

Primaria

Iroperori inchashipe ejati piratsipe aabentayetairi

Asnininka



El poder curativo de las plantas y animales - 6°



PERÚ

Ministerio
de Educación

La ciudadana y el ciudadano que queremos

Desarrolla procesos autónomos de aprendizaje.

Gestiona proyectos de manera ética.

Propicia la vida en democracia comprendiendo los procesos históricos y sociales.

Se **comunica** en su lengua materna, en castellano como segunda lengua y en inglés como lengua extranjera.

Comprende y aprecia la dimensión espiritual y religiosa.

Practica una vida activa y saludable.

Aprecia manifestaciones artístico-culturales y **crea** proyectos de arte.

Aprovecha responsablemente las tecnologías.

Indaga y comprende el mundo natural y artificial utilizando conocimientos científicos en diálogo con saberes locales.

Interpreta la realidad y **toma** decisiones con conocimientos matemáticos.

Se **reconoce** como persona valiosa y se **identifica** con su cultura en diferentes contextos.

Perfil de egreso

Currículo
N a c i o n a l

Iroperori inchashipe ejati piratsipe aabentayetairi





Ministerio de Educación

Dirección General de Educación Básica Alternativa, Intercultural Bilingüe
y de Servicios Educativos en el Ámbito Rural

Dirección de Educación Intercultural Bilingüe

Iroperori inhashipe ejati piratsipe aabentayetairi

El poder curativo de las plantas y animales - 6° Primaria - Ashaninka

©Ministerio de Educación

Av. De la Arqueología cuadra 2, San Borja

Lima, Perú

Teléfono: 615-5800

www.gob.pe/minedu

Primera edición, 2023

Tiraje: 3550 ejemplares

Impreso en agosto 2023

Elaboración

Gilda Luz Jacinto Santos

Revisor

Daniel Bernales Quillatupa

Revisión lingüística

Leo Almonacid Leya

Asesoría y revisión técnica (Digeibira-DEIB)

María Teresa Lavado Y Fernández

Diseño y diagramación

Joel Huaman Balbuena

Ilustraciones

Larry Gómez Diques

archivo Digeibira-DEIB

Cuidado de la edición

Edinson Huamancayo Curi

Impreso en Lettera Gráfica S.A.C.

Av. La Arboleda N° 431 – Ate – Lima – Perú

RUC 20507839283

Hecho el Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Perú:
N° 2023-06687

Todos los derechos reservados. Prohibida la reproducción
de este libro por cualquier medio, total o parcialmente, sin
permiso expreso de los editores.

Impreso en el Perú/*Printed in Peru*



*Amarisaro

Marisaro shibitsa onati, obabiyetatya, kamarari okanta obotsori otonki, Oshioki kipatsiki, ankotsamaitaro inchatopaye, ari añerori obantsiposhike.

Anintirika amabentakotyarō abatsa, eiro amantsiyabaitantatsi (ojokibaitatsi) kametsa iraitiro anatorori (janari) aisati isabaitaitiro ampichakerorika. Iraitiro aririka iyobachekitapaje kashiri. Iraitiro kapichekitaite, tekerata abayetanakiata pochari ejati katyori.

Ari akantero irero kapichakitaite irosati maba kitaiteri, ari okanajero irosati pashiniki kashiri. Aisatita kametsa ankaatyaro, asabaatakerorika, ajibate apichakeri, antsiyero abatsa tsikarika (jaokarika) okatsiyetake.

Iroka marisaro kametsa abentyaro, aririka onkarajake atonki, amposherika, osokaaterorika irane (iraja) kooya, kametsa abentyaro marisaro:

Kobayetachari:

- Apikarakite marisaro
- Pichaamentotsi
- Nija
- Olla
- Paamari

Ankantero:

Ampicheero apikarakite marisaro, irosati oshipitatantakia. Akerō olla, asake nija onkarate apite taaza. Abakotakero paamariki irosati osabatantanakia, eiro amojaperotiro,

Abanitakotakero akero taazaki, oyakotabakero okantsinkate kapicheni, iramaityarō, soro, soro, soro, irosati añantabakiaro onpianakia, osokaatiro irane kooya. Obakera okantanakero irero.

*Marisaro.



Nudo nudo

El nudo nudo es una planta trepadora. En todo el tallo de extremo a extremo se ven los nudos. El color de la corteza es de color plomo pardo. Nace desde el suelo y va trepando en los troncos y por las ramas hasta algunas veces invaden la copa del árbol.

Si queremos conservar buena salud y prevenir enfermedades, es bueno consumirlo machacando el tallo, sin que uno esté enfermo. Se debe consumir en la época de luna nueva. Se toma en las mañanas antes de consumir los alimentos salados y dulces.

Basta tomar tres mañanas seguidas, luego se lo suspende hasta la próxima luna nueva. También es bueno usarlo para bañarse todo el cuerpo adolorido debido a los trabajos excesivos, recalco, desgarros musculares, etc. Se coge un poco de la corteza machacada y se coloca sobre las partes adoloridas o en los desgarros musculares.

Esta corteza es un excelente medicamento natural para usarlo en la roturas del hueso, contra los golpes, hemorragias femeninas, etc. Aprendamos a curarnos con el nudo nudo:

Materiales:

- Dos pedazos del nudo nudo
- Machacador
- Agua
- Olla
- Taza
- Fuego

Preparación:

Se machaca los dos pedazos de nudo nudo hasta que esté totalmente suave. Se coge la olla, se echa el nudo nudo machacado, agregar dos tazas de agua y se coloca en el fuego hasta que se entibie evitando que se hierva.

Una vez entibiado, separamos una taza de este preparado para que la fémina enferma de hemorragia lo tome por sorbos hasta terminar el remedio. Como arte de magia, se cortará de inmediato la hemorragia.

Irariki

Iroka irariki inchato onati, kitamaro obato, antaro santepaye okanta oshi. Oshoki (oshioki) antamiki (tomirishiki). Osaikanampitiro nijatenipaye, ari añaperotirori oshiokayeti.

Oka irariki yaajatiro oyake shitobatsiri otakiki aririka antotakero obato. Oshiyaatanakiarika oyake shiyarori irantsi (irajantsi), irotake abakeri taazaki apiantamaityaro botellaki.

Iroka (oka), oyake abintiro patsarontsipaye saikatsiri antakero abatsa, antotyarika, aisatita (ejatita) patsarontsi saikatsiri intsompai atsomonteki. Te onkamentsate irero osheki ari obirijakero akintsi (okintsi) aisati ari otakero asheeto. Iririka shirampari kiarioperoni, ari ipiriatepokitake. Iroma kooya airo okanti intimaje eentsite.

Ankobirika aabintero patsarontsi saikatsiri intsompoi atsomonte, ontimatye ayotakotero:

Kobayetachari:

- Kapicheni oyake irariki
- Kashetane nija taazaki

Ankantero:

Asaabatake niija ollaki. Omoyakirika, ake kashetane nija taazaki.

Okatsinkaatakerika, asabake apite oyake irariki, antatimaityaro kocharaki, impoña irakero. Ari akantero kitaiterikipaye.

Irero tekerata ababaitanakiata, abintapakirota patsarontsi intsompointa atsomonte. Ontimatye antibentyaro: airo (eiro) abari poshiniri, abochakero, ankatyokero kapicheni abayetari irosati abisakotantajea.



Sangre de grado

La sangre de grado es un árbol, cuya corteza es de color blanco matizado con el color plomo. Cuando la planta es joven sus hojas son anchas casi acorazonadas pero cuando la planta es adulta las hojas son medianas casi ovaladas. Su hábitat es en las zonas altas al margen de las quebradas pero algunas veces crecen en zonas bajas.

Se extrae la savia cortando la corteza. Esta savia color sangre, se coge con una taza luego se lo transporta y se la conserva en una botella.

Esta sabia cura heridas internas, externas y cortes en el cuerpo. No es bueno consumir en grandes cantidades porque reseca la garganta y puede causar ahogo, además irrita el estómago. Si el varón y la mujer consumen en exceso les vuelve estéril.

Si queremos curar las úlceras y el cáncer, preparemos el medicamento:

Materiales:

- Sangre de grado
- Agua

Preparación:

Hacer hervir un poco de agua luego se separa media taza.

Cuando el agua esté fría se agrega dos gotitas de sangre de grado y se le mueve con una cuchara hasta que esté totalmente mesclado con el agua. Seguidamente se lo toma. Así de esta manera, todos los días que dura el tratamiento.

Se toma en ayunas para favorecer la eficacia del medicamento. Si el paciente está grave debe dietar, evitando el consumo de alimentos con grasa, dulces y salados hasta que el paciente se sienta mejor de salud.

Tontoriche

Tontori, piratsi inati, te yantaribaiteji, ishiyari sharoni, isaiki antamiki. Yaniti tsiteniriki, kitaiteriki imayi tsiyaromashiki, osheki ichée (itseki) maroni ibatsa. Te inkokite, te ishintsite yaniterika, aririka ankobe ajirikeri ari yojokakero ichée (itseki) ikempetakairo chakopi. Aririka okentapake ichée (itseki), pomerentsireni atsopantyarori, temakia timatsi ochekipaye titapakeroni abatsa. Irotake otsarobakantarori maroni mantsiyarentsipaye timatsiri abatsa. Irika itseki tontori, irotake paitachari “tontoricheki”, omapero okametsati aabentyaro aririka ijokibaitya maroni entsi, shirampari, kooya(tsinane) mantsiyayetatsiri. Tontoricheki yabintiro tsinane aririka osokaatero irajane (iraja), ankipobiari ookerota mantsiyarentsi saikatsiri abatsaki. Akobirika aabintero kooya (tsinane) osokatirori irajane, ontimatye ayotakotero:

Kobayetachari:

- Abiite kapicheni tontoricheki
- Tononkamentotsi
- Tsikamentotsi
- Kashetane nija saabajari taazaki
- Pokaimetotsi
- Paamari



Ankantero:

Abakero pokaimentotsi paamariki, antemaityari tontoricheki impokaitanakiata. Aririka imakaratake tontoricheki, abanitakotakeri, aakeri, atononkamaityari tononkamentotsiki, irosati impomiketantakia(impomerenkitanakea). Abakero tsikamentotsiki taazaki, antemaityari ipomik (ipomere) tontoricheki, impoña asakero nija inkonobaatanakiata tontoricheki. Ajero tsikamentotsi, iramaityaro abintarontsi tontoricheki. Saikapaintsiri kapicheni abintarontsi taazaki, ontiriterori maroni otsaki kooya. Aparoni irake abentarontsika, ari abisanake omantsiyari tsinane.

Espinas del puerco espín

El puerco espín es un animal de tamaño mediano como el añuje, duerme entre las hojas de la palmera, su cuerpo está cubierto de púa. Es un animal dócil y lento en el caminar. Si siente que es amenazado, dispara sus púas como defensa. Cuando las púas aserradas se introducen en la piel es muy difícil desprenderlos. Así mismo conserva su característica y ahuyenta los males y enfermedades que hay en el cuerpo.

Estas púas llamado "tontoriche" es muy bueno para curar enfermedades de los niños, jóvenes y adultos.

Con el tontoriche, se cura las hemorragias femeninas, también para humear a los bebés para que no sean enfermizos o que sean propensos al ataque de diversas enfermedades.

Para curar a una dama que sufre de hemorragia, se hace lo siguiente:

Materiales:

- Una porción de espinas del puerco espín
- Batán
- Cernidor
- Media taza de agua hervida y fría
- Recipiente para tostar
- Fuego

Preparación:

Tostamos las espinas del puerco espín en la tostadora.

Una vez que están bien doradas, se procede a moler en el batán hasta que esté totalmente molido y en polvo.

Se coloca el cernidor sobre la taza y se le echa el polvo e inmediatamente se agrega el agua hasta lograr una mezcla medicinal.

Retiramos el cernidor de la taza y se procede a beber el preparado. El bagazo o residuo de las espinas tostadas del puerco espín se utiliza para pintar el bajo vientre de la mujer enferma.

Basta con una sola toma, la mujer estará sana.

*Yentiri

Yentiri (jayentiri), antamisato onati (oni). Yabentaitaro oshi aisati otonki. Antarosanta okanta oshi, irompa otonki okanta konompita, te antarote. Aririka amirokero oshi, aisati ankoshetero otonki, shitirini okanta. Osheki okaintanti (okajentanti) aririka pitirinkakiaro (pitiritakearo).

Aabintiro mantsiyarentsipaye, achonkakiarorika (atsinkakiarorika) oshi aisati otonki. Aabintiro pashinipaye mantsiyarentsi kemitachari (kempetachari): kamantsi, kaintantsi (kajentantsi), ankatsiterika abatsa, anchekiarika (antsekakerika) oshitobikari (osokijakeri) irajani.

Ankobirika aabintero anchekakiarika, ontimatye ayotakotero:

Kobayetachari:

- Apakarakeroni (apakotani) yentiri
- Kotsiro
- Kontimentotsi
- Mantsakentsi (matsarentsi) kiteri
- Nija
- Peraato

Ankantero:

Aakero yentiri, ankibabakero, ankontitanyaro kontimentotsiki apakarakironira (apakotani) yentiri.

Atsonkakerorika ankontitero yentiri, abichakero atotakara, aisotakomaityaro mantsakintsiki (matsarentsi) kiteri. Airo (eiro) ashebatiro abatsa totainchari irosati okatiantapakia (okatiantapakea) irajani. Aririka ompirijatanake jentiri apichakeri, aishiriakotakero, ankibabajea impoña ampichaje pashini jentiri.

Ari ankantero kitaiterikipaye, irojati añantabajiaro airitanaje (aritanake) abatsa irojati ashitantanajia (ashitanake) achekakara (atsekakeri).

*Jayentiri.



El ajo macho

El ajo macho los encontramos en los montes altos o monte real. Para curar enfermedades, se usan las hojas y los tallos. Sus hojas son anchas y el tallo es carnososo, son de tamaño mediano. Cuando se les estruja las hojas y se le da un corte el tallo exhala un olor fétido. Si te cae una gota de su savia en la piel produce un escozor insoportable.

Se utiliza las hojas y el tallo para la evaporación para sacar maldades del cuerpo. También cura otras enfermedades como la gripe, la tos, la carraspera, cuerpo adolorido y cortes en la piel.

Para coagular la sangre ante un corte en la piel, se hace lo siguiente:

Materiales:

- Un pedazo del tallo del ajo macho
- Machete
- Rayador
- Tela limpia
- Agua
- Plato

Preparación:

Se lava el pedazo de ajo macho luego se procede a rayarlo con el rayador.

Cogemos la pulpa rayada y la untamos en la herida, seguidamente la cubrimos envolviendo con el trapo limpio. Mantenemos inmóvil la parte afectada hasta que se coagule la sangre. Cuando la pulpa untada en la herida está seca, se procede a desatar con cuidado la tela y se aplica nueva pulpa de ajo macho, hasta que la sangre esté completamente controlada.

Así debemos curar la herida todos los días hasta que la piel esté cicatrizada.

Si sentimos algún dolor en el nuestro cuerpo, solo se necesita rayar un pedazo de ajo macho y con la pulpa pintar la parte adolorida. Cuando empieza a picarnos en la parte afectada, debemos soportarlo y no se debe rascar.

Potsoti

Ayotiro potsoti, irootake ibankeri ashaninka. Kamarari okanta otonki, oshi opotsota kamarapana, aisati okiteripana okanta oshi, iroma oparitsa kiteriri onati. Aisati yabintaitaro oshi jero otaki aisati oparitsa.

Aabintiro kantashiyetachari mantsiyarentsipe irashi shirampari, okimetatya katsitsinetaantsi aisati airorika okantaje itsintaje.

Ikobirika shirampari itsintaje kametsa, ayote abintantyaroro potsoti:

Kobayetachari:

- Mabashitsakite oparitsa potsoti
- Kapicheni oshi
- Mabakotakite otake potsoti
- Nija
- Olla
- Paamari
- Taaza

Ankantero:

Asake nija apani litro ollaki, abakotakero paamariki irojati omoyantakia (omoijantyarori). Antetakero oparitsa, otaki impoña oshi potsoti. Oyakotakero omoije irojati okiterijatanakea. Obakera abaniriakotakero. Irotake ireri yora mantsiyari maroni kitaiterikipaye irojati iñantabajiaro itsintaje kameetsa. Ontimatye itibentyaro, eiro ibarotsi katyoriyetatsiri aisati pochariyetatsiri.



El achiote

El achiote es una planta nativa, su tallo es de color marrón, sus hojas tiernas de forma obalada acorazonada, es de color verde petróleo sus raíces frescas son de color anaranjado. Sus hojas, raíces y su corteza son curativas.

Cura las enfermedades masculinas tales como mal de las vías urinarias y la próstata. Si queremos curar a un varón, mal de la próstata se prepara un medicamento así:

Materiales:

- Tres raíces de achiote
- Un puñado de hojas de achiote
- Tres pedazos de la corteza del achiote
- Agua
- Olla
- Fuego
- Taza

Preparación:

Echar un litro de agua en la olla y llevarlo al fuego hasta que hierva. Seguidamente se le echa las raíces lavadas y chancadas, las hojas y la corteza del achiote. Dejamos que hierva hasta ponerse el agua de color anaranjado, luego lo retiramos del fuego. Esta agua debe tomar el paciente mal de la próstata, como agua de tiempo todos los días hasta sentirse mejor y seguir el tratamiento hasta curar el mal.

Jinitsa

Iroka aabintarontsi, oshioki obantsiposhiki, shibitsa onati, okamatsati kipatsiki aisati ankotsaa aririka otime inchaporokishi. Sankenaitake otonki, opotsota matsiriaperokiri, aisati okisanintati (okisaati) kapichaji. Irompa oshi okantasantekiyetatya otimayeti osantsakireki orijane otsapikepaye.

Okameetsati abentyari, irointi oparitsape, obamayitiri irjanikipaye ashitsane saikatsiri atsomonteki, kempetachari: Acheeki, pashini shitsanintsipe kari antariyetatsini. Irakoteri kapichekitaiteri tekeraata ababetanakiata, irabakirota iriyori.

Akoyerika ajokiri acheeki, ayote abitsikero:

Kobayetachari:

- Kimota oparitsa jinitsa
- Nija niyanki taaza
- Pichaamentotsi
- Mantsakintsi kiteriri
- Olla

Ankantero:

Apichaakero jinitsa, irojati oshipitatantakia maaroni. Aakero olla, ampashikantakiaro mantsakintsi (maatsarantsi) kiteriri, abakiro jinitsa mantsakintsikira, asaitakero nija, ampiichobakero, oshiyaatanakiata obaake jinitsa. Aakero taazaki, irakero kapichekitaite. Airo abitarootsi pochari aisati katyori. Irero onkarate maba kitaiteri. Ari onkantake irayetero jinitsa koni kitaiteri aririka imaperotakai intime acheeki.

Aisati kameetsa abentyaaro jinitsa aririka iyobapaje kashiri.



Jinitisa

Es una planta rastrera que crece en las purmas o canuales de zonas altas, es raro verla en las zonas bajas. Muy pocas veces se trepan en otras plantas. El tallo es de color verde oscuro con unas rayas pequeñas. Sus hojas son alargadas y aserradas.

Es bueno para desparasitar a los niños jóvenes y adultos, especialmente para eliminar los oxiuros. Se toma el medicamento en ayunas, antes de tomar el desayuno.

Para eliminar los oxiuros, se prepara el medicamento de la siguiente manera:

Materiales:

- Una porción de las raíces de jinitisa
- Media taza de agua
- Tablero de madera
- Trapo limpio
- Olla

Preparación:

Se lavan las raíces y se machaca en el tablero hasta que estén totalmente suaves. Se coge la olla y sobre ella se cubre la boca con el trapo limpio, seguidamente se coloca las raíces del jinitisa y se vierte la media taza de agua para que la sabia caiga en la olla. Finalmente, se cubren las raíces con el trapo y se exprime hasta sacar la última gota del jinitisa. Se coge este remedio con una taza y se procede a tomar. Se toma en ayunas, muy temprano antes del desayuno. Se debe evitar el consumo de dulces y salado. Se toma tres veces seguido durante tres días. Si se nota que el paciente no siente mejora se prolonga la toma durante cinco días.

* Kimariitoche

Oshioki antamipooshiki, timayetatsi shookatsiri antamiki. Ankotsaati, timayetatsi ochee (otseki) otonkiki. Obotsori okityonkatonkinentati otsipataro matsiriari.

Yabintaitaro oparitsa. Aabintayetiro kantashitachari mantsiyarentsipaye, kempitachari: Anonkirika asonke, aabintiro aikintsi.

Anonkirika asonki, airorika akantaje aniitaje, okatsirinkatakakairika, kametsa aabentyaro kimariitoche:

Kobayetachari:

- Apapatikite kimariitoche
- Pichaamentotsi
- Olla
- Paamari
- Nija
- Tsikaamentotsi

Ankantero:

Ankibakero kametsa kimariitoche (kemariitotseki), amoyaakakero (amoijakero) kapicheeni, ari amenatyaaro irosati okityonkaatanakia. Abaniitakotakero, airo (eiro) amoyaakaperotiro osheki ampinaashitarokari aabentaro.

Okatsinkaatakerika, atsikaatake niyanke taazaki, irootake ireri maaroni kitaeteri, irojati abisakoperotantajea. Airo abaro katyori, ontimatye atibentabakia.

Kametsa yantsikero jananeki otonki kimariche, otsonkakari iraji (iraiiki).

*Kemariitotseki.



Zarzaparrilla macho

Crece en los canales, si algunos crecen en los montes altos o vírgenes, no se desarrollan muy bien, sus tallos son delgados. Esta planta rastrera, en todo el tallo tiene espinas grandes y filudas como las astas de la sachavaca, de allí procede el nombre en lengua ashaninka. El tallo es de color morado matizado con verde.

Se utiliza las raíces para las curaciones de diferentes males, así como inflamación renal, sífilis y curaciones para evitar las caries dentales.

Para curar una inflamación renal, se prepara el medicamento de esta manera:

Materiales:

- Una porción de raíces de la zarzaparrilla
- Un tablero para machacar
- Olla
- Fuego
- Agua
- Cernidor

Preparación:

Se lava las raíces, se chanca un poco en el tablero y se lo hace hervir solamente por cinco minutos hasta que torne el agua de color morado. Se retira del fuego antes que hierva demasiado, así para conservar las propiedades curativas.

Cuando el agua está fría se cierne con el colador y se toma como agua de tiempo hasta desinflamar los riñones, se baje la fiebre y se pueda caminar sin problemas. Durante la toma de este medicamento, se debe cumplir un a dieta de no consumir comidas saladas.

Es bueno hacer morderles la zarzaparrilla macho calentado a los niños que recién cambiaron su dentadura para evitar la caries dental.

Potoo

Oshioki tonkaariki tomirishiki (antamiki), antaro inchato onii, kitamaro obato, oshipaye antarosanteyetati, timatsi oitsoki oshiyaro komashiki, te yatsotaitero, irointi osheki yobaro maniro aririka oshioki intaena (areji) ishekitapakenta poshiniri. Aririka pinchekero obato, ari añakero oshitobaatanake okashi (ojashi).

Iroka okashi (ojashi) potoo, abintarontsi onati, omaapero okameetsati ookantyariri (ajokantyarori) ashitsane saikatsiri amotyaaki (amotiki), ishijatakairi (shaatakairi), matsabeetakairi, ojokiitakairi (mantsiyatakairi).

Ankobirika ajokeri (lookeri) ashitsani, tsame ookantyariri ojashi potoo:

Kobayetachari:

- Kapicheni okashi potoo
- Osheki nija
- Apachonkiroini kaniri
- kontimentotsi
- Taaza
- Olla
- Paamari

Ankantero:

Irakirorika okashi potoo, iramaitanakia nija apite taaza, ari ajatanake anariye mamentotsiki. Ankimatyeero ompaimatanake amotya (amoti) “tsakororororo, tsakororororo”. Ashijatanakiarika ari ajokiriri kantashiyetachari ashitsane sabikatsiri (saikatsiri) amotyaaki. Aikero iratye nija, irojati itsonkatantakia ajokiri ashitsani. Aririka ashipitatanake, eiro atsarobitsi, akotitake kanirichonki asabaatakero, irakero, airo (eiro) ashijatanaja. Eiro atsipitari oria, aririka ajate ashite, ampashikainatatyeeya, ajaniyakari. Iraitiro kapichekitaite tekeraata abayetanakiata, airo abaro obanarontsi pochayetatsiri, aparoni kitaiteri.

Intaane asaabajataki arosoki, irootake antsiyaari, ankontite parentiperori aireki irootake iraateri (irajateri).



El oje

Su hábitat es en las zonas altas, terrenos planos cerca a las quebradas, un árbol frondoso y corpulento, el tronco es de color blanco verdoso, sus hojas son anchas y ovaladas. Tienen frutos que son comestibles para los animales salvajes como el venado. Cuando se le hace un corte a la corteza de inmediato sale su savia blanquecina.

La sabia de este árbol es muy bueno para expulsar todo tipo de parásitos estomacales causantes de las diarreas, enflaquecimiento, falta de apetito, desnutrición, siendo propenso a los ataques de muchas enfermedades. Si queremos desparasitarnos, conozcamos el proceso de toma de esta medicina natural:

Materiales:

- Savia del árbol mala leche
- Agua
- Un yuca mediana y fresca
- Rayador
- Taza
- Olla
- Fuego

Preparación:

Para tomar la savia del árbol mala leche, se mide un cuarto de uña del pulgar de la mano. Se toma en ayunas antes del consumo de las comidas. Al tomarlo, seguidamente se toma dos tazas de agua fría, luego se echa en la cama. Después de un minuto, se siente el sonido en el estómago anunciando que el estómago se removiό, habrá que estar listo para ir al baño. En medio de la diarrea se expulsará todo tipo de parásito y lombriz estomacal. Llega el momento cuando el o la paciente se queda bien debilitado y ya no podrá caminar para ir al baño, entonces, inmediatamente se pela y se raya la yuca seleccionada, se le exprime el jugo y con ello se prepara una mazamorra como antídoto para la diarrea.

Al tomarlo, inmediatamente se corta la diarrea. Durante el tratamiento, el paciente no debe exponerse al sol para evitar que más adelante tenga complicaciones faciales. Mientras dure el tratamiento, no se debe consumir dulces durante un día.

Como comida, solo se consume panetela y/o mazamorra de plátano largo durante un día.

*Anaa

Oshioki antamiki, antaro inchato, samampo okanta obotsori obato, timatsi okitso (oitsoki) oshiyaro panashinte, kantimaitacha omatsirianintati kapicheeni aririka airikite, iroma aririka irakake okamaratati otake, otsopiriyetanaki parianake osabiki.

Yaabentantaitaro otaki obato okantyariri oñoonkite kooya, oitsoki aririka airikite okantyariri acheeki shitobatsiri amotyokiki, aisatita ankoshiritero obatsa okitso airiki ampotsotyaari aririka inkame ashaninka, aisati aririka oshitobaje ebankaro obakera shitobajatsiri obankoshiki.

Ankobirika ajokiri ashitsane sabikatsiri (saikatsiri) amotyaaki, ontimatye ayotakotero tsikarika ankantero irero:

Kobayetachari:

- Okitsoki anaa
- Pichaamentotsi
- Nijaa
- Mantsakintsi kiteri
- Taaza
- Kotsiraaniki (kotsirojaniki)

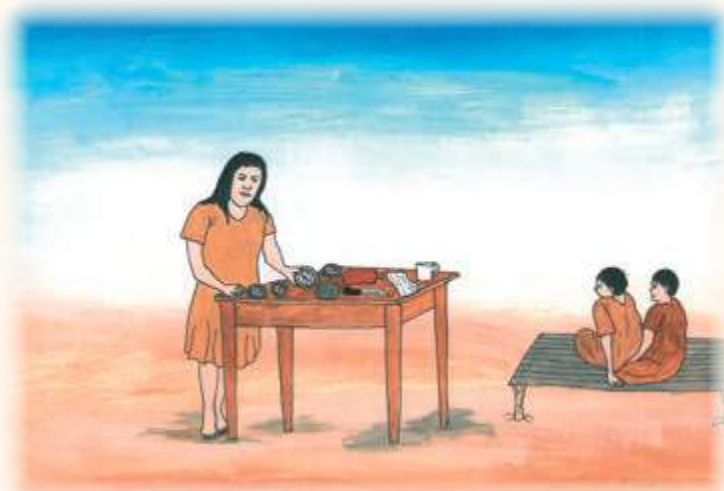
Ankantero

Ankotariaki apite anaa airiki, antsikotantyaro kotsiraniki okitsoki/oitsoki anaa.

Ampichaakiro pichamentotsiki kiteri, okipatsitikari oka aabentarontsi. Aririka opichaapirotakea antetakero taazaki impoña asaki nijaa kapicheeni, antaatakero onkonobaatanakiata, impoña antsikaatantakiaro mantsakintsi kiteri, iramaityaro.

Iraitiro kapichekitaite, tekerata abanakiata. Ontimatye atibentyaro, airo abaro pochari, kapicheeni (kapichaji) kaatyori aparoni kitaiteri.

Aisatirika ikanta ikainitae (ikajenitake) acheeki ari okantake apichaanintabaje kimota okitsoki anaa airiki (eereki) aririka ampiitajero iraje.



*Aana.

El huito

El fruto y la planta frondoso que crecen en los montes reales o monte virgen, reciben el mismo nombre de huito, el tallo es de color plomo y los fruto son de color verde claro pero cuando llegan a madurar se tornan de color marrón.

El huito tiene variedades de utilidad, por ejemplo: se utiliza la corteza para expulsar los quistes, las semillas de los frutos verdes en bueno para eliminar los oxiuros y la pulpa de los frutos verdes se utiliza para pintar el cuerpo, el rostro, en diferentes eventos y circunstancias.

Para expulsar los parásitos estomacales se prepara el huito de la siguiente manera:

Materiales:

- Semillas de huito verde
- Tablero para moler las semillas
- Agua
- Trapo limpio
- Taza
- Cuchillo

Preparación:

Partir dos huitos verdes, extraer todas las semillas, machacar las semillas luego depositarlo en la taza y agregar un cuarto de taza de agua. Seguidamente se cuela con el trapo limpio.

Este remedio se toma en ayunas antes de consumir los alimentos y se debe cumplir una dieta durante un día completo que consiste en no consumir alimentos que contenga dulces y poca sal.

Si continúa con los síntomas de presencia de los oxiuros, se debe aumentar el doble de cantidad de semillas de huito verde, siguiendo el mismo proceso de preparación y consumo.

*Sheeriki

Inchato antaro, oshooki (oshioki) antamiki tonkarisato, okamaraniintati obato, oshipaye okantashitsakiiyetatya, okityonkayeti otonki.

Oka inchato kametsa oni, ojokiro (ookiro) maroni mantsiyarentsi saikatsiri abatsaki, kempitachari: Perataantsi, mashiriantsi (mashitsatantsi), pochokitaantsi, kayetsitaantsi. Ojokibaitaantsi: onkatsite aito, ankachonibaite, asamebaite. Iro kameetsatatsiri otaki ankosheetero akamarankakeri.

Abentantyarori abatsa, ajokero (ookero) mantsiyarentsipaye, ontimatye ayotakotero.

Kobayetachari:

- Kimota otake sheeriki kosheetainchari
- Nija moyaaajari katsinkari
- Jaiki nija ollaki antaro
- Mantsakintsi kiteri
- Taaza

Ankantero:

Atinake kapichekitaite, iña iñatakerika tyaapa. Antetakero sheeriki kosheetainchari (kotsitaintsiri) ollaki, ampichobaatakero sheeriki, impoña antsikaatantakiaro

mantsakintsi (maatsarentsi) kiteri pashiniki olla. Atsonkakerorika abetsikero akamarankeri, atinaayetakeri maaroni saikatsiri pankotsiki, ontimatye ajokakaire mantsiyarentsi saikatsiri abatsaki. Apakoyetakiri atiripe aparoni taazaki. Antsaatakerorika, iranaki nija katsinkajari aisati akimakitantakia, apasakakia abanteki, akamarankakero. Airorika otimapaje nija akamarankeri ampiitakero irje pashini nija aisati akemakitantakia. Ampasakajero abante, ankamarankajero sheeriki aisati opiantanakia osankaane sheeriki.

Maaroni kamarankirori sheeriki, eiro ipiyanaja inariapaje imamentoki, aisati eiro yakitsitaro paamari. Ontimatye yantayetero antabairentsi timatsiri pankotsiki.



*Sheiriki.

Sheeriki

Es un árbol duro y frondoso que crecen en los montes reales de zonas altas, el tronco es color pardo oscuro y sus hojas son ovaladas delgadas con peciolo de color rojo.

Es un excelente árbol que purga y limpia el cuerpo, evitando el estrés, pereza, desganes, ira, insomnio, anemia, dolor de cabeza, acidez, vinagrera, etc.

Para preparar un medicamento para purgar a base de este maravilloso árbol, se toma en cuenta lo siguiente:

Materiales:

- Buena cantidad de corteza de sheeriki
- Agua hervida y fría
- Una olla grande llena de agua
- Trapo limpio
- Taza

Preparación:

Levantarse de madrugada para completar con el preparado del brebaje limpiador del cuerpo y alma. Coger el sheeriki raspado un día anterior, llenarlo en la olla con agua, se le estruja y se le cuela con el trazo limpio para separar las partículas de la corteza y el preparado se deposita en otro recipiente.

Seguidamente se les despierta a todos los integrantes de la familia y se les da una taza con el brebaje a cada uno de ellos y ellas. Al terminar de tomarlo el preparado inmediatamente se toma abundante agua fría hasta que en forma voluntaria retorne el agua desde el estómago, agacharse para que el chorro que viene del estómago salga todas las impurezas. Volver a tomar abundante agua y meter los dedos en la garganta hasta tocar glotis que motivará el vómito hasta que no sentir el olor de la corteza, de esta manera se limpia el cuerpo y el alma.

Culminado la sesión, no se debe volver a echarse en la cama ni calentarse en el fogón sino, se debe realizar las actividades diarias de la casa.

*Kaiiro

Añiri ibanko kajiro itsirikaro inchato, okanta mokoinata, ochenkanironkati okanta obotsori ibanko kaiiro. Ikantaitiri keiro (kajiro) irijaniki inati ishiyaniintari katsitori. Antaikiyitaintsiri kaiiro ikamarayetati, obakera timayetatsiri ikitamaroyetati okanta ibotsoripe.

Ibetsikantyaarori ibanko yayetiro inchato patsaiyetaintsiri, kapicheni kipatsi, ejati okashi inchatoyetatsiri okisokitantyari ibanko. Osheki inintiri yoyaari santani, shibaa, ejati tyaapa intsiptyari tyopikipaye.

Abintayetantyaarori mantsiyarentsi, yayeetiri kajiro obakera timayetatsiri, yaabentiro mantsiyarentsi kemitachari obakerarika opatsaninte ibiyonkari atiri, atiriterori matatsi, aabinterori ataiyarika.

Timatsirika atiri intarori opatsaaki ibiyonkari, kaintakirori iraani (iraja), ayote abitsikantyaaro aabintarontsi aayetakiririka kaiiro.

Kobayetachari:

- Kapicheni keiro obakera timatsiri
- Paamari
- Apite taazaki nijaa moyaachari
- Apite mantsakintsi kiteri
- Olla
- Taaza

Ankantero:

Aake antari kaiiro, anchekakiri niyanki, antekakiri mantsakintsiki kiteri, ayoshakiri anashitakiari keiro obakera timatsiri, eiro atsipatairi keiro antaikiri, oisotakotakeri, impoña abichoriakotakeri. Antetakotakiri nijakira moyaachari, ampiichobajiri aisati imasankatantanakia. Antsikaatabajiro taazaki impoña irakiri kajiroja atsikaatakeri. Intaani ireri apitejati kashiriki. Irakiririka keiroja ontimatye atibentyaari, eiro aabri poshiniri aisati abisakotantajia. Te onkameentsate ankiarioteri, ari ibatsatakakai.



*Kajiro, keiro.

Comején

El panal del comején o termitas tiene una forma de bola grande que se pega en los troncos secos y otras veces en árboles vivos. Dentro del panal hay termitas recién nacidas, son de color blanco y los adultos son de color marrón anaranjado. Para la construcción del panal lo elaboran con troncos descompuestos, un poco de tierra y resinas. Estas termitas son plato favorito del oso hormiguero, peces y aves de corral.

Las termitas o comején brinda propiedades curativas para varias enfermedades, así como tuberculosis, quemaduras y borrar cicatrices.

Si queremos curar a un paciente que está con principios de tuberculosis, se prepara el medicamento de la siguiente manera:

Materiales:

- Dos puñados de termitas recién nacidas
- Fuego
- Dos taza de agua
- Dos trapos limpios
- Olla
- Una taza

Preparación:

Se consigue un comején grande, se corta por la mitad y se sacude el panal chancando en el suelo sobre una tela limpia seleccionando puro termitas recién nacidas. Seguidamente se junta la tela y se le estruja para luego remojarlo en el agua hirviendo. Se retira la olla del fuego y se vuelve a colar la sustancia del comején. Beber media taza de esta sustancia y el paciente debe dietar evitando comer comidas con grasa durante el tiempo que dura el tratamiento. No es bueno consumir demasiado porque te vuelve obeso.

Paafiritsoki

Oshooki (oshioki) obaantsiki otsipayetaro kantashiyetachari inchashipaye, aririka amirokakero timatsi osaankaani. Okitamaroyeti otyaakipe, kisaari okanta okitsokipaye aririka osampatanake. Okanta shapikirikitatya oshipaye. Yotakoyitirori inchashika, ikempoyayetiro ibaniki, ibankoki, yaminaminatanakerokari aririka ininte yabentyaro.

Okameetsati oshi ankaatyaro okantyaarori kisanintaantsipe, apiakoyetantyaarori timatsirika kantimonentayetairi, ankatsirinkainaterika, onkatsiterika aito. Pashinipe atiri ikonobiro yobariteki, oboshinitiro obariteetsi. Irompa okitsoki sampataintsiri kameetsa antitero okiki mantsariayeteroni aitarite.

Iroñaaka tsame ayotakotero tsika (jaoka) akanteri amantsareeri aitarite.

Kobayetachari:

- Piite okitsoki (oitsoki) paatirishi
- Nija moyaaajari (moijari) katsinkaari
- Mantsakintsi kiteri asheborotyaari

Ankantero:

Timatsiri aitariti apiteroiteki oki, ajatake obaantsiki antsatyakotaite sampataintsiri okitsoki paatirishi. Tsiteni iro amantanakiari, aayetaki iko okitsoki paatirishi, anteyetake aba okitsoki akikipaye. Abakotake nija aitopatike ontsipatyaaro asheborotyaari.

Ari ankimabakero oshishiyatanake okiki, ari oñaashirinkabetanakai, temakia omantsariayetatiro aitarite. Kantimaitacha eiro antirotsi aisati amaakotantakiaro. Aririka antinaaje, ari añaakiro onkajatakae okipe, kempitaka atsetakiatati, tsireetaki. Aakiro nija ankibantakiaro okipaye, intaani antakero, eirotsi aminkeero nija okiki, ari ontaanakai, katsirinii.

Amenamanajerorika oki kityonkakitakae, eiro aminero paamari, aisati eiro atsipetari oria aririka ajate antsinte, asaboinatatyeeya (ampashikainatatyeeya).

Aisatirika isabikayetanaaje kapicheepaye aitarite ampiitajero abisanakerika apite semana. Ari añabajero osaankanatanaje okipaye oshiyaro irokiye ebankari.



Albahaca

Es una herbácea que crece en la chacra juntamente con la mala hierba. Cuando se le estruja las hojas exhala un olor no tan agradable para algunos, sus diminutas flores son blanquitas donde después de un tiempo se convierten en pequeñas bolsitas secas llenas de semillitas de color negro. Sus hojas son ligeramente alargaditas con los bordes aserradas. Las personas que conocen sus propiedades curativas de esta herbácea, la conservan en sus chacras y no las cortan.

Esta planta tiene diferentes propiedades para tratamiento de la salud. Sirve como condimento, otros la usan para mejorar la suerte, fiebre, dolor de cabeza, etc.

Vamos a aprender a usar las semillitas secas de albahaca para limpiar la catarata ocular.

Materiales:

- Dos semillitas secas de albahaca
- Agua hervida fría
- Toalla

Preparación:

Si tenemos problema con la catarata ocular, simplemente se va a la chacra a recolectar las semillas secas de albahaca. En la noche, antes de dormir, se introducen dos semillitas en cada ojo enfermo. De antemano, se debe tener en la cabecera una taza de agua y una toalla para limpiar el ojo dañado.

Al principio, cuando, empieza a actuar las semillas en los ojos, se siente que éstas van rodando en la vista con una sensación de raspado. Pero debemos mantener calma y no tocar los ojos, dejarlo actuar hasta que el sueño venza al paciente. Cuando el paciente se levanta para miccionar, no podrá abrir los ojos porque estará cubierto de legaña y, por ende, residuos y carnosidad de la catarata ocular. Inmediatamente se lavará la vista solamente en la parte exterior evitando de no hacer ingresar agua en los ojos por que causará un dolor debido a que las semillitas realizarón un raspado.

Al día siguiente, se debe evitar de mirar directamente luces fuertes, el fuego, ni menos exponerse en el sol. Si hay necesidad de trasladarse para ir al servicio higiénico, se debe cubrir la cabeza con una sombrilla.

Si aún ha quedado residuos de la catarata en la vista, repetir la operación después de dos semanas.

Paroto

Oshooki obaantsipooshiki, kitamaro obato, antaro santepaye okanta oshi. Te onkisote, te ontenate, piyonkaitake obato, irotaki yaantarori atiripe yantantyariri ishintipaari. Otake ari oshiyaro shibitsa. Aririka ashaariakiro osheki oyarintsaari, eiro akantiro airikero (ajirikero), ari oshirorianaki akoki. Ontimatye ooyabake kapicheeni aisati opirianintantanakia. Ichekaitiro obato paroto iñaatsatyari: Ishariakirorika, Ibatikakiro, yoisotake opatishiki akiparentsi, jaanikarika kankakirone yanteetero, iriitake ayirine akiparentsi. Pashini, ishaariakirorika, inariakero kipatsike, ontimatye ipanpiaatero, aisati yariitantakiaro opatishiki.

Yaabintaro ashaninka aririka yojokibaitya (imantsiyabaite). Obato paroto orijani (yanini), anaatirori, aririka intaakero, otsiminkitori kametsa ityeniriri (intsiyeri) imoitokitso (imoito) eentsi obakera timatsiri, ari obiriakanakero shintsipaite, aisati otsatyantanakia. Iromakia otake, aabintero anonkirika asonke, eirorika ikantaje itsintaje shirampari, oتمانيتانتيااري kooya. Iroñaaka, tsame ayotakotero tsika (jaoka) ankantero abintantyariri shirampari kaari kantajatsini itsintaje.

Kobayetachari:

- Maba takite paroto, kimotari
- Pichaamentotsi
- Nija
- Olla
- Paamari
- Taaza

Ankantero:

Apichaakiro otake paroto pichaamentotsiki.

Amoyaakake niyankia nija ollaki.

Omoyaakirika obakera antetero otake paroto pichainchari, eiro amoyaakaperotiro, opiakari aabentaro. Abaniitakotakero, ooyabakero okatsinkaanintabake, aake tazake kashetane irotake iraitiri, impoña iraje pashini maaroni kitaiteri, aisati aparoni kashiri. Ojokiitachari, ontimatye itibentya, eiro yobari poshiniri, katyori, kapichaji pochari, aisati yabisakotantajia. Aisatita ari okantakaki antsipateiro kapichaji oparitsa potsoti.



Palo huampo

Es un árbol que crece en las purmas, el tallo es de color blanco, las hojas son anchas, la madera es suave, por ello no tiene peso, por eso la gente lo usa para construir balsa como medio de transporte. Cuando se corta un pedazo de la corteza, se puede ver que contiene un líquido flemoso transparente. También es usado el palo de huampo pelado para realizar concurso de trepado del poste cuyo extremo posterior colocan como premio un ahumado de carne, otras veces el palo de huampo pelado y fresco lo colocan en el suelo y sobre ello tienen que caminar hasta llegar en el otro extremo.

El palo de huampo tiene muchas utilidades: la ceniza de esta planta lo usan como secante, la corteza es desinflamante renal, cura la próstata y excelente dilatador del parto.

Ahora aprenderemos a preparar el medicamento con la corteza de huampo para curar la próstata:

Materiales:

- Tres pedazos de corteza fresca del huampo
- Tablero para machacar la corteza
- Agua
- Olla
- Fuego
- Taza

Preparación:

Se machaca la corteza fresca del guampo luego se le echa en el agua que está hirviendo en la candela y dejarlo hervir solamente varios segundo luego se la retira del fuego. Mantenerlo tapado la olla hasta que se enfríe el agua. Se sirve media taza del medicamento natural para beberlo como agua de tiempo, todos los días durante un mes. Mantener una dieta evitando el consumo de carnes roja, sal, y dulce hasta que la próstata esté totalmente desinflamada y curada. También se puede agregar raíces de achiote.

Ibarantsiishi

Tekaari antaro inchato, okaramatyakiti, oshioki antamiki, aisati añaperotiro obaantsipooshiki, obato kapicheni okitamaronkiti okantapankayeta otsipataro matsiriari (kinashiri). Obato kimetaka obabiyetatyeyarika, iroma oshipaye okantaponkayetatya, mirishitake. Aririka amirokakero poshini osankaane, ari obañaashitakae, irompa okitso (oitsoki) okantashitsakiyetatya oshiyaro onkochapaki, yatsotiro tsimeripe, aisati atiri.

Yaabintaitaro oshi: Ikaataitaro aririka ojokibaitya (amantsiyabaite), antairika kamaantsi, onkatsiterika aito, ankatsirenkainaterika, ankibero patsarontsipaye, ari obiriakanakero (opirijatanakero). Itsionkaitaro oshi aririka atojetakakai kamaantsi. Yakepobaitaro okantyarori ayamantsite sabikatsiri akirimashiki (abotoki):

Ojokitakakairika kamaantsi tsame ayote aabinter.

Kobayetachari:

- Kimota oshi ibarantsiishi
- Olla antaro
- Nijaa niyankia ollaki
- Paamari
- Taaza

Ankantero:

Antsatyashitaki ibarantsishi kimota, amoyaakakero ollaki antaro, aisati omatsirijatatantakia nijaa. Abaniriakotakero, oyabakero okatsinkaate. Okatsinkaanintakerika aake ibarantsiishi niyankija taazaki oiteriri mantsiyari (ojokitachari). Impoña amirokakero maaroni oshi ibarantsiishi, aisati opichaatakia maaroni.

Ankaatantyarori iroñaka ojokiitachari, antsiyainateri, antsiyayeteri ibatsakipee ishipitayetakera okantakantiro Kamaantsi.

Atsonkakerorika akaantantyarori ibarantsishi, ankitsaatageri imaatsara kiteri, ijate iroñaaka inariapajia imamentoki. Ankaatamanairi, oitaitamanaje, tampatikaite aisati oshaabitajerika, ari akanteri kitaiterikipaye aisati abisantanajiri iyamantsite.



El matico

El matico es un arbusto que mayormente crecen y se desarrollan en los canales, presenta un tallo blanquecino verdoso con manchas redondas, sus hojas tienen forma medianamente alargadas y son ásperas. Cuando se la hace hervir las hojas exhala un a rica aroma revitalizador. Sus frutos en forma de vainas son comestibles para las personas y las aves.

Las hojas de este arbusto son medicinales, porque tienen propiedades desinfectantes en las heridas, calma el dolor de la cabeza, baja la fiebre, es antigripal, es expectorante, etc.

Veamos cómo es el tratamiento para curar la gripe:

Materiales:

- Buena cantidad de hojas de matico
- Olla grande
- Agua hasta la mitad de la olla
- Fuego
- Taza

Preparación:

Recolectar buena cantidad de hojas de matico, hacerla hervir hasta que torne el agua de color verdoso, luego se retira del fuego y esperar que se enfríe un poco luego sacar media taza de esta agua para que tome el paciente. Seguidamente se estrujan las hojas cocidas para completar con el tipo de agua para bañarle al paciente enfermo de la gripe.

Durante el baño, se inicia quemándole la cabeza con el agua y las hojas estrujadas, luego a los músculos debilitadas a causa de la gripe y fiebre.

Después del baño, se le cambia al paciente con ropas limpias y se conduce a la cama para su descanso. Los baños se les puede aplicar en los tres turnos del día: mañana, medio día y en la tarde hasta que el paciente esté sano y libre de los síntomas de la gripe.

Tsibetashi

Tsibetashi añeero oshooki (oshiyoki) otenkanashike, obinteniiteki. Inchakiishi onati, tekaari antaro inchato, obato omatsiriaati kapicheni, iromakia oshipee okantasanteyetatya, okitamaronpanayetati kapichaji, osheki otsapayeta kimebaitaka oshitsapaye.

Intaane ayotakotiro, iro kameentsatatsiri aabentantyarari aririka ikentai tsibeta.

Iroñaaka ayotakotero jaoka akanterori aabetyaro tsibetashi:

Kobayetachari:

- Koni oshi tsibetashi
- Olla
- Paamari

Ankantero:

Ajatake antamike aakite koni oshi tsibetashi, abakotapaje niniyanki nija ollajanikike. Amoyaakakero kapichaje, abaniiriakotakero. Oyaakotabakero okatsinkaatabake kapichaje impooña atsiyakero ikintakaera tsibeta, ampiitero aisati okatsinkaatanakia asaabatakerika.

Ari ankantero okitaitamanairika, tampatika, jero otsitineetyanajerika imaantanajiari.

Ontimatye atibentya akobirika antekatsitaje shintsipaeni. Eiro akitsitaro paamari, eiro abaro tsitikana, eiro abari kantashiyetachari shima, kitsokintsi, eiro antamentsatitajarotsi tsinane iriori shirampari antyari, ari opatsake antaroite ikentakaera tsibeta, ari opomirentsitakea abisakotantajiari.



Hoja manta raya

Este arbusto con hojas grandes y redondas de forma como la mantarrayas con muchas nervaduras en la hoja, crecen en las quebradas, en tierras arenosas y húmedas.

La única propiedad que se conoce de esta planta es que muy bueno y efectivo para curar las picaduras de la manta raya que ocasiona dolor insoportable que llega hasta el corazón.

Veamos cómo se cura con las hojas de esta planta:

Materiales:

- Cinco hojas de mantaraya.
- Olla
- Fuego

Preparación:

Se recolecta cinco hojas mantarraya, se lo hace hervir en una olla mediana y el agua debe estar a la mitad del recipiente. Dejar hervir un poco, luego se la retira del fuego y esperar que se entibie para luego proceder en calentar o quemarlo la herida causada con el mantarraya, repetir la operación hasta que se enfríe el agua.

Curar la herida durante tres veces al día: mañana, tarde y noche antes de dormir.

Si se quiere que la herida se sane pronto, se deberá cumplir estrictamente una dieta: no calentarse en el fuego, no comer ají, carne roja, blanca, huevo, no tener relaciones sexuales, caso contrario la herida se infecta y se vuelve crónico hasta convertirse en una herida incurable.

*Metaa

Irooperori inchato saikatsiri tomirishiki, kitamaro obato, okamaraniinti aisati, oshi okantasantekeyitatya te antaroyite. Acharineepaye osheki ipinkatsatiro, intakotaro, yamanashiritiro aririka inkobe yaayite otaki. Aririka antsikero poshini oyasankari. Ontimatye arobiro, onkisoteeta, intaani ayee kapicheni aabentyaari.

Oka metaa (metaaki), aabintiro mantsiyarentsipaye kemitachari: ashaabaityarika (ashijabetyaarika), atsikaniintairika, akatsirinkainaterika.

Aririka aninte aabinteri atiri shijabaitachari, tsame ayotakotero:

Kobayetachari:

- Apakotyakite metaa piriari (pirijari)
- Ollajaniki
- Kapicheni nija
- Paamari
- Taaza
- Mantsakintsi kiteri

Ankantero:

Añaakeririka ishijabaitya ajananikite, amoyaakaki kapicheni nija ollajanikiki.

Asakero taazaki, ari antiterori kapicheepetoki metaa abanontari, ampashikakotakero oshitobainkatikari aabintarontsi, impoña iraakero aisatira osaabajati.

Irero apitejati, aisati añantabajaro okanajai shijarontsi. Eiro amaisantiro irayete nija osheki, amatsabetanakerari apaatani.

Iriirika (iriyorika) atiri antari, ontimatye irero jaiki taaza.



*Metaaki

La guayaba

La planta de la guayaba crece en los arenales o terrenos residuales de los ríos asociados con otras plantas. Su corteza tierna es muy briosa cuando la planta alcanza su madurez tiende a descascararse como si fuera piel humana, sus hojas son ovaladas y ásperas. Cuando se le da un mordisco un pedazo de la hoja se puede sentir un sabor amargo. Tienen frutos comestibles redondas que contiene muchas semillas en su interior, cuando maduran es de color amarillo.

Las partes para usarla como remedios son las hojas y la corteza, cura todo tipo de males estomacales.

Vamos a aprender a curar los males estomacales usando la guayaba:

Materiales:

- Tres hojas de la planta de guayaba
- Dos pedacitos de la corteza de guayaba
- Agua
- Olla mediana
- Fuego
- Taza
- Un limón

Preparación:

Se echa media taza de agua en la olla mediana, se agrega las tres hojas y los pedazos de corteza y se lleva al fogón para que hierva un poco. Luego se procede a retirarlo para que se enfríe. Sacar media taza de este preparado, se corta y se exprime medio limón y tibiecito se toma este remedio. El agua de la guayaba seca la garganta por eso no se debe tomar en abundancia.

Tomar tres veces al día: en la mañana, al medio día y en la noche hasta sentir mejoría y eliminar la diarrea. No olvidemos de consumir abundante agua hervida y fría para no deshidratarse.

Komashiki

Añeero Komashiki oshooki (oshiyoki) nijaatsapiaki, impanikiiteki, otsipayetaro saboro, sankobatishi, pashinipee inchato. Obato (ominka) okamarati, karenitabaatoita, aririka antaikitapake otake, ari omishashitanakia, osheki okisoti ochebapaye, oshipaye tontashereetake, omereshibanayeti, okanta santekiyyitayya, pantsikirorika okepisinintati. Timatsi okitsoki okantateroinakiyyetayya oshiyaro iriimaki, yatsotaitiro aririka irakanake, kiteriri obotsori irakirika, osheki oitsokiriki timatsi obatsaki.

Oshi, otake, aabentaronsi onaayetati, aabintiro kantashiyetachari shaaronsi (shijaronsi). Tsame ayotakotero jaokarika (tsikarika) ankantero aabentantyarō komashiki aririka ashijabaitya.

Kobayetachari:

- Aba oshi komashiki
- Apikotyakite komashiki
- Nija
- Ollajaniki
- Paamari
- Taaza
- Iriimaki

Ankantero:

Asake nija niyanki ollajanikiki, aanakero paamariki ari amoyaakeirori oshi, impoña otake komashiki. Omoyaakotakirika kapicheeni abaniiriakotakero, ooyakotabakero okaatsinkaate, aake taazaki, atotake iriimaki, amichobake kashetane iriimaki, ireero iroñaaka aabintaronsika kashetani taazaki, te onkameetsate irero osheki, ari otinitanakae akintsiki.

Irero aabintaronsi okitaitamanaje, tampatika impoña sheeteni. Eiro apiakotaro irairate osheki nija moyajari (moijari) katsinkaari.



Zarzaparrilla hembra

La zarzaparrilla hembra vemos crecer en los canales en los terrenos de las zonas bajas. Es una planta rastrera, en todo el tallo está cubierto de diente de sierra, sus hojas son palmadas como las de la yuca, con la diferencia de que estas son más grandes.

Su hábitat es en los terrenos arcillosos y no es difícil extraer sus raíces porque ellas se encuentran casi al exterior del suelo.

Las raíces de la zarzaparrilla hembra cura diferentes enfermedades, así como el mal de orines, sífilis, mal de los riñones, orines con sangre, próstata, flores blancas y amarillas de la mujer.

Preparemos el remedio natural a base de las raíces de la zarzaparrilla para curar riñones inflamados.

Materiales:

- Buena cantidad de raíces de zarzaparrilla hembra
- Olla grande
- Fuego
- Taza
- Limón

Preparación:

Lavar las raíces, echar agua en la olla hasta la mitad, agregar las raíces y hacerla hervir hasta que se torne el agua de color rojizo luego retirarlo del fuego para que se enfríe el agua.

Sacar media taza de este preparado, corta y exprimir medio limón y tomarlo así como agua de tiempo durante todos los días hasta desinflamar los riñones y el color del orine vuelva a su color natural.

Durante el tratamiento no se debe comer alimentos salados, ají, carnes con grasa. Si persiste el mal, debemos preparar el remedio con la doble cantidad de raíces de la zarzaparrilla.

Tirimititsa

Ayotantyaarori ikantaitiri tirimititsa, ajate obantsipooshiki, ari añeerori. Shibitsa onati, ankotsaaro inchamaishiki, timatsi osheki aikiiriki ometsainkayeta maaroni otonkiki. Oshipee ari oshiyaneentaro ashi kaniri, iro kantimaitacha antaro saanteyetati.

Oshioki obantsipooshiki, otsiripatsati kipatsi. Te opomerintsitya ankiyakotero oparitsa, te onkie intsopae (tsompoinaki) kipatsiki.

Oparitsa, aabentayetiro kantashiyetachari mantsiyarentsi, okemitatya: Inkatsitsiniterika shirampari, anonkirika asonki, atsinterorika iraane (raja), otityaarika atsini, oshitobaaterorika shitijari tsinane.

Ayote jaokarika (tsikarika) ankantero aabinteri shirampari anonkatsiri isonki.

Kobayetachari:

- Kimota oparetsa tirimititsa
- Olla antaro
- Paamari
- Taaza
- Iriimaki

Ankantero:

Ankibakero oparetsa timirititsa, asake nija niyankia ollaki. Amoyaakekero paamariki aisati okityonkaatanakia. Abaniiriakotakero, ari ooyakotero aisati okatsinkaatanakia.

Iroñaaka aake niyankiaa taazaki, amichobaki kashetani iriimaki, irootake ireeri maroni kitaiteriki, aisati abisantajia anonki asonki, eiro okatsitanaje aniiterika, ari osaankanatanaje atsini.

Irerorika tirimititsa, ontimatye antibentya, kempitahari eiro abaro tibi, aisati tsitikana (tsikanaa).

Añaakerorika te aabinteri asonki, aanintabaje pashini oparitsa tirimititsa, otontaatanaketa.



Hojas del arco iris

El hábitat de esta planta es en terrenos húmedos y pantanosos, planta rastrera con pequeñas brillosas hojas lanceoladas, tallos carnosos y suaves. Se encuentra esta planta cuando se la busca.

Se usa toda la planta en casos de tratamiento de males de salud así como quemaduras del arco iris, herida que brota al mojarse con la llovizna denominado "lluvia con sol". Por eso, los niños y adultos, deben evitar de mojarse con este tipo de llovizna. Es fácil reconocer la quemadura del arco iris por que surgen ampollas como quemadura de la candela, luego se rompen las bolsitas y empiezan a lagrimear las heridas haciendo imposible curarse con medicamentos occidentales. Este tipo de quemadura causa la muerte si es que no se cura a tiempo con la mencionada planta.

Veamos cómo se cura la quemadura del arco iris:

Materiales:

- Una buena cantidad de tallos y hoja de la planta de arco iris
- Olla grande
- Media olla de agua
- Fuego

Preparación:

Hacer hervir un poco esta planta recolectada, luego se procederá a retirar del fuego.

Cuando se comprueba que está tibio, se procede a estrujar las hojas y los tallos cocidos y se le baña al paciente todo el cuerpo priorizando la zona afectada donde se la calentará o se quemará con las hojas del arco iris.

También es bueno que el paciente beba un poco de esta agua antes del baño.

Se repetirá este tratamiento cuantas veces sea necesario hasta que se sane totalmente las heridas.

Kanirisama

Onibetaro oshiyoki kipatsiki tsiripatsatatsiri, irootake opomirentsiantari aririka ankiyakotero osarentsipateki.

Ari oshiyabitaro kaniri ikantaatiri sankoriianiri, antarokaratiipaye, kitamarori otake ankibakerorika. Aririka anchekakero kashetani kitamarori oni obatsa, kantimaitacha ariririka osamaninintanake ari oponaabatsatanake. Shibitsa oni, ari oshiyabetaro poinirotsa, iro kantamaitacha antarosantepaye okanta oshipee. Antyaarori ontimatye ankiyakotero, oijatero oparitsa aisati aretantakiaro obatsasamaato.

Oka kanirisama aabintiro patsarontsi saikatsiri intsomai amotyaaki, asheetoki, aririka intotaitero kooya (tsinane) yantaityanerori eentsite, patsaarontsi saikatsiri itsinimentoki shirampari.

Tsame ayotakotero jaokarika akantero aabintero patsarontsi saikatsiri asheetoki (asheitoki).

Kobayetachari:

- Kanirisama kapichekarakite.
- kotsirojaniki
- Kontimentotsi
- Piraato
- Taaza
- Nija
- Tsikaamentotsi kirip



Ankantero:

Aakero kontimentotsi, ankontitakero kanirisama achekakarakitakiri aisati atsonkatantakiaro.

Abakiro kanirisama, kontitainchari tsikaamentotsiki. Amomkaratake niyankia nija taazaki, asheri apaatani tsikaamentotsiki abisaatanakeeta pashiniki taaza. Oka irootake ireri.

Iraitiro maaroni kitaiterikipe: Kapichekitaite, tampatika, otsiteniitanake aisati aparoni kashiri.

Antibentatyeeey, eiro abari kantashiyetachari poshiniri, kapicheni tibi, eiro abaro tsitikana (tsikanaa) aisati ashitantajja abatsaaro sabikatsiri amotyaaki.

Sacha yacón

Es otra variedad de sacha yacón, el suelo favorito donde crece es en los suelos arcillosos y es muy difícil recolectarlo.

Tiene una característica similar a la yuca blanca y por ende su cáscara o corteza de esta raíz es blanca. Es una planta rastrera y sus hojas son redondas de tamaño regular. Cuando se corta un pedazo de esta raíz tuberosa es de color amarillento pero al transcurrir unos minutos toma el color morado.

Esta raíz tuberosa cura diferente males, así como gastritis, úlceras, cáncer, cesáreas, próstata, etc.

Sepa cómo se prepara un medicamento natural a base del sacha yacón para curar la úlcera estomacal:

Materiales:

- Un pedazo de sacha yacón
- Cuchillo
- Rayador
- Plato
- Taza
- Agua hervida y fría
- Cernidor

Preparación:

Se coge el pedazo del sacha yacón y se procede a rayarlo con el rayador hasta terminarlo.

Se coloca el plato y sobre ello el cernidor que en su interior está el sacha yacón rayado. Seguidamente vierte el agua sobre el cernidor que llevará las propiedades del sacha yacón. Una vez colada se coge media taza y se lo bebe.

Se toma cada mañana para curar la úlcera estomacal. Repetir la toma todas las mañanas durante un mes hasta que el mal se cure y se sienta bien de salud el paciente.

Se requiere cumplir una dieta, si se quiere recuperar la salud cuanto antes posible, por eso se debe evitar de comer carnes rojas, alimentos salados, ají, etc.

Pariibana

Ikantaitiri pariibana, irootake inchashi ichoonkaitari (ishipokaitari,) oshooki(oshiyoki) antamishiki (tomirishiki), tekaari antaro inchato, obato kitamaro onii, oshiye okantasanteyitatya. Irooperori inchashi aabentantatsiri ashipokiarorika (achoonkiarorika), obariayetirori mantsiyarentsipaye, kiantayetairi abatsaki ityankimotairi kisanentairi.

Aantyarori oshipee (tsipanapaye), ontimatye añaanashiritero asankaniki, akantero amitakotaita, ojokiroota kariperori ojokitakakairi (mantsiyatakakairi), impoña ajeriayetakero antsikiroini okarati akobayetiri.

Aririka ashipokiario (achoonkiario), ari obariayetakero kariperori katsitakairi aito, shonkakotairi, sataanentairi, maaroi kariperori añaanantari.

Ayotakotero tsika ankantero achoonkiario paribana:

Kobayetachari:

- Paribanashi onkarate tson
- Olla antaro
- Nija niyaniaa
- Paamari
- Mapi onkarate koni
- Kitsarentsi
- Inchapata

Ankantero:

Antashitakero mapi irosati okityonkakitantakia, abakomaityaro paribanashi aisati osabaatantanakia kapicheni.

Abaniriaakotakero, isatetakiario ashipokiri (achoonkiri), intanakiario antete apaani mapi, aririka okantsikatanaki mapi, antetaje pashini aisati atsonkatantakiario mapii atashitakiri.

Shipokantatsiri, irootake amineroni paitarika pariapaintsini, saikantakairi abatsaki, ojokiitakakairi (mantsiyatakakairi).



Yerba santa

Es un arbusto, cuyas hojas redondas ovaladas se utiliza para realizar evaporaciones. Esta planta se reconoce porque su tallo es color cenizo. Al usarlo para evaporar a los pacientes enfermos tiene la propiedad de sacar y hacer caer todos los males que existe en el cuerpo producto de las brujerías.

Para que la evaporadora recolecte las hojas, debe acercarse con respeto y realizar un discurso de petición a la madre espiritual de esta hierba para que expulse todo los males del cuerpo de su paciente. Culminado el discurso para sí misma recién procede coger las hojas a utilizar en la evaporación. Cuando se le evapora al paciente, caerá todo tipo de cosas y objetos que tiene dentro del cuerpo, causante de los males que siente el enfermo. Sepamos cómo se usan las hojas para la evaporación:

Materiales:

- Siete hojas de hierba santa
- Olla grande
- Media olla de agua
- Fuego
- Cinco piedras medianas
- Cushma
- Una tabla para recoger la piedras caldeadas

Preparación:

Hacer calentar las cinco hojas de hierba santa y paralelamente colocar las cinco piedras en el fuego hasta que estén bien caldeadas. Cuando la olla haya dado los primeros hervores se retira del fuego y se coloca alejado de la candela. Inmediatamente el paciente se pone la chusma y listo para ser evaporado. Para esto, la evaporadora coge y llena una piedra caldeada en la olla e inmediatamente mientras expide el vapor, el paciente se coloca lado de la olla cubriéndola con la cushma para cubrirse con el vapor. Se repite este proceso hasta completar las cinco piedras. Culminada la evaporación, la evaporadora será la encargada de revisar los elementos que cayeron y se ubicaron entre las hojas de la yerba santa. Para luego comunicarle al paciente y mostrarles a sus familiares las cosas y objetos que cayeron.

Kainimpiro

Oshioki obantsipooshiki, otenkanaiteke, ari onintiri oshooki, inchatoshi onati. Iroorika ebankaro kameetsa okatiya, irorika ojatanake antarote shirinkanaka ochebapaye (ochebape, otsempape), irootake opariashitantari kimebaitaka ankotsatyeyaarika. Osheki oshitobayetanake opatishipaye, airitsobapaye otimaperotira okashi kitamaraari aririka antsatyeeero. Oshi okantamotikiyetatya (okantashiyetaka), timatsi aikirikipaye maaroni otsapikipee.

Aabintiro kantashiyetachari pirotsipaye shitobatsiri ameshinaki: pirotsi (pironi) kainitatsiri akainterorika ari antakiriayetanakia, ejati timatsi pirotsi kaari kajinitatsini okityonkapankayetatya, pashini pirotsi patsakeirori ameshina kantimaitacha eiro akimiro onkatsite.

Akobirika aabintero pirotsi kityonkapankayetatsiri, tsame ayotakotero.

Kobayetachari:

- Okashi kainimpiro

Ankantero:

Aakairika pirotsi kityonkapankayetatsiri ameshinaki, ajatake obaantsiposhiki amenayeti kainimpiro.

Aririka añaaake, aminakero opatishi airitsobatatsiri. Tekeraata antsatyeeerota opatishi kainimpiro, akaintabakero kapicheni pirotsi (pironi), impoña antsatyashitakero opatishi, oshitobanakerika okashi, irootake apitenkerori apiro.

Ari okintanakae, kantimaitacha eiro antiro, eiro akaintirotsi aisati abisantanakea apaniroidi okainitira.

Opiriaperotanaitye apiro ompiaaperotatyeeya pirotsi eiro añaajero.



Mala leche

La mala leche es un arbusto que crece normalmente en los canales. Cuando la planta es joven se mantiene vertical con el tallo y muchas hojas grandes que nacen del tallo, pero si la planta es madura las ramas crecen horizontalmente y se vuelve frondoso. En las ramas terminales se observan tallos y hojas tiernas que contiene savia blanquecina.

La savia blanquecina cura todo tipo de hongos que ataca la piel.

Si queremos curar hongo en la piel debemos tener en cuenta lo siguiente:

Materiales:

- Resina de la mala leche

Preparación:

Si nos ataca el hongo colorado en la piel, solo nos queda ir al monte para proveernos de la resina de la mala leche.

Antes de aplicar la resina en la piel infectada de hongo colorada, se debe rascarlo para facilitar la acción de la resina en los hongos en el momento de la aplicación de la resina.

Al momento de la acción de la resina ante los hongos, se siente un escosor, insoportable sin embargo no se debe tocarle para no cortar los efectos de curación de la resina.

Hongo curado, hongo que no existe.

*Ampooshtyoki

Onintaperoti oshioki antamitanakerika obakerari obaantsi, aisati ari añeerori oshooki nijatsapiaki, impanikiiteki. Ayotantyaarori, obero simpokita oshiyaro tsikana (tsitikana), kapicheeni omatsiriashiti (okinashiti) oshipee, aririka onkitsokipaite ari añeerori ontsayemonkiyetakia, timatsi omeshina, asarakotakerorikaari añakero okantateroinakiyetaty.

Irakakerika ari ontsatyaikitanake, ookayetakia osakiki, itsotaitiro, pochakirini.

Aabintayetiro mantsiyarentsipe, kempitachari: Otashinentairika asankane, onkatsiterika asankani, pashinipee.

Ayotero aabintantyaroro amposhtyoki, onkatsiterika asankani:

Kobayetachari:

- Kimota oshi amposhtyoki
- Nija moyaajari katsinkari
- Mantsakintsi kiteri

Ankantero:

Ankibakero ako, amirokakero oshi amposhtyoki tekatsirika tononkamentotsi atononkantyaarori.

Atsonkakerorika amirokiro, abakero mantsakintiki (maatsarentsi) kiteri, abamaityaroro taazaki, asake nija antatimaiyaroro oshitobaatanaketa amposhtyoki, impoña amiichobaatakero.

Iroka ajatakeri, irootake ireri. Ariañaabakero otsinkanakai aisati atekatsitantanjia. Ari ankantero irajero, irajero aisati abisaperotantanjia okatsiti asankane.



*Ampooshityoki.

El capulí

El hábitat de esta herbácea es en las chacras recién cultivadas, terrenos de los montes reales o vírgenes, otras veces crece en terrenos residuales de los ríos. El tamaño de esta planta es similar a la planta del ají, sus hojas son pequeñas de color verde claro, los frutos se encuentran cubiertas con bolsitas y al madurar se tornan de color anaranjado pardo y los frutos internos son de color amarillo, son dulces y comestibles para algunas personas.

Culminado la época de maduración se caen en el suelo para continuar con el ciclo de vida.

Las hojas curan las depresiones, ardor y dolor del corazón, etc.

Veamos cómo se cura el dolor del corazón con las hojas del capulí:

Materiales:

- Dos puñados de hojas del capulí
- Agua hervida y fría
- Trapo limpio

Preparación:

Si por un caso no se cuenta con un molino para moler las hojas de capulí, se lava las manos para estrujar las hojas.

Cuando terminemos de estrujar las hojas, se coloca el trapo limpio sobre la taza, inmediatamente se vierte el agua y la savia caerá dentro de la taza y se completará de extraer el producto de las hojas exprimiéndola juntamente con la tela.

Beber esta sustancia para curar el dolor del corazón. Si el dolor persiste, continuar con la toma del jugo de las hojas del capulí hasta que el paciente se sienta completamente bien.

Kaaro

Oshooki antamiki (tomirishiki), jaokarika (tsikarika) ashepatsaati (kajapatsari) ari okabaperotiri (okobaperotiri) oshiyoki. Ari oshiyabetaro saboro, kantimaitacha te onkisote obato, oshipe okanta shitsakiyetatya, oshiyaro saboro.

Yashiyaitiro ashiyakaantero sankoo (shankoo) aririka ajokakinero, apirinkakero otakipe, ampirinkantyarosabiri. Kachorini obaaki, iraitiro aririkaamiritake ajaterika tomirishiki.

Shitobatsobayetatsiri kipatsiki irootake yayeetiri abentayetantyaarori mantsiyarentsipaye, kemitachari: ankocheniterika, asamiterika, intimirika ashitsani amotyaaki (amotiki), asheetoki (asheitoni), ankatsineterika, pashinipe.

Tsame ayotero aabinteros aririka ankachoniyetero maaroni abayetari.

Kobayetachari:

- Apikarakite kaaro
- Pichaamentotsi
- Tsikaamentotsi
- Nija saabajari kapicheeni
- Taaza

Ankantero:

Ampichaakero kaaro pichamentotsiki aisati oshipitatantakia. Abakiro kaaro pichainchari tsikaamentotsiki, abamaityaro taaza osabiki. Asakiro nija, ampichobaatakiro kaaro taazaki.

Iraitiro kapichekitaite, aisati otsiteniityanajerika, tikeraata ababaityata. Intaani iree kashetani taazaki.

Irero kaaro maba kitaiteri, impooña ampiitajero ompokapaajerika pashini semana, aisati maba kitaiteri. Ari ankanterori aisati okantanajai kachonitaantsi.

Aisati kameetsa ankaatyaro asaabatakerorika, ankimerorika onkatsibaitashitya abatsa.



Caña agria

La caña agria es casi parecido al carrizo y a la caña dulce, sus hojas lanceoladas, corteza carnosa y jugosa. Crece en terrenos húmedos donde se desarrolla con tallos gruesos; en cambio, si crece en terrenos áridos, el tallo es delgado y dura como el palo.

Cuando una persona se encuentra en los monte reales, zona donde no hay agua, aplaca su sed recolectando una caña agria que después de pelar la cáscara, libran la corteza y proceden a masticar el tallo carnoso absorbiendo el jugo agrio.

Los hijuelos que recién brotan del suelo son el tallo indicado para realizar curaciones de enfermedades, así como por ejemplos: vinagreras, acidez, para expulsar parásitos, etc.

Aprendamos cómo se cura la vinagrera con la caña agria.

Materiales:

- Dos cuartos de pedazo de caña agria
- Tablero para machacar
- Cernidor
- ¼ de taza de agua hervida fría
- Taza

Preparación:

Se machaca los dos cuartos de pedazo de caña agria sobre el tablero hasta que esté totalmente suave. Luego se coge una taza y sobre ella se coloca el cernidor más la caña agria machacada. Se vierte el agua hervida fría sobre ella para extraer la savia en la corteza machacada y concluir exprimiéndola el bagazo sobre el cernidor.

Esta medicina natural se toma un cuarto de taza en la mañana antes que salga el sol, sobre todo en ayunas.

Se toma tres días consecutivos luego se puede repetir la toma después de una semana.

También es bueno realizar baños en todo el cuerpo con la corteza de la caña agria cuando el cuerpo está macorcado.

Pamaki

Antaro inchato antamisato, oshiyoki tonkaariki, obato otakiriyetaty, oshi okanta ponkayetaty, tontashiitake aisati omereshiti. Aririka onkitsokipaitetanaje ari añiirori ontsirikayetanakia ojempikike, irakanakerika okityonkayetati, timatsi obityeeriki kitamarori orijaniiriki. Yatsotiro atiri aisati yobayetaro tsimeripaye.

Aririka anchikero (antsekero) obato(ominka) ari oshitobaatanaki okashi (ojashi) kitamaraari, irootake aabintayetirori mantsiyarentsipee kempitachari: Patsaaronsi kari shitatsine, aririka ontayee paamari, aisati patsaaronsi timatsiri amotyaaki (amotiki).

Tsame aabintero otakaarika paamari:

Kobayetachari:

- Kimota okashi pamaki
- Kotsiro
- Taaza
- Boteeyajaniki
- Jabonka
- Nija saabajari
- Mantsakintsi ashetyaari

Ankantero:

Ajate tomirishiki (antamiki) aakite (aajakite) okashi pamaki. Asakiro boteyajanikiki, ashidakotakero opiriatikari (opirijatikari).

Ankibakero patsaroontsi jaboki, ankibantyaaro nija saabajari. Ashetantyaaro mantsakintsi kiteri. Onkitetakerika patsaaronsi, ashipiriakotakero okashi pamaki, antiritimaityaro maaroni patsaaronsi.

Eiro amponaitirotsi otsirikakotanakakari patsaaronsi. Aririka ompiriaatanake (ompirijatanake) patsaaronsiki, apaniro opatankariaji.



El chemicua

El hábitat del chemicua es en los monte reales o montes vírgenes en zonas altas donde se desarrolla muy frondoso, el tronco es plomo marrón, sus hojas ovaladas, áspero, con algunas pelusas en el reverso. En la época de fructificación se pueden ver los frutos redondos con pelitos blancos adheridos en las ramas de extremo a extremo. Cuando los frutos llegan a madurar es de color rojo anaranjado que son muy apreciados y consumidos por las personas, aves y animales.

Cuando se le corta la corteza vierte una resina blanca, es un elemento bueno para curar: heridas, quemaduras, úlceras estomacales y otros.

Veamos como se cura una quemadura en el cuerpo aplicando la resina del chemicua:

Materiales:

- ¼ de taza de resina del chemicua
- Machete
- Taza
- Botella
- Jabón
- Agua tibia
- Toalla

Preparación:

Se recolecta ¼ de taza de resina del chemicua luego se traslada en la botella y encerrarlo herméticamente para evitar que se reseque la resina durante el retorno del monte hacia la casa. Se lava la herida con agua tibia y jabón. Secarlo con la toalla, seguidamente se echa la resina en la herida cubriéndola totalmente la parte afectada.

No es necesario cubrir la herida con gasa ni con otros materiales porque esta resina según que va secando la herida irá cayendo de por sí solo.

Sheri

Irointi pankirentsi, kimota okanta antaroti, kapichaje otime ojempikepee (ojempikipaye), antarosaantepaye okanta oshipee, tsirepanaitake, timatsi otyaaki kitamarori, okitsokiiriki otsatatsarakiyetatya ojempekipaye. Te antarote obato, oshiyantinero pijoro (pijoro).

Sheripiari, ikotsitiro oshi aisati omitsopatsatantakia, impoña isakiro kapiroki yantsoteri apaata aririka yaabintante, irosati inkishokantyari.

Yaabintaitaro aisatita oshi anaatirari aririka anonki aniyorinte, onkatsiyeterika abatsa, onkatsiterika aiki, pashinipe. Iromakia sheri kotsitachari irootake itsopantayetarori sheripiari kariperori saikatsiri abatsaki, ojokiitakairi (mantsiyatakairi).

Tsame ayote tsika (jaoka) akantero aabintero anonkirika aniyorinte.

Kobayetachari:

- Pani oshi sheri

Ankantero:

Aake apaani oshi sheri obakerashiri saikatsiri ocheboki opatishiki. Ampitibitakero oshi sheri, atsikakero opatishi, irootake anaateri, ompiyotapakiarika achoori, anibatero aisati mabajati, impooña ajokakero oshiteki. Ari anaree maamentotsiki, eiro ashebata, oshonkakotanaikari, ari akamarankanake. Irootake eiro ashebatatsi ankemamentsatakero oshonkakobetanakae, irosati amachookaki (amatsiokake).

Oka oyepishiri sheri ari obamaakeri shitsanintsi anonkakakerori aniyorinte. Aisatita ari osampiyanaaje anonkira.



El tabaco

Es una planta cultivada cerca a la casa con pocas ramas y abundantes hojas anchas y grandes nacen del tallo y ramas. Hay una característica peculiar de las hojas, es pegajoso y suave. Sus flores son de color blanco y su fructificación se agrupa en sargas. La planta es de una estatura mediana.

Los famosos tabaqueros o curanderos lo extraen las hojas y lo cocinan hasta obtener una pasta para luego depositarlo y consérvalo en bambúes para usarlo en curaciones y expulsiones de objetos que existen en el cuerpo de los pacientes.

Masticar el ápice de la hoja de tabaco y pasar tres sorbitos con la saliva cura las amígdalas inflamadas, calma dolor de dientes, etc. El tabaco cocido lo usa los curanderos para tratamiento de diversa enfermedades y brujerías.

Veamos cómo se cura una inflamación de amígdala usando la hoja del tabaco.

Materiales:

- Una hoja tierna de tabaco.

Preparación:

Elegir y coger una hoja tierna de tabaco que está en el extremo de una rama. Doblarla la hoja en cuatro partes y morder una de las esquinas para masticarlo y solamente se debe tragar tres sorbos para controlar el mareo y vómitos. Después de tragar los tres sorbos de tabaco, mantenerse quieto echado en la cama sin moverse para ningún lado, con los ojos cerrados.

El líquido del tabaco absorbido eliminará los hongos infecciosos y desinflamará de inmediato las amígdalas.

*Kotibatiishi

Añihiro oshooki (oshiiyoki) impanikiiteki nijaaki, ikantiro pashinipe irootake irinchashite kiatsi, okamaniitati obato (ominka), te antaroyite ochebapaye, orijanishapikeeriki okanta oshi, okitamaronpanayeti. Aisati oshioki tonkaariki, inkaaritsapiakipe, obaapatsayeta kipatsi.

Yayetiro ashaninka oshi yaabentyari aririka yojokibaitya: Ikatsinkaayetirika, onkatsiyetirika itonki, ishijabaityarika jananeke (eentsi), otimantyaaririka kariperori ibatsaki, pashinipe.

Timatsirika (choorarika) jananeke (eentsi) yayeetiri nijaaki aririka onkibabaite, ayee nija iriniro, iritsiro, añashitabakeari ishijabeetanakea, kameetsa achoonkatyari/ashipokantyari kotsibatiishi, ankantero jaka:

Kobayetachari:

- Kimota oshi kotibatishi
- Antaro olla
- Niyankija nija ollaki
- Paamari
- Apite mapii

Ankantero:

Atashitake apite mapii paamariki aisati okityonkakitantakia.

Abakotakero nija niyankia paamariki antemaityaro kotibatiishi amakeri aisati osaabatantanaki, eiro amoyakeiro.

Iroñaaka iriniro jananeke onkitsaatakia, osatetakiari iriniro, omishitobakiniri iito okentsikiki, yaboriarokari (yaborejirokari) oyachaari mapii.

Atetaki mapi ollaki, aririka omoyaanaaki, onkatyapakia iriniro jananeke osatetapakiaro olla, osatetamaityaari jananeke, otekamaityaaro omaatsara, oparianaketa kariperori ojokiitakakariri eentsi. Aririka onpianajia oyachaari mapii, antetaje pashini mapii.

Ochoonkakiarorika (oshipokakiarorika) apiteroite mapi, aakero nija okaatantyariri jananeke ojokiitachari. Ishipokaitiri jananeke kapichekitaite aisati osheetyanajerika.

*Kotsibatiishi.



El pájaro bobo

No es un ave, es nada menos que una planta que crecen en los terrenos residuales de los ríos. otros lo consideran como hierba de la madre del río. Es un arbusto, sus hojas son alargaditas de color plumizo: Tienen pequeñas ramas quebradizas, es raro ver crecer en otros ecosistemas siempre en cuando el terreno es fangoso.

Se usan las hojas para realizar curaciones de algunos males así como por ejemplo: escalofríos, reumatismo, males estomacales, mal de chacho, etc.

Seguidamente veamos cómo se cura a un niño que sufre mal del estómago utilizando las hojas de pájaro bobo en la evaporación:

Materiales:

- Una buena porción de hojas de pájaro bobo
- Olla grande
- Media olla de agua
- Fuego
- Dos piedras caldeadas

Preparación:

Caldear dos piedras medianas.

Paralelamente hacer hervir por unos segundos las hojas del pájaro bobo con la cantidad de agua mencionada y se procede a retira del fuego y colocarlo en un lugar alejado del fuego.

Seguidamente se coloca la primera piedra caldeada en la olla. Mientras sale el vapor, la madre se acerca con su hijo en los brazos dentro de la cushma su cabecita salida afuera para evaporarse junto con él. Después que se acaba el vapor, se procede con la siguiente y última piedra.

Se culmina este tratamiento cuando la madre coge un poco de agua con las manos y se le baña al niño. La curandera revisará entre todas las hojas para ver qué mal le ha chocado el niño causante del mal del estómago. El momento para realizar la evaporación es en la mañana y por la tarde.

El Acuerdo Nacional

El 22 de julio de 2002, los representantes de las organizaciones políticas, religiosas, del Gobierno y de la sociedad civil firmaron el compromiso de trabajar, todos, para conseguir el bienestar y desarrollo del país. Este compromiso es el Acuerdo Nacional.

El Acuerdo persigue cuatro objetivos fundamentales. Para alcanzarlos, todos los peruanos de buena voluntad tenemos, desde el lugar que ocupemos o el rol que desempeñemos, el deber y la responsabilidad de decidir, ejecutar, vigilar o defender los compromisos asumidos. Estos son tan importantes que serán respetados como políticas permanentes para el futuro.

Por esta razón, como niños, niñas, adolescentes o adultos, ya sea como estudiantes o trabajadores, debemos promover y fortalecer acciones que garanticen el cumplimiento de esos cuatro objetivos que son los siguientes:

1. Democracia y Estado de Derecho

La justicia, la paz y el desarrollo que necesitamos los peruanos sólo se pueden dar si conseguimos una verdadera democracia. El compromiso del Acuerdo Nacional es garantizar una sociedad en la que los derechos son respetados y los ciudadanos viven seguros y expresan con libertad sus opiniones a partir del diálogo abierto y enriquecedor; decidiendo lo mejor para el país.

2. Equidad y Justicia Social

Para poder construir nuestra democracia, es necesario que cada una de las personas que con-

formamos esta sociedad, nos sintamos parte de ella. Con este fin, el Acuerdo promoverá el acceso a las oportunidades económicas, sociales, culturales y políticas. Todos los peruanos tenemos derecho a un empleo digno, a una educación de calidad, a una salud integral, a un lugar para vivir. Así, alcanzaremos el desarrollo pleno.

3. Competitividad del País

Para afianzar la economía, el Acuerdo se compromete a fomentar el espíritu de competitividad en las empresas, es decir, mejorar la calidad de los productos y servicios, asegurar el acceso a la formalización de las pequeñas empresas y sumar esfuerzos para fomentar la colocación de nuestros productos en los mercados internacionales.

4. Estado Eficiente, Transparente y Descentralizado

Es de vital importancia que el Estado cumpla con sus obligaciones de manera eficiente y transparente para ponerse al servicio de todos los peruanos. El Acuerdo se compromete a modernizar la administración pública, desarrollar instrumentos que eliminen la corrupción o el uso indebido del poder. Asimismo, descentralizar el poder y la economía para asegurar que el Estado sirva a todos los peruanos sin excepción. Mediante el Acuerdo Nacional nos comprometemos a desarrollar maneras de controlar el cumplimiento de estas políticas de Estado, a brindar apoyo y difundir constantemente sus acciones a la sociedad en general.

Banco del Libro

INSTITUCION EDUCATIVA:								
DEPARTAMENTO:				PROVINCIA:				
^DISTRITO:								
Año	Grado	Sección	Nombres y apellidos del alumno	Código*	Condición del libro ^			
					Recibí	Firma del Padre	Entregué	Firma del Padre

* Código = Número de orden del alumno Condición del libro:

- A = Nuevo, completo, limpio, sin deterioro.
 B = Completo, se puede borrar algunas marcas, sin deterioro.
 C = Con marcas que no salen y con deterioros subsanables.
 D = Inutilizable, requiere reposición.

¿Cómo cuido y limpio mis libros?

- Forro mi libro con plástico o papel y le coloco una etiqueta.
- Limpio mi libro con una franela.
- Uso mi libro con las manos limpias y en lugares apropiados.
- Realizo las actividades en un cuaderno u hojas de trabajo, sin rayar ni escribir en mi libro.
- Evito doblar las puntas y que se manche con líquidos o dulces.

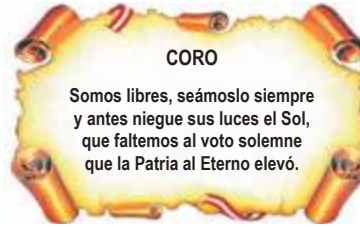


¡Cuido los libros porque otro niño los utilizará el próximo año!

SÍMBOLOS DE LA PATRIA



BANDERA NACIONAL



HIMNO NACIONAL



ESCUDO NACIONAL

Declaración Universal de los Derechos Humanos

El 10 de diciembre de 1948, la Asamblea General de las Naciones Unidas aprobó y proclamó la Declaración Universal de Derechos Humanos, cuyos artículos figuran a continuación:

Artículo 1.- Todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos y (...) deben comportarse fraternalmente los unos con los otros.

Artículo 2.- Toda persona tiene todos los derechos y libertades proclamados en esta Declaración, sin distinción alguna de raza, color, sexo, idioma, religión, opinión política o de cualquier otra índole, origen nacional o social, posición económica, nacimiento o cualquier otra condición. Además, no se hará distinción alguna fundada en la condición política, jurídica o internacional del país o territorio de cuya jurisdicción dependa una persona (...).

Artículo 3.- Todo individuo tiene derecho a la vida, a la libertad y a la seguridad de su persona.

Artículo 4.- Nadie estará sometido a esclavitud ni a servidumbre; la esclavitud y la trata de esclavos están prohibidas en todas sus formas.

Artículo 5.- Nadie será sometido a torturas ni a penas o tratos crueles, inhumanos o degradantes.

Artículo 6.- Todo ser humano tiene derecho, en todas partes, al reconocimiento de su personalidad jurídica.

Artículo 7.- Todos son iguales ante la ley y tienen, sin distinción, derecho a igual protección de la ley. Todos tienen derecho a igual protección contra toda discriminación que infrinja esta Declaración (...).

Artículo 8.- Toda persona tiene derecho a un recurso efectivo, ante los tribunales nacionales competentes, que la ampare contra actos que violen sus derechos fundamentales (...).

Artículo 9.- Nadie podrá ser arbitrariamente detenido, preso ni desterrado.

Artículo 10.- Toda persona tiene derecho, en condiciones de plena igualdad, a ser oída públicamente y con justicia por un tribunal independiente e imparcial, para la determinación de sus derechos y obligaciones o para el examen de cualquier acusación contra ella en materia penal.

Artículo 11.-

1. Toda persona acusada de delito tiene derecho a que se presuma su inocencia mientras no se pruebe su culpabilidad (...).

2. Nadie será condenado por actos u omisiones que en el momento de cometerse no fueron delictivos según el Derecho nacional o internacional. Tampoco se impondrá pena más grave que la aplicable en el momento de la comisión del delito.

Artículo 12.- Nadie será objeto de injerencias arbitrarias en su vida privada, su familia, su domicilio o su correspondencia, ni de ataques a su honra o a su reputación. Toda persona tiene derecho a la protección de la ley contra tales injerencias o ataques.

Artículo 13.-

1. Toda persona tiene derecho a circular libremente y a elegir su residencia en el territorio de un Estado.

2. Toda persona tiene derecho a salir de cualquier país, incluso del propio, y a regresar a su país.

Artículo 14.-

1. En caso de persecución, toda persona tiene derecho a buscar asilo, y a disfrutar de él, en cualquier país.

2. Este derecho no podrá ser invocado contra una acción judicial realmente originada por delitos comunes o por actos opuestos a los propósitos y principios de las Naciones Unidas.

Artículo 15.-

1. Toda persona tiene derecho a una nacionalidad.

2. A nadie se privará arbitrariamente de su nacionalidad ni del derecho a cambiar de nacionalidad.

Artículo 16.-

1. Los hombres y las mujeres, a partir de la edad núbil, tienen derecho, sin restricción alguna por motivos de raza, nacionalidad o religión, a casarse y fundar una familia (...).

2. Sólo mediante libre y pleno consentimiento de los futuros esposos podrá contraerse el matrimonio.

3. La familia es el elemento natural y fundamental de la sociedad y tiene derecho a la protección de la sociedad y del Estado.

Artículo 17.-

1. Toda persona tiene derecho a la propiedad, individual y colectivamente.

2. Nadie será privado arbitrariamente de su propiedad.

Artículo 18.- Toda persona tiene derecho a la libertad de pensamiento, de conciencia y de religión (...).

Artículo 19.- Todo individuo tiene derecho a la libertad de opinión y de expresión (...).

Artículo 20.-

1. Toda persona tiene derecho a la libertad de reunión y de asociación pacíficas.

2. Nadie podrá ser obligado a pertenecer a una asociación.

Artículo 21.-

1. Toda persona tiene derecho a participar en el gobierno de su país, directamente o por medio de representantes libremente escogidos.

2. Toda persona tiene el derecho de acceso, en condiciones de igualdad, a las funciones públicas de su país.

3. La voluntad del pueblo es la base de la autoridad del poder público; esta voluntad se expresará mediante elecciones auténticas que habrán de celebrarse periódicamente, por sufragio universal e igual y por voto secreto u otro procedimiento equivalente que garantice la libertad del voto.

Artículo 22.- Toda persona (...) tiene derecho a la seguridad social, y a obtener (...) habida cuenta de la organización y los recursos de cada Estado, la satisfacción de los derechos económicos, sociales y culturales, indispensables a su dignidad y al libre desarrollo de su personalidad.

Artículo 23.-

1. Toda persona tiene derecho al trabajo, a la libre elección de su trabajo, a condiciones equitativas y satisfactorias de trabajo y a la protección contra el desempleo.

2. Toda persona tiene derecho, sin discriminación alguna, a igual salario por trabajo igual.

3. Toda persona que trabaja tiene derecho a una remuneración equitativa y satisfactoria, que le asegure, así como a su familia, una existencia conforme a la dignidad humana y que será completada, en caso necesario, por cualesquiera otros medios de protección social.

4. Toda persona tiene derecho a fundar sindicatos y a sindicarse para la defensa de sus intereses.

Artículo 24.-

Toda persona tiene derecho al descanso, al disfrute del tiempo libre, a una limitación razonable de la duración del trabajo y a vacaciones periódicas pagadas.

Artículo 25.-

1. Toda persona tiene derecho a un nivel de vida adecuado que le asegure, así como a su familia, la salud y el bienestar, y en especial la alimentación, el vestido, la vivienda, la asistencia médica y los servicios sociales necesarios; tiene asimismo derecho a los seguros en caso de desempleo, enfermedad, invalidez, vejez u otros casos de pérdida de sus medios de subsistencia por circunstancias independientes de su voluntad.

2. La maternidad y la infancia tienen derecho a cuidados y asistencia especiales. Todos los niños, nacidos de matrimonio o fuera de matrimonio, tienen derecho a igual protección social.

Artículo 26.-

1. Toda persona tiene derecho a la educación. La educación debe ser gratuita, al menos en lo concerniente a la instrucción elemental y fundamental. La instrucción elemental será obligatoria. La instrucción técnica y profesional habrá de ser generalizada; el acceso a los estudios superiores será igual para todos, en función de los méritos respectivos.

2. La educación tendrá por objeto el pleno desarrollo de la personalidad humana y el fortalecimiento del respeto a los derechos humanos y a las libertades fundamentales; favorecerá la comprensión, la tolerancia y la amistad entre todas las naciones y todos los grupos étnicos o religiosos; y promoverá el desarrollo de las actividades de las Naciones Unidas para el mantenimiento de la paz.

3. Los padres tendrán derecho preferente a escoger el tipo de educación que habrá de darse a sus hijos.

Artículo 27.-

1. Toda persona tiene derecho a tomar parte libremente en la vida cultural de la comunidad, a gozar de las artes y a participar en el progreso científico y en los beneficios que de él resulten.

2. Toda persona tiene derecho a la protección de los intereses morales y materiales que le correspondan por razón de las producciones científicas, literarias o artísticas de que sea autora.

Artículo 28.- Toda persona tiene derecho a que se establezca un orden social e internacional en el que los derechos y libertades proclamados en esta Declaración se hagan plenamente efectivos.

Artículo 29.-

1. Toda persona tiene deberes respecto a la comunidad (...).

2. En el ejercicio de sus derechos y en el disfrute de sus libertades, toda persona estará solamente sujeta a las limitaciones establecidas por la ley con el único fin de asegurar el reconocimiento y el respeto de los derechos y libertades de los demás, y de satisfacer las justas exigencias de la moral, del orden público y del bienestar general en una sociedad democrática.

3. Estos derechos y libertades no podrán, en ningún caso, ser ejercidos en oposición a los propósitos y principios de las Naciones Unidas.

Artículo 30.- Nada en esta Declaración podrá interpretarse en el sentido de que confiere derecho alguno al Estado, a un grupo o a una persona, para emprender y desarrollar actividades (...) tendientes a la supresión de cualquiera de los derechos y libertades proclamados en esta Declaración.

“DISTRIBUIDO GRATUITAMENTE POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN
PROHIBIDA SU VENTA”