

GUIA PARA USUARIOS DE SALVIA DIVINORUM

FECHA DE VERSION: Mayo 14, 1999

El autor de esta guía, *Sage Student*, desea permanecer anónimo.
Traducción del inglés al español por: *Jeí*
Montaje en formato PDF y corrección de erratas por: *Emmanuel Goldstein*

FECHA DE REVISIÓN DE ERRATAS: Marzo 14, 2003

Información adicional sobre Salvia Divinorum puede ser encontrada en:

<http://salvia.lycaeum.org>

INTRODUCCIÓN

¿Por qué ha recibido usted esta guía? Quizá un amigo le dio un corte de Salvia Divinorum, o tal vez usted compró hojas secas, o una planta viva. Salvia Divinorum no es un placebo. Es como una alfombra voladora mágica, que puede llevarlo a realidades que usted no puede siquiera concebir.

Si usted de pronto encuentra una alfombra voladora, usted podría desear que un libro de instrucciones viniera con ella. Suponga que viniese. Debido a que usted es aventurero pero no estúpido, usted leería cuidadosamente las instrucciones antes de tratar de volar. Ahora usted está leyendo una guía de usuarios para la alfombra voladora llamada Salvia.

NO use Salvia hasta que usted haya leído completamente esta guía. Si la Salvia es usada estúpidamente, puede volverse contra usted. Al aprender lo que está aquí escrito, usted puede evitar peligros. Esta guía fue escrita tanto para darle a usted información que necesita para usar Salvia en forma segura, así como para enseñarle cómo cultivar sus propias plantas de Salvia.

Nadie debe de haberle cobrado por esta guía. Debe ser dada en forma gratuita siempre que plantas u hojas sean entregadas o vendidas. Nadie debe obtener ganancia económica de ella. Fue escrita como un servicio público. El autor no recibirá ningún dividendo. Copie y distribuya este archivo libremente.

Esta guía debe darse gratuitamente a cualquiera que esté interesado en la Salvia. **por favor copie esta guía palabra por palabra.** Entréguela libremente a cualquiera con quien usted comparta hojas o plantas.

Si usted la copia, cópiela completa. No cobre. Entréguela tal como está. Cuanto más sea aprendido acerca de la Salvia, esta guía puede ser cambiada. Por tal razón, es importante que la FECHA DE VERSION (arriba) sea incluida en la copia que usted entregue. De esta forma, la persona que la reciba podrá saber si su copia está actualizada.

Esta guía es solamente un inicio. Luego de leerla usted puede desear aprender más. Una forma excelente es revisar las páginas en inglés de Daniel Siebert en el World Wide Web. El URL es: <http://salvia.lycaeum.org>.

Hay allí abundancia de información, incluyendo:

- Preguntas más frecuentes (FAQ) acerca de la Salvia.
- Una lista de subministradores de Salvia .
- Imágenes de plantas de Salvia y la estructura química de la salvinorina.
- Reportes de viajes .
- Referencias de publicaciones científicas.
- Conexiones a muchos otros sitios de Salvia.
- Información para unirse a la muy activa lista de correo de Salvia.

CAPÍTULO 1: NOCIONES BASICAS DE SALVIA DIVINORUM

El nombre Salvia Divinorum significa “Salvia de los Adivinadores”. Salvia Divinorum es una planta que es una de las muchas especies de salvia. Las salvias verdaderas son miembros de la familia de la menta. Por tanto, Salvia Divinorum pertenece a la familia de la menta.

Es una hermosa planta de hogar (y puede ser cultivada simplemente por esa razón), pero la mayor parte de quienes cultivan esta planta están interesados en sus fascinantes efectos psicoactivos.

Bajo las condiciones correctas, tomada de la forma correcta, la Salvia produce un estado único de 'trance divino'. Por cientos de años ha sido utilizada en ceremonias religiosas y curativas por los Indígenas Mazatecas, quienes viven en el estado de Oaxaca, en México.

Al día de hoy (14/5/99) ni la Salvia, ni la sustancia Salvinorina-A que contiene están regulada en los Estados Unidos. Es legal cultivar, comprar y vender plantas de Salvia o sus hojas en otros tantos países. Infórmate sobre la legalidad de la planta en tu país antes de cultivarla.

Los efectos de la Salvia son muy diferentes de aquellos del alcohol; pero como el alcohol, limita su habilidad para conducir y reduce su coordinación. Conducir bajo la influencia de Salvia es muy estúpido.

La Salvia Divinorum es tanto similar como diferente a otras sustancias que afectan la mente. En muchas formas Salvia Divinorum está en una clase por sí misma. Ninguna otra hierba, ninguna otra droga, es realmente muy parecida a la Salvia. La Salvia no es 'marihuana legal'. No es 'ácido legal'. Salvia es Salvia. Es una hierba visionaria única.

La Salvia contiene una sustancia química llamada salvinorina. La Salvinorina causa sobre la mente efectos alteradores de la conciencia. No está químicamente relacionado con LSD, DMT, Éxtasis, THC o cualquier otra droga. No es un alcaloide.

Aunque no forma hábito, la salvinorina pura es extremadamente fuerte, se cree que es una de las drogas que, en estado puro, son más potentes. Dosis de solamente algunos cientos de microgramos (millonésimas de un gramo) tendrán un efecto y dosis superiores a 1 miligramo (1/1000 de un gramo) son demasiado para ser manejadas por la mayoría de personas. Afortunadamente, la hoja de Salvia es cientos de veces más débil que la salvinorina pura. Esto hace mucho más fácil usar con seguridad hojas de Salvia de lo que sería usar sustancia en estado puro.

El uso de hojas de Salvia es físicamente bastante seguro. Nadie ha muerto nunca de una sobredosis de Salvia. La Salvia no es un estimulante, un sedante, un narcótico, ni un tranquilizante. Como los psicodélicos puede inducir visiones. Pero difiere de los llamados *psicodélicos clásicos* (LSD, psilocibina y mescalina) en muchas formas.

Nadie sabe cómo la salvinorina actúa en el cerebro. Sabemos que trabaja en forma diferente a cualquier otra sustancia conocida.

La Salvia no es una droga para fiestas, esto es importante de entender. La mayoría de las personas no encuentran que la Salvia sea divertida en la forma que el alcohol o la marihuana lo pueden ser. Si usted trata de irse de fiesta con la Salvia, probablemente no pasará un buen rato.

La Salvia es una hierba que modifica la conciencia, que puede ser usada en un viaje visionario o en un ritual curativo. En el lugar correcto, la Salvia hace posible tener visiones. Es una hierba con una tradición de uso sagrado; una hierba para meditación profunda. Es mejor al ser tomada en una habitación silenciosa, con poca luz, ya sea solo (si un cuidador no es necesario – ver abajo), o con uno o dos

buenos amigos presentes. Es tomada en silencio o (algunas veces) con el sonido de alguna suave música placentera.

CAPÍTULO 2: VIAJES CON SALVIA ¿QUE ESPERAR?

Los viajes con Salvia pueden ser fuertes o débiles. Esto se mantiene tanto para hojas masticadas como para hojas fumadas. La fuerza del viaje dependerá de cuánto usted tome, la forma en que la tome y la química individual de su cuerpo. Recuerde que los viajes con Salvia difieren de aquellos producidos por cualquier otra droga o hierba. Además la Salvia tiene muchas ventajas sobre otras hierbas visionarias:

- Usted no puede tomar una sobredosis fatal de hojas de Salvia.
- La Salvia no forma hábito.
- La Salvia es legal.
- Usted rápidamente regresa al estado normal.
- La Salvia rara vez causa resaca.

Debe tener en cuenta que el ruido y las distracciones interferirán con el viaje. Cuando se está con Salvia ver televisión no es nada placentero; estar sentado alrededor de una fogata en el bosque de noche, es maravilloso.

Usted no debe estar en público cuando use Salvia. Realmente no estará en capacidad de manejarse a si mismo. Especialmente si usted no está acostumbrado a la Salvia o está tomando alguna potente preparación, como un extracto, debe tener un cuidador sobrio con usted, para asegurarse de que no hará nada peligroso, como tirar velas encendidas o salir por una ventana.

Si la Salvia es fumada, los efectos llegan muy rápido, en menos de un minuto. Si es masticada, los primeros efectos llegan en cerca de 15 minutos y los efectos totales alrededor de los 30 minutos. Usualmente un viaje con Salvia dura de 15 minutos a una hora. Ocasionalmente los viajes pueden durar hasta 2 horas. Es importante no conducir o usar maquinaria por bastantes horas luego de que el viaje parezca haber terminado.

La mayoría de las personas no sufren resaca por la Salvia, aunque algunas personas reportan ocasionalmente un suave dolor de cabeza. Si se fuma la Salvia, el humo puede irritar sus pulmones (como todos los humos).

Los viajes con Salvia parecen ocurrir en niveles. La llamada escala S-A-L-V-I-A ha sido inventada para calificar los viajes en relación a sus efectos que es una buena medida de su potencia. Cada letra de la palabra SALVIA representa un nivel de viaje. Algunos viajes solamente alcanzan el nivel 1, otros alcanzan niveles más altos.

Nivel 1: **S**onrisas – efectos suaves, en algo similar a una dosis baja de marihuana interés en texturas visuales, risa.

Nivel 2: **A**lteración de los procesos de pensamiento.

Nivel 3: **L**SD, efectos psicodélicos similares a los de esta droga, como visiones de patrones coloreados con sus ojos cerrados y cambios en la forma de su cuerpo. Los sonidos pueden ser vistos como colores.

Nivel 4: **V**iajero, viajes chamanísticos de ensueño a otros lugares y tiempos. Esta es la etapa de la alfombra voladora.

Nivel 5: **I**dentidad perdida, experiencias místicas. Fusión con otras cosas o con el universo, disolución del ego. Pérdida de su identidad personal.

Nivel 6: **A**nestesia, esto solo ocurre cuando usted ha tomado una dosis que es demasiado alta. Una dosis excesiva puede dar lugar a una pérdida de conciencia durante

varios minutos. Pueden darse casos de sonambulismo. Posteriormente usted no recuerda lo que hizo. ¡Usted no quiere alcanzar este nivel! No tiene nada que lo recomiende.

CAPÍTULO 3: METODOS DE USO

Métodos Tradicionales Mazatecas

Los dos métodos tradicionales Mazatecas son algo ineficientes, por el hecho de que requieren muchas más hojas que los otros métodos, pero son muy seguros. Tradicionalmente las hojas se tomaban en una habitación con poca luz como parte de una ceremonia curativa o religiosa. Al menos una persona sobria estaba presente, para cuidar a las personas que han tomado Salvia.

- Una bebida a base de agua, hecha de hojas frescas molidas, es una de las formas tradicionales Mazatecas de usar esta hierba. Requiere de gran cantidad de hojas frescas y su sabor no es placentero, por lo que este método es rara vez usado por los no-Mazatecas.

La salvinatorina es pobremente absorbida por el estómago, por lo que requiere enormes cantidades de hojas el hacer que la bebida sea efectiva. Pero realmente funciona y los viajes duran más tiempo que con cualquier otro método.

- Masticar y tragar un número grande de hojas frescas es el otro método tradicional Mazateca. Cuando se usa este método, las hojas se muelen en la boca lentamente durante cerca de 1/2 hora. Aunque las hojas masticadas son tragadas, el mayor efecto se obtiene de la salvinatorina que es absorbida a través del tejido fino de la boca durante el masticado.

Esta es una forma menos eficiente de masticar Salvia que la del método del cilindro (ver abajo). La mayoría de las personas encuentran el masticar hojas frescas desagradablemente amargo y hasta nauseabundo.

Métodos Modernos

Método del Cilindro: Se tiene que preparar un cilindro de hojas enrolladas, como si de un puro cubano se tratara. Este cilindro de hojas es para ser masticado. Las hojas son masticadas lentamente y en cantidades pequeñas, cerca de una masticación cada 10 segundos. El extremo del cilindro se mantiene bajo la lengua entre cada masticación.

Conserve el cilindro que está siendo masticado y el jugo que se forma por media hora en su boca. Si es posible, manténgalo sin escupir ni tragar.

Entonces, cuando haya transcurrido la media hora, escúpalo todo. Tenga a mano un recipiente donde escupir así como una toalla. La saliva con Salvia mancha las alfombras, por lo que debe asegurarse de que el recipiente no se derrame.

Aunque los cilindros pueden ser hechos de hojas secas o frescas, aquellos preparados con hojas secas son menos amargos. Para hacer un cilindro de hojas secas pese de 2 a 4 gramos de ellas. Balanzas con este tipo de precisión son relativamente asequibles para la mayoría de los bolsillos. Si usted no tiene balanza cuente de 8 a 16 hojas grandes enteras.

Ponga las hojas en un recipiente pequeño con agua fría por 10 minutos. Una vez que las hojas están húmedas sáquelas del agua, escurra el exceso de agua de ellas y enróllelas en un cilindro. Algunas personas no realizan este proceso de remojo cuando están apresurados, pero masticar hojas secas puede ser poco placentero. Si lo desea, puede endulzar el cilindro con azúcar, miel, o algo parecido. Esto lo hará menos amargo y más

placentero. Si prefiere usar hojas frescas en lugar de secas, usted necesitará de 8 a 16 hojas grandes.

El efecto de los cilindros de Salvia pueden ser significativamente incrementados con el tratamiento previo de su boca en una forma especial para incrementar su habilidad de absorber salvinorina. Para esto usted necesitará un cepillo dental suave y un enjuague bucal que contenga mentol y alcohol, tal como Listerine Cool Mint, (o cualquier otra marca que contenga alcohol y mentol). Cepille todo el interior de su boca, incluyendo el tejido fino bajo su lengua y la parte superior de la superficie de ésta.

Esto remueve capas de células muertas normalmente presentes. Obviamente usted no debe cepillar estas membranas sensibles tan duro como para causar sangrado. Luego enjuáguese con el enjuague bucal por al menos 30 segundos. Asegúrese de aplicar enjuague bucal en toda su boca, incluyendo bajo su lengua. Después de esto escupa el enjuague bucal y enjuáguese una sola vez con agua.

Usted experimentará muy poco efecto durante los primeros 12 a 15 minutos de masticación. No se impaciente y recuerde que los efectos totales se experimentan a los 30 minutos (al tiempo que usted escupe el cilindro). Dichos efectos permanecen a máximo nivel por cerca de 20 minutos más, para luego empezar a disminuir. El viaje completo rara vez dura mucho más de una hora y cuarto, pero esto varía.

Fumando: Las hojas secas pueden ser fumadas en forma similar a como se fumaría usted una dosis de marihuana. Necesita un calor alto y ser inhalado profunda y rápidamente para optimizar el efecto, pues la salvinorina requiere de altas temperaturas para ser vaporizado.

Las hojas pueden ser fumadas en una pipa de tabaco corta, en una pipa de agua o en una pipa de vapor. Llene una pipa de regular tamaño con hojas. Use un encendedor manual de butano que se apague una vez que usted deje de presionarlo, no un cerillo.

Tenga un cenicero grande o un recipiente resistente al calor donde poner la pipa cuando sienta que ha tenido suficiente. Recuerde que, cuando viaja, usted puede olvidar que está sosteniendo un pipa encendida. Podría dejarla caer, causando un fuego.

Aunque muchas personas ignoran el consejo, es mejor tener a un cuidador presente cuando se fuma. Los primeros efectos se notarán dentro del minuto siguiente a la inhalación. Los efectos totales ocurren cerca de los 3 minutos. La duración total del viaje puede ser menor a 1/2 hora o tan larga como una hora.

Fumar extracto 5x es otro método de fumar Salvia. El 'extracto 5x' consiste de hojas de Salvia a las que les ha sido agregado un extracto que contiene salvinorina. Esto incrementa el contenido de salvinorina de las hojas. El extracto 5x es cerca de cinco veces más fuerte que las hojas no tratadas. Esto es bastante fuerte.

Un extracto no debe ser fumado sin un cuidador presente. La dosis requerida puede ser muy pequeña, menos de 100 miligramos de extracto 5x puede ser todo lo que necesitará.

Vaporización: Es posible vaporizar hojas o extracto en un vaporizador especial que calienta el material sin quemarlo. La vaporización es extremadamente potente y puede fácilmente conducir a serios problemas. Cualquiera utilizando la vaporización DEBE absolutamente tener a un cuidador presente. Muchos vaporizadores comerciales hechos para tabaco o marihuana no funcionarán con Salvia. Vaporizadores especiales para Salvia pueden ser construidos con facilidad, pero recuerde que la vaporización no es para aquellos novatos en el uso de la Salvia.

La vaporización de salvinorina pura también es posible. Esto es extremadamente peligroso, al ser muy fácil vaporizar demasiada salvinorina y sobredosificarse. Para la vaporización segura de salvinorina se requiere el pesado de la dosis en

una balanza química muy precisa, capaz de pesar la salvinorina en microgramos (millonésimas de un gramo). Esas balanzas analíticas tienen unos precios exagerados. ¡La vaporización de salvinorina definitivamente no es para principiantes! Para obtener información adicional acerca de como se usan los vaporizadores, acuda a su *Smart Shop* más cercano.

¿Que método es mejor?

Existen puntos a favor y en contra de cada método de los descritos. Algunas personas dicen que el cilindro da un viaje más fuerte, profundo y visionario que el fumado. Otras reportan que masticar hojas no funciona para ellos, pero fumar sí. Para aquellos que consiguen un efecto muy pequeño de cualquiera de los métodos, ambos pueden ser combinados. Primero mastique un cilindro y luego, después de escupir, encienda una pipa. Si usted actualmente fuma tabaco o marihuana, probablemente preferirá el fumado.

Si usted es un no-fumador, probablemente preferirá el método del cilindro; es importante recordar que fumar cualquier cosa, incluso Salvia, no es bueno para sus pulmones. A diferencia del fumado, un cilindro no daña sus pulmones ni su salud.

Se requiere mayor cantidad de hojas para un viaje con cilindro que para un viaje con fumado. Si usted tiene muy poco material disponible, el fumado puede ser una forma de conseguir un viaje con la pequeña cantidad que posee, aunque si dispone de plantas que le suministren gran cantidad, le puede ser más interesante usar el cilindro.

Los viajes con cilindro vienen más lentamente pero duran mayor tiempo. Por tanto son mejores para explorar el mundo de la Salvia. Son mejores para una meditación profunda.

Hasta que sepa como de sensible es su organismo hacia la Salvia no experimente con extractos, vaporizadores o salvinorina. Masticar el cilindro o fumar hojas será suficiente para llevar a la mayoría de personas hasta el nivel 5.

No hay necesidad para esas personas de experimentar con formas más fuertes y peligrosas de tomar Salvia. Hay algunas personas que incluso luego de muchos intentos encuentran que aún son “*cabeza-duras*” para la Salvia.

Estas personas nunca experimentan mucho más que un ligero efecto del fumado de hojas o de la masticación de un cilindro. Algunos de esos *cabeza-duras* lograrán resultados satisfactorios si mastican un cilindro y luego, fuman inmediatamente después de escupirlo. Otras encontrarán incluso esto inefectivo. Para estas personas, un extracto 5x o el uso de un vaporizador, podría merecer la inversión. Tales individuos son una minoría.

Vea cuán sensitivo es usted antes de arriesgarse con esos métodos más fuertes. Si usted tiene una sensibilidad normal hacia la Salvia, esos métodos extremos deben ser evitados. Con un poco de práctica, masticar el cilindro, fumar o combinar ambos métodos es suficiente para la mayoría. Muchas personas manifiestan que deben mantener varias sesiones con la Salvia antes de que una experiencia significativa ocurra (una especie de anti-adaptación a sus efectos, por así decirlo). Así que no se etiquete a usted mismo como un cabeza-dura demasiado pronto.

CAPÍTULO 4: CUIDADORES Y SEGURIDAD

¿Cuándo necesita usted un cuidador? Un cuidador es absolutamente esencial si usted está tomando dosis en las cuales se pueda asustar, confundirse, dañarse, caer, incendiar su casa o hacer cualquier cosa que pudiese dañar a otros. Tenga a un cuidador (a ser

preferible experimentado en los efectos de la Salvia) presente si usted es nuevo en la Salvia, cuando está experimentando con una forma más fuerte de las que ha usado anteriormente. El cuidador no puede ser un cualquiera, debe ser advertido de lo que puede ocurrir si él no ha probado la salvia (y haber leído esta guía también si se da el caso que el cuidador no esta avezado al uso de esta planta).

Un usuario experimentado de Salvia que está masticando un cilindro, puede frecuentemente escoger hacerlo solo, lo cual puede ser lo bastante seguro. Pero tener un placentero, sensitivo y sobrio cuidador es un requisito absoluto si está utilizando vaporización, fumando hojas potenciadas con extracto o utilizando salvinorina pura. Fumar las hojas usualmente cae en términos medios de riesgo. Use su buen juicio. Muchas personas lo han hecho sin un cuidador, pero la presencia de éste no es mala idea.

¿Qué debe un cuidador saber y hacer? El cuidador debe recordar que sin importar cuán loco actúe el viajero, los viajes de Salvia son de corta duración. No debe llevar al viajero al hospital ni actuar precipitadamente. Debe mantener al viajero seguro y esperar a que termine su odisea. Si no puede mantener al viajero seguro, entonces si debe conseguir ayuda.

De otro modo, debe mantener el asunto en privado. En un lapso de cerca de una hora (usualmente mucho menos) el viajero regresará a la normalidad. Es muy valioso mantener esto presente cuando las cosas se ponen difíciles.

Como ya se ha dicho ayuda el haber probado la Salvia antes de ser un cuidador para otra persona. La experiencia con otros psicodélicos puede no ser tan útil. El cuidador debe saber que la Salvia es diferente de ellos. Tocar para aterrizar al viajero es útil para algunos viajes con LSD, pero puede ser muy amenazante para alguien en un viaje con Salvia. Si planea tocar al viajero, se debe hablarlo con él **antes** de que el viaje inicie.

El cuidador tiene tres trabajos. El trabajo principal es mantener al viajero a salvo y mantener a aquellos alrededor de él a salvo. Esto viene antes que todo lo demás. Los peligros principales son físicos, no emocionales. Su trabajo es de guardián, no de psicoterapeuta. No debe utilizar la fuerza física a menos de que nada más dé resultado. Mientras se está bajo los efectos de la planta el uso de fuerza física puede resultar malinterpretado por el usuario de la Salvia como un ataque, lo que podría derivar en actos defensivos por parte del viajero.

Nunca debe dejar que la Salvia sea usada si hay armas de fuego, explosivos, material inflamable, cuchillos o cualquier objeto peligroso en las proximidades. Si se escapa, debe tomar las llaves del automóvil del viajero para resguardarlas antes de que inicie el viaje. El cuidador también debe proteger al viajero de caídas, golpes en la cabeza, objetos filosos, salir por las ventanas, deambular en las calles, llamas, superficies calientes y objetos rompibles. Es altamente recomendable cerrar las puertas y ventanas del lugar donde se va a tomar salvia para evitar que el usuario vaya donde no debe. No obstante, el cuidador debe dejar al viajero moverse en un área segura. No tratar de restringirlo físicamente, a menos que sea absolutamente necesario. Redireccionarlo.

Hablar suavemente. Gentilmente retirar los objetos peligrosos. Utilizar el menor contacto físico posible (como ya se ha dicho el viajero confundido puede pensar que el contacto es un ataque o violación y reaccione hacia el peligro imaginado). El cuidador podría tener que deshacerse de intrusiones inesperadas de extraños u otras situaciones sociales torpes.

El segundo trabajo del cuidador es dar confianza. Casi siempre, la repetición de explicaciones simples pueden ayudar a un viajero asustado, por ejemplo, "Estás seguro, no dejaré que nada te haga daño.", "Sólo estás teniendo un mal viaje, te sentirás mejor

en unos minutos.", "Tu nombre es.....", "Yo soy tu amigo/a.....". Si no es preciso hablar, permanecer callado. El silencio es casi siempre menos amenazante para el viajero confuso, que el tratar de descifrar lo que el cuidador está diciendo.

El tercer trabajo del cuidador es ayudar al viajero a recordar posteriormente el viaje, hay muchas formas para ello. Usar un cuaderno de notas y registrar todo lo que el viajero dice y hace mientras esta bajo los efectos de la salvia. Más tarde puede preguntarle acerca de lo registrado. Esto puede refrescar la memoria del viajero respecto a lo que ha experimentado.

Otra técnica, en caso de que el viajero no esté muy ido como para hablar durante el viaje, es preguntarle repetidamente "¿qué estás experimentando ahora?". Un cuaderno de notas o un grabador pueden ser usados para registrar las respuestas. Debido a que algunos viajeros preferirán que el cuidador permanezca en silencio y no registre nada, se debe aclarar lo que se hará previamente.

CAPÍTULO 5: NOTAS DE SENTIDO COMUN

- Una vez más. Nunca use Salvia cuando hayan cuchillos, armas o otros objetos peligrosos a su alcance. No conduzca bajo los efectos de la salvia.
- Escoja el momento y lugar para el viaje cuidadosamente. La privacidad y la seguridad son indispensables. Sea muy cuidadoso con las alturas y llamas vivas como las de las candelas. No tome Salvia cuando pueda ser interrumpido por llamadas telefónicas, visitas, mascotas, niños, etc. Programe el contestador automático para grabar las llamadas silenciosamente; si lo considera necesario desconecte su teléfono. Usted podrá responder las llamadas en un par de horas, una vez que esté sobrio.
- Piense bien qué cantidad tomará y cómo la tomará.
- Si consume la Salvia mediante fumado, luego de que todo el material esté con seguridad apagado acuéstese en una cama, un colchón o simplemente en el suelo. Usted está mucho más seguro acostado de lo que estaría deambulando por ahí. Permanezca tranquilo por el resto del viaje. Se puede viajar mejor con los ojos cerrados.
- Tenga a un cuidador (esto es especialmente importante si usted es nuevo con la Salvia, está tomando una alta dosis, está fumando extracto o está usando un sistema de consumo muy potente, como la vaporización).
- Ofrézcase para cuidar de otros.
- Si usted tiene problemas de salud mental, no tome Salvia sin consultar antes con su terapeuta o doctor.
- Practique y promueva el uso responsable de la Salvia. No la dé a menores de edad o a personas violentas o inestables. No la comparta con extraños. Sepa bien a quién se la está dando y por qué la desean usar. ¿Por qué buscarse problemas?
- Nunca tome Salvia mientras trabaja o está en público. Manténgala en privado. No es para conciertos. No es para fiestas grandes.
- No mezcle la Salvia con alcohol. Evite mezclarla con otras drogas. Si bien usuarios experimentados han probado combinaciones, las mismas no son para principiantes de Salvia y es ciertamente más peligroso que simplemente usar Salvia sola.
- Sea en extremo cuidadoso con fuegos – candelas, encendedores, fuego, etc. cuando use Salvia.
- Sea muy cuidadoso respecto a utilizar extractos vaporizados, hojas vaporizadas o al fumar hojas fortalecidas con extracto. Esas actividades requieren de la presencia de un cuidador. Masticar cilindros o fumar hojas es mucho menos propenso a producir comportamiento descontrolado.

· Nunca use salvinorina pura a menos que usted cuente con las balanzas extremadamente precisas que se necesitan para pesar las dosis medidas en microgramos y sepa exactamente la cantidad que puede tomar en forma segura. Aún en el caso de que reúna estos requerimientos, se debe contar con un cuidador presente.

CAPÍTULO 5: LA PLANTA Y SU CUIDADO

Si usted desea cultivar su propia Salvia, debe leer esto. Si usted prefiere comprar hojas secas, puede no leer esta sección. La Salvia Divinorum es una planta semi-tropical perenne. Esto significa que puede crecer año tras año, pero solamente si no es expuesta a temperaturas de congelación. Es una planta verde con hojas grandes y un tallo verde, grueso, carnoso y cuadrado distintivo. Puede crecer muchos metros de altura si las condiciones son favorables.

Cuando crece lo suficiente, las ramas se doblarán o quebrarán y pueden producir raíces si entran en contacto con tierra húmeda. Aunque la Salvia Divinorum puede florecer bajo condiciones de luz natural, casi nunca produce semillas que germinen. Por tanto, la planta es diseminada por esquejes. Las hojas son ovaladas, ligeramente serradas y pueden ser bastante grandes (hasta 9 pulgadas de largo). Son por lo general de color verde esmeralda, pero pueden ser verde amarillento e incluso amarillas cuando empiezan a marchitarse. Están frecuentemente cubiertas con una fina capa de pelillos muy cortos (pubescencia), que dan a las hojas una apariencia similar al satín bajo la influencia de ciertas fuentes de luz.

Las plantas son amantes del agua, pero crecen mejor en sombra parcial, en un suelo bien humedecido pero bien drenado. Las raíces no deben permanecer inundadas o podrían pudrirse, matando la planta. La Salvia Divinorum puede ser cultivada en interiores en cualquier clima. Es una hermosa planta para el hogar.

Usted puede cultivar Salvia Divinorum en exteriores durante todo el año, si usted vive en un clima húmedo semi-tropical, con un suelo bien drenado pero bien húmedo, con un alto contenido de materia orgánica.

Si usted vive en un clima más frío o seco puede aún cultivar la Salvia en exteriores, pero deberá hacerlo con algún cuidado, asegurándose de que está protegida de la congelación, siendo regada frecuentemente y humidificada cuando la humedad del ambiente es baja. La Salvia no sobrevivirá al congelamiento.

Por ejemplo puede ser cultivada en exteriores, en recipientes que puedan ser introducidos cuando hace demasiado frío (abajo de 40 grados Fahrenheit). De esa forma puede ser cultivada en exteriores en el verano y en interiores en invierno.

La Salvia le dirá cuándo se está secando demasiado, sus hojas se caerán. Asegúrese de humedecerla al primer signo de pérdida leve de hojas, no deje que la planta pierda muchas hojas. El suelo debe drenar bien pero debe mantenerse húmedo.

Si planta la Salvia en recipientes, asegúrese que el recipiente es grande, cuanto más mejor. Al duplicar el diámetro del recipiente se puede incrementar el campo de producción de hojas en más de cuatro veces.

Aunque su disponibilidad de espacio pueda limitar el tamaño posible del recipiente, use el más grande posible. Debe tener huecos para el drenaje. Colocar piedrecillas en el fondo del recipiente facilitará el drenaje, por lo que evitará la putrefacción de la raíz. Agregar vermiculita o perlita al suelo utilizado es bueno pero no indispensable.

La Salvia necesitará fertilizante. No hay ninguno que sea claramente mejor. Resultados satisfactorios pueden ser obtenidos con diferentes productos. Si usa abonos químicos lea con atención la indicaciones del producto para evitar sobrefertilizar. Si puede trabajar en

un jardín o un invernadero puede usar abonos orgánicos que son más buenos para el suelo a la larga.

En macetas **no** es recomendable usar:

- Emulsión de pescado (es útil sólo para uso en exteriores, pues tiene muy mal olor)
- Extracto de huesos (¡las mascotas pueden escarbar su Salvia si lo usa!)

Si cultiva la Salvia dentro de su casa saque las plantas cuando el ambiente esté suficientemente tibio y permita que les caiga la lluvia. Esto evitará que se hagan formaciones salinas en el suelo que podrían matar su planta. También puede regar con agua destilada de vez en cuando para ayudar a escurrir las sales minerales residuales que hayan podido quedar en la maceta.

La Salvia Divinorum puede estar bien en una variedad diferente de condiciones de luz. Está mejor con algunas horas de luz solar parcial al día. Puede estar bien creciendo en interiores cerca de una ventana. Puede resistir mayor cantidad de luz solar si se mantiene bien húmeda. También puede soportar sombra profunda moderada.

Cuando se varíe la cantidad de luz o humedad, se debe hacer de forma gradual. Dando tiempo suficiente a la planta. La Salvia es muy adaptable, pero puede tomar semanas para que se acostumbre a un nuevo ambiente.

Muchas plagas pueden atacar a la Salvia. La mosca blanca es un gran problema para las plantas cultivadas en invernadero. Áfidos, babosas, orugas, ácaros e insectos mayores pueden también dañar sus plantas. La putrefacción de raíces y tallo pueden ser graves problemas. Manchas fúngicas pueden aparecer en las hojas si hay demasiada humedad. Se desconoce si algún virus propio de las plantas puede atacar la Salvia Divinorum, pero probablemente algunos lo hacen, pues muchos atacan otras variedades de salvia.

Los áfidos e insectos de mayor tamaño pueden ser removidos con una mota de algodón sumergida en alcohol isopropílico (para fricciones).

El daño causado por las babosas puede ser reducido al cultivar la Salvia en recipientes elevados sobre una repisa. Algunas pueden aún llegar y atacar sus plantas. Mantenga vigilancia sobre esas resbalosas plagas.

¡Una sola babosa puede comer una tremenda cantidad de Salvia! Se puede usar cerveza o levadura de cerveza disuelta en agua para atraer y ahogar las babosas. Coloque un plato hondo con cerveza en una depresión en el suelo; el borde del plato debe estar al mismo nivel del suelo, con lo que las babosas podrán entrar en él, emborracharse y ahogarse.

Los ácaros pueden ser controlados disolviendo detergente en agua para ser atomizado sobre las hojas, incluyendo la parte inferior de éstas. Repita 3 veces a intervalos de dos semanas. Precaución : Ha habido algunos casos en que el jabón que daña las hojas (por exceso de este o bien por usar uno demasiado fuerte). No utilice demasiado este remedio.

El uso de una manguera de jardín en exteriores, o un atomizador en interiores para aplicar agua a presión, tanto a la parte superior como inferior de las hojas, puede ser más efectivo para controlar ácaros.

Su manguera de jardín es su mejor amiga al combatir la mayoría de las plagas de exteriores. Rocíe las hojas suficientemente fuerte como para eliminar las plagas, pero no tanto como para dañar las hojas. No olvide limpiar el lado inferior de las hojas también que es donde se ocultan la mayoría de bichos.

La Salvia Divinorum es propagada por esquejes, no por semillas. Los esquejes pueden ser enraizados tanto en agua como directamente en el suelo. Si usted está familiarizado

con el cultivo de marihuana puede cuidar los esquejes de salvia de idéntico modo. Aquí está cómo hacerlo :

Enraizando en agua: Corte una rama (de unos cinco o diez centímetros de largo) que tenga algunas hojas. Por lo menos debe tener tres nudos, uno por lo menos que deberá estar sumergido. Inmediatamente después, colóquela en un vaso pequeño de vidrio con agua. Solamente un corte debe ser puesto en cada vaso, así las raíces que se desarrollen en un esqueje no se enredarán con los otros.

Es mejor si se corta la rama justo por debajo de un nódulo, pues los nódulos son los lugares con mayor tendencia a desarrollar raíces. Aunque no es necesario realizar el corte allí, el hacerlo tiene la ventaja de que no habrá material del tallo sumergido en el agua por debajo del nódulo, lo cual es importante, pues el tallo es más susceptible a pudrirse de lo que es el nódulo.

Asegúrese de que el corte es hecho con tijeras limpias y afiladas o un cuchillo limpio y también afilado, para que la herida no sea atacada por gérmenes y hongos que pueden causar la putrefacción del corte. Elimine todas las hojas grandes, pero deje algunas pequeñas. Coloque una jarra o vaso de vidrio transparente (o bolsa de plástico transparente) volteado sobre la planta, para que sirva de tienda de humedad. Colóquelo donde reciba alguna luz, pero indirecta para evitar quemar los esquejes y sus raicillas tiernas. Cambie el agua diariamente. Puede ser buena idea el usar agua hervida fría. Si el agua con que cuenta contiene cloro, el hervido puede eliminar el cloro. Agua sin clorar puede estar contaminada con gérmenes de enfermedades de las plantas, pero el hervido debe matarlos. El agua destilada es siempre una buena opción

El enraizado en agua es exitoso 3/4 partes de las veces (el resto de las veces el esqueje se pudre y muere). En dos semanas las raíces empezarán a desarrollarse. Cuando tengan de medio a un centímetro, transplántelas a suelo en un recipiente con buen drenaje.

Continúe cubriendo el recipiente con una jarra o vaso de vidrio transparente (o bolsa de plástico transparente) para que sirva de tienda de humedad, hasta que la planta parezca vigorosa. Luego, gradualmente elimine la dependencia de la tienda de humedad.

Enraizando en el suelo: La Salvia también puede ser enraizada directamente en suelo. Materiales necesarios:

- Tierra para sembrar.
- Dos vasos plásticos desechables.
- Algo de polvo enraizador (es una hormona de enraizamiento que también contiene un fungicida) que se consigue en cualquier lugar donde vendan plantas.
- Una bolsa de mediana delgada, de plástico transparente.
- Una liga de hule.
- Agua.

Método: Haga algunos agujeros pequeños en uno de los vasos para el drenaje. Llene el vaso 2/3 de su totalidad con suelo para sembrar. Usando un lápiz o un dedo, haga un agujero en el suelo, de cerca de 2 pulgadas de profundidad. El suelo está ahora listo para su corte. Usted debe ahora preparar el corte. Con tijeras limpias o un cuchillo limpio corte un trozo de tallo (de 4 a 8 pulgadas de largo) de una planta saludable. Deje algunas hojas (pequeñas) en la parte superior. Elimine las hojas grandes del corte.

Inmediatamente después de cortar el trozo de tallo, colóquelo en agua limpia. Realice el corte justo debajo de un nódulo, pues las raíces se desarrollarán de éste. Mantenga la superficie del corte mojada. Introduzca el corte cerca de una pulgada arriba de la herida dentro del polvo enraizador. Sacuda para eliminar el exceso. El polvo enraizador puede

ser de alguna forma tóxico, por lo que se debe lavar las manos después de manipularlo. Coloque el corte cubierto de polvo en el agujero hecho en el sustrato. Suavemente presione el suelo alrededor del corte, manteniéndolo en su sitio mientras se rellena el agujero. Agregue agua al corte plantado hasta que alguna escurra por los orificios hechos al vaso para el drenaje.

Ponga el vaso con el corte dentro del segundo vaso plástico (que está allí para atrapar el agua sobrante). Usted querrá poner una pequeña pieza de plástico o madera en el fondo del vaso exterior, el cual actuará como espaciador. Esto permite suficiente espacio para que el exceso de agua sea drenado. Coloque la bolsa de plástico transparente sobre el corte, utilizando la liga de hule para mantenerla en su lugar. La liga de hule debe estar en la parte exterior de la bolsa y la bolsa debe estar fuera de ambos vasos. La liga de hule mantiene la bolsa contra los vasos. Como la bolsa plástica actúa para conservar humedad, el humedecimiento frecuente no es necesario. Luego de varias semanas usted podrá transplantar la ahora enraizada planta a un recipiente más grande.

CAPÍTULO 6: PROCESANDO EL MATERIAL DE LAS PLANTAS

Las hojas secas de *Salvia Divinorum* pueden ser guardadas en jarras cerradas protegidas de la luz. De esta forma, las hojas pueden probablemente mantener su potencia por muchos años, quizá indefinidamente (nadie sabe cuánto tiempo). Si usted está cultivando su propia *Salvia*, probablemente querrá secar la hojas para su uso en el futuro. Hay muchos métodos de hacerlo:

Regalo de la Naturaleza: Espere hasta que las hojas se marchiten o caigan y recolectelas. Colóquelas en un plato dentro de un habitación con baja humedad. Voltéelas con frecuencia. Espere hasta que estén secas, entonces almacénelas. No se sabe si las hojas que caen naturalmente son más fuertes o más débiles que las hojas arrancadas de la planta.

Ventajas: Usted no privará a sus plantas de las hojas que necesita para vivir.

Desventajas: Tendrá que esperar hasta que la planta esté lista para hacer una donación a su causa. Además, las hojas pueden no estar en óptimas condiciones.

Salvia Tabaco: Tome algunas hojas grandes recientemente colectadas y colóquelas una sobre la otra (como acomodando hojas de papel). Entonces haga un corte a través de la pila de hojas, dejando tiras de 1/4 de pulgada. Apílelas sobre un plato en un montón. Voltéelas dos veces al día, hasta que estén secas, pero no crujientes.

Ventajas: El material resultante se dice que produce un fumado más suave que las hojas totalmente secas.

Desventajas: es posible que este secado parcial y lento resulte en hojas mas débiles, que pueden no mantenerse tan bien almacenadas como lo harían las hojas totalmente secas.

Deshidratador de Comida: Seque las hojas en un deshidratador de comida, los que se pueden conseguir donde se vendan accesorios pequeños de cocina. El secado es muy rápido y efectivo. Seque hasta que todas las hojas, incluyendo el tallo estén crujientes. Toque las hojas con sus dedos para asegurarse de que están totalmente secas. Los tallos deben quebrarse si se les aplica presión.

Ventajas: velocidad, secado total y conveniencia.

Desventajas: costo de comprar un deshidratador.

Salvia Secada al Horno: Coloque las hojas en un plato resistente al calor. Hornéelas hasta que estén secas a no más de 150 grados Fahrenheit.

Ventajas : Velocidad, secado total y conveniencia.

Desventajas : Puede ser difícil mantenerla temperatura del horno en un rango óptimo.

Secado con Cloruro de Calcio: El cloruro de calcio está disponible en muchas ferreterías. Ponga una cantidad suficiente de cloruro de calcio en el fondo de un contenedor de plástico. Coloque una pieza de papel metálico sobre el CaCl₂ y coloque las hojas a ser secadas sobre éste. Doble los bordes del papel metálico para prevenir que las hojas toquen el CaCl₂. Luego cierre herméticamente el contenedor. Las hojas deberán estar secas en 2 días.

Ventajas: secado muy completo y total.

Desventajas: Menos conveniente que otros métodos por usar productos químicos. Además es más lento.

Como sea que usted seque las hojas, colóquelas en una jarra cerrada, en un lugar oscuro. Un frasco de vidrio limpio con tapadera de rosca o de presión funciona muy bien. Almacenadas de esta forma, las hojas mantendrán su potencia por muchos meses, incluso años. Si se va a usar la salvia obtenida para fumar es recomendable dejar que las hojas reposen una vez secas un tiempo para que la clorofila se descomponga y sean más agradables al paladar.

BROCHE FINAL

Habiendo leído el presente manual, usted sabe ahora lo suficiente como para iniciarse en el sendero verde de la Salvia. Puede esta sobresaliente planta-maestra guiarlo hacia un grandioso auto conocimiento, armonía, maravilla y gozo.