- Kornfield, J. (2008). *The wise heart: a guide to the universal teachings of Buddhist psychology*. New York: Bantam Books.
- Krause, M. (1995). *La investigación cualitativa: Un campo de posibilidades y desafíos*. *Revista Temas de Educación*, 7, 19-40.
- Krippner S. y Sullla J. (2000) Identifying spiritual content in reports from ayahuasca sessions. *The International Journal of Transpersonal Studies*. 19(1), 59-76.
- Labate, B.C. & Bouso, J.C. (2013). Cura, cura cuerpecito: reflexiones sobre las posibilidades terapéuticas de la Ayahuasca. En B.C. Labate & J.C. Bouso (Eds.), *Ayahuasca y salud* (pp. 28-45). Barcelona: La Liebre de Marzo.

- Labate, B.C. (2010). *Ayahuasca, ritual and religion in Brazil*. Durham, GB: Equinox Publishing.
- Labate, B.C. (2011). *Paradoxes of ayahuasca expansion: the UDV-DEA agreement and the limits of freedom of religion*. *Drugs: Education, Prevention and Policy*, 19(1), 19-26.
- Labate, B.C., & Jungaberle, H. (Eds.) (2011). *The internationalization of ayahuasca*. Hamburg: Lit Verlag.
- Labate, B.C., MacRae, E., & Goulart, S.L. (2010). Brazilian ayahuasca religions in perspective. En B.C.
- Labate, B.C., Santos, R.G., Strassman, R., Anderson, B., & Mizumoto, S. (2013). Efectos de la afiliación al Santo Daime sobre la dependencia a sustancias. En B.C. Labate & J.C. Bouso (Eds.), *Ayahuasca y salud* (pp. 302-310). Barcelona: La Liebre de Marzo.
- Lamb, L. & Neff, K. (2009). *Self-Compassion*. En S. Lopez (Ed.), *The Encyclopedia of Positive Psychology* (pp. 864-867). Blackwell Publishing.
- Leary, M, Tate, E, Adams, C, Allen, A & Hancock, J. (2007). *Self-compassion and reactions to unpleasant self-relevant event: The implications of treating oneself kindly*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92 , 887-904.
- Lieber, M.B. & Prickett, J. (2012). *Hypotheses regarding the mechanisms of ayahuasca in the treatment of addictions*. *Journal of Psychoactive Drugs* 44(3):200-208.
- Lima, F., Ribeiro, L., Machado, J.P., Pinto, J.P., Quevedo, J., Souza, J.A., & Hallak, J.E. (2011). The therapeutic potential of harmine and ayahuasca in depression: evidence from exploratory animal and human studies. En R.G. Santos (Ed.), *The ethnopharmacology of ayahuasca* (pp. 75-85). Kerala, India: Transworld Research Network.
- Loizaga-Velder, A. (2013). A psychotherapeutic view on the therapeutic effects of ritual ayahuasca use in the treatment of addiction. *Bulletin*, 23(1), 36-40.
- Luna, L. E. (1984). *The Concept of Plants as Teachers among Four Mestizo Shamans of Iquitos, Northeastern Peru*. *Journal of Ethnopharmacology*, 11, 135-156.
- Luna, L.E. (2011). Indigenous and mestizo use of Ayahuasca. An overview. En R.G. dos Santos (Ed.), *The Ethnopharmacology of Ayahuasca* (pp. 1-21). Kerala, India: Transworld Research Network.

- MacRae, E. (1992). *Guiado pela lua: xamanismo e o uso ritual da ayahuasca no culto de Santo Daime*. São Paulo: Brasiliense.
- McKenna, D. (2004). *Clinical investigations of the therapeutic potential of ayahuasca rationale and regulatory challenges*. *Pharmacology and Therapeutics*, 102, 111-129.
- Méndez, M. (2010). *Ayahuasca: medicina amazónica en el debate*. *Uno Mismo*, 239, 28-33.
- Méndez, M. (2013). *Psicofármacos y Espiritualidad: La Investigación con Sustancias Psicodélicas y el Surgimiento del Paradigma Transpersonal*. *Journal of Transpersonal Research*, 5 (1), 36-57.
- Metzner, R. (2006). Amazonian vine of visions. En R. Metzner (Ed.), *Sacred vine of spirits: ayahuasca* (pp. 1-39). Rochester, VT: Park Street Press.
- Murilo, J. (2012). La historia del Santo Daime y sus mitos tal y como comenzó con el Mestre Irineu y el Padrinho Sebastião. En C. Naranjo, *Ayahuasca: la enredadera del río celestial* (pp. 483- 498). Barcelona: La Llave
- Naranjo, C. (2012). *Ayahuasca: la enredadera del río celestial*. Barcelona: La Llave.
- Naranjo, P. (1986). La ayahuasca en la arqueología ecuatoriana. *América Indígena*, 46(1), 117-127.
- Neff, K. D. & Yarell, M. (2012). *Self-compassion, Interpersonal Conflict Resolutions, and Well-being, Self and Identity*. Psychology Press. Recuperado el 7 de abril de 2014 desde: <http://dx.doi.org/10.1080/15298868.2011.649545>
- Neff, K. (2003a). *The Development and Validation of a Scale to Measure Self-Compassion*. *Self and Identity*, 2(3), 223-250.
- Neff, K. (2003b). *Self-Compassion: An Alternative Conceptualization of a Healthy Attitude Toward Oneself*. *Self and Identity*, 2(2), 85-101.
- Neff, K. (2009). *The Role of Self-Compassion in Development: A Healthier Way to Relate to Oneself*. *Human Development*, 52(4), 211-214. doi: 10.1159/000215071
- Neff, K. (2011). *Self-Compassion, Self-Esteem, and Well-Being*. *Social and Personality Psychology Compass*, 5(1), 1-12.
- Neff, K. (2012). The science of self-compassion. En C. Germer & R. Siegel (Eds.), *Wisdom and Compassion in Psychotherapy: Deepening Mindfulness in Clinical Practice* (pp. 72-92). New York: Guilford Press.

- Neff, K. D., & Germer, C. K. (2013). *A pilot study and randomized controlled trial of the mindful self-compassion program*. *Journal Of Clinical Psychology*, 69(1), 28-44.
- Neff, K. D., & Vonk, R. (2009). Self-compassion versus global self-esteem: Two different ways of relating to oneself. *Journal of Personality*, 77, 23–50.
- Neff, K. D., Kirkpatrick, K. L., & Rude, S. S. (2007). *Self-compassion and adaptive psychological functioning*. *Journal of Research in Personality*, 41(1), 139-154. doi: 10.1016/j.jrp.2006.03.004
- Neff, K., Pisitsungkagarn, K. & Hsieh, Y. (2008). *Self-compassion and self-construal in the United States, Thailand, and Taiwan*. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 39, 267-285.
- Ott, J. (2000). *Pharmacothéon: drogas enteogénicas, sus fuentes vegetales y su historia*. Barcelona: La Liebre de Marzo.
- Polari, A. (2010). *The religion of ayahuasca: the teachings of the church of Santo Daime*. Rochester, VT: Park Street Press.
- Reyes, D. (2012). *Self-compassion: a concept analysis*. *Journal of holistic nursing: official journal of the American Holistic Nurses' Association*, 30(2), 81-89.
- Riba, J., Rodríguez-Fornells, A., Urbano, G., Morte, A., Antonijoan, R., Montero, M., Callaway, J.C., & Barbanoj, M.J. (2001). *Subjective effects and tolerability of the South American psychoactive beverage ayahuasca in healthy volunteers*. *Psychopharmacology*, 154, 85-95.
- Saavedra, C. (2014). *Ayahuasca y auto-compasión: Un estudio cuantitativo en la iglesia del santo daime en santiago de chile*. Memoria para optar al título de psicóloga, Universidad de Chile.
- Santana, I. (2013). Cura espiritual, biomedicina e intermedicalidad en el Santo Daime. En B.C. Labate & J.C. Bouso (Eds.), *Ayahuasca y salud* (pp. 169-192). Barcelona: La Liebre de Marzo.
- Schultes, R.E., & Hofmann, A. (2000). *Plantas de los dioses: orígenes del uso de los alucinógenos*. México, D.F.: Fondo de Cultura Económica.
- Seligman, M. & Csikszentmihalyi, M. (2000). *Positive psychology an introduction*. Recuperado el 22 de mayo, de <http://psych.upenn.edu/seligman/apintro.htm>
- Shanon, B. (2002). *The antipodes of mind: charting the phenomenology of the ayahuasca experience*. Oxford, NY: Oxford University Press.

- Shanon, B. (2013). Momentos de 'insight', sanación y transformación: un análisis fenomenológico cognitivo. En B.C. Labate & J.C. Bouso (Eds.), *Ayahuasca y salud* (pp. 348-376). Barcelona: La Liebre de Marzo.
- Shapiro, S. L., Brown, K. W., & Biegel, G. M. (2007). *Teaching self-care to caregivers: Effects of mindfulness-based stress reduction on the mental health of therapists in training*. *Training and Education in Professional Psychology*, 1(2), 105-115. doi: 10.1037/1931-3918.1.2.105
- Strassman, R. (2001). *DMT: the spirit molecule*. Rochester, VT: Park Street Press.
- Sutherland, L., Kowalski, K., Ferguson, L., Sabiston, C., Sedgwick, W. & Crocker, P. (2014). *Narratives of young women athletes' experiences of emotional pain and self-compassion*, *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*. Recuperado el 5 de julio de 2014 desde: <http://dx.doi.org/10.1080/2159676X.2014.888587>
- 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), 1-13.
- Tupper, K. W. (2008). *The globalization of Ayahuasca: Harm reduction or benefit maximization?* *International Journal of Drug Policy*. 19(4), 297-303.
- Tupper, K.W. (2009). *Ayahuasca healing beyond the Amazon: the globalization of a traditional indigenous entheogenic practice*. *Global Networks: A Journal of Transnational Affairs*, 9(1), 117-136.
- Villaescusa, M. (2006). Efectos subjetivos a corto plazo de tomas de Ayahuasca en contexto occidental urbano. *Enteogenia*. Ed. Amargord.

11. ANEXOS

En los anexos se pueden encontrar:

9.1. Preguntas directrices

9.2. Carta de consentimiento informado

9.3. Pauta de entrevista semi-estructurada (agregar)

9.1. Preguntas directrices

En relación a la auto-compasión, respecto del componente “amabilidad hacia sí mismo” en usuarios regulares de Ayahuasca, visitantes y/o fardados de la Iglesia del Santo Daime de Santiago de Chile previa y durante su participación en la Iglesia.

- ¿Presenta manifestaciones el componente amabilidad hacia sí mismo en usuarios regulares de Ayahuasca, visitantes frecuentes y/o miembros de la Iglesia del Santo Daime de Santiago de Chile?
- ¿Presenta desarrollo el componente amabilidad hacia sí mismo en usuarios regulares de Ayahuasca, visitantes frecuentes y/o miembros de la Iglesia del Santo Daime de Santiago de Chile durante su visita frecuente/participación en la Iglesia?

En relación a la auto-compasión, respecto del componente “aislamiento” en usuarios regulares de Ayahuasca, visitantes y/o fardados de la Iglesia del Santo Daime de Santiago de Chile previa y durante su participación en la Iglesia.

- ¿Presenta manifestaciones el componente aislamiento en usuarios regulares de Ayahuasca, visitantes frecuentes y/o miembros de la Iglesia del Santo Daime de Santiago de Chile?

- ¿Presenta desarrollo el componente aislamiento en usuarios regulares de Ayahuasca, visitantes frecuentes y/o miembros de la Iglesia del Santo Daime de Santiago de Chile durante su visita frecuente/participación en la Iglesia?

En relación a la auto-compasión, respecto del componente “juicio crítico” en usuarios regulares de Ayahuasca, visitantes y/o fardados de la Iglesia del Santo Daime de Santiago de Chile previa y durante su participación en la Iglesia.

- ¿Presenta manifestaciones el componente juicio crítico en usuarios regulares de Ayahuasca, visitantes frecuentes y/o miembros de la Iglesia del Santo Daime de Santiago de Chile?
- ¿Presenta desarrollo el componente juicio crítico en usuarios regulares de Ayahuasca, visitantes frecuentes y/o miembros de la Iglesia del Santo Daime de Santiago de Chile durante su visita frecuente/participación en la Iglesia?

En relación a la auto-compasión, respecto del componente “comprensión hacia uno mismo” en usuarios regulares de Ayahuasca, visitantes y/o fardados de la Iglesia del Santo Daime de Santiago de Chile previa y durante su participación en la Iglesia.

- ¿Presenta manifestaciones el componente comprensión hacia uno mismo en usuarios regulares de Ayahuasca, visitantes frecuentes y/o miembros de la Iglesia del Santo Daime de Santiago de Chile?
- ¿Presenta desarrollo el componente comprensión hacia uno mismo en usuarios regulares de Ayahuasca, visitantes frecuentes y/o miembros de la Iglesia del Santo Daime de Santiago de Chile durante su visita frecuente/participación en la Iglesia?

En relación al desarrollo de la auto-compasión en un grupo de usuarios regulares de Ayahuasca, visitantes frecuentes y/o miembros de la Iglesia del Santo Daime, de Santiago de Chile.

- ¿Existen manifestaciones de auto-compasión en los usuarios regulares de Ayahuasca, ya sean visitantes frecuentes y/o o miembros de la Iglesia del Santo Daime, de Santiago de Chile previo a su visita y/o participación en la Iglesia?
- ¿Existen manifestaciones de auto-compasión en los usuarios regulares de Ayahuasca, ya sean visitantes frecuentes y/o o miembros de la Iglesia del Santo Daime, de Santiago de Chile durante su visita y/o participación en la Iglesia?

En caso de que existan manifestaciones de auto-compasión, ¿cómo se ha desarrollado la auto-compasión en usuarios regulares de Ayahuasca, visitantes frecuentes y/o miembros de la Iglesia del Santo Daime de Santiago de Chile, durante su participación en la Iglesia?

9.2. Preguntas directrices

Santiago, Chile - ____ de _____ de 2014

CARTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Por medio de la presente, yo, _____, Rut _____, señalo que he accedido voluntariamente a participar en el estudio implementado por el equipo de investigación compuesto por la Licenciada en Psicología Lorena Mallea Cardemil (Rut. 16.885.927-9), el Psicólogo Matías Méndez López (Rut. 16.098.062-1), la Doctora en Psicología Laura Moncada Arroyo (Rut. 7.004.548-6) y la Licenciada en Psicología Carla Saavedra Medina (Rut. 16.656.686-k).

Al firmar este consentimiento, estoy accediendo a ser parte de los siguientes estudios:

-Rol de la corporalidad en el proceso de cura durante los trabajos y ceremonias de la Iglesia del Santo Daime.

-Presencia, desarrollo y niveles de autocompasión en miembros de la Iglesia del Santo Daime.

Estoy al tanto y acepto los resguardos éticos contemplados para con mi persona, y he sido informado/a del carácter voluntario y no remunerado de mi participación, teniendo en

consideración que puedo suspenderla en cualquier momento previo aviso a los investigadores.

Las fases del proceso de investigación en las que participaré son las siguientes:

Fase 1: Aplicación de ficha del participante con datos de interés.

Fase 2: Aplicación de escala de Autocompasión.

Fase 3: Aplicación de entrevista en profundidad con uno o más de los investigadores.

Doy mi permiso para que se utilicen los datos obtenidos y se reproduzca literalmente el material producido a partir de las entrevistas, sin que se revele mi nombre ni datos que pudiesen identificarme a mí o a las personas que nombre directamente.

Si deseo conocer los resultados de las investigaciones en las que participé, puedo escribir a los investigadores para saber sobre aquello, como también puedo comunicarme con ellos para resolver cualquier duda que tenga antes, durante o después de la investigación.

Firma participante

Matías Méndez L.

m.mendez.lopez@gmail.com

Lorena MalleaC.

lorecri@gmail.com

Carla Saavedra M.

carla.saavedra.medina@gmail.com

Dra. Laura Moncada A.

Profesora Asociada, Universidad de Chile

9.3. Guion temático

Primero que todo, muchas gracias por colaborar con esta entrevista. Como le hemos comentado anteriormente, esta entrevista es parte de una investigación que estamos haciendo en la Iglesia del Santo Daime, por un grupo de psicólogos de la Universidad de Chile.

Te comento que tus datos serán tratados confidencialmente, tal como estaba señalado en la firma de consentimiento informado. Esto significa que no revelaremos tu identidad al reportar resultados de este estudio. De todas formas, te recuerdo, que tu participación es voluntaria, y que podrás retirarte de la investigación si así lo estimas y cuando lo estimes conveniente.

En esta entrevista en particular, queremos conocer brevemente tus motivos para ingresar a la Iglesia, para poder centrarnos y profundizar sobre cómo te relacionabas contigo mismo previo el ingreso a la Iglesia, y cómo te relacionas contigo mismo actualmente.

-Motivaciones para participar de la Iglesia²

¿Cuáles fueron tus motivos para ir por primera vez a la Iglesia?

¿Cuáles son tus motivos para continuar visitando y/o participando de la Iglesia?

¿Qué elementos consideras importantes para seguir visitando y/ participando de la Iglesia?

¿Cuál es el papel del Daime para tu ingreso a la Iglesia? ¿Qué otros elementos influyeron en esto?

¿Cuál es el papel del Daime para continuar visitando y/o participando en la Iglesia? ¿Qué otros elementos influyeron en esto?

-Cambios durante su participación en la Iglesia del Santo Daime de Santiago de Chile

¿Qué aspectos de tu vida interior has logrado explorar/descubrir durante el proceso en la iglesia?

-Auto-compasión

² Se indaga primero en las motivaciones para generar un ambiente cómodo para hablar sobre sí.

Antes del ingreso a la Iglesia, ¿de qué manera te tratabas? Cuando digo eso me refiero a: ¿De qué manera te hablabas a ti mismo? ¿Te dedicabas tiempo para ti? ¿Me podrías dar un ejemplo?

Antes del ingreso a la Iglesia, ¿recuerdas alguna situación en la que las cosas te salieron como esperabas? ¿Cómo reaccionaste contigo mismo en ese momento?

Antes del ingreso a la Iglesia, ¿recuerdas alguna situación en la que las cosas no te salieron como esperabas? ¿Cómo reaccionaste contigo mismo en ese momento?

Antes del ingreso a la Iglesia, ¿de qué manera tratabas a los otros cuando las cosas no les salían como esperabas? ¿Me podrías dar un ejemplo de alguna situación?

Una vez visitando/participando de la Iglesia, ¿de qué manera te hablabas a ti mismo? ¿De qué manera te tratabas? ¿Te dedicabas tiempo para ti? ¿Me podrías dar un ejemplo?

Preguntas de seguimiento:

Una vez visitando/participando de la Iglesia, ¿recuerdas alguna situación en la que las cosas te salieron como esperaba? ¿Cómo reaccionaste contigo mismo en ese momento?

Una vez visitando/participando de la Iglesia, ¿recuerdas alguna situación en la que las cosas no te salieron como esperabas? ¿Cómo reaccionaste contigo mismo en ese momento?

Una vez visitando/participando de la Iglesia, ¿de qué manera tratabas a los otros cuando las cosas no les salían como esperabas? ¿Me podrías dar un ejemplo de alguna situación?

¿Percibes alguna diferencia en cómo te tratas a ti mismo una vez ya visitando/participando de la Iglesia? ¿Me podría dar un ejemplo?

Preguntas de seguimiento:

¿Qué y cómo cambia? (Si es que lo hubo)

¿Cómo te explicas que han ido ocurriendo este cambio?

¿Cuál es la influencia que crees que tiene la participación en la Iglesia? ¿La ingesta de Daimé en ese cambio? ¿Qué otros factores crees que han gatillado en estos cambios?

¿En qué ocasiones eres amable contigo mismo/a? ¿En qué ocasiones te descubres criticándote a ti mismo/a? ¿Qué dirías respecto a cuál es tu tendencia, a ser más bien amable o ser más bien autocrítico? ¿Consideras que alguno de estos aspectos han cambiado a partir de la ingesta de ayahuasca en los trabajos de la Iglesia? ¿Crees que ha

habido otros factores que han ayudado en estos cambios?

¿Te sucede con frecuencia experimentar sensaciones de soledad y aislamiento? ¿Te sucede que a veces te das cuenta que otros viven experiencias difíciles igual que tú? ¿Qué tan frecuente te pasa esto? ¿De qué manera la ingesta ha ayudado en esta experiencia? ¿Qué otros factores de tu participación en la Iglesia crees que han facilitado estas experiencias?

¿Has experimentado sentirte ansioso y descolocado con las experiencias que estás viviendo? Dame un ejemplo, idealmente que sea tu última experiencia.

¿Has experimentado sensaciones de quietud y armonía mental, emocional y corporal? Dame un ejemplo, idealmente que sea tu última experiencia. ¿De qué manera la ingesta ha ayudado en esta experiencia? ¿Qué otros factores de tu participación en la Iglesia crees que han facilitado estas experiencias?