

# **Las Plantas Maestras Amazónicas en Modo Contención: una compañía sutil y activa en el proceso de cambio**

---

Psi. Uriel Josué López Legaria<sup>1</sup>  
Julio de 2020

**I. Introducción: ¿Qué son las plantas de contención y para qué sirven?**

**II. ¿Cómo hay que tomarlas? La dieta y contraindicaciones.**

**III. Conclusión.**

## **I. Introducción: ¿Qué son las plantas de contención y para qué sirven?**

Es importante entender qué significa el término “contención”. En su definición, refiere a “encerrar o albergar dentro de sí o a reprimir algo; tener una cosa en sí misma o en su interior”, por ejemplo: “el cauce del río se desbordó con las fuertes lluvias, pero se logró contener con la ayuda de todos”. También refiere a la represión de las pasiones o sentimientos humanos; un ejemplo coloquial: “quería decirle sus verdades, pero me contuve”. En psicoterapia, se utiliza para referir “un proceso donde hay situaciones de tranquilidad y estimulación de la confianza en alguien quien se encuentra afectado por una fuerte crisis emocional”. La contención es una condición y situación que permite elaborar y desarrollar las capacidades de identificación de los propios impulsos, emociones y sentimientos, y permite contrastarlos con nuestro entorno y experiencias inmediatas, siendo un proceso reflexivo y consciente. La situación de contención permite ordenar y organizar las emociones, sentimientos y pensamientos para poder expresarlos de manera asertiva, coherente y propositiva; permite asimilar, acomodar e integrar una situación nueva, impactante, estresante, dolorosa.

---

<sup>1</sup> Psicólogo, miembro del equipo terapéutico del Centro Takiwasi, Tarapoto Perú. E-mail: [uriel.legaria@takiwasi.com](mailto:uriel.legaria@takiwasi.com)

En este proceso de contención, la presencia de un Otro (no necesariamente un psicoterapeuta brinda contención, sino también quien tiene una actitud de escucha, por ejemplo: el amigo que escucha cuando uno se siente mal, y luego de hablar -y sin una palabra suya-, siente mejoría), es importante en el desarrollo de estos límites propios, y el aprendizaje que permite el ordenamiento y la organización del mundo interior.

Dentro del proceso de tratamiento de adicciones en el Centro Takiwasi, se hace uso de recursos vegetales (toma de plantas), en especial la toma de “Plantas Maestras” en “modo contención” (distinto a su uso en dieta-retiro), que permiten acompañar, ayudar y enseñar a los usuarios en sus procesos psicológicos y de reflexión terapéutica. Mabit (2001) y Torres (1998), mencionan que dentro de la Medicina Tradicional Amazónica:

*“[...] Las plantas "enseñan" al paciente mediante el estímulo de la función onírica; el surgimiento de insights, flashes con poderosos tintes emocionales; la facilitación y aceleración de los procesos mentales como los asociativos, los mnésicos, los cognitivos. Se genera en términos generales una mayor conexión entre mente y emociones que permite al sujeto centrarse mejor”, y que “por sus propiedades enteógenas también sirven para darnos una visión introspectiva sobre nosotros mismos, y sobre la vida en general”.*

Bajo estas premisas, el uso y la toma de Planta Maestras en Contención en el Centro Takiwasi, permite al usuario tener un proceso colateral a su proceso psicoterapéutico, tomando las Plantas Maestras que más se acercan a lo que necesita saber o necesita aprender a desarrollar a nivel psicosomático, afectivo, emocional, espiritual y axiológico, generando efectos positivos en esas dimensiones y en su totalidad. A lo largo de su experiencia clínica, el Centro Takiwasi y sus curanderos han ido aprendiendo de las manifestaciones psicológicas-afectivas y espirituales que producen la toma de Plantas Maestras en un contexto terapéutico de retiro-dieta, como parte del protocolo dentro del internamiento residencial y en pacientes ambulatorios que tienen un proceso de psicoterapia acompañado de plantas.

En Takiwasi, se utilizan principalmente las siguientes Plantas de Contención:

- La *Camalonga (Strychnus sp.)*, semillas preparadas en macerado de agua con colorante, que reequilibra el sistema nervioso, brinda calma y tranquilidad, aumenta la actividad onírica y regula el sueño, estimula las ganas de trabajar, limpia impregnaciones negativas a nivel energético y espiritual.
- La *Mucura (Petiveria alliacea)*, fortalece el sistema inmune, ayuda a dar claridad mental; se utiliza como planta de protección contra la brujería y envidias, también se usa en baños de florecimiento. Puede ayudar a activar la voluntad e iniciativa para hacer los cambios necesarios en la vida, no siendo casual que se de en las primeras semanas de tratamiento. Nuestros curanderos suelen recetar Mucura para proteger a alguien contra fuerzas malignas como la brujería y la envidia.
- La *Albahaca (Ocimum sp.)*, refresca e ilumina la mente, calma el exceso de mentalización, tranquiliza, pacifica.
- El *Romero (Salvia rosmarinus)*, es un tónico cerebral; se utiliza para recobrar la memoria (corporal, afectiva, cognitiva y espiritual); brinda suavidad y afecto en quienes lo toman.
- El *Ajo Sacha (Mansoa standeyi)*, refuerza el sistema inmunitario, la voluntad, la autoestima y la capacidad de decisión; es “la planta de la vocación” porque ayuda a discernir lo que conviene o no en el camino de vida. Tiene efecto antidepresivo y alumbra la mente.
- La *Bobinzana (Calliandra angustifolia)*, que tranquiliza, provoca reflexiones, suavidad de sentimientos; favorece el enraizamiento, la flexibilidad en la comunicación afectiva y frente a los desafíos de la vida personal, la alegría espiritual y la apertura del corazón. Permite mantener la estabilidad frente a los desbordes emocionales o psicológicos.
- El *Chiric Sanango (Brunfelsia grandiflora)*, en su uso tradicional, es utilizada contra los reumatismos, la rigidez articular. Aumenta la confianza en sí mismo; elimina los miedos, el frío físico y afectivo, restaura el equilibrio masculino - femenino. Es la planta de la osadía, de la salida del ensimismamiento y de la

apertura para ir hacia afuera, hacia los demás, hacia su destino. Flexibiliza a todo nivel.

- El *Chuchuwasi* (*Maytenus macrocarpa*), es la planta de la fuerza, de la estructura; endereza, corrige, enseña la rectitud y restituye el justo centro, tonifica, actúa sobre los temas transgeneracionales, purifica las transmisiones y filiaciones familiares, sana los problemas del sistema reproductivo (infertilidad, impotencia, etc.).
- La *Coca* (*Erythroxylon coca*), brinda balance y equilibrio, estimula la producción onírica; es un tónico, también calma el dolor físico y emocional, tranquiliza y permite cicatrizar las heridas. Permite centrarse, alinearse en todos los niveles.
- El *Uchu Sanango* (*Brunfelsia grandiflora*), tonifica, afirma la voluntad, enseña la rectitud, a corregir los errores y a hacer planes concretos para el futuro. Planta de purificación por excelencia que ayuda a eliminar los pensamientos y sentimientos negativos, las malas energías espirituales.
- El *Ushpawasha Sanango* (*Rauwolfia sp.*), favorece la expresión y metabolización de recuerdos de importancia afectiva, la catarsis y el balance emocional: es llamada “la planta de la memoria del corazón”.
- *Palos*, es un conglomerado de distintas cortezas de plantas medicinales y maestras: *chuchuwasi* (*Maytenus macrocarpa*), *bolaquiro* (*Potueria Ucuqui*), *bobinzana* (*Calliandra angustifolia*), *quilluhuiqui* (*Reedhia Acuminata*), *cocobolo* (*Schinopsis peruana*), *came renaco* (*Ficus ypsilophlebia*), *acero huasca* (*Paullinia sp.*), *bachufa* (*Cordia alliodora*), en su conjunto dan estructura, fortaleza y defensa a nivel físico, mental y espiritual; aumenta la voluntad, la confianza en uno mismo y en tomar postura ante la vida; brindan “fuerza masculina”, dan “verticalidad”, “enraizamiento” y sentido de vida.

Es así como la toma de estas plantas maestras coadyuva en el tratamiento psicológico, según el momento y la necesidad que el usuario esté transitando. No separado de esto, se va realizando un trabajo energético de integración del proceso a un nivel delicado, profundo y necesita un tiempo de metabolización. Induce un cambio estructural perene. La dimensión

energética y espiritual no está apartada de la toma de plantas, siendo así importante tener en cuenta las disposiciones que se requieren para su utilización, como lo es la “dieta”, explicada más adelante.

Su preparación consiste en el uso del tallo, cortezas, las hojas y/o las raíces, según el uso que tradicionalmente se le ha dado y han descubierto los maestros vegetalistas; puede ser una preparación en agua por cocción aplicando fuego hasta lograr un concentrado, o puede ser una preparación en “fresco” de las partes antes mencionadas de la planta, ya sean trituradas, raspadas, molidas, chancadas, igualmente incorporadas en agua. Hay plantas que pueden ir mezcladas para combinar y potenciar los efectos de las mismas, o hay plantas que requieren del exclusivo uso de la planta en contención por tomar.

## **II. ¿Cómo hay que tomarlas? La dieta y contraindicaciones.**

Brevemente, la “dieta” o “la toma de plantas” pueden definirse como “el tiempo en el que se estará bajo un determinado régimen alimentario y normas más o menos estrictas de manejo corporal, psíquico y energético” mientras se toman plantas, ya sean purgativas y/o maestras en contención.

La duración de toma de plantas de contención es entre 5 y 10 días. Generalmente, pero dependiendo de la planta, son tomadas en una dosis de 250 ml -de manera práctica o rudimentaria, se usa un vaso pequeño que es llenado hasta antes del borde-; en el caso de plantas fuertes como el Chiric Sanango y el Uchu Sanango, empíricamente, se usa la medida de los dedos, índice y medio, colocados juntos y de manera horizontal en relación al vaso pequeño, alineándolos con la base y sirviendo la planta de contención hasta donde el borde del dedo índice indica.

Generalmente se toma una dosis de la planta de contención por las noches para aprovechar la influencia que tiene sobre la actividad onírica, sin embargo, hay plantas que, por su

fuerza, energía y efectos, es mejor tomarlas por las mañanas, para no perturbar el sueño y, por ende, el ritmo de vida normal del usuario.

Durante la toma de estas plantas de contención, es necesario guardar restricciones básicas de cuidado:

- No tomar plantas ajenas a Takiwasi;
- Está prohibido el consumo de drogas y/o sustancias psicoactivas;
- No tener relaciones sexuales o algún tipo de contacto erótico o auto-erotismo (masturbación) hasta tres días después de la última toma;
- Suprimir la ingesta de alcohol, hasta tres días después de haber terminado la última toma;
- Eliminar de la dieta todos los picantes y condimentos fuertes e industriales: mostaza, ají, etc.;
- Evitar el consumo de grasas animales y frituras;
- Es prohibido el consumo de carne de cerdo y derivados;
- Evitar los perfumes y productos de aseo personal y de limpieza doméstica.

Es importante considerar estas restricciones pues, de acuerdo a los conocimientos empíricos de la Medicina Tradicional Amazónica, los espíritus de las plantas “son celosos” y requieren de una restricción en la alimentación y el comportamiento habitual mientras se toman. Durante este tiempo hay una relación de enseñanza-aprendizaje a nivel sutil y activo, y cuando este proceso se ve interferido, causan “errores” y “torceduras” en la dieta, que coloquialmente se denominan como “cruzaderas”.

Una “cruzadera” es la consecuencia de malograrse la dieta -voluntaria o involuntariamente-, y tiene efectos en el cuerpo físico manifestándose en dolores de cabeza, diarrea, desorientación, mareos, vértigos, zumbidos en los oídos, dolores generales en el cuerpo, dificultad para dormir o mucha pesadez para despertar y activarse en el día... A nivel psicoafectivo, puede generar confusión, ansiedad y/o depresión, pensamientos obsesivos, irritabilidad, cólera desbordada, entre muchas otras posibilidades. En el nivel energético-

espiritual, pueden manifestarse pesadillas, perturbaciones en la percepción sensorial, asedio de malas energías, pensamientos obsesivos negativos.

Es importante destacar que la “cruzadera” debe corregirse de inmediato ya que si se mantiene de manera consciente o inconsciente, las enseñanzas de las plantas maestras reforzarán los aspectos negativos del usuario (los aspectos de la “sombra”), incluso incrementando los aspectos que se ha querido cambiar, empeorando su condición, hasta retrocediendo más atrás que de donde se comenzó.

La corrección de una cruzadera -“enderezar la dieta”-, será hecha por un curandero, quien está habilitado para ello, haciendo uso del tabaco-mapacho y corteza de canela masticada para soplar sobre ciertos puntos energéticos del cuerpo del usuario, baños de plantas y/o perfumes, ayunos, la reparación con la planta de contención que el usuario estaba tomando, o las indicaciones de los medios que el curandero disponga para enderezar la dieta. De esta manera, se asegura que las enseñanzas de las plantas maestras sean las adecuadas y sanas para el usuario, manifestándose en efectos positivos evidentes en el mediano y largo plazo, tanto para quien toma plantas de contención, como para sus redes relacionales cercanas y no tan cercanas.

### **III. Conclusión**

Algo que ha caracterizado al Centro Takiwasi como único en su tipo en el trabajo con personas con adicción y toxicómanas, es la incorporación e integración de la Medicina Tradicional Amazónica en conjunto con la medicina convencional y la psicoterapia Occidental. De igual manera y no menos importante, los procesos de retiro/dieta que también se ofrecen, son, si no únicos, pioneros en brindar un acompañamiento médico y psicológico profesional a los usuarios que realizan su retiro con toma de plantas maestras, diferentes a como tradicionalmente se han realizado por cientos de años. Este formato de integración también ha permitido que, a lo largo de los años, el Centro Takiwasi cuente con una recopilación clínica y experiencial de los residentes y usuarios de dietas, llegando a un

punto fino de reconocimiento del efecto e impacto que tienen las plantas maestras a nivel psicológico, afectivo, espiritual y transgeneracional, y que se prescriben en situaciones y casos bien concretos de acuerdo a la motivación y proceso de cada persona. Cabe resaltar que el descubrimiento de este conocimiento fino puede verse como un aspecto que no está registrado en la tradición escrita ni oral de manera explícita ni categórica, ya que los antiguos estaban más enfocados al bienestar físico y a situaciones prácticas, de acuerdo a su matriz cultural.

La toma de plantas maestras en contención, es un proceso muy eficaz si se hace bien y que deja un cambio estructural perene. Es inútil o hasta peligroso si no se hace bien o no se respetan las reglas (dosis, dieta, cuidados...). Permite tener un “pool” de asistentes psicoterapéuticos específicos para el trabajo de rehabilitación simultáneamente a nivel físico, psicoemocional y espiritual... los contenidos manifiestos (las vivencias dentro del aislamiento en la reserva botánica, los sueños, los recuerdos, los duelos y heridas) se manifiestan con gran lucidez y son altamente significativos en el proceso de tratamiento de las adicciones y de desarrollo humano.

Como Torres (1998) menciona:

*“Se trata de dar un acompañamiento, de tal forma que la propia persona vaya poco a poco entendiéndose y asumiéndose. No se trata de curar al paciente con base a nuestra formación y nuestros esquemas mentales – proyecciones– como observamos en la psicoterapia convencional, sino que el propio paciente vaya descubriendo con la ayuda de las Plantas Maestras a su propio Maestro Interior.*

*Tal vez a partir de una visión regional-autóctona de la Planta Maestra apuntar hacia la función psicoterapéutica de la planta como alimento amplificador y estimulante de la fuerza automedicatriz del Maestro Interior, de la conciencia profunda que va más allá de la concientización neo-cortical”.*

## **Referencias consultadas**

- Giove, R. (2010). “La liana de los Muertos al Rescate de la Vida. Medicina tradicional amazónica en el tratamiento de toxicomanías. DEVIDA. Tarapoto, Perú.
- Mabit, J. (2001). “Uso ritualizado de plantas psicoactivas de la Amazonía en el tratamiento de toxicómanos: 7 años de experiencias en el Centro Takiwasi”. Conferencia dada a la Conferencia Científica Internacional del ISAM "Addictions 2000+1, Challenges and Opportunities for a new Millenium", International Society of Addiction Medicine (ISAM), Israel, Setiembre 2001. 8p. Enlace: [https://www.takiwasi.com/docs/arti\\_esp/Usoritualizadodeplantaspsicoactivas.pdf](https://www.takiwasi.com/docs/arti_esp/Usoritualizadodeplantaspsicoactivas.pdf)
- Torres, J. (1998). Acerca de la Planta Maestra: Vehículo de Introspección, pp. 58-62. En: *Memorias del Segundo Foro Internacional Sobre Espiritualidad Indígena*, Tarapoto, Perú. Enlace: <https://takiwasi.com/es/plantas-maestras.php>