



Para la conservación del conocimiento
tradicional herbolario y para sus herederos.



HEREDEROS DE TRADICIÓN

Herbolaria a través de sus curanderos

Primera edición, 2017

Entrevistas y redacción: Xóchitl Espinosa Padilla

Diseño, ilustración, fotografía y portada: Jennyfer Arcos Rojas

Fotografías en páginas 71, 73, 74, 77, 91, 93, 94 y 97: Joaquín Arcadio Saucedo Sánchez

Corrección de estilo: Xóchitl Espinosa Padilla y Ricardo Diego Narváez López

Edición fotográfica: Xóchitl Espinosa Padilla

D.R. © 2017 de la presente edición

Jennyfer Arcos Rojas y Xóchitl Espinosa Padilla

Todos los derechos reservados. Se prohíbe la reproducción parcial o total de este libro en cualquier forma o por cualquier medio sin el permiso previo y escrito de sus creadoras.

Esta publicación no debe considerarse como un recetario de remedios herbolarios para curar enfermedades, es únicamente para difusión y conocimiento de las plantas medicinales. El uso de este libro es responsabilidad de quien lo usa y lo recomienda.

La impresión de este libro fue financiado por el Programa de Medicina Tradicional y Herbolaria de la Secretaría de Desarrollo Rural y Equidad para las Comunidades (SEDEREC) de la Ciudad de México. Este programa es de carácter público, no es patrocinado ni promovido por partido político alguno y sus recursos provienen de los impuestos que pagan todos los contribuyentes.

Está prohibido el uso de este programa con fines políticos, electorales, de lucro y otros distintos a los establecidos. Quien haga uso indebido de los recursos de este programa en la Ciudad de México, será sancionado de acuerdo con la ley aplicable y ante la autoridad competente.

Impreso en México



HEREDEROS DE TRADICIÓN

Herbolaria a través de sus curanderos

Por

Jennyfer Arcos Rojas y Xóchitl Espinosa Padilla

México 2017



Presentación

La tradición herbolaria personal se origina desde el primer té de manzanilla que nos dio nuestra abuela para aliviar el dolor estomacal, desde aquel platillo que con el toque de una especia nos hizo sentir felicidad al terminar de comerlo, desde la pomada de árnica para aminorar el dolor de las caídas en el recreo.

Esta historia personal la dejamos pasar de largo sin considerar el valor cultural que tiene por ser parte de la tradición herbolaria mexicana. Con indiferencia o desconocimiento, intercambiamos pedazos de nuestra historia medicinal por otras alternativas que no son siempre las mejores opciones, olvidando aquellas que nos ofrecen nuestros antepasados.

Éste es un libro de historias sobre aquellos que por su contexto, intereses o casualidades decidieron adentrarse en el conocimiento tradicional para convertirse en sus herederos, dispuestos a defender y promover un legado que es de todos.

La realización de proyectos de diseño con enfoque social son necesarios en un panorama donde

la profesión se considera principalmente productora de objetos para clientes o usuarios específicos y no se concibe al diseño como generador de soluciones en términos sociales.

En un inicio, nos planteamos configuraciones que exaltaban las propiedades de las plantas medicinales, sin embargo, la herbolaria mexicana está conformada por las personas que la mantienen viva dentro y fuera de sus comunidades. Este trabajo da a conocer aspectos actuales de esta práctica, para también reconocer el trabajo que los curanderos realizan.

Este libro es resultado del análisis y la discusión sobre distintas soluciones para lograr la difusión de la herbolaria mexicana, que realizamos durante los semestres séptimo y octavo como estudiantes de la licenciatura en la Escuela de Diseño del Instituto Nacional de Bellas Artes.

La desconfianza hacia esta medicina ancestral, las prohibiciones legales de ciertas plantas e, incluso, la deforestación urbana son algunos factores que perjudican la imagen y práctica de la herbolaria mexicana, situación que tratamos de mitigar con esta publicación.

A través de entrevistas realizadas por Xóchitl Espinosa y dirección de arte llevado a cabo por Jennyfer Arcos, dimos un paso más allá de la configuración de un libro y le dimos voz a los curanderos, de quienes





aparecen fragmentos transcritos de esas conversaciones en capítulos temáticos, acompañados de recetas que cada uno quiso compartir con los lectores.

Cada apartado cuenta una parte de la historia de la herbolaria en México: los estereotipos sobre los curanderos tradicionales; la apertura de esta práctica en las reglas de la iglesia; el uso que podría hacerse de las plantas en espacios públicos; la importancia de no mezclar los medicamentos y recetas tradicionales sin el conocimiento necesario; el respeto hacia los distintos métodos curativos; la posibilidad de aprender herbolaria sin un linaje; el equilibrio que debería existir entre la medicina tradicional y la alópata; la internacionalización de la herbolaria mexicana como una realidad, y la conservación que debería hacerse de este conocimiento, parte de nuestra historia.

Especialmente, agradecemos a quienes son protagonistas de este libro: Catalina Manoatl Ponce, Blanca Rita Rodríguez Jácome, Alejandro Ordóñez López, María Celio Vargas, Leonardo Cruz, Luis Marcos Aquino Vital, Tanya Patricia Gómez Rugeiro, Ma. Gloria Aurora Hernández Ascensión y Cristina Rivas Olivares.





*Gracias por compartir sus historias y permitirnos
conocer casas medicinales, espacios de sabiduría
siempre abiertos para quien desee aprender.*

Jennyfer Arcos Rojas y Xóchitl Espinosa Padilla





Contenido

14 Alejandro
Ordóñez López
Salud pública

24 Tanya Patricia
Gómez Rugeiro
Estereotipos

34 Leonardo
Cruz Fernández
Métodos

40 María
Celio Vargas
Métodos



50 Blanca Rita
Rodríguez Jácome
Equilibrio

60 Gloria Aurora
Hernández Ascensión
Errores iatrogénicos

70 Catalina
Manoatl Ponce
Linaje

80 Luis Marcos
Aquino Vital
Religión

90 Cristina
Rivas Olivares
Internacionalización

100 Directorio
Curanderos
Contacto



Alejandro
Ordóñez López

Cada comunidad y delegación tiene una problemática de salud. Si tú sales a la calle, vas a ver que hasta entre la banqueta salen plantas medicinales. Sólo hay que ver qué planta es y qué uso se le puede dar.

Aquí hay mucha gente que se enoja porque la bugambilia tira sus hojas y sus flores, pero esta planta sirve para la tos y problemas respiratorios. ¿Por qué no las levantan, las lavan y se preparan algo? Pero se enojan porque para ellos hacen mucha basura.







Barrio medicinal

Yo inicié por una inquietud. Antes era restaurantero y yo quería darle un giro a la comida chatarra, entonces se me ocurrió estudiar cocina vegetariana. De ahí quise aprender qué era la nutrición. En la escuela donde tomaba mi curso se abrieron clases de masajes y luego de medicina tradicional. Los tomé.

Tengo otros reconocimientos, por ejemplo, diplomas por la Academia Sueca de Masaje. Estoy certificado para dar masajes en cualquier parte del mundo. No tengo la certificación como instructor porque sale caro ir a Estados Unidos a presentar ese examen, pero tengo todos los cursos.

La herbolaria la cursé porque ya sentía responsabilidad con los pacientes que me preguntaban qué tomar para el estómago, los riñones, el hígado. Yo no sabía mucho. Me acerqué a la Universidad de Chapingo con el maestro Erick Estrada para estudiar fitoterapia por dos años y con Guillermo Castelán.

En México tenemos la fortuna de tener casi 35 mil plantas medicinales. Se han investigado muy pocas. En Chapingo hacen los estudios en laboratorio para comprobar si las plantas cumplen las expectativas que popularmente se les atribuyen.







Erick Estrada iba a las comunidades con los curanderos. Le decían los usos de las plantas, aunque no sabían ni sus nombres. En el laboratorio, terminaba por darles la razón a ellos sobre las propiedades de cada una.

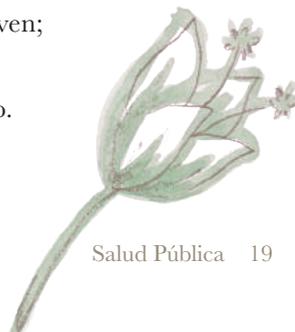
Nuestra madre tierra nos da toda la medicina que la comunidad necesita. A donde vayas vas a encontrar la medicina de tu localidad, no necesitas saber mucho de plantas, solamente preguntar a la gente mayor.

Aquí la tierra ya la cubrimos de cemento, pero aun así surgen las plantas que se necesitan. A veces, nosotros inconscientemente vemos que está creciendo una planta y la quitamos. La tiramos y no supimos por qué estuvo ahí.

Yo estuve en Rumania en invierno y todo estaba seco. En México te llenas de aromas, de colores y de sabores porque aquí todo el tiempo está verde. Siempre encuentras plantas medicinales que, desafortunadamente, no se aprovechan o no se les da el valor que tienen.

“Siempre encuentras plantas medicinales que, desafortunadamente, no se aprovechan o no se les da el valor que tienen”.

En Xochimilco hay muchas plantas medicinales adaptadas al clima, al medio ambiente y a la contaminación. Los productores te pueden decir cómo cuidarlas y para qué sirven; no necesitas conocimientos amplios de herbolaria. Si eres escéptico, busca en internet, aunque no siempre viene todo.





Todos tenemos aunque sea un pedacito de tierra para tener plantas. Por ejemplo, yo voy a hacer mi azotea verde con plantas medicinales con las que he trabajado y que se dan aquí por el clima y por el suelo.

Trabajar con herbolaria es maravilloso. Sin embargo, dentro de algunas iglesias todavía le tienen aberración al curandero. En la arquidiócesis todavía satanizan a los curanderos y apenas están empezando a aceptar la herbolaria. Además, nuestras autoridades satanizan esta práctica al grado de prohibir plantas sin tener el conocimiento.

Una cosa es ser médico y otra ser conocedor de las plantas medicinales. Hay herbarios en el IMSS y en todas las universidades que se preocupan por conocerlas, pero llega un secretario de salud sin más conocimiento que su libro de medicina y que diga que las plantas no sirven es injusto.

Como comunidad hemos perdido esa responsabilidad de refutar en qué se basan porque hay libros autorizados por la Secretaría de Salud y el gobierno que dicen que las plantas son benéficas, pero ni saben que existen y se ponen a prohibir.

Ése es un motivo para que la gente no tome la medicina que está a nuestro alcance, pero que no los engañen: sí hay efectos fisiológicos de las plantas que curan.

Aquí la comunidad no aprecia lo que hago porque no se atreven a preguntar. Lo que quiero es que la gente conozca más. Yo doy clases de técnicas de masaje y de temazcal a las que vienen personas de todos lados. Desafortunadamente, mi espacio es muy pequeño y para hacer un evento grande está difícil.



HERPES LABIAL

Psoriasis, resequedad o manchas en el cuerpo

Ingredientes

Manta de cielo

Caléndula fresca

Aceite de coco orgánico
(también de olivo o vegetal)

Huesos de aguacate picados

Recipiente de boca ancha (1 L)

Preparación

- 🌿 Llenar el recipiente con cantidades iguales de hueso de aguacate y caléndula.
- 🌿 Vertir el aceite de coco en el recipiente hasta que cubra los otros ingredientes.
- 🌿 Cubrir el recipiente con manta de cielo y exponerlo al sol por siete días.
- 🌿 Colar la mezcla.

🌿 Importante 🌿

- Se puede aplicar de una a dos veces por día.



Galéndula



Tanya Patricia

Gómez Rugeiro

Ya hay médicos que aceptan la herbolaria aunque la memoria histórica colectiva actual mantiene la idea de que somos brujos o charlatanes, pero no. Quiénes se hacen pasar por yerberos no permiten a los pacientes que acudan a clínicas y le restan valor a los que realmente conocemos el uso de las plantas medicinales. Para ellos somos los matasanos, pero es una manipulación.

También está muy estereotipada la imagen del curandero: debe ser un viejito con su morral, sus huaraches y calzón de manta o la abuelita con sus trenzas.







Historia, tradicción y usos

Mi abuelita materna desempachaba a los niños, limpiaba con huevo o soñaba cosas, pero viene desde antes. Hay una leyenda que dice que mi tatarabuela materna nunca visitaba a mi familia y solamente venía, montada en su burrita, cuando algo malo iba a pasar.

Un tío abuelo tuvo más actividad en una iglesia espiritista donde ayudó y curó a mucha gente en los años cincuenta. Dicen que usaba su cuerpo para pasar a otros espíritus y que cuando dormía tomaba la forma de un indio.

Son datos familiares que encontré con el tiempo porque esas actividades nunca fueron su principal misión. Mi abuelita, por ejemplo, se dedicaba a sacar adelante a su familia por medio de la venta de comida, pero no trabajaba de lleno el curanderismo.

Yo comencé empíricamente porque mi abuela no me explicaba. Siempre se ocultaba por miedo cristiano, porque lo que estaba haciendo era brujería. De hecho, es algo que en mi familia no se menciona.

Primero aprendí curaciones y temazcales. Ser herborista es parte de la medicina tradicional, aunque hay varias clases





y los yerberos son, por decir, etnoherboristas. La herbolaria es algo que sigo estudiando porque es muy amplio y lo he aprendido tradicional y académicamente.

“La herbolaria es algo que sigo estudiando porque es muy amplio y lo he aprendido tradicional y académicamente.”

Comencé a ir a temazcales y aprendí con otras personas a sobar, curaciones, limpieas y algunas plantas. Después empecé a tomar cursos para hacer otras cosas, hasta la fecha.

Las clases me han servido incluso para darle forma a cómo dar una consulta porque está padre el curanderismo como lo hacían los abuelos: nada más agarrar el huevo y limpiar a la gente, pero ya la salud de la gente es otro rollo.

Cada vez hay menos gente que viene a buscarte por el susto o el empacho. Llegan con sus estudios clínicos. Tienes que estudiar y aprender con médicos que te capacitan con temas clínicos que podemos manejar los curanderos y también ellos aprenden cosas que se pueden curar sin medicamentos.

Cuando lo haces académicamente lo haces por dosis, conoces los beneficios y contraindicaciones, sabes cómo mezclarlo con medicamentos, pero definitivamente esa parte espiritual es algo que no vas a encontrar en ningún libro.

Cada curandero tiene una relación diferente con la planta. Tú puedes decir: “aquí la farmacopea mexicana





dice que no puedes usarla...” y al yerbero sí le funciona así, pero es porque trabaja con el espíritu de la planta. Eso es algo con lo que se nace o se aprende con los familiares.

A la par de mis estudios en medicina alternativa, estudié Historia en la UNAM. Hice algunas investigaciones y me clavé en el estudio del temazcal.

Lo aprendí teóricamente y llevo ocho años practicándolo. Inicialmente uso la herbolaria porque siempre me ha resultado. Sí se cosas de homeopatía o terapia floral, pero prefiero el uso de las hierbas medicinales más comunes de México.

Paralelamente, imparto mis propios cursos donde meto contexto teórico, propongo visitas a zonas arqueológicas, bosques, cerros y curanderos. El reto es cambiar el chip y quitarse el plano occidental. Es decir, somos parte de este sistema, no podemos salir con taparrabo, pero sí puede cambiar la cosmovisión.

En herbolaria lo que he estudiado más es el código Cruz-Badiano. Incluso tuve la oportunidad de conocer gente de Xochimilco que conoció a la descendencia de Badiano y de Cruz.

Un ejemplo de su contenido es la flor de tabaco, la cual encuentras hasta en el calendario solar porque la hoja tiene cuatro pétalos que representan la construcción del universo, la flor de Quetzalcóatl.

La planta del tabaco tiene beneficios físicos, pero para nosotros como pueblo nahua es la máxima planta de poder. Si tú vas con un abuelo le llevas un tabaco; si vas





a hacer un fuego ceremonial, también; si vas a un temazcal se ponen protecciones de tabaco.

Se cree que el tabaco, energéticamente, es una planta nocturna que tiene las capacidades de abrir puertas espirituales. Sabe cómo llegar directamente a tu ser, es una planta guardiana que sabe jalar lo que no sirve.

Por eso los abuelos antes usaban tanto tabaco. Prendían sus pipas para hacer la paz y es una práctica que viene del norte al sur. Es nuestra planta de poder aunque hoy en día se crea que solamente lo son la ayahuasca, la mariguana y los hongos.

Ya el cigarro es una práctica de orden occidental. En muchas culturas se fuman plantas, pero aquí cuando se fumaba era ceremonial. El cigarro viene ya con mezclas que la han convertido en un arma porque el 1% es tabaco y lo demás son químicos, lo cual no tiene nada que ver con el fumar un tabaco ceremonial.

Curiosamente ayuda a los problemas pulmonares. Los abuelos lo usaban para bronquitis, neumonía, pulmonía o tos crónica. Lo fumaban o lo untaban como loción o emplastos como expectorante para arrojar las flemas.

Todos los conocimientos de ese código siguen vigentes, aunque algunos ya no se usan. De hecho, los remedios caseros que usamos actualmente vienen ahí y no lo sabemos. Por ejemplo, tomarse la taza de miel con limón, cebolla y ajo para curar la tos, era un tratamiento que usaban los abuelos y algunos se recopilaron en ese texto.

TINTURA

Irregularidad menstrual, cólicos y menstruación abundante.

Ingredientes

Dos rajas de canela

Un puño de nochebuena

Un puño de muérdago rojo

Un puño de romero

1 litro de alcohol etílico bebible

Un recipiente ámbar

(70% agua y 30% alcohol)

Preparación

- ✱ Colocar los ingredientes en el recipiente.
- ✱ Macerar de 21 días a un mes en un lugar oscuro y fresco, agitando cada tercer día durante un minuto.
- ✱ Colar la preparación.

🌿 Importante 🌿

- Tomar de 15 a 20 gotas en un vaso de agua tres veces al día.
- Si se tiene menstruación dolorosa, puede tomarse durante el periodo menstrual.
- Tomar 15 días y dejar de tomar otros 15.
- En ciclos de seis meses de aplicación y seis meses de descanso.



*Muérdago rojo,
nochebuena y romero*



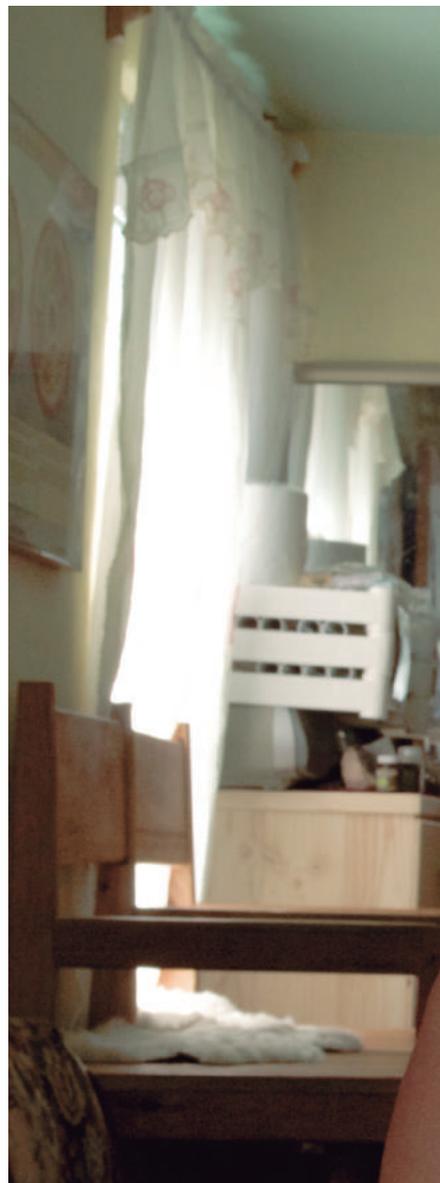
Leonardo

Cruz Fernández

Nuestra medicina es accesible para las personas de bajos recursos. En cuestión de costos, la más cara cuesta 70 pesos, en comparación con los 300 o 400 de la alópata. Para que esta medicina sea accesible al pueblo se debe ver como algo que sí los va a curar.

En las comunidades no hay servicios médicos y los pocos que van son elitistas. A veces nos decían las señoras: “es que no quieren que vengamos aquí los doctores de los programas de ayuda porque dicen que ustedes son brujos que sólo nos van a hacer daño”.

Por no perder la ayuda que les daba el gobierno, dejaban de ir con nosotros. A ese nivel la medicina oficial ataca las demás alternativas.







Otros demeritan la herbolaria, no los curanderos

Mi esposa es de Michoacán y yo soy de Veracruz. Ella, desde los 16 años, tenía como 40 de curandera por todo el conocimiento que ya había adquirido. A mí me tocó la suerte de tener el don, pero no lo explotaba porque la soberbia de ser profesional te hace pensar “¿cómo voy a andar con morralito?”.

Mi primer curso formal lo tomé con el doctor Marcos Zurita, quien hizo el Consejo de Curanderos Urbanos, pero mi interés viene de línea: mi abuela y mi madre eran curanderas, mi padre era medio brujo que se iba por el lado negro, pero bueno...

La primera certificación me la dio Tlaxcala y Puebla, después Chapingo, luego la Universidad Autónoma del Estado de Morelos y este año obtendré una que dará salubridad a nivel federal.







Han salido muchos cursos, pero tú no te formas como herbolario en dos o cuatro meses, son más de 13 mil plantas que debes conocer. Estos cursos están formando gente que cree que sabe, pero si no aprendieron las cosas bien, pueden estar haciendo daño durante el tiempo que lo practiquen.

Ésa es la diferencia entre nosotros, quienes estamos inmersos, aprendiendo y estudiando, y los charlatanes, que hacen que nuestra medicina se demerite.

“Ésa es la diferencia entre nosotros, quienes estamos inmersos, aprendiendo y estudiando, y los charlatanes, que hacen que nuestra medicina se demerite”.

La medicina alópata y la tradicional no están peleadas, pero hay que bajarle a la soberbia y al orgullo. Ellos no se prestan a aprender. El pleito con ellos es que dicen que su medicina es la mejor porque es de patente. ¿De dónde sacaron los medicamentos que les dan en pastilla? De las plantas.

Los médicos ya no son como los de antes: prescribían y en la botica les preparaban el material. Ahora se han vuelto vendedores de los laboratorios trasnacionales, estudian para ser vendedores.

Si se pensara que estas casas de curación son para la medicina más tranquila: safaduras o dolor de estómago, eso lo podemos atender aquí con medicina más barata. Si tienes cinco días con diarrea no te voy a dar una hierba, ve al hospital a que te pongan suero y luego vemos.



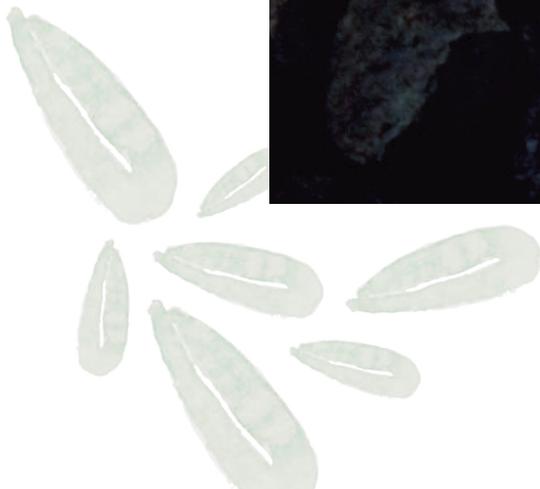
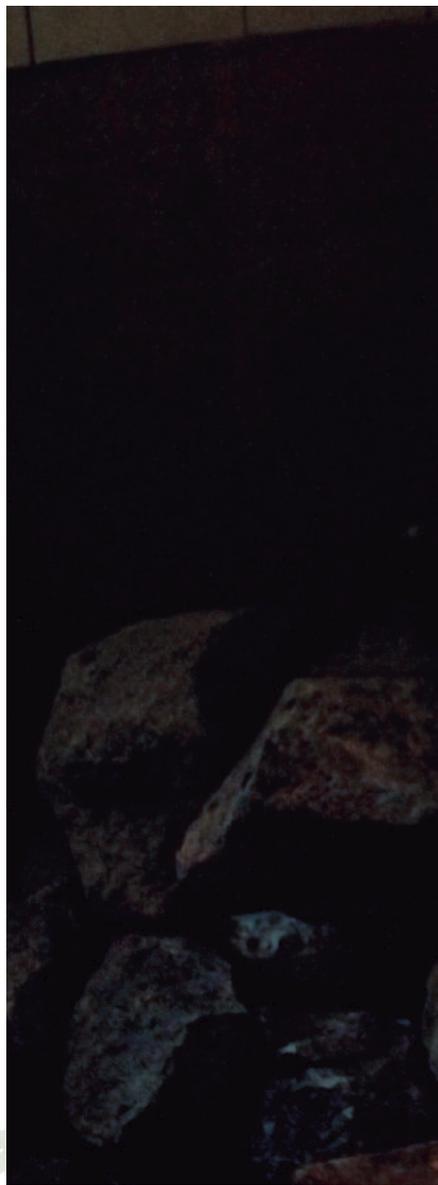


María

Celio Vargas

Hay mucha gente que sale de sus comunidades y pierde el conocimiento y la memoria histórica de sus formas curativas. No tienen que ser curanderos, pero deben saber que las plantas son su primera alternativa curativa y que las pueden usar con un conocimiento práctico y responsable. Ésa es la parte que hay que retomar y recuperar.

A veces choco con algunos de mis compañeros por la manera en que se maneja el misticismo. Yo así lo aprendí y lo trabajo sin rezos. Respeto las ideas de cada quién porque así se los enseñaron, pero yo no lo comparto.







Métodos distintos, resultados iguales

Vengo de una línea de curanderos por parte de mis padres. A mi abuelo Isidro lo conocían como huesero y pulsador, y a mi abuela paterna como partera y yerbera. Mi bisabuela fue guerrillera en la Revolución de 1910 y era quien curaba a los soldados.

Yo empecé a sentir esa línea desde que regresé a los 13 años a mi pueblo, en Michoacán, cuando tuve la oportunidad de convivir con mi bisabuela que rebasaba los 100 años, con un conocimiento amplio e interesante.

Vivía en las orillas del pueblo y todo el monte era su jardín. En ese tiempo nos enseñó mucho acerca del uso de las plantas. Conocía algunas plantas que he querido retomar, pero no he podido encontrar ni reconocer, para llevar el control natal. Ella las necesitaba para la guerra porque había cambios de pareja.

Nosotros llegamos a esta colonia hace 43 años aproximadamente. Eran campos de cultivo. Empezaron los conflictos por territorio y cuando había batallas todos llegaban aquí para curarse.







Después empecé a participar en una asociación civil llamada Unión de Colonos para trabajar por los beneficios de la comunidad: agua, luz, drenaje y reconocimiento de la tierra, que en ese momento estaba en conflicto con el Estado de México.

En esta asociación hicimos varias comisiones: la de los derechos de las mujeres y el rescate de la medicina tradicional. En los censos que hicimos en esta zona, nos dimos cuenta de que la gente que llegaba era de Oaxaca, Michoacán y Guerrero. Cada uno de estos grupos se trajeron usos y costumbres, fiestas y tradiciones, entre ellas, sus métodos curativos.

En este proceso de recuperación empezamos a hacer intercambios de experiencias, principalmente, con mujeres y abuelas de la colonia. La mayor parte eran curanderas, hueseras y sobadoras.

Yo empecé desde ahí a hacer la recuperación de la medicina tradicional con pláticas. Después hicimos talleres y encuentros porque el trabajo que hicimos aquí tuvo impacto en el centro de salud. Se empezaron a integrar gente de Santiago, de Xalpa y toda la zona alta de la Sierra de Santa Catarina.

Luego nos dimos cuenta de que no éramos los únicos que estaban haciendo eso, sino que en otras partes de la ciudad sucedía lo mismo, por ejemplo, en Tlalpan, Xochimilco y Magdalena Contreras, que son zonas semi rurales. Hicimos contacto con ellos y eventos de intercambio.

En ese tiempo, fuimos parte de lo que se llamó el Movimiento de Salud Popular Nacional, donde había gente





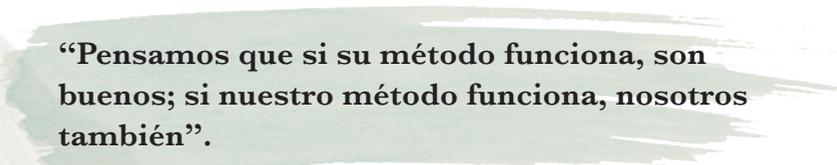
del Distrito Federal, del Estado de México, de Michoacán, Oaxaca, Guerrero, Tlaxcala, Chiapas, Sonora y Durango, principalmente. Después se integraron otras personas que trabajaban más la mexicanidad y los rumbos. Inicialmente, nosotros no lo veíamos como parte de la medicina tradicional, sólo como cuestión cultural.



Así duramos desde 1976 hasta 1989 cuando el movimiento tuvo mayor auge. Ahí aprendí cosas con las mujeres de la comunidad y de otras zonas. Tuve la oportunidad de viajar a la mayor parte de la república, pero no a las zonas turísticas, sino a las comunidades indígenas para compartir directamente con yerberas y parteras.

Mi aprendizaje mayor fue el uso de las plantas y el manejo de los elementos. Aprendí a usar el barro, los tratamientos de agua, el temazcal. Yo no tengo un temazcal ritual, que es el que se acostumbra hacer con la ceremonia de los rumbos porque yo donde lo aprendí era diferente.

Al principio a otros curanderos les costaba trabajo aceptarnos, nos dijeron que éramos farsantes, que no éramos tradicionales, que los usurpábamos, que no respetábamos las líneas ancestrales. Pensamos que si su método funciona, son buenos; si nuestro método funciona, nosotros también.



“Pensamos que si su método funciona, son buenos; si nuestro método funciona, nosotros también”.

Participamos, junto con otros curanderos, en los foros para la nueva constitución de la Ciudad de México. Hemos hecho, desde hace como tres años, foros de debate con la gente de la Cofepris y de la Secretaría de Salud para que nos den sus razones acerca de la prohibición y también nosotros les damos nuestros motivos para usar las plantas.



INFECCIÓN

Vaginal por bacterias

Ingredientes

Tres dedos de estafiate

Dos cortezas de cuachalalate

Cinco trozos de raíz de sangre de drago

Tres dedos de árnica

Preparación

- * Calentar la sangre de drago y el cuachalalate en un litro de agua hasta lograr la ebullición. En este punto se debe añadir el árnica y el estafiate, y hervir durante cinco minutos.
- * Tapar y dejar enfriar.
- * Colar la preparación.

🌿 Importante 🌿

- Aplicar la preparación a temperatura ambiente durante 3 días seguidos.
- Después del periodo menstrual, aplicar un lavado con carbonato (1 litro de agua y dos cucharadas de carbonato a temperatura ambiente). Se puede repetir por tres meses.



*Sangre de drago,
euachalulate, estafiate y árnica*



Blanca Rita

Rodríguez Jácome

El científico no va a descartar del todo este conocimiento porque su área es la investigación. Si una planta te hace daño, tal vez no era el momento de tomarla aunque haya sido poca la dosis.

Los medicamentos, a lo largo de la historia, también han tenido sus asegunes. Los científicos tienen su forma de pensar y yo no puedo controlar esa parte. No me voy a desgastar en eso. Voy a invertir mi energía en lo que considero que puede tener valor.







Respeto por las plantas, respeto por la salud.

Considero que uno ya está inmerso en esta dinámica. Yo nací en un pueblo de Veracruz y ahí te curan, te bañan con plantas. Ya es algo muy natural.

Yo quería estudiar medicina, de hecho estuve en la Universidad Veracruzana, pero me casé, me vine para acá y dejé todo. Ahí obtuve noción de ciertas cosas.

Cuando yo entré a esa escuela no pensé en la división entre medicina alópata y la herbolaria. Yo lo veía como algo natural. Sí sabía sobre antibióticos y otros medicamentos, pero siempre recurrí primero a las plantas porque es la reserva, es la parte interna.

Yo llegué a la ciudad en el 82. Tengo cuatro hijas: la mayor es médico, la segunda es quimicofarmacobióloga, la tercera es arquitecta y la última estudia química. En principio no era tan fácil estudiar, pero por el 97, seguía con ganas de aprender.

Una amiga me dijo de unos cursos de masajes y herbolaria los fines de semana con una curandera







de Morelos. Ahí aprendí y un día decidí que quería aprender más cosas.

Tuve la oportunidad, por medio de ese curso, de ir a Nicaragua. Ahí me entero de la acupuntura, de que allá usan la medicina alternativa en los hospitales.

Me gustó que hay un hospital donde tú decides quién quieres que te atienda: un curandero, sanador o huesero y también podías ir con el médico alópata. Ven con respeto la medicina ancestral.

Luego supe que en la UAM Iztapalapa daban clases. Llamé diciendo que no era médico, que era ama de casa, pero que tenía ganas de participar en el diplomado. Me aceptaron y aprendí a hacer pomadas, jarabes, tónicos y aplicar ventosas junto con médicos, químicos y biólogos.

Después tomé clases de acupuntura en una escuela por Tasqueña. De ahí conocí a gente del Politécnico, egresados de la UNAM que son médicos y que son muy buenos maestros. Ellos tuvieron un curso de patología, y ahí clínicamente te dicen para qué sirven las plantas.

Las plantas también merecen respeto. No puedes abusar del uso de una planta. Si tú abusas, va en detrimento de tu salud. Si haces un equilibrio, todo fluye de otra manera. Se trata de adquirir la conciencia de cómo debe fluir nuestra vida en todo.



**“Las plantas también merecen respeto.
No puedes abusar del uso de una planta”.**



Las plantas también tienen sus asegunes porque pueden ser tóxicas o pueden generar lesiones hepáticas. Yo también consulto información e investigo: he estado en la UNAM, en la UAM, en el Politécnico, a veces con clases particulares con profesores que dan clases en las universidades.

No sé si mi casa medicinal ha impactado. Viene más gente de aquí, pero quienes lo hacen con más frecuencia no son de la zona. La casa y el temazcal tienen 17 años y siempre he tenido gente.

He tenido muchos pacientes con cáncer, dolor de articulaciones, diabetes, hipertensión, gripe, diarreas, dolores de cabeza, dolor de espalda, depresión y fatiga crónica.

A veces creo que tendrías que volverte psicólogo, pero no se puede. Hay mucha tristeza y miedo. Esta ciudad es bonita, pero muy estresante. Eso pesa mucho en el ánimo. La angustia por sobrevivir y llevar la comida a tu familia... es un costo a la salud.

Hay que tomar los caminos adecuados para establecer la armonía. No voy a tratar a alguien que tiene neumonía con plantas si lo que necesita es un antibiótico. No se puede poner en riesgo la vida.





TINTURA

Trata diabetes, dolor en hígado o mala digestión

Ingredientes

Wereke

Alcohol etílico bebible

Preparación

- ✿ Dejar macerar la planta en una parte de agua por dos de alcohol durante 35 días en un frasco ámbar.
- ✿ Colar la mezcla y dejar en frascos de color ámbar.
- ✿ En una solución de dos partes de agua por una de alcohol, poner de 10 a 20 gotas de la tintura madre.



Wereké



Gloria Aurora

Hernández Ascensión

Es frecuente que los pacientes me pregunten si al tomar herbolaria deben dejar su tratamiento con el médico, pero yo les digo que deben mantenerlo porque la medicina natural no se opone a la alópata.

De hecho, si un paciente me dice que no ha ido al médico lo atiendo, pero le advierto que si la siguiente vez no viene con receta médica, no lo haré. Yo no soy quién para quitarles el medicamento ni para evitar que vayan a consulta.







Pastillas y plantas

Mis orígenes son del estado de Puebla y traigo la medicina desde que era niña. Mi abuela materna y mi tía abuela paterna practicaban el curanderismo. Ellas fueron mis primeras maestras y recuerdo perfectamente todo lo que ellas hacían para sanar.

En el pueblo había varios temazcales y se utilizaban para mujeres que iban a tener bebés. El tratamiento que se les daba era muy completo. Las metían al baño y les daban una friega con plantas, cuando salían del temazcal las tendían en un petate y empezaban a cerrar los huesos.

Cuando llegué a la ciudad, dejé esa parte hasta que tuve hijos y se empezaron a enfermar. Lo típico es llevarlos al médico, pero uno de ellos se enfermaba mucho y ya había consumido demasiado medicamento. Fue entonces cuando decidí practicar lo que mi abuela hacía. A partir de ahí, retomé este conocimiento que no tiene ningún efecto secundario.

Éste es mi trabajo desde hace 15 años. He tomado diplomados y cursos en herbolaria, diferentes tipos de masaje, acupuntura, imanes, homeopatía, medicina oriental, entre otros. Sin embargo, me reconozco con raíces indígenas y he tomado clases de masaje mesoamericano, tronador mexicano y maya.







Con respecto a la herbolaria, tomé clases para no caer en errores iatrogénicos¹ porque las plantas sí curan y son nobles, pero hay algunas tóxicas de las cuales hay que tener el conocimiento de cuándo o no usarlas.

“tomé clases para no caer en errores iatrogénicos porque las plantas sí curan y son nobles, pero hay algunas tóxicas”.

Además, hay algunos medicamentos que sí se contraponen con la herbolaria o con vegetales, por ejemplo, una aspirina con toronja o con jengibre.

Otro ejemplo es el *Hypericum perforatum* para eliminar problemas de inestabilidad emocional, insomnio o depresión. Incluso lo encuentras en la farmacia y es muy común que los médicos lo indiquen porque es natural, sólo que está patentado y elaborado en un laboratorio.

Las personas con artritis, diabetes o hipertensión que toman medicamentos esteroideos pueden tener choques si toman *Hypericum perforatum* y, así como este medicamento, hay una planta que conocemos como el hipérico, que es exactamente lo mismo.

Si le doy esta planta a una persona que toma medicamentos con cortisona, estoy cometiendo un error. Si es en dosis y frecuencias bajas, sí puede ayudar, pero les doy la información porque el rescate de la medicina tradicional es una meta. Siempre hay alguien que quiere saber más.

1. adj. Med. Dicho de una alteración del estado del paciente: Producida por el médico. Real Academia Española. (2001). Diccionario de la lengua española (22.a ed.) Consultado en <http://dle.rae.es/?id=cA01GWk>



Los pacientes a veces se automedican porque les funcionó alguna receta anteriormente, pero está bajo su responsabilidad. Sin embargo, en mi ética, siempre preguntó qué medicamentos están tomando.



Mi inquietud es regresarlo a mi comunidad que, como muchas otras, primero recurren al médico cuando se enferma alguien de la familia y se olvidan de la tradición. Ése ha sido mi quehacer porque sé que tiene impacto: trato de educar a mis hijos con valores, con principios, pero, sobre todo, con el conocimiento de la medicina ancestral para el futuro.



No me hace ser menos el que me vista con ropa de manta. No descarto ni rechazo la medicina alópata, pero cuando una enfermedad empieza, debería recurrirse primero a lo natural para saber si la medicina alopática es necesaria. En enfermedades crónicas estoy plenamente segura de que se trata de control y el paciente tiene que usar ambas medicinas.



En mi trabajo la cuestión no es económica. Si bien es cierto que hay reciprocidad y que el dinero es parte de nuestra energía, tiene un fin común y es necesario porque no nos movemos sin él, en este espacio se atiende a todo tipo de personas. Si alguien no puede pagarlo, no lo hace y también hay gente que puede pagarlo y da incluso más.



Para mí es gratificante ayudar a las personas, finalmente, cada quién reconoce el trabajo de uno.



Yo me tardo casi dos horas por cada paciente. Es importante que regresen para ver el avance, para conocer anomalías, para saber cómo está recibiendo la herbolaria.

Algo que siempre hago es explicarle al paciente qué está tomando y que ponga atención en las reacciones en su cuerpo.

Esto es importante porque las plantas no son para siempre, se manejan por ciclos. Por ejemplo, la manzanilla es usada deliberadamente por todos porque la conocen. No pasa nada si la tomas esporádicamente, pero si empiezas a tomarla diariamente hay consecuencias.



PREVENCIÓN

Diabetes y obesidad

Ingredientes

Agua

Limón

Preparación

- 🍋 Exprimir un limón en medio litro de agua tibia.
- 🍋 Tomarlo en ayunas.



Limón



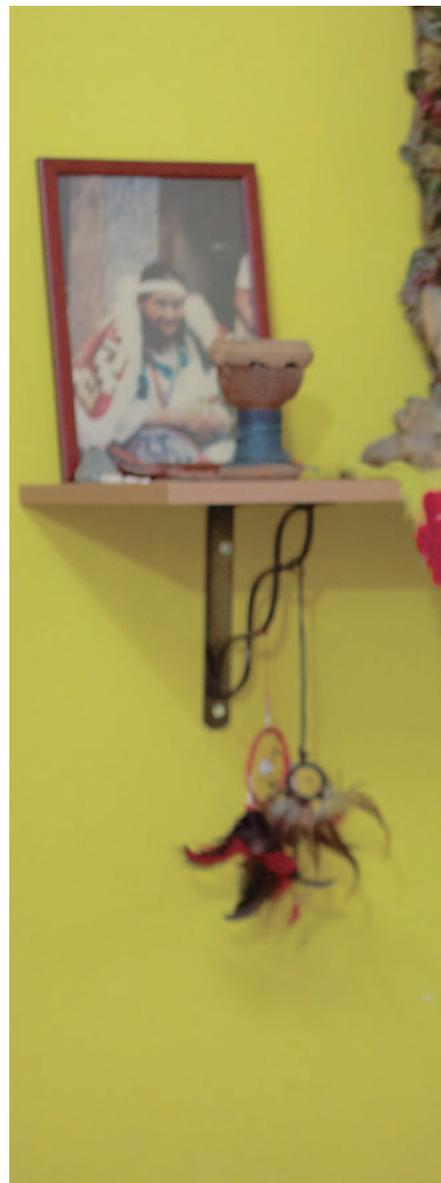
Catalina

Manoatl Ponce

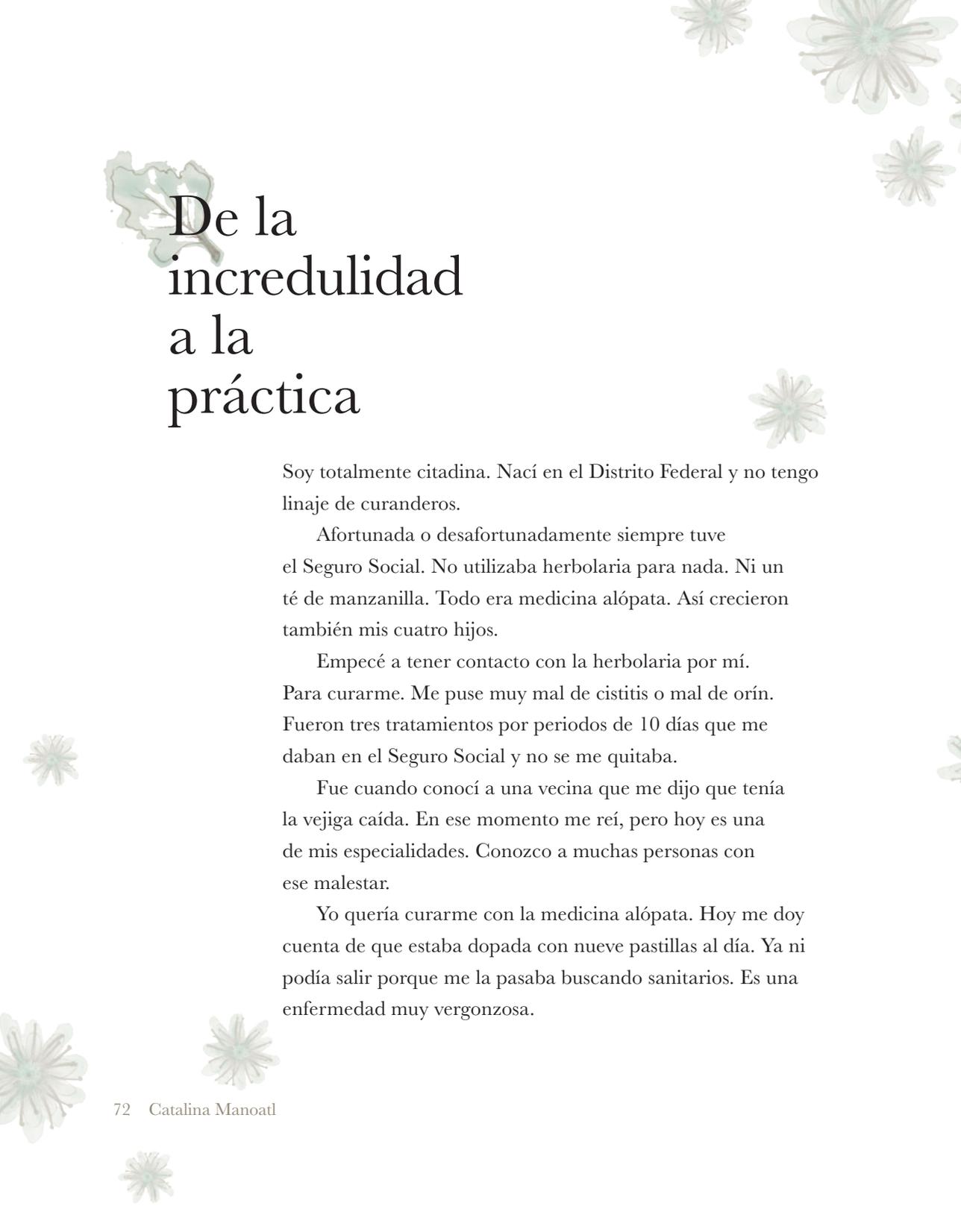
Los vecinos dicen que aquí hago limpias, pero no. Doy consultas de herbolaria, masajes y contracturas.

Aquí vienen personas de Estados Unidos y los vecinos ni se acercan. Es una parte que los curanderos debemos superar porque nos tachan de brujos. Les da miedo.

Yo llegué a este conocimiento a los 48 años –tengo 60– y me di cuenta tarde cómo se negocia con la salud. Con este conocimiento la medicina es gratis: aquí arriba en el cerro puedes encontrar uña de gato y estafiate. Los cortas y te sanas.







De la incredulidad a la práctica

Soy totalmente ciudadina. Nací en el Distrito Federal y no tengo linaje de curanderos.

Afortunada o desafortunadamente siempre tuve el Seguro Social. No utilizaba herbolaria para nada. Ni un té de manzanilla. Todo era medicina alópata. Así crecieron también mis cuatro hijos.

Empecé a tener contacto con la herbolaria por mí. Para curarme. Me puse muy mal de cistitis o mal de orín. Fueron tres tratamientos por periodos de 10 días que me daban en el Seguro Social y no se me quitaba.

Fue cuando conocí a una vecina que me dijo que tenía la vejiga caída. En ese momento me reí, pero hoy es una de mis especialidades. Conozco a muchas personas con ese malestar.

Yo quería curarme con la medicina alópata. Hoy me doy cuenta de que estaba dopada con nueve pastillas al día. Ya ni podía salir porque me la pasaba buscando sanitarios. Es una enfermedad muy vergonzosa.







Me sanó una niña de 15 años que me dio un té a las 11 de la mañana. A las seis de la tarde ya estaba mucho mejor que en los últimos tres meses de tratamiento alópata. A partir de eso, incursioné en la medicina tradicional.

En esos años también inicié en la danza prehispánica y ahí conocí a personas que utilizan la herbolaria. Me invitaron a tomar un curso en una asociación civil donde descubrí que era mi vida.

Estuve como 30 años de ama de casa y cuidando hijos. En ese momento me di cuenta de que había estado encerrada y, de repente, tuve alas: me gustó, me apasiona curar a la gente y que no gaste tanto.

Son más de 100 personas las que atiendo al mes. Vienen de muchas partes. Cuando estuve en la jornada del zócalo conocí a personas de Texcoco y Xochimilco que ahora atraviesan la ciudad aunque otras casas medicinales les queden más cerca. En diciembre vienen familias de Estados Unidos para que sus hijos conozcan la tradición mexicana.

En los cursos que he tomado, todos se presentaban y decían que su mamá había sido partera o su papá curandero. Yo me iba haciendo chiquita porque no tengo esos antecedentes y, además, nos llevan ventaja quienes han vivido en el campo y yo he vivido siempre en la ciudad.

“En ese momento descubrí que el linaje soy yo: tengo que dejar raíces sanas y fuertes con mucho orgullo”.





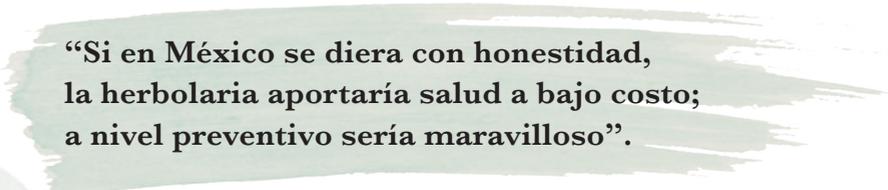
En ese momento descubrí que el linaje soy yo: tengo que dejar raíces sanas y fuertes con mucho orgullo. La ventaja que tengo es que durante muchos años fui incrédula, pero quiero dejar algo con honestidad porque parte de la medicina tradicional es que se presta mucho a la charlatanería.

Me enoja mucho que haya tanta gente charlatana que se aproveche de la necesidad de los pacientes, que los vean y se dirijan hacia ellos como clientes. Para los pacientes somos la última opción: se entregan por necesidad y me molesta que gente sin escrúpulos abuse de este conocimiento.

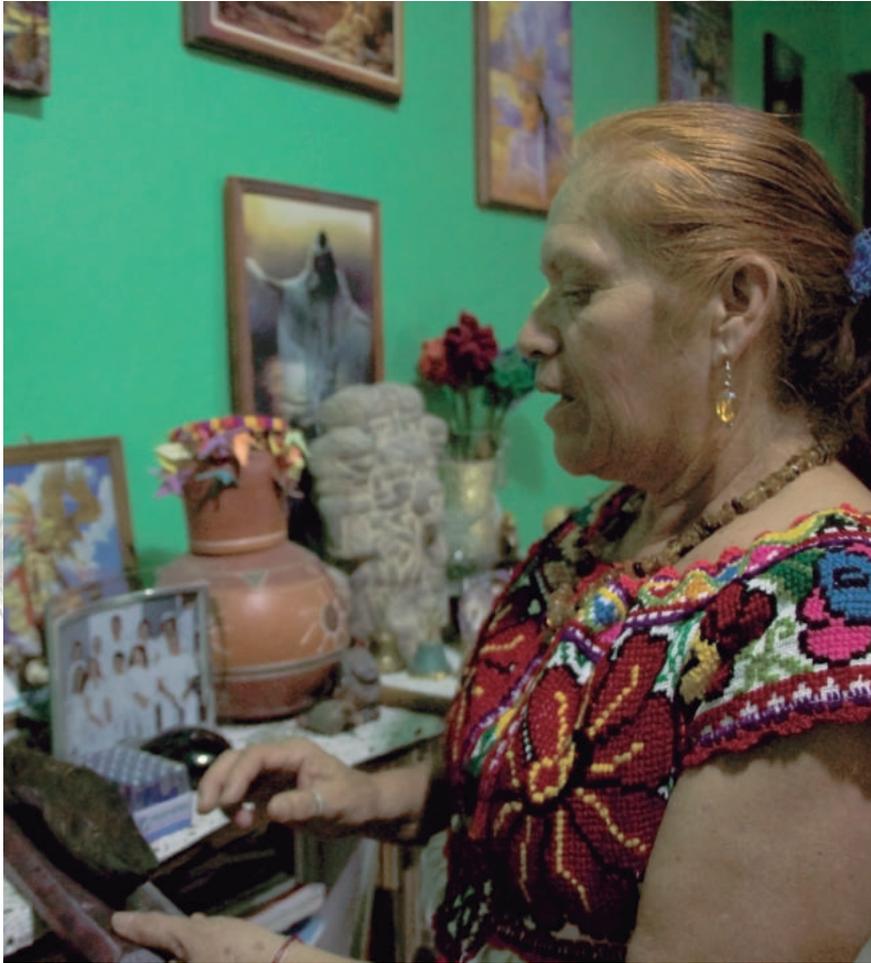


Si en México se diera con honestidad, la herbolaria aportaría salud a bajo costo. A nivel preventivo sería maravilloso seguir consumiendo productos naturales, como lo era la comida prehispánica: quelites, nopales y verdolagas. Toda la alimentación de antes es preventiva.

Esto no es religioso, pero sí muy espiritual: requiere control de cuerpo, mente y espíritu.



“Si en México se diera con honestidad, la herbolaria aportaría salud a bajo costo; a nivel preventivo sería maravilloso”.



DISMINUIR

El estrés

Ingredientes

Un litro de agua
Medio puño de flores de tila secas
(toronjil o azahares)

Preparación

- ✿ Poner a hervir el litro de agua.
- ✿ Añada la planta una vez que el agua comience a hervir. Espere cinco minutos antes de apagar.
- ✿ Colar el agua y beber la preparación antes de dormir.



Flor de tila



Luis Marcos

Aquino Vital

Me crié en un ambiente muy cercano a la iglesia y sé que es normal que la gente religiosa diga que ésas son cosas del diablo. Cuando voy a misa, en la mirada me doy cuenta de que me están criticando. Yo los saludo.

Sé que comentan que soy un brujo, pero no me lo dicen directamente. Cuando agarran confianza me cuentan: “oye, Luisito, es que nos dijeron que usted hace limpias y que es brujo”. Es cuando yo les explico lo que hago.





El Centro de Desarrollo Humano hacia la Comunidad A. C.
y el
El Consejo Popular de Salud Comunitaria S.C.
en convenio con la
Universidad Autónoma del Estado de Morelos
y la
Facultad de Estudios Sociales de la U.AEM

Otorgan el Presente

Diploma



A: Luis Marcos Aquino Vital

por haber cursado y aprobado el

Diplomado en Salud Intercultural

El cual tuvo una duración total de 180 horas teórico-prácticas que anteceden
a la fecha en que se expidió el presente documento.



Creo en Dios y en las plantas

Mis abuelos maternos eran originarios de aquí, de Santa Catarina. Mi abuelita era la partera, nos curaba de espanto, de anginas y de empacho. Su fuerte era cuando las mujeres estaban embarazadas porque les acomodaba el bebé. Les daba baños con hierbas, pero como era niño, no me podía acercar fácilmente y nunca me imaginé que lo iba a retomar.

En esa época jugaba a los encantados, a las canicas o al trompo. El balero nunca se me dio, pero cuando comenzaban a jugar fútbol yo me iba porque nunca me ha gustado.

Me regresaba a la casa y veía a mi abuelita cortando hierbas, lo que iba a preparar con la baba del nopal o que iba a curar a un niño de empacho. Yo me quedaba con ella viendo todo.

Ella se quedó ciega por diabetes y yo era su lazarillo, por eso pude conocer más cómo trabajaba la medicina tradicional. Cuando perdió totalmente la vista dejó de trabajar. La última vez llegó una muchacha y mi abuelita







no quería atenderla por eso, pero sí le acomodó el pie porque lo traía torcido. Yo tenía como 10 años.

A los 19, el sacerdote franciscano de mi comunidad fue muy tajante porque su orden es muy rígida. Cuando yo platiqué con él sobre lo que hacía, me dijo: “rezas o limpias, decídetes porque no se puede con las dos cosas”. Yo me quedé con la medicina tradicional.

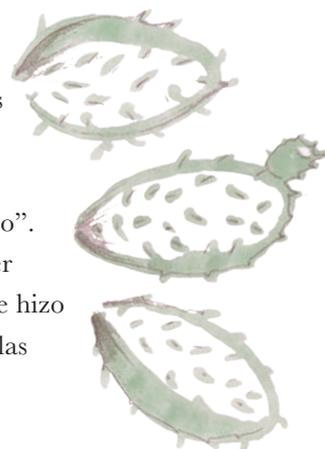
En el tiempo en el que no me acerqué a la parroquia me di cuenta de que fui señalado, pero yo no sabía porque fue cuando la gente más me buscó.

“rezas o limpias, decídetes porque no se puede con las dos cosas”. Yo me quedé con la medicina tradicional.

Cuando salió la orden franciscana y entraron los salesianos, ellos me dijeron “sí debes tener cuidado, no lo confundas, no te prestes para esto”, pero me dieron una orientación diferente. Fue cuando me empecé a acercarme nuevamente.

Con el sacerdote he platicado y lo han aceptado, más ahora que tenemos reconocimientos de universidades y de Sederec. Él me ha dicho: “Si es medicina tradicional, fantástico, no hay pierda, pero no te vayas con lo esotérico”.

Él fue quien me presentó en la comunidad. Vino a ver el espacio, el temazcal, cómo se trabaja, lo que hago y me hizo ver que los sacerdotes conocen la medicina tradicional y las ceremonias, pero que no es lo que muchas veces se cree.



Hace cinco años me presentó durante una misa. Les preguntó quién era yo. Contestaron que el rezadero, el curadero. Para mí fue muy impactante porque el sacerdote dijo que yo era parte de la comunidad de la fe católica. Fue cuando más gente me aceptó y hoy tengo un cargo en la iglesia.

A raíz de eso, he visto más seguridad, más confianza. Se acerca más la gente y con mayor frecuencia. A veces vienen hasta dos o tres veces a la semana y ya no los puedo atender porque tiene que pasar al menos una semana de por medio. Piensan que no los quiero tratar, pero yo no les voy a mentir, no se trata de engatusar: tiene que hacer efecto lo que estás haciendo.

Les ha llamado tanto la atención que les comenté que iba a hacer un temazcal para mayo y que les podía enseñar a hacer tinturas también. Como no sabían qué es, les expliqué cómo se prepara: se pone el ajenjo a macerar, se prepara con un poco de alcohol, se deja por 28 días. Y para eso también hay que ver cómo está la luna y más.

También les he dado varias recetas: la planta Santa María la conocen para limpias, pero les enseñé que sirve para el hígado y el páncreas; sabían que el pirul se usa para baños, pero también sirve durante la menstruación y para los ovarios; ahora saben que el cempasúchil ayuda para la presión, las emociones y la depresión.

Sin embargo, a una muchacha le dolió mucho la cabeza con el cempasúchil. Le dí un masaje, ajenjo y con eso se descongestionó. Me acerqué mucho a ella porque no quería que después dijera que la planta es tóxica. Le expliqué que

a ella no le sienta bien y que es como las pastillas: cuando te hace daño la penicilina, por ejemplo, no debes tomarla, pero no quiere decir que sea tóxica.

Una vez el director del centro de salud de Santa Catarina me invitó a una fiesta para celebrar a los doctores ahí. Hice acto de presencia y muchos se inquietaron porque soy médico. Él me explicó que yo ayudaba a la población y que aunque no tuviera un título, era un doctor por eso.

También me contó que hubo polémica porque aunque explicó a los demás que yo era curandero, no quisieron que me mezclara con ellos. Casi no me acerco ahí, pero sí mando a las personas a que se hagan estudios, a que lo aprovechen. Yo también he ido a solicitar servicios y me los han dado.



PIE VARICOSO

Ingredientes:

Gasa de algodón

Agua oxigenada

Una pizca de polvo de tepezcohuite

Jabón Zote con agua

Dos litros de agua con árnica

Dos litros de agua con cinco hojas de toloache hervidas

Preparación

- 🌿 Lavar la herida con jabón Zote y agua limpia para retirar la piel afectada, aplicar agua oxigenada a la herida. Esperar 20 minutos.
- 🌿 Aplicar agua de árnica mientras se limpia la herida con gasa, sin tallar. Dejar reposar 20 minutos.
- 🌿 Aplicar agua de toloache. Antes de que seque, se espolvorea el tepezcohuite y encima se colocan las hojas de toloache hervidas. Sobre las hojas puede colocarse una gasa, sin venda.

🌿 Importante 🌿

- Evitar carnes rojas, revisar constantemente la presión y los niveles de azúcar en la sangre. Aplicar una o dos veces a la semana.



*Tolache,
árnica y tepezcohuite*



Cristina

Rivas Olivares

Lamento que haya gente así. Vamos en juego muchas casas de medicina. Hay gente que se dedica a pura limpia, te cobran 200 pesos y es fácil que la gente se crea esas brujerías porque meten la discordia entre familias, en lugar de que se unan.

En eso no estoy de acuerdo. No podemos dejar a la gente con rencor o miedos porque no los vas a aliviar. Lo mejor para mí es aprender a usar la luz, que traumar a las personas.







La herbolaria mexicana es la herbolaria del mundo

Cuando era pequeña mi madre nos enseñaba a curarnos con plantas. Nosotros curamos estilo pueblo, pero tuve acceso a las universidades, a las bibliotecas y así saqué información.

De lo que aprendí: todo se utiliza para sacar adelante cualquier crisis de la gente que se acerca. El conocimiento es místico más estudios científicos y comprobados.

Mis pacientes vienen de todas partes. Si una persona tiene familia de Oaxaca, vienen sus familiares de allá. Si se juntan y me pagan mi pasaje, yo voy si me dan un techo y comida. Llevo una maleta con medicina, mudas de ropa. Si no hay, tengo que llevar cama, sábanas, pomadas y gotitas. Una maleta es mía y otra de medicina.

Cuando pedí mi solicitud para un apoyo en Sederec, lo hice en la ventanilla equivocada y me dijeron que no se podía hacer nada, que esperara al siguiente año.







Entonces llegó un niño con temperatura y en el botiquín no tenían nada más que pastillas, pero tenía muy poca edad como para tomarlas. Le dije a su mamá que yo podía hacer algo. Me senté afuera de las oficinas de Sedrec, me llevaron al niño y lo palpé con un aceite. Le bajé la temperatura con un punto de acupuntura.

Después me invitaron un taco y me avisaron que me hablaban de las oficinas de Sedrec. Yo no quería ir porque ya me habían dicho que no, pero cuando terminé de comer, volví y me dijeron que me habían aceptado el proyecto.

Cuando el médico ya no sabe o no puede, nosotros entramos. Tenemos plantas sencillas que pueden curar problemas estomacales: hinojo o caléndula. Te llegan a veces sin análisis y tienes que pensar en todas las opciones.

Lo que más trato son artritis, colitis, periodos dolorosos, anginas, problemas musculares, diabetes e hipertensión. Es un conjunto de todo: a través de los años se va dañando el cuerpo, pero la prevención tiene que ver con la alimentación y el ritmo de vida.

Ya me ha tocado que la gente no cree, pero se someten por la necesidad y al ver que mejoran regresan con una o dos personas más. Yo curo a la gente y les digo que si se aplican se curan, si no, no.

Si se pone a comer bien, con 500 pesos ya se alivió, en comparación con lo que cuesta una cita con el médico y un tratamiento alópata. La opulencia y la categoría que ya tienen muchos médicos que abusan de la gente es creíble porque pagan un local alfombrado en una zona de lujo y nosotros estamos en un rancho. ¿A quién le van a creer?



Aquí llegó una chica española con una picadura de insecto y le salía un gusano de la pierna. Estaba haciendo un estudio para invitar a gente que compartiera este conocimiento allá.

Yo no sabía, pero saqué mi molcajete y trituré varias plantas. Se la puse en una cataplasma. Se compuso, pero se tuvo que ir aunque faltaban días de tratamiento. Se llevó un tónico, pero lo perdió.

Regresó a los tres meses con lo mismo y estaba desesperada. Estuvo dos semanas, cuidamos su alimentación con plantas frescas desinflamantes y antimicóticas, así como tinturas. Se compuso y me invitó a un encuentro de médicos en España.

Fui y encontré a gente increíble de diferentes países. Llevar el nombre de México es apantallante. Yo le agradezco a esta chica que me haya valorado, aunque a la vez me asusté porque es mucha responsabilidad.

Me presentó como una sabia mexicana. He ido cuatro años a ese encuentro de médicos de Francia, Barcelona y Valencia, unos musulmanes y recuerdo a un señor muy blanco que vestía con bordados de oro y yo, con mis blusitas.

Al principio me cohibí, pero a la vez te das cuenta de que no estás tan mal. Los procedimientos son parecidos: las raíces, las plantas, todo. Yo fui a dar una clase de cómo curamos aquí porque la herbolaria mexicana es muy aceptada. En España ya están haciendo planes para que vaya otra vez.

Allá hay mucho romero, pero no saben usarlo. Les di una teoría de lo que hacemos en México, para qué y en qué.

Fueron algunos científicos para desmentirme. El celo es increíble: me presumían sus cuatro títulos, pero las técnicas ancestrales no necesitan un título.

“Los procedimientos son parecidos: las raíces, las plantas, todo. Yo fui a dar una clase de cómo curamos aquí porque la herbolaria mexicana es muy aceptada”.

Algunos dudan de la medicina tradicional, pero comparten la china. Aquí vino una médico de cuatro o cinco doctorados especialista en no sé qué, pero traía tapizada la oreja de acupuntura.

La hice hincar, estábamos en un invernadero, le pedí que me pasara plantas, agua de la llave y un huevo. Empecé a limpiarla y a oprimirle puntos. Se alivió, pero no entendía qué la había curado.



TINTURA

Periodo irregular, quistes y miomas

Ingredientes

Charanda Uruapan 35% Alc/Vol

Plato hondo de cancerina

Plato hondo de caléndula

Plato hondo de angélica

Plato hondo de hierba golpe

Plato hondo bardana

Plato hondo de romero

Cáscara de nuez

Preparación

- Mezclar la cancerina, la hierba del golpe, la bardana, la caléndula y el romero en un recipiente grande. Agregar la cáscara de nuez.
- Introducir la mezcla en un frasco para luego llenar de alcohol.
- Agitar de abajo hacia arriba.
- Dejar reposar 20 días y colar.

Importante

- Tomar 30 gotas diluidas en un vaso de agua. Para casos de mayor gravedad, la dosis puede incrementarse a 50 gotas por tres meses.



*Herba del golpe,
caléndula, angélica,
bardana, romero y cancerina*

Directorio



(55) 3382 9630

Flor de Capomo Mz. 5 Lt. 3, int. 2, col.
2da Ampliación, Santiago Acahualtepec,
del. Iztapalapa.



5858 8139

Olvido Mz. 151 Lt. 2, col. San Miguel
Teotongo, del. Iztapalapa.



(55) 3247 9485

Josefa Ortiz de Domínguez No. 39, col.
Barrio de San Juan, del. Xochimilco.



5858 8139

Olvido Mz. 151 Lt. 2, col. San Miguel
Teotongo, del. Iztapalapa.



**Blanca Rita
Rodríguez Jácome**

Casa Temazcalli Xochiquetzal

(55) 2914 5215

Antonio León y Gama No. 36, col.
Obrera, del. Cuauhtémoc.



**Catalina
Manoatl Ponce**

Casa Atzintli Quetzali

(55) 1136 3610

Gabriel Ruíz Mz. 88 Lt. 3, col.
Compositores Mexicanos, Cuauhtepc
Barrio Alto, del. Gustavo A. Madero.



**Cristina
Rivas Olivares**

Casa Tipactimeni

(55) 5548 5502

Av. Juárez No. 52, col. San Andrés
Ahuayucan, del. Xochimilco.



**Gloria Aurora
Hernández Ascensión**

Casa Temazcalli Tonalli

(55) 15395006

And. 1 de Huiztepec Mz. A Lt. 47,
Mesa los Hornos, del. Tlalpan.

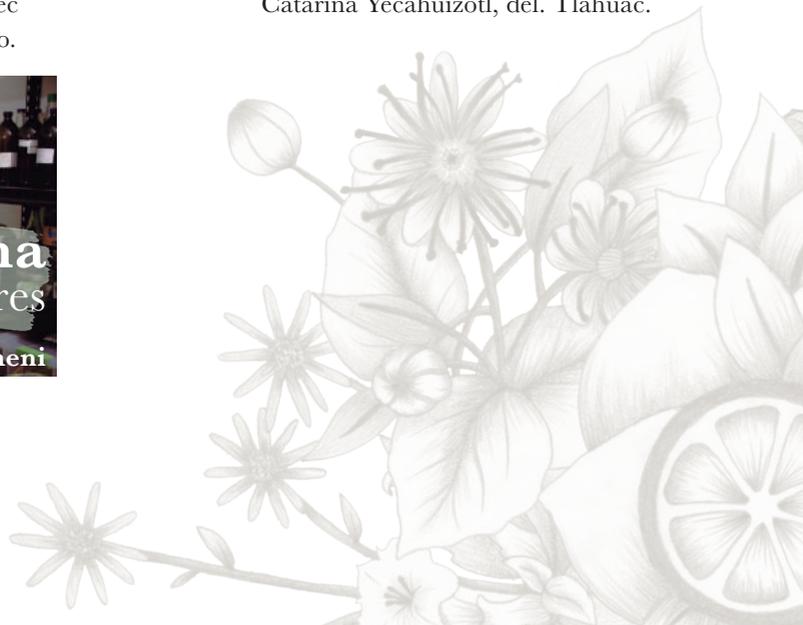


**Luis Marcos
Aquino Vital**

Casa Tlamazcaltongo

(55)1564 2896

Calle 8 Mz. 35 Lt. 247, col. Santa
Catarina Yecahuizotl, del. Tláhuac.





HEREDEROS DE TRADICIÓN

se terminó de imprimir en el mes de diciembre del 2017 en los talleres de Solar, Servicios Editoriales, S.A. de C.V., ubicados en Calle 2 No. 21, col. San Pedro de los Pinos, del. Benito Juárez, Ciudad de México.
El tiraje consta de 500 ejemplares.

