

Las hojas y extractos de *Salvia divinorum* (Epling y Jativa-M) se pueden comprar hoy en día en muchos smart shops europeos. La salvia se ha convertido en los últimos años en uno de los enteógenos más buscados por psiconautas atraídos por la intensidad y brevedad de los efectos. Aunque los indios mazatecos del Estado de Oaxaca (México) han consumido las hojas y el jugo de esta planta durante cientos de años como mínimo, los efectos primarios y secundarios de su principal principio activo, la salvinorina-A, apenas han sido estudiados por la ciencia occidental. No es de extrañar teniendo en cuenta que hasta 1993 no se descubrió que la salvinorina-A era la principal responsable de los extraños efectos de esta planta que los mazatecos llaman "la pastora".

# Salvia

## un viaje chamánico

Texto y fotos: José T. Gállego

**E**l uso de enteógenos debería ser siempre una decisión meditada y consciente de los riesgos que conlleva. La *salvinorina-A* presente en la *Salvia divinorum* es una de las sustancias más potentes halladas en el reino natural. Es activo, es decir, provoca efectos, en dosis de 200 a 500 miligramos. Para hacerse una idea, en el peso de una aspirina cabrían más de mil dosis de *salvinorina-A*. Al consumir un producto de esta potencia, todas las precauciones son pocas. Prestemos atención a algunas de las recomendaciones más importantes.

### POTENCIA DE LOS PREPARADOS

Los extractos de salvia 10x, 15x y 20x pueden ser extremadamente potentes, hasta el punto de arrancar al sujeto de la realidad y catapultarlo en cuestión de pocos segundos a un mundo de visiones y experiencias enteógenas que tal vez no esté preparado para experimentar. Estos

extractos no son adecuados para principiantes. Aquellos que se internen las primeras veces en el reino de la salvia estarán más seguros si usan simplemente las hojas secas o frescas de la planta o un extracto 5x como máximo.

Con los enteógenos, en general, más no es siempre mejor, y la salvia cumple esta regla a la perfección. Las dosis bajas nos sumergen en un mundo extraño con fuerzas que tiran de nuestra piel y grandes distorsiones de la visión. Aunque puede asustar bastante lo extraño de las sensaciones, nuestra mente sigue aquí, en el mundo al que estamos acostumbrados.

Las dosis medias y altas cambian mucho más la consciencia. Con una dosis media probablemente se esté ausente durante unos minutos, absorbo en las imágenes que ve la mente, aunque también es posible que el psiconauta estalle en carcajadas o que se mueva por la habitación como borracho. Cuando la cosa se pone fea, se encontrará en un estado de gran angustia y miedo,

pero que pasará en pocos minutos. Aunque puede dejar sin ganas de volverla a probar, un mal viaje con una dosis media de salvia no suele traer mayores problemas.

Una dosis alta de *salvinorina-A* destruirá durante unos largos minutos toda la concepción del espacio-tiempo y puede que acabe también con el ego. Con un set y setting adecuados, esta experiencia puede ser catártica y recordarse como algo muy especial durante el resto de la vida. En el momento equivocado, puede dejar angustiado, confundido y tal vez asustado al usuario durante días o semanas. No es muy inteligente jugar con dosis altas sin una preparación adecuada.

### SET Y SETTING

Estos dos conceptos corresponden al estado de ánimo del psiconauta y al entorno donde se produce la toma. El estado de ánimo o set engloba desde la experiencia que se tenga con enteógenos hasta las expectativas que se tienen en





esta ocasión concreta. Hay que evitar consumir los días que estemos tristes, preocupados, enfadados o simplemente inseguros de querer tomar salvia.

El entorno o setting es también un aspecto vital de la toma. Una discoteca no es un buen setting. Tampoco un bar, el auto o un banco en la calle. Pero el setting también incluye a la gente y el ambiente que nos acompañan. No se debe tomar con desconocidos o cualquiera que no sea un amigo íntimo. Para que la toma vaya bien hay que dejarse llevar y resulta difícil hacerlo si los presentes no son de confianza. El mejor lugar es una casa tranquila, en compañía de unos pocos amigos cercanos. No hay que presionar ni intentar convencer nunca a nadie para que consuma salvia. Si no lo tiene muy claro, puede sufrir un muy desagradable mal viaje. Por supuesto, jamás se le debe dar a fumar salvia a nadie sin explicarle qué es y los efectos que se pueden esperar. No es divertido decirle a alguien "prueba y verás qué divertido".

## INTERACCIONES CON OTRAS DROGAS

No es tanto lo que sabemos de la *Salvia divinorum*, en Occidente apenas llevamos unos años consumiéndola, y aunque los mazatecos la toman desde hace mucho más tiempo, la verdad es que sus dosis parecen menores. Ellos suelen beber el jugo de las hojas o bien las mastican entre los dientes. Una calada de un extracto 20x puede introducir en la sangre en cuestión de segundos una cantidad de *salvinorina-A* como probablemente ningún mazateco ha probado nunca, al menos con tanta rapidez. Desconocemos casi por completo el modo de actuación de la *salvinorina-A* y, aunque podemos confiar en los cientos de años de bioensayos efectuados por los mazatecos, haremos bien si no nos confiamos demasiado.

Hasta donde se ha comprobado en la práctica, no se conocen interacciones con otras drogas aunque muchas combinaciones no se han probado nunca. La mezcla con cannabis es bastante habitual y no

No hay que presionar ni intentar convencer nunca a nadie para que consuma salvia. Si no lo tiene muy claro, puede sufrir un muy desagradable mal viaje.

parece causar problemas. En general se recomienda no mezclar salvia con otras sustancias, ya que se desconocen cuáles pueden ser sus efectos y normalmente la potencia de la salvia es suficiente para cualquiera.

## CÓMO SE FUMA LA SALVIA

Muchas personas no experimentan ningún efecto las primeras veces que prueban la salvia. Esto es más frecuente cuando se consumen hojas o extractos poco potentes que cuando se fuma un extracto 10x o más potente. Las razones por las que esto suce-



de se deben atribuir más a defectos en la forma de fumar que a que la sustancia es nueva para el cuerpo, aunque es bien cierto que pasadas unas tomas, el cuerpo parece reconocer la sustancia y sus efectos se experimentan más intensamente. Muchas personas fuman la salvia como si fuera un cigarrillo y expulsan el humo pocos segun-

Los extractos de salvia 10x, 15x y 20x pueden ser extremadamente potentes, hasta el punto de arrancar al sujeto de la realidad y catapultarlo en cuestión de pocos segundos a un mundo de visiones y experiencias enteógenas que tal vez no esté preparado para experimentar.

Estos extractos no son adecuados para principiantes.

dos después de inhalarlo. Además, la *salvinorina-A* tiene una temperatura de vaporización muy alta, por lo que la llama de un mechero corriente no vale de nada.

Lo primero que se necesita es un mechero de esos que parece un soplete. Esa llama es mucho más caliente y vaporiza la *salvinorina-A* enseguida. La salvia no se fuma en cigarrillos, es necesario un bong o pipa de agua. La razón fundamental es que el humo se calienta mucho con el mechero soplete y si no se enfría un poco con el agua hará toser enseguida. Si se tose, no se absorbe la *salvinorina-A*. Una vez se tienen el bong y el mechero, hay que colocar la salvia en la cazoleta y fumarla toda en una o, a lo más, dos caladas. Los efectos son tan rápidos que no habrá tiempo para más. Hay que aguantar el humo de cada calada durante unos veinte o treinta segundos. Es recomendable contar con un acompañante que pueda sujetar el bong mientras se fuma. De este modo, cuando aparecen los efectos no hace falta preocuparse de nada. El acompañante podrá el bong en un lugar seguro y se asegurará de

que el mechero no provoque ningún incendio. La duración de los efectos más fuertes no suele pasar de cinco o como mucho diez minutos, aunque pueden quedar efectos residuales durante una media hora.

Las hojas secas de salvia y el extracto 5x son los productos más recomendables para el que quiera iniciarse en la salvia. Los efectos de las hojas son bastante suaves, pero al mismo tiempo permiten comportarse normalmente y no perder el control. Las hojas tampoco deben consumirse en caños, se pierde casi todo y los efectos son muy flojos. Es más adecuado hacerlo en bong, aunque con una pipa grande donde quepa mayor cantidad de hoja picada.

## MASCAR SALVIA: EL USO TRADICIONAL

El método de consumo de salvia más corriente entre los chamanes mazatecos consiste en liar las hojas frescas formando un puro que luego introducen entre la mejilla y la mandíbula. Durante un largo rato van mordisqueando las hojas para extraer el jugo. El jugo permanece en contacto con las mucosas de la boca, a través de las cuales se va absorbiendo la *salvinorina-A*. Los efectos tardan en aparecer entre diez y veinte minutos, y se prolongan entre media hora y una hora. Tanto la aparición de los efectos como su intensidad son más suaves que fumando extractos. Algunos psiconautas encuentran los efectos de la salvia consumida oralmente mucho más adecuados para sacarles partido y aprender de ellos. La salvia fumada es tan rápida y demoledora que a veces no da tiempo casi de darse cuenta de lo que ha pasado.

Mucha gente no sabe que la *Salvia divinorum* no es una sustancia para ir de fiesta. La mayoría de los usuarios no la encuentran divertida como el alcohol o el tabaco, sino que ven en ella una herramienta que ayuda a tener visiones. Pero estas visiones no son ajenas a nosotros, sino que surgen de lo más profundo de nuestro inconsciente. Reflejan nuestros miedos, fantasmas, deseos... y nos afectan de lleno. ¿Quién quiere acordarse de

sus miedos cuando está de fiesta?

Hasta donde sabemos, no se han producido nunca sobredosis fatales de salvia, por lo que suponemos que el margen de seguridad es muy amplio. La *salvinorina-A* no causa adicción, más bien lo contrario. Los usuarios más experimentados suelen espaciar cada vez más las tomas. La salvia y *salvinorina-A* son legales en Chile y en casi todo el mundo.

## LA ESCALA S-A-L-V-I-A

Como ya hemos dicho, los efectos cambian radicalmente conforme las dosis de *salvinorina-A* van siendo mayores. Según una popular escala publicada por Daniel Siebert en Internet, hay seis niveles en los efectos de la salvia. Cada nivel corresponde a una letra de la palabra salvia.

**NIVEL 1:** S de efectos sutiles. Notamos algo pero no sabemos qué.

**NIVEL 2:** A de percepción alterada. Cambian el espacio, los colores, la música.

**NIVEL 3:** L de estado visionario ligero. Fractales y otras imágenes con ojos cerrados.

**NIVEL 4:** V de estado visionario vivo. Aparecen visiones tridimensionales, alucinaciones auditivas, entramos en el mundo de los sueños.

**NIVEL 5:** I de existencia inmaterial. Olvidamos el cuerpo y nos sumergimos en el espacio interior. Algunas personas se mueven o caminan en este estado, lo que puede ser peligroso sin un acompañante sobrio.

**NIVEL 6:** A de amnesia. Se pierde la consciencia y luego no se recuerda nada. ☸

**Advertencia:** Los efectos de la *Salvia divinorum* son muy potentes y sustancialmente distintos de otras sustancias como el cannabis o el alcohol. No es una planta para consumir de fiesta ni para hacerlo sin cuidado. Siempre se debe consumir con un acompañante presente que pueda cuidar del psiconauta si lo necesita. Hay que prestar mucha atención al set y al setting como con todos los visionarios, pero teniendo en cuenta que la rapidez con que se presentan los efectos, especialmente cuando se fuman extractos, hace que debamos ser aún más precavidos que con otras sustancias más controlables.