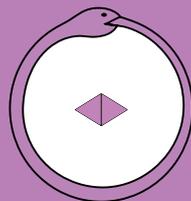
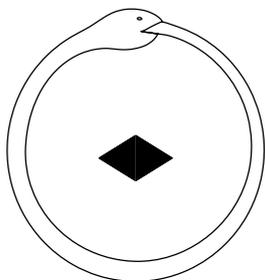


PLANTAS PERFUMOSAS  
[PLANTAS AROMÁTICAS]  
Vera Fróes



cuadernos  
SELVAGEM



## PLANTAS PERFUMOSAS [PLANTAS AROMÁTICAS]

Vera Fróes

Habla presentada en la rueda de conversaciones *Perfumosas* durante el Selvagem, ciclo de estudios sobre la vida, en el Teatro del Jardim Botânico, en Rio de Janeiro el 15 de noviembre de 2019.

Las plantas *perfumosas*<sup>1</sup>, también conocidas como plantas aromáticas, tienen como principio activo los aceites esenciales, llamados *astroaromas* por los astrólogos de la Antigüedad. Esos activos tienen la propiedad de disolver las dificultades y exaltar las potencialidades positivas e innatas de los nativos de cada signo.

Las sustancias volátiles son muy complejas y llegan a tener hasta 50 componentes, fáciles de diluir en alcohol y en aceite y difíciles de diluir en el agua.

De todos los sentidos, el olfato es el que se vincula al sistema nervioso central y a la memoria. Las moléculas aromáticas se desprenden de las flores y del medio ambiente y son captadas por los sensores nasales, unas 20 millones de neuronas ubicadas en el techo de la cavidad nasal que reconocen y devuelven la información ya decodificada. El área de los olores se asocia a la memoria, como por ejemplo: la comida de la abuela, el olor de la madre, aromas especiales que están conectados a la ancestralidad.

El olfato regula las funciones hormonales, es el principal responsable por el gusto, posee receptores especializados que crean puntos de memoria, interpretan y protegen el organismo, indicando que algo anda mal, como por ejemplo, comida podrida, incendio (olor a quemado). La mucosa nasal presenta una propiedad receptiva para los intercambios químicos con sustancias fitoterápicas y psicotrópicas, posee íntima conexión con la parte más antigua del cerebro.

---

1. La palabra “perfumosa”, que también da nombre a la rueda de conversaciones en la que se presentó esa charla, tiene el sentido de perfumada, de olor agradable.

En la aromaterapia, disciplina especializada de la fitoterapia, los aceites esenciales actúan sobre los centros psíquicos, que captan la energía cósmica y la transmiten para las estructuras celulares del cuerpo físico, los chakras, que en sánscrito quiere decir “rueda de luz”, son centros de energía que representan diferentes aspectos de la naturaleza sutil de la humanidad<sup>2</sup>. Permite una sintonía consciente (intuitiva), entre el yo (observador interno), otros seres de la naturaleza (observación del entorno) y las glándulas cósmicas del alma.

Los egipcios, hace 5.000 a.C., ya desarrollaron la tecnología de la momificación usando sustancias aromáticas para la conservación de los cuerpos, de manera que las momias duraban siglos. El uso de sustancias aromáticas formaba parte del cotidiano de ese pueblo, ellos creían que los aromas atraían a los espíritus de la salud y apartaban el espíritu de la enfermedad.

Los árabes avanzaron en la investigación e inventaron el serpentín refrigerado, una pieza fundamental en el proceso de destilación, basado en el concepto “disolver y coagular”, es decir, disuelve el cuerpo físico y condensa el espíritu, lo que resulta en la quinta esencia, el alma de la planta: los aceites esenciales.

Paracelso, médico alquimista del siglo XVI, afirmaba en su libro *Botánica Oculta* que, para manipular las plantas, seres tan puros como los ángeles, hacía falta hacer una dieta y abstinencia de alcohol y sexo. Él partía del principio según el cual “si una planta está viva es porque algo la anima, el ser elemental”. La planta sería el cuerpo físico de un ser elemental.

Podríamos decir que las plantas aromáticas son del elemento aire, porque son volátiles, curativas, floridas y tienen semillas en abundancia. Sus elementales son los silfos, las sílfides y las hadas, en latín *factum*, que significa “destino”, seres mágicos que interfieren en el destino de sus protegidos.

Según Paracelso, para acceder al elemental y recibir los beneficios de sus propiedades curativas, es necesario un ritual de cosecha: trazar un

---

2. N. del T. (En esta traducción optamos por adoptar un lenguaje inclusivo, siguiendo las orientaciones del Manual Práctico de Linguagem Inclusiva, André Fischer, SP: Tecidas Consultoria 360, 2020.)

círculo alrededor de la planta, simbolizando la rueda de las encarnaciones, cuando fuimos planta en algún momento, y mirando hacia el leste, hacer una oración, un rezo, un canto, y pedirle al ser elemental que nos ayude en la cura.

En la aromaterapia esotérica, el romero (*Rosmarinus officinalis*) ayuda a superar las inhibiciones de la libre expresión y facilita los trabajos intelectuales. En la Antigüedad era común que los jóvenes colocaran un ramo de romero en la oreja para la concentración en los estudios.

La lavanda o alhucema (*Lavandula spica*) disminuye los estados de tensión, neutraliza las vibraciones que perturban el aura magnética personal y eleva la espiritualidad. La salvia (*Salvia officinalis*) alivia viejos rencores que provocan culpa y sentimientos depresivos, mientras que el eucalipto (*Eucalyptus globulus*) está indicado para afrontar las situaciones de miedo ya que provoca relajación y lucidez.

Sensitivos, yerberos, curanderos y chamanes establecen un diálogo sintonizado con el reino vegetal, y aprenden con las plantas sus propiedades, usos y combinaciones. El chamán se pone en contacto con el espíritu de la planta y con la dimensión biomolecular para encontrar el diagnóstico y la cura. Por ejemplo, la ayahuasca.

Por intuición, observación, sensibilidad, por el conocimiento cultural y por el don expresado en el código genético de cada chamán o sensitivo, ocurre la comunicación con las plantas aromáticas y enteógenas. Tenemos estudios en el campo sutil con los florales de Bach, florales de la Amazonia, florales del Cerrado y otros biomas.

Paralelamente, la ciencia comprueba la función terapéutica de las plantas aromáticas. Las mentas como descongestionantes; caléndula y barbatimón, cicatrizantes; congorosa (espinheira santa) y jengibre, digestivas; maracuyá y melisa, calmantes, además de indicación para la depresión con el romero y para la baja inmunidad, la cúrcuma.

Cuando reunieron las informaciones científicas, la etnobotánica y la ancestralidad, verificaron que todo lo que está en el microcosmo está en el macrocosmo, el físico y el espiritual son uno, toda la naturaleza se origina del mismo ADN. Lo que los indígenas ya sabían desde hace mucho tiempo.

Si no percibimos las virtudes de las plantas, sean aromáticas, enteógenas o PANCs (Plantas Alimenticias no Convencionales) es porque

estamos con nuestro GPS personal apagado, y las plantas nos envían mensajes-clave. ¿Y qué mensajes son esos?

El primer mensaje-clave es la observación, que nos trae la percepción del ahora, cuando observamos estamos en plena conciencia, enfocados e inspirados. El cerebro emite impulsos eléctricos que aumentan la adrenalina del cuerpo y las sinapsis de las neuronas.

La observación sistémica se extiende al hábitat de la planta, su comportamiento, la identificación al elemento a que pertenece. La búsqueda de la sintonía con el elemental es la búsqueda de la conexión con el espíritu de la planta. Mirando atentamente observamos que la naturaleza en sus múltiples formas y colores se presenta con una geometría virtuosa. El creador ha imprimido una simetría divina con proporciones geométricas idénticas, lo vemos en las flores, en los árboles, en la naturaleza, en los monumentos antiguos, en las pinturas clásicas, en los estudios esotéricos (la Cábala) y en las artes indígenas (os kenés). Se trata de una geometría noble, áurea, que infunde belleza en las artes humanas, expresa armonía y bienestar.

El segundo mensaje-clave es la interdependencia. El planeta Tierra es una inmensa red donde todos los seres están interconectados aunque no se den cuenta de eso. Lo percibimos en la relación más básica que es la fotosíntesis con la respiración, hasta la influencia determinante del clima en la vida de las personas.

Lo que pasa en África influencia la floresta Amazónica. La ruptura de esa interrelación provoca la destrucción de los ecosistemas, catástrofes ambientales y enfermedades físicas y psíquicas. Un ejemplo de esta interdependencia son los ríos voladores. Sao Paulo solo produce plantas aromáticas y todos los otros productos agrícolas debido a esos ríos que se forman en la atmósfera.

En la América del Sur es común que llueva en toda la región costera, aunque la región sudeste esté en la misma latitud que las áreas desérticas del planeta. Entonces, ¿por qué tenemos lluvia en una región desértica? Porque la floresta Amazónica es una fábrica de servicios ambientales, es una irrigadora de la atmósfera gracias a sus árboles centenarios como la ceiba (samaúma), que bombean millares de litros de agua al día. Eso ocurre por la evapotranspiración, por los ríos voladores que se encuentran con los Andes y se dirigen hacia la región sudeste del continente.

Quienes mantienen esa fábrica de servicios ambientales hace centenas de años son los pueblos indígenas, verdaderos guardianes que tenemos que valorar, ayudarles a proteger sus tierras y preservar sus culturas.

El tercer mensaje-clave es la impermanencia, que revela que todo está en constante transformación. En la naturaleza todo está en movimiento, la alquimia es incesante, las plantas transmutan fósforo en azufre, magnesio en calcáreo y nitrógeno en potasio. Las raíces se comunican a través de los hongos, enviando mensajes de atención y alerta y, para eso, accionan las plantas profesoras (enteógenas) en la tentativa de equilibrar los ecosistemas. Es la fitosfera intentando comunicarse con la neuroesfera (nosotras y nosotros) para salvar la biosfera.

Encima del suelo, la transformación también es constante, las semillas germinan dando flores, las flores dan frutos que completan su ciclo vegetativo. La flora nos ofrece los fundamentos para la comprensión de los ciclos responsables por la salud y armonía de la naturaleza. Esos ciclos son constantes, pero son impermanentes: las estaciones del año, la influencia lunar, los movimientos de las mareas. Las plantas están en sintonía con los ciclos, fluyen en la transformación y cumplen su función. La humanidad también se transforma, especialmente en los ritos de pasaje de vida y muerte. Es la conexión y la comprensión de estos ciclos lo que promueve la salud y la cura individual y planetaria.

El cuarto mensaje-clave es la diversidad, que demuestra que la convivencia entre las diferencias es fundamental para el crecimiento y equilibrio del sistema. La naturaleza tiene relaciones sensibles y creativas con todos los seres, sin prejuicios. Cuanto mayor sea la diversidad, mejor será la estabilidad de los ecosistemas. Hay una ley universal según la cual la naturaleza se renueva creando nuevas especies, eliminando otras y adaptándose constantemente con el objetivo de mantener los ecosistemas.

La biodiversidad se mantiene en un proceso de coevolución. Los insectos y las flores coevolucionan, los animales y las florestas coevolucionan. La coevolución es una espiral ascensional como el propio ADN. El gran castaño de monte<sup>3</sup>, de 50 metros de altura, sólo dará frutos si abejas

---

3. *Bertholletia excelsa*, también conocido como nuez de Brasil, es un árbol alto y hermoso, originario del Amazonas. Se puede encontrar en bosques a orillas de grandes ríos, como el Amazonas, Negro, Orinoco y Araguaia, pero está en peligro de extinción.

específicas, las de lengua larga, polinizan sus flores cerradas, y esas especies de abejas se multiplicarán si se alimentan de una determinada orquídea, que habita los grandes árboles de la floresta.

La naturaleza no discrimina, ninguna parte es mejor que otra. La biodiversidad es lo que posibilita la vida en el planeta. De un lado, el reino humano se hace cada vez más homogéneo, basado en el sistema de exclusión y creencias limitantes, por otro lado, el agroforestal, que imita la naturaleza, nos enseña cómo ser sustentable en la diversidad.

Entonces, tenemos las llaves y el acceso al conocimiento que está disponible para todas las personas, especialmente para aquellas que usan las plantas enteógenas, visionarias y saben decodificar las informaciones. La tecnología vegetal funciona como una potente interrelación con el ADN cósmico.

La tecnología vegetal puede dialogar con la tecnología virtual, creando una cultura cuántica, una conciencia individual para una acción colectiva en beneficio del bien común.

El foco está en la relación. Ningún ser es mejor que otro, todas y todos estamos conectados a la fuente creadora.

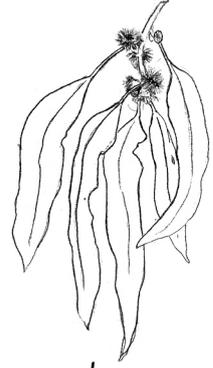
Las llaves abren el contacto con la intuición, la creatividad, nos estimula para que cultivemos nuestras virtudes interiores. Las llaves reunidas abren un portal, un nuevo paradigma, la creación de redes autogestoras.



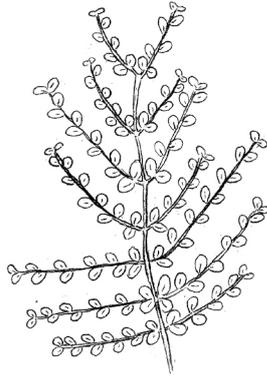
**romero**  
(*Rosmarinos officinalis*)



**lavanda**  
(*Lavandula spica*)



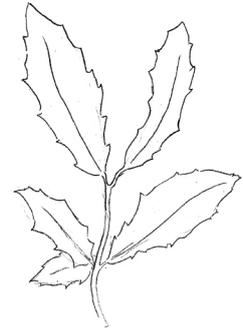
**eucalipto**  
(*Eucalyptus*)



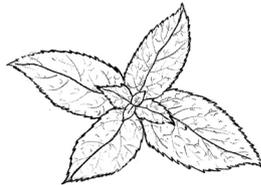
**barbatimón**  
(*Stryphnodendron*)



**cúrcuma**  
(*Curcuma longa*)



**congorosa / cancosa /  
chuchuwasi / maiteno**  
(*Maytenus ilicifolia*)



**menta o hierbabuena**  
(*Mentha spicata*)



**caléndula**  
(*Calendula officinalis*)



**salvia**  
(*Salvia officinalis*)



**maracuyá**  
(*Passiflora edulis*)



**melisa**  
(*Melissa officinalis*)



**jengibre**  
(*Zingiber officinalis*)

**VERA FROÉS**

Investigadora de plantas medicinales hace 30 años, con experiencia en etnobotánica amazónica, historiadora, especializada en Gestión de Innovación en Fitomedicinas de la Biodiversidad Brasileña por la Fio-cruz, y creadora de la Viridis Productos Naturales. Es vice-presidenta del Instituto de Estudios Culturales y Ambientales - IECAM, y cultiva plantas medicinales en las montañas del Rio de Janeiro.

El trabajo de producción editorial de los cuadernos Selvagens se realiza en conjunto con la comunidad Selvagem. La coordinación editorial es de Mariana Rotili y la edición de Isabelle Passos. La coordinación del Grupo Español es Daniela Ruiz, quien también realiza la lectura final de los textos.

Más información en [selvagemciclo.com](http://selvagemciclo.com)

Todas las actividades y materiales de Selvagem se comparten de forma gratuita. Para aquellos que deseen retribuir, los invitamos a apoyar financieramente las Escolas Vivas, una red de 4 centros de formación para la transmisión de la cultura y el conocimiento indígena.

Obtenga más información aquí: [selvagemciclo.com.br/colabore](http://selvagemciclo.com.br/colabore)

**TRADUCCIÓN:**

**MARY HATAKEYAMA**

Madre, jardinera, profesora, traductora. Nació y creció en la periferia de São Paulo, Brasil. Se graduó en Letras y Pedagogía. Desde 2022 participa en la Comunidad Selvagem, estudiando y aprendiendo nuevas y profundas maneras de ver y comprender la vida.

## CORRECCIÓN DE PRUEBAS

**DANIELA RUIZ**

Desde 2020 es estudiante del Ciclo Selvagem, comunidad que colabora activamente en los grupos de Comunicación y Elaboración de Textos, donde coordina el grupo de traducción al español. Nacida en la primavera de 1979 en Brasil, se graduó en arquitectura y urbanismo, estudió permacultura y paisajismo biodinámico. Tiene un vínculo profundo con las plantas y sus tiempos. Su relación con el mundo vegetal se desarrolló a lo largo de muchos caminos de experimentación con las artes, la botánica, el paisajismo y la jardinería. Trabaja como arquitecto y paisajista entre São Paulo y Barcelona. Actualmente está aprendiendo con la planta del té y todo lo que la rodea. Es madre y vive en Barcelona.

Cuadernos SELVAGEM  
publicación digital de  
Dantes Editora  
Biosfera, 2023

