



LA MAGIA DE LAS PLANTAS

VOL. 2

ELEMENTO FUEGO
EL FRUTO Y LA SEMILLA



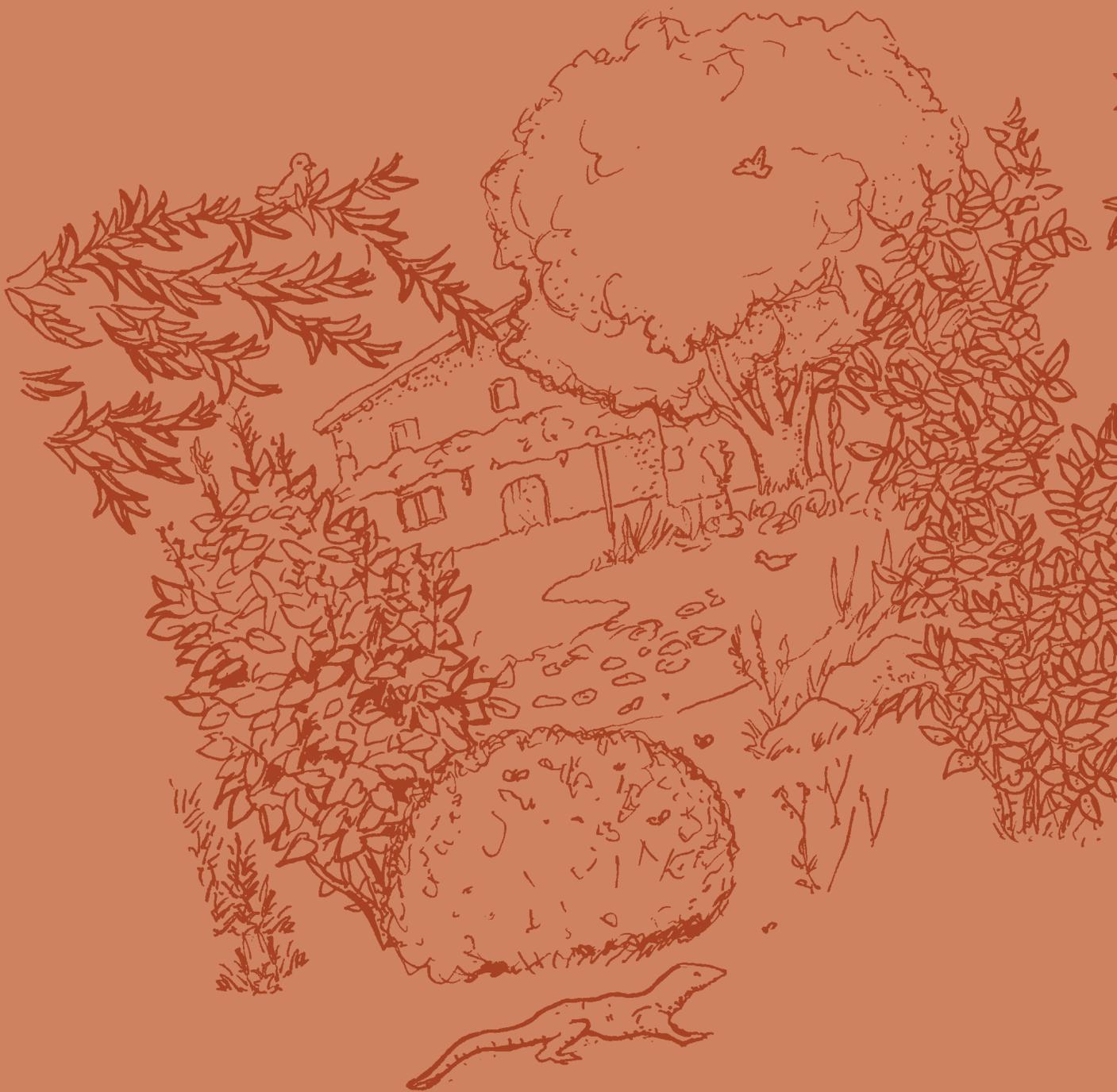
**Astrobotánica, remedios
y cosmética en conexión con
los ritmos de la naturaleza**

Ana Gayoso

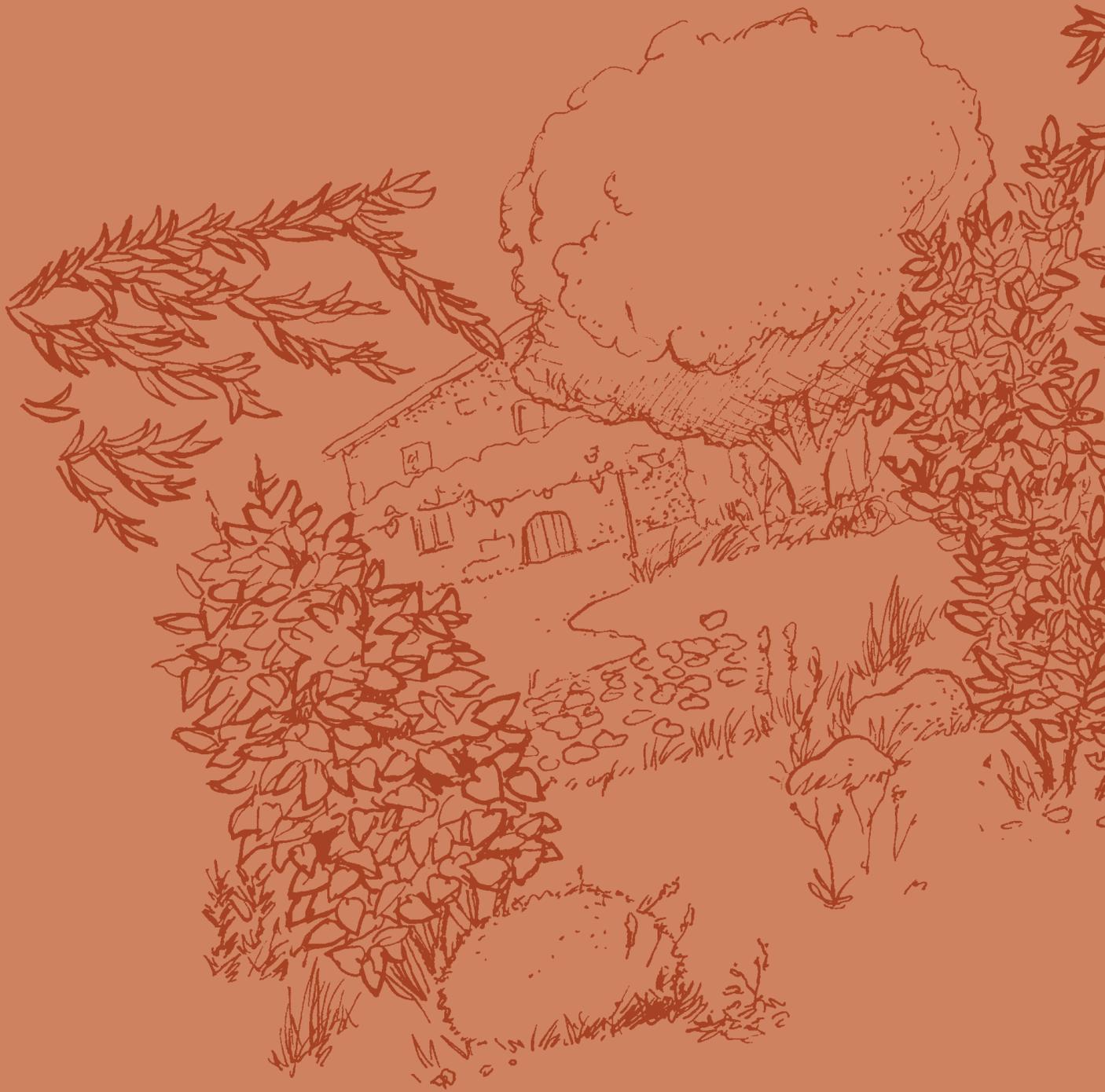
Ilustraciones de Alberto Miralta
Fotografías de Juan Castro



GG







LA MAGIA DE LAS PLANTAS

VOL. 2

ELEMENTO FUEGO △ EL FRUTO Y LA SEMILLA



Revisión de estilo: Cristina Lizarbe
Diseño: Txell Peiró/Editorial GG

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

La Editorial no se pronuncia ni expresa ni implícitamente respecto a la exactitud de la información contenida en este libro, razón por la cual no puede asumir responsabilidad alguna en caso de error u omisión.

© de los textos: Ana Gayoso, 2024
© de las ilustraciones: Albert Miralta, 2024
© de las fotografías: Juan Castro, 2024
y para esta edición
© Editorial GG, Barcelona, 2024

ISBN: 978-84-252-3561-0 (PDF digital)
www.editorialgg.com

Este libro se ha impreso sobre papel fabricado a partir de madera procedente de bosques y plantaciones gestionadas con altos estándares ambientales, garantizando una explotación de los recursos sostenible y beneficiosa para las personas. Para generar un menor impacto, hemos dejado de retractilar nuestros libros. Con estas medidas, queremos contribuir al fomento de una forma de vida sostenible y respetuosa con el medio.

Editorial GG, SL
Via Laietana, 47 3.º 2.ª, 08003 Barcelona, España. +34 933 228 161

LA MAGIA DE LAS PLANTAS

VOL. 2

ELEMENTO FUEGO △ EL FRUTO Y LA SEMILLA

**Astrobotánica, remedios
y cosmética en conexión con
los ritmos de la naturaleza**

Ana Gayoso

Ilustraciones de **Alberto Miralta**
Fotografías de **Juan Castro**



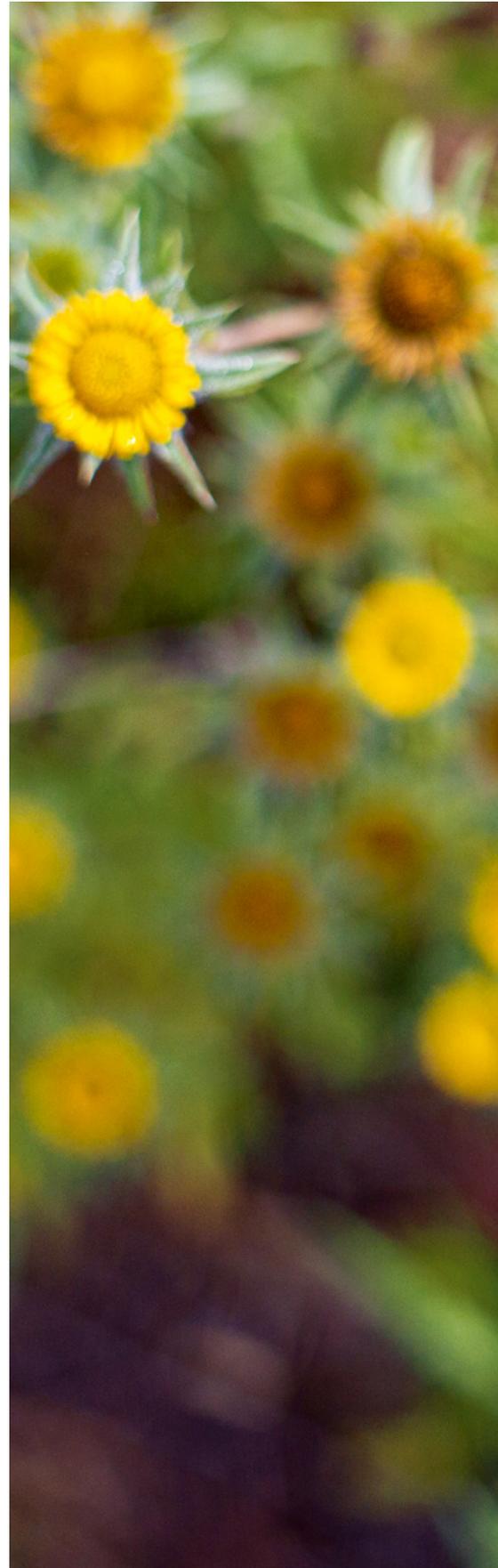
GG

Si las escuchas... (porque es importante que las escuches) ellas te guiarán a lo largo del sendero.

Simplemente abre tu corazón, da un paseo y recoge con respeto aquellas que se muestren, recolecta un poquito de aquí y otro poco de allá... que al marcharte no se note que has pasado.

Esta es la esencia del libro, entenderlas, trabajarlas a medida que se nos muestran, porque nacen en un momento del año por un motivo especial, y nos servirán para tratar las dolencias relacionadas con esa estación.

Necesitamos reconectar con la naturaleza, con los ciclos de la vida, en definitiva, con nosotras mismas. Y es tan sencillo como salir, oler la naturaleza y abrir nuestros ojos y nuestro corazón. Ella se nos mostrará a diario con las plantas necesarias para cada momento; solo necesitamos prestar atención y disfrutar del camino.









“Es por lo que el cielo es el primer agente y el padre
de todas las cosas, la semilla masculina,
el alma y el licor vivificante de la vida,
el néctar, la ambrosía, un aire,
un agua sutilizada y una tierra volátil!”
La cadena dorada de Homero, ANÓNIMO

Índice de contenidos

Nota de la autora	9
Prólogo	10

INTRODUCCIÓN	12
ELEMENTO FUEGO: CALOR Y SEQUEDAD	14

CAPÍTULO I

SOL EN CÁNCER	25
Litha y el solsticio de verano	26
Ritual de purificación	27
Hipérico o hierba de San Juan	29
Preparaciones y usos	32
Verbena	36
Preparaciones y usos	37

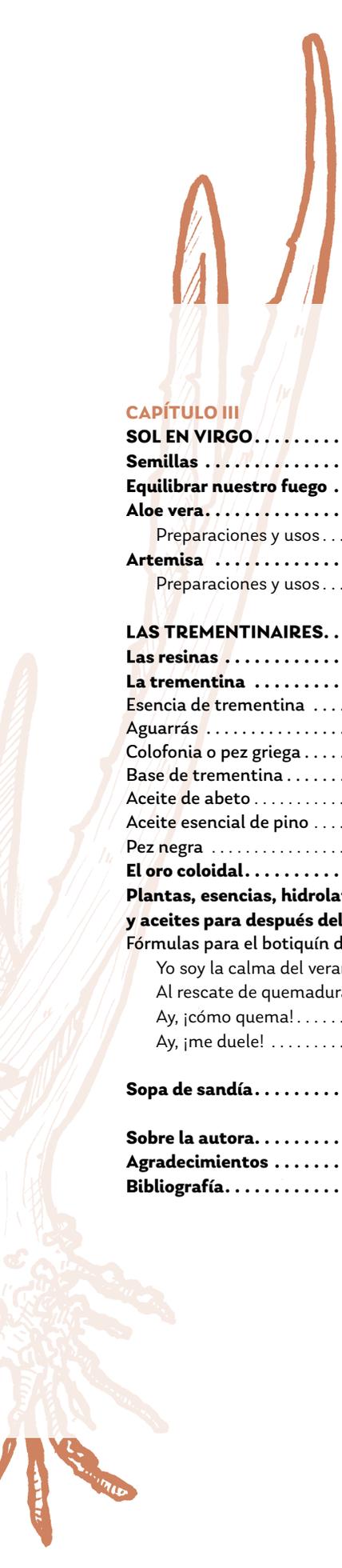
EL MERCURIO UNIVERSAL:

AGUARDIENTES, LICORES Y RATAFÍA ..	40
La fermentación	40
Fermentación de la uva: el vino	40
Fermentación de vegetales	42
Fermentación de miel: la hidromiel	43
La destilación	45
Aguardiente simple	45
Aguardientes compuestos	45
Licores	47
Bebidas aperitivas sin vino base y otras bebidas derivadas de alcoholes naturales ..	48
El aguardiente de orujo	52
La ratafía	54
Elaboración de la ratafía	54
¿Aguardiente o anisado?	54
Las especias	54
Las frutas	56
Las nueces verdes	56
Las hierbas	56
Proceso de elaboración	62
Los vinos medicinales	66
Los cordiales	67

Coca de San Juan	70
-------------------------------	-----------

CAPÍTULO II

SOL EN LEO	75
Lugnasad o Lammas	76
Ritual de Lugnasad	77
Helicriso	79
Preparaciones y usos	81
Lentisco	82
Preparaciones y usos	83
EL SOL DE VIDA	86
La radiación solar	89
Radiación infrarroja (IR-A)	89
Luz visible (VIS)	89
Radiación ultravioleta (UV)	89
Nuestra protección natural frente al Sol	90
Los protectores solares	90
Protectores solares de barrera o físicos ..	90
Protectores solares químicos	90
Filtros biológicos	91
Óxido de zinc y dióxido de titanio	92
El factor de protección solar	93
El problema de los protectores solares y nuestro planeta	94
Aceites vegetales y grasas naturales para protegernos y regenerar nuestra piel del Sol	96
Aceites esenciales para el Sol y aceites esenciales a evitar	99
Las vitaminas	99
Coenzima Q10	105
Resveratrol	105
Fórmulas y recetas	107
Un rayo de Sol. Aceite hidratante con protector solar para ir a la playa	108
Ilumínate. Crema hidratante y calmante con protección solar	109
Yo soy luz. Sérum vitamínico antioxidante para nutrir y regenerar nuestra piel	111
Helado vegetal de melocotón, albaricoque y geranio	114



CAPÍTULO III

SOL EN VIRGO	117
Semillas	118
Equilibrar nuestro fuego	120
Aloe vera	121
Preparaciones y usos	124
Artemisa	126
Preparaciones y usos	128
LAS TREMENTINAIRES	130
Las resinas	131
La trementina	132
Esencia de trementina	133
Aguarrás	133
Colofonia o pez griega	133
Base de trementina	135
Aceite de abeto	136
Aceite esencial de pino	136
Pez negra	136
El oro coloidal	138
Plantas, esencias, hidrolatos, y aceites para después del Sol	140
Fórmulas para el botiquín de verano	142
Yo soy la calma del verano	142
Al rescate de quemaduras y heridas. ...	144
Ay, ¡cómo quema!	145
Ay, ¡me duele!	145
Sopa de sandía	148
Sobre la autora	155
Agradecimientos	156
Bibliografía	157

Nota de la autora

Esta obra ha sido engendrada por un alma con mayor proporción de *mercurius*, y como la escritura ejerce su magia y la naturaleza también es femenina, he decidido escribirla en género femenino. No se trata de un acto de rebeldía hacia lo masculino, al contrario, ambas energías se complementan. Siento que este libro es una gran madre, un menstruo o un soporte donde el conocimiento se fija a través de las letras; de esta manera tiene más fuerza.

Si este libro ha llegado a tus manos, apelo a tu sentido común y a la responsabilidad de hacer un buen uso de su contenido. Conozcamos nuestros límites y no trabajemos con plantas que desconozcamos o con ingredientes sospechosos. Hagámoslo de forma segura, con ingredientes de calidad, y sobre todo seamos prudentes y respetuosas con nuestra madre tierra.

Como verás a lo largo de estas páginas, elaborar cosméticos y remedios puede convertirse en un actomágico. Si le dedicas el tiempo que se merece y trabajas como si fuera algo sagrado y en unas fechas concretas, los resultados pueden ser espectaculares.

Utiliza tu imaginación y sé creativa, de modo que puedas usar como base las fórmulas descritas y adaptarlas a los ingredientes de tu entorno con propiedades similares. Elabora según tus necesidades, sal al campo, observa y escucha la naturaleza; las posibilidades son infinitas, y es probable que ellas te muestren el camino.

*Dedicado a los tres soles de mi vida.
Sois el fruto de nuestro amor, cuánta alegría.*

Prólogo

Lector, lectora, es un privilegio prologar este libro rebosante de belleza, de conocimientos y de saber hacer. Es un texto que nos acerca a la armonía que rige la vida, fruto de una trama secreta de interrelaciones, interdependencias y solidaridad de cada una de sus partes, que la Unidad preside.

Este es el objetivo de la obra que tienes en tus manos, el segundo volumen dedicado al Fuego, que es el agente sin el cual nada sería, pues todo lo que existe contiene una raíz ígnea, un fuego secreto, fundamento de la vida. El gramático romano Varrón escribió en su *Lingua latina* (V, 70) que *ignis* [fuego] deriva de *gnascor* [nacer] “porque de él nace todo y en todo lo que nace se introduce el fuego”.

El fuego es el elemento más generoso, pues cuanto más se da, más aumenta, ya que contiene un principio de expansión multiplicativo; por esa razón todas las religiones lo asimilan a la divinidad. La luz y el calor son hijos del fuego, hijos del Sol, nuestro padre. Todo lo crea, lo hace crecer y lo consume, siendo solo él incombustible.

La magia de las plantas es una obra que nos invita a entrar en comunión con la naturaleza, y a establecer una relación amorosa y mágica con ella. Esta relación amorosa y mágica con las plantas era muy conocida por los antiguos de todas las culturas y civilizaciones, pues cuando el chamán deseaba conocer las cualidades de una planta, establecía una relación particular con ella y le preguntaba: “¿Cuál es tu naturaleza íntima, tu ser secreto?”. Y la planta se lo revelaba, se le entregaba y le comunicaba sus propiedades y sus cualidades. El verdadero conocimiento es un acto mágico y es una forma de acercarnos al Creador a través de las criaturas.

Las plantas participan del fuego y viven de él, como nosotros, pues las simientes contienen un fuego que es un principio vital sin el cual no germinarían, serían materia inerte. También el ser humano contiene una semilla de inmortalidad sin la cual no podría nacer en el mundo de la divinidad.

Como se muestra en la presente obra, hay otras formas de instruirnos en contacto con las plantas, como una destilación, cuyo agente es el fuego. Gracias a él la planta se desprende de sus principios activos –nos los ofrece– y queda de ella su fundamento corpóreo, oculto en las cenizas, pues estas contienen una sal y allí reside un principio ígneo indestructible.

Por otra parte, la ciencia de Hermes enseña que el fuego es el maestro de todos los alquimistas, por eso se llaman *filósofos por el fuego*, ya que es su agente secreto, sin el cual no hay gran obra de regeneración. Es el arte real que, aplicado al ser humano, enseña el acrónimo INRI: *igne Natura Renovatur Integra*, ‘por el fuego, la naturaleza se renueva íntegramente’. Este fuego sagrado regenera nuestra naturaleza humana para divinizarla. Pero el fuego necesita su opuesto y complementario, como dice *El Mensaje Reencontrado* (XVIII, 41’): “¡Viva nuestro Señor el fuego que se encarna en nuestra dama el agua!”. De esa unión nace todo en la naturaleza, y en el mundo divino cuando se unen en estado puro.

El libro de Ana Gayoso nos propone colaborar con la naturaleza, ayudarla, amarla, entrar en comunión con ella. Ábrete a sus misterios y ella se abrirá y se te ofrecerá. Es la magia de la vida.

Pere Sánchez, abril de 2024



Introducción

 calor, alegría, pasión, intensidad y fiesta, el verano y el Fuego nos abren sus puertas en este segundo volumen durante el polo más *sulphur* del año. Danzaremos alrededor del fuego y purificaremos las almas; es momento de reír, divertirnos y descansar, pues el fruto ha madurado de nuevo y los campos, teñidos de oro viejo, van cargados con el grano que nos alimentará y llenará nuestro ser con luz durante las oscuras y frías noches del invierno.

Los colores, los olores, el paisaje, las flores y nuestro estado de ánimo cambian a lo largo de las estaciones. Somos parte del todo, y nuestro reloj interno busca con desesperación mantener el pulso de lo que respira a nuestro alrededor. Para ello, solo tenemos que estar atentos, parar de vez en cuando y escuchar, sentir cómo brota la vida por las esquinas, cómo se alimenta, da fruto, muere y renace en cada ciclo.

Antiguamente se tenía una gran conciencia de lo que sucedía en el entorno, de cómo la naturaleza se transformaba a lo largo de los diferentes momentos del año. Se entendía el lenguaje del cielo, de las estrellas, del bosque, de los animales y de las plantas porque de ello dependían las cosechas, el alimento, la ropa, la posibilidad de calentar la casa o de mantenerse sanos. Se sabía, como saben todos los seres que habitan este planeta, que hay un momento para cada cosa y que la naturaleza muestra el camino a diario.

Los antiguos ritos de celebración de la madre tierra eran la manera como nuestros ancestros honraban y hacían presente un cambio dentro de los ciclos, poniendo de manifiesto un momento del año con especial importancia para la vida. Las celebraciones y los rituales dan fuerza y atraen, llaman a esa energía. También sabían que hay ciertos momentos del año en los que esas energías están más presentes, son más intensas. Por eso, gran parte de las celebraciones están relacionadas con esos días clave del año: los solsticios, los equinoccios y las fechas intermedias.

Desde esta conexión con la naturaleza y sus ritmos se desarrolla este viaje, un paseo por cada elemento, signo del zodiaco y celebración, porque cada uno nos ofrece sus bendiciones en forma de plantas, comida, remedios y cosméticos.

Esta obra se estructura en cuatro libros, uno por cada elemento del año. Cada volumen está vinculado a sus signos zodiacales y sus rituales, y a unas cualidades específicas que nos invitan a realizar una serie de procesos que, en algunos casos, solo se pueden llevar a cabo en ese momento del año. Cada elemento contiene tres signos zodiacales, y en cada uno aprenderemos a preparar diferentes remedios y cosméticos utilizando las plantas del momento, además de deliciosas recetas de cocina. Nos adentraremos en las profundidades de cada elemento para descubrir las plantas de nuestro entorno, que no florecen en estas fechas por casualidad.