

Mujeres que cuidan semillas

Itinerario de saberes, memoria
y cultura en las chagras indígenas





Mujeres que cuidan semillas

Itinerario de saberes, memoria
y cultura en las chagras indígenas



Mujeres que cuidan semillas

Itinerario de saberes, memoria y cultura en las chagras indígenas

© Mujeres de la Asociación de Mujeres Indígenas de la Medicina Tradicional Chagra de la Vida (ASOMI)

Junta Directiva de ASOMI

Dora Liliana Imbachi Jansasoy, Luz Meri Becerra Jacanamejoy, Paola Margarita Chindoy Chicunque, Rosmira Yanitse Méndez Piaguaje.

Protectoras de semillas

Ana María Muchavisoy Chindoy, Francelina Amo Ocoguaje, Gloria Piaguaje Yaiguaje, Ilda Alexia Paz Piaguaje, Luz Beri Piaguaje, María Antonia Mutumbajoy Jacanamijoy, María Matilde Potosí Inagan, María Mercedes Chindoy Juajibioy, María Rosario del Carmen Chicunque Chindoy, Narcisa Chindoy Dejoy, Pastora Jansasoy Juajibioy, Teodora Chindoy de Jacanamijoy, Yolanda Jacanamejoy Mutumbajoy.

Mamitas y aprendices

Angelina Criollo de Queta, Aura Nuvia Maniguaje, Beatriz Figueroa Gasca, Bilma Omaira Chapal Petevi, Claudina López, Clemencia Yaiguaje Yocuro, Concepción Juajibioy Juajibioy, Delia Cabrera de Maniguaje, Dolores Juajibioy, Elisa López de Buesaquillo, Eudosa Jacanamijoy de Méndez, Flor Lida Aguinda Amo, Francisca Jacanamejoy, Gilberta Oliva Condo Yaiguaje, Gilma Esnedá Hurtado de Mutumbajoy, Gloria Stella Paz Piaguaje, Graciela Jacanamejoy Chindoy, Hermelinda Ortiz Calderon, Ildaura Jojoa de Muyuy, Justina Queta de Criollo, Laurentina Jansasoy de Imbachi, Luz Angélica Muchavisoy Chindoy, Luz Estella Payaguaje Piaguaje, Margarita Buesaquillo de Mutumbajoy, María Camila Montenegro Mutumbajoy, María Cleofe Yaiguaje Castillo, María Edita Piaguaje Ocoguaje, María Fátima Mutumbajoy Juagibioy, María Gladis Cabrera de Piaguaje, María Isolina Criollo, María Nefrer Celia Piaguaje Ocoguaje, María Teodulia Mendua Quintero, Marleni Piranga Cruz, Martha Humenda, Mirian Bitelia Criollo Queta, Mirian Tatiana Queta Humenda, Narcisa Chindoy de Muchavisoy, Natividad Mutumbajoy Jansasoy, Rosa Clara Mutumbajoy Buesaquillo, Salvadora Juajibioy de Mutumbajoy, Sandra Ligia Paz Piaguaje, Sandra Mutumbajoy, Sonia Mutumbajoy, Susana Otavalo de Piaguaje, Yobanna Yaiguaje Piaguaje.

Amazon Conservation Team

Impreso en Bogotá en agosto de 2021
ISBN: 978-958-58178-8-3
ASOMI todos los derechos reservados ©



Contenido

Introducción	7
La semilla que permite la vida	9
Itinerario por los paisajes y las chagras de las mujeres de ASOMI	13
La luna, que organiza el tiempo	15
Mujeres que cuidan semillas	20
Mujeres del Alto Putumayo	22
Mujeres del Piedemonte Andino-Amazónico	56
Mujeres de la Llanura Amazónica	80
Diccionario de palabras y expresiones relacionadas con las chagras de las mujeres indígenas de ASOMI	106



Introducción

La Asociación de Mujeres Indígenas de la Medicina Tradicional Chagra de la Vida (ASOMI) es una organización que reúne a 63 mujeres de cinco pueblos presentes en los departamentos de Putumayo y Caquetá: Inga, Kamëntša, Kofán, Siona y Coreguaje. ASOMI, de la mano con Amazon Conservation Team (ACT), desde hace varios años ha trabajado alrededor de las chagras o espacios de cultivo de las mujeres, para fortalecer los conocimientos, usos y prácticas de sus pueblos. Ha sido un proceso largo en el cual algunas de las mujeres, gracias a su amor y su dedicación a la chagra, han pasado a considerarse protectoras de semillas, es decir, mujeres responsables de cuidar y no dejar que las semillas de ciertas plantas se pierdan o acaben. Las demás mujeres mantienen su vínculo con la chagra, pero algunas, por condiciones de edad y salud, ya no pueden dedicarse a las labores de cuidado de la misma manera.

Las mujeres protectoras habitan desde el páramo en el Valle de Sibundoy hasta la selva amazónica, en el resguardo de Buenavista del municipio de Puerto Asís Putumayo; así como algunos resguardos de Caquetá como Yurayaco y San Miguel de Fragua. Una geografía que es amplia y diversa, pero que a la vez se unifica con el propósito que comparten las mujeres de trabajar, diversificar y cuidar sus chagras. Las 13 mujeres protectoras de semillas que este libro reúne cuentan y comparten los saberes de 66 plantas entre las más de 1.000 que tienen en sus chagras.

Cuando ASOMI surgió como organización, se planteó una relación de transmisión de conocimientos entre mamitas sabedoras y mujeres aprendices jóvenes. Veinte años después, el proceso que se ha llevado hace que también sea posible nombrar a las protectoras de semillas mamitas sabedoras, gracias a su conocimiento y su dedicación a la chagra. Este libro es un homenaje no sólo a ellas, sino a las demás mujeres indígenas que día a día convierten el suelo en territorio a través de la siembra, el cuidado, la exploración y el uso de sus plantas.

El libro está dividido en cuatro secciones. Inicialmente se invita a entender cómo las sabedoras conciben las semillas y cómo estas se distribuyen en una geografía diversa y complementaria. La luna, astro indispensable que orienta las actividades de la chagra, hace parte de la segunda sección. Una tercera sección se enfoca en las plantas, las rutas de adquisición e intercambio y el conocimiento y afecto de las mujeres sobre las plantas que protegen. Algunas palabras que se encuentran **resaltadas** hacen parte del glosario ubicado al final del documento, el cual reúne los términos relacionados con las actividades, herramientas y partes de las plantas que son usados en el lenguaje cotidiano de las mujeres en sus territorios.

Se espera con este libro animar a más personas para que a partir de reconocer el valor de los saberes, las redes de las semillas y el trabajo de las mujeres indígenas, empiecen a generar espacios de cuidado, conocimiento y diversidad de plantas.



La semilla que permite la vida

*“Me entregaron un puñado de tierra para que ahí viviera.
‘Toma, lombriz de tierra’, me dijeron,
‘Ahí cultivarás, ahí criarás a tus hijos,
ahí masticarás tu bendito maíz’.
Entonces tomé ese puñado de tierra,
lo cerqué de piedras para que el agua no me
lo desvaneciera,
lo guardé en el cuenco de mi mano, lo calenté,
lo acaricié y empecé a labrarlo...”*

Extracto del poema “Puñado de tierra” de Fredy Chikangana.

La **semilla**, así llaman las mujeres a todo lo que permite y genera una nueva vida, una vida que empezará a crecer y a expandirse mientras ellas, gracias a su conocimiento, la cuidarán para que crezca sana y dé una buena cosecha.

Cada semilla y cada planta implican unos saberes específicos relacionados con su siembra y su cultivo, pero también con sus formas de aprovechar y usar. El tener la semilla no garantiza que esta sobreviva y tampoco que se pueda hacer algo con ella. Por eso, el papel de las mujeres indígenas es indispensable para el cuidado, la reproducción y para garantizar que la memoria de esa especie no se pierda y se esté renovando continuamente.

Las plantas y los saberes que tienen e incorporan las mujeres son gigantes. Este libro es el producto de un trabajo de exploración y valoración de plantas que son herencia de los mayores, regalo de los hijos, intercambio con las comadres, regalo traído de un país vecino, préstamo de la chagra vecina, o intercambio con otras mujeres cuando hay encuentros en el predio de ASOMI. Del gran territorio que habitan las protectoras de semillas y la diversidad que en él se encuentra han sido seleccionadas 66 especies de plantas que invitan a conocer las historias, los intereses, entornos y deseos de algunas de estas mujeres.

La chagra es un ordenamiento del mundo, así que al leer este libro se hace un viaje por el microcosmos de las mujeres indígenas de esta asociación, que, se espera, resulte revelador y motivador para continuar en la lucha de conservar lo propio, lo diverso y lo que permite la vida.



Semilla es: vida,
historia, diálogo,
saberes, alimento,
afecto, reproducción,
origen, tradición,
medicina, cultura,
conocimiento,
territorio.

Chagra (Inga)

Jajañ (Kamëntša)

Nasipa (Kofán)

Zio (Siona)

Chio (Coreguaje)



*El viaje por las chagras, pasa también por
páramos, bosques alto andinos...*

...piedemonte, selvas y ríos.

Itinerario por los paisajes y las chagras de las mujeres de ASOMI

El viaje por las chagras pasa también por páramos, bosques alto andinos, piedemonte, selvas y ríos. Las chagras no sólo están cerca de la casa, también están en las montañas y en esos lugares que de vez en cuando las mujeres visitan para recoger **chapolas**, hojas, cortezas, raíces, frutos y semillas.

Se va a la **montaña** para recoger las plantas que se usarán, muchas de ellas con fines medicinales, pero también para recoger las **chapolas** que las mujeres intentarán **criar** en sus chagras buscando las mejores condiciones para que crezcan. Por eso los saberes alrededor de la chagra no están estáticos y no solamente se heredan de los mayores, son conocimientos dinámicos que se mueven en la medida en que las plantas se intercambian, se encuentran, se adaptan, se pierden y se vuelven a recuperar.

La diversidad de climas, ecosistemas y culturas donde habitan las sabedoras enriquece los conocimientos y las plantas que las mujeres cuidan y usan. Es así como vemos que la chagra va mucho más allá del área que cada mujer trabaja; se encuentra también en los bosques, las montañas y llega a conectarse con las otras mujeres. Es una gran red de cuidado de semillas que permite continuar conservando la diversidad propia de los pueblos indígenas, a la vez que dinamiza saberes y prácticas.

El viaje comienza en el Alto Putumayo con las mamitas Kamëntša del Valle de Sibundoy, para luego ir bajando por la montaña (como lo hacen los ríos) atravesando el Piedemonte Andino-Amazónico, donde mujeres Siona, Inga y Kamëntša de Mocoa y mujeres de los resguardos de Yurayaco y San Miguel de Fragua, en el departamento de Caquetá, habitan. Más abajo, en la llanura amazónica, se encuentra el resguardo Kofán de Santa Rosa del Guamuez, y en el municipio de Puerto Asís, las mujeres Sionas, que viven en la ciudad y en el resguardo de Buenavista.



La luna que organiza el tiempo

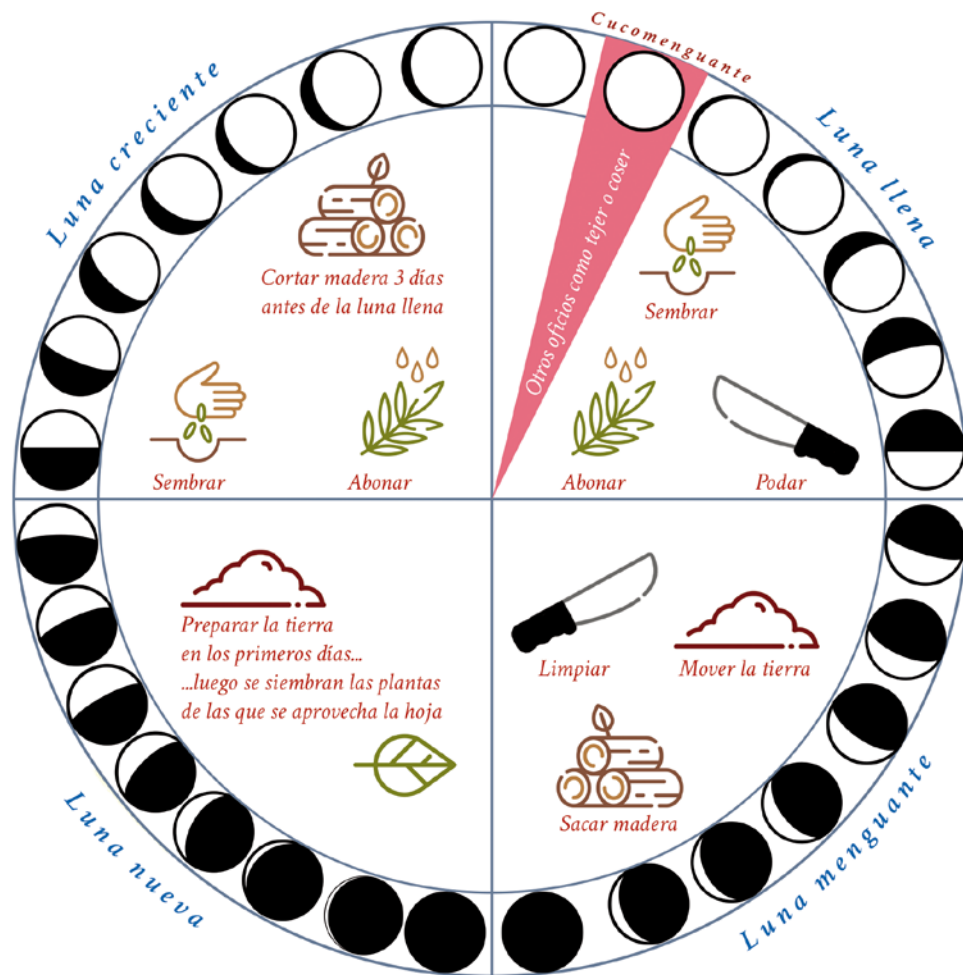
*“Hasta el quinto de luna menguante no se puede sembrar, pero sí hay que sacar músculo.
La tierra también espera que nosotros le demos fuerza.
Ella nos da alimento y nosotros le damos la fuerza.
Mientras uno voltea la tierra le está diciendo:
te voy a aflojar, te voy a consentir, para que puedas producir mejor.
La tierra exige músculo, por eso nosotros en el campo preferimos el azadón o la pala,
porque el machete no hace crecer músculo, hace crecer es callo”.*

María Rosario Chicunque (Charito)

Aprender de la chagra es aprender de la cultura, de la historia, de las plantas y de los animales, pero dicen las mamitas que ante todo hay que saber de la luna, pues es esta la que organiza el tiempo en ciclos. Cada ciclo tiene momentos indicados para hacer cada una de las actividades en la chagra, por lo tanto, se debe empezar recorriendo algunos de los conocimientos, creencias y prácticas que tienen las mamitas sobre los ciclos de este astro.

La forma como las mujeres se guían a través de ella son saberes que se aprenden en la comunidad y en la misma familia, por eso pueden variar. Las mamitas recomiendan fijarse en cada planta, pues lo que se puede o no hacer según la luna, también depende de qué clase de planta es y en qué parte se usa.

Aprender a conocer la luna y a contar sus días es indispensable para orientarse. Además, cada pueblo tiene un nombre en su lengua para cada fase, esos nombres se encuentran a continuación con la descripción de las actividades recomendadas. Al final de cada descripción, también hay un espacio para complementar con los saberes propios de la persona que está leyendo este libro.



Luna llena

Inga: Alliquilla

Kamëntša: Catšbet

Mai coca (lengua Siona): Jai Ñañaguë

Kofán: Khurw Kehwchy

Durante los días de luna llena se puede empezar a sembrar y podar aquellas plantas que se quiere que “queden bajitas”, para que después sea más fácil recoger sus frutos. Tanto flores como hojas crecen grandes y es tiempo para abonos foliares (en la hoja).

¿Qué más se hace durante esta luna?



Cucomenguante

Es una luna especial para algunas mamitas, pues no se puede hacer ninguna actividad relacionada con la chagra, ni siquiera se pueden tocar las plantas. Ese día se dedican a otros oficios como tejer o coser.

¿Qué más se hace durante esta luna?



Luna menguante

Inga: Alli Minguante

Kamëntša: Obësen Juashkon

Mai coca (lengua Siona): Gajeme Ñañaguë

Kofán: Khurw Kejwchuy

La luna empieza a **mermar**, por eso para algunas mamitas en esta época no se debe sembrar, pues las plantas no florecen, pero sí se pueden hacer todos los demás trabajos de la chagra como mover la tierra, sacar madera, sacar hojas, **limpiar**.

Otras mamitas consideran que esta es la época indicada para sembrar.

¿Qué más se hace durante esta luna?



Luna nueva

- Inga: Wawaquilla
- Kamëntša: Tsemjuashëcon
- Mai coca (lengua Siona): Mame Ñañague
- Kofán: Khurw

Los primeros días no se puede sembrar nada pues las plantas se quedan pequeñas, sólo se puede preparar la tierra. Luego de estos días sí se pueden sembrar las plantas de las que se aprovecha la hoja.

¿Qué más se hace durante esta luna?



Luna creciente

- Inga: Wiñaiquilla
- Kamëntša: Obachay Juashkon
- Mai coca (lengua Siona): Ira Ñañaguë
- Kofán: Khurw Chwihe

Es la mejor luna para sembrar y abonar, pero no para podar. Se siembran especialmente plantas de hoja para que crezcan frondosas. Tres días antes de la luna llena se puede cortar la madera.

¿Qué más se hace durante esta luna?



Mujeres que cuidan semillas





Mujeres del Alto Putumayo



Teodora Chindoy



La mamita Teodora, indígena Kamëntsa del municipio de Colón en el Valle de Sibundoy, es una mujer fiel guardiana de la chagra. Todo el tiempo está buscando nuevas especies de plantas para sembrar. Usando prueba y error, encuentra el espacio definitivo y las condiciones más favorables para cada planta introducida en su chagra. Se preocupa por conocer y entender el comportamiento de los insectos, para controlarlos con fórmulas que prepara con los mismos productos de la chagra y así evitar el uso de químicos.



- Frijol
- Papa negra
- Papa roja
- Puente
- Lombricompostaje
- Nidales

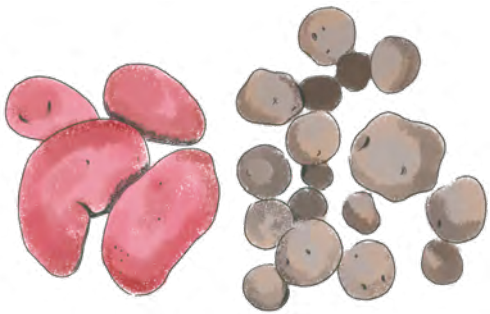


Descubriendo la papa negra y la papa roja en El Encano (Nariño)

En 2019 las mujeres de ASOMI realizaron un viaje por Nariño y Ecuador, en el cual la mamita Teodora encontró algunas clases de papas de El Encano y decidió llevarlas a su chagra para aprender a cuidarlas y reproducirlas. Un año después, ya les ha sacado varias cosechas y se han incorporado a su dieta.

La mamita explica que al ser un **tubérculo**, antes de sembrar se pone a **juriar** en un lugar con sombra y un poco de humedad, luego se pasa a sembrar en luna creciente y en la mañana para que el calor del día la **abrigue** y la noche le dé **frescura**. El lugar donde se siembra debe tener mucha luz directa del sol, y el **guachado** debe ser alto para que no se pudra la raíz por el exceso de agua. En cada hueco se siembran tres papas para ser cosechadas cuatro meses después. Dice que lo mejor es que 15 días antes de la cosecha de las papas, se corten las **matas** para que se pudran las ramas y queden sólo los tubérculos.

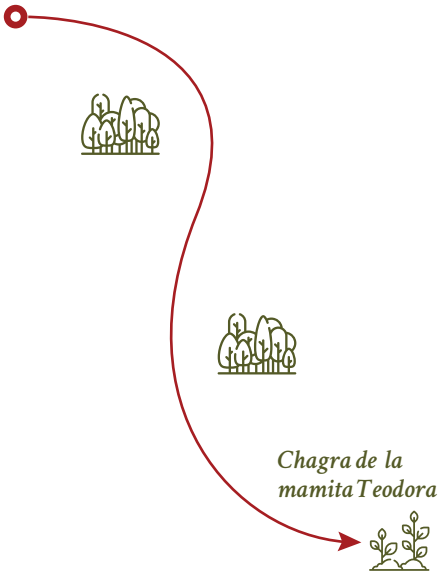
La mamita Teodora recomienda: cuando la planta está de 10 centímetros se aporca y se abona, luego se deben hacer dos fertilizadas más durante la etapa de crecimiento con abono sólido como lombricompost o compostaje. Para repeler las **plagas**, aplicar purines de diferentes plantas de la chagra como pacunga, borrachero, quiebra barriga y repelentes de ají, ajo y cebolla cabezona.



¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Ruta de la semilla

Corregimiento de El Encano (Pasto, Nariño)



Fríjol gris o negrito y fríjol rojo traídos de Cotacachi (Ecuador)

Los frijoles hacen parte de la dieta tradicional de las familias de los pueblos Inga y Kamëntša del Alto Putumayo. Son un ingrediente importante de sus comidas básicas, especialmente cuando hay poca carne. Anteriormente, cuando había abundante cosecha, las abuelas tostaban los frijoles y así los conservaban para las épocas de escasez.

El fríjol de color gris crece como **bejuco**; la mamita Teodora no lo conocía, por eso lo trajo de un viaje de intercambio de experiencias que las mujeres de ASOMI realizaron a Ecuador, para tenerlo en su chagra y aprender a reproducirlo.

Las semillas se deben sembrar en un **guachado** para que el agua en exceso que está en el suelo no las dañe, además debe ser un espacio con mucha luz, un suelo bien fertilizado y se recomienda sembrar cuando la luna esté en cuarto menguante. Como al fríjol lo persigue tanto la **plaga**, se deben usar repelentes naturales para controlar.



¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Ruta de la semilla

Cotacachi (Ecuador)

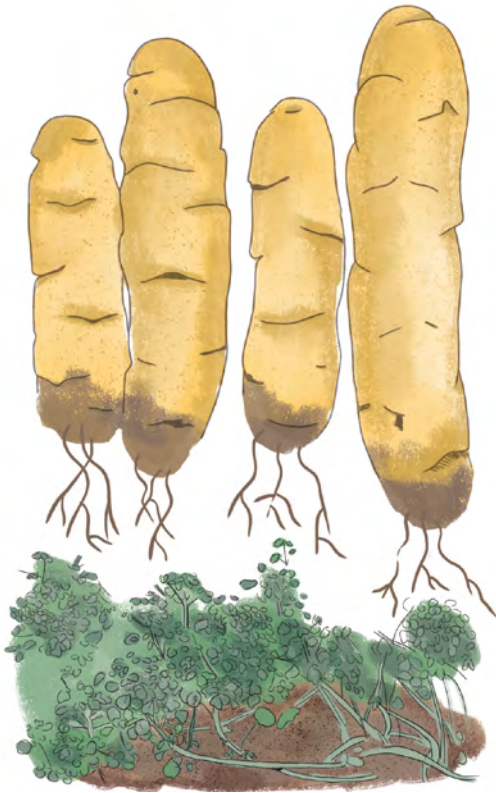
Chagra de la mamita Teodora



La oca, otro tubérculo de El Encano

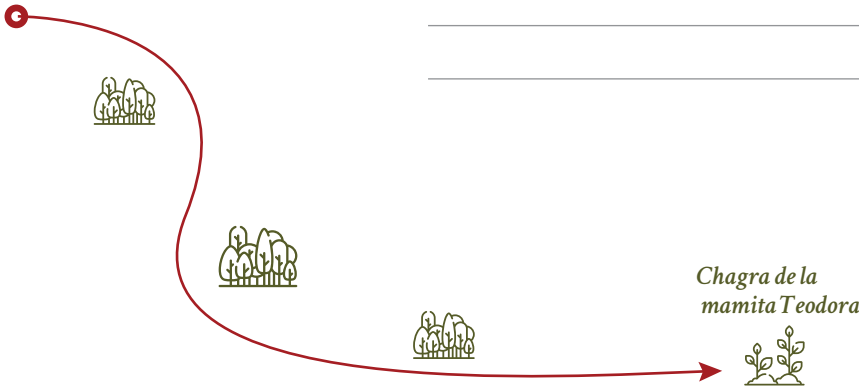
La oca es una planta alimenticia muy usada en Nariño y Ecuador, así como la papa, lo que se consume es el **tubérculo**. Esta planta también la trajo la mamita Teodora de El Encano (Nariño) con la intención de tenerla, reproducirla en su chagra y hacerla parte de su alimentación.

Para reproducir, se siembra el **tubérculo** en luna menguante, en un lugar donde dé mucha luz y el suelo esté bien suelto y abonado. Es importante que sea temporada de lluvias para que ayude en el crecimiento. Así como las papas, se debe abonar o fertilizar muy bien el suelo para la siembra y luego fertilizar dos veces en la etapa de crecimiento con abono sólido como lombricompost o compostaje.



Ruta de la semilla

Corregimiento de El Encano (Pasto, Nariño)



¿Se conocen otros nombres para esta planta?

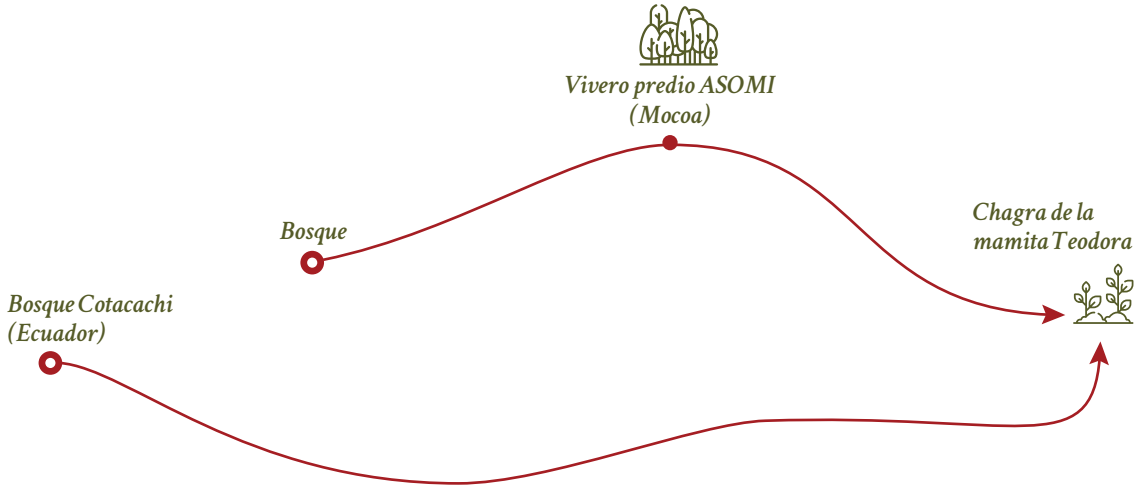
Aprendiendo otras cualidades del cedro

Es un árbol maderable muy apreciado pues se deja tallar fácilmente, además de usarse como medicina. Cuenta la mamita que años atrás, este árbol se miraba bastante en la **montaña**, pero lo fueron aserrando y ahora ya casi no hay o los que se encuentran son muy delgados. La mamá Teodora ha aprendido a usar la **cáscara** del cedro para preparar champú que vende y así ayudarse con sus ingresos económicos. Este árbol prefiere lugares donde le dé la luz de una forma parcial, por eso se pueden sembrar las semillas o la **parquita** en estos lugares, cuidando que no sea época de mucha lluvia ni mucho verano, el suelo no sea tan **pantanoso** y la luna esté menguante.



La mamita Teodora recomienda: sembrar primero la **semilla** o la **parquita** en bolsas para dar un mejor cuidado mientras crece, y luego sí pasarlo al terreno.

Ruta de la semilla

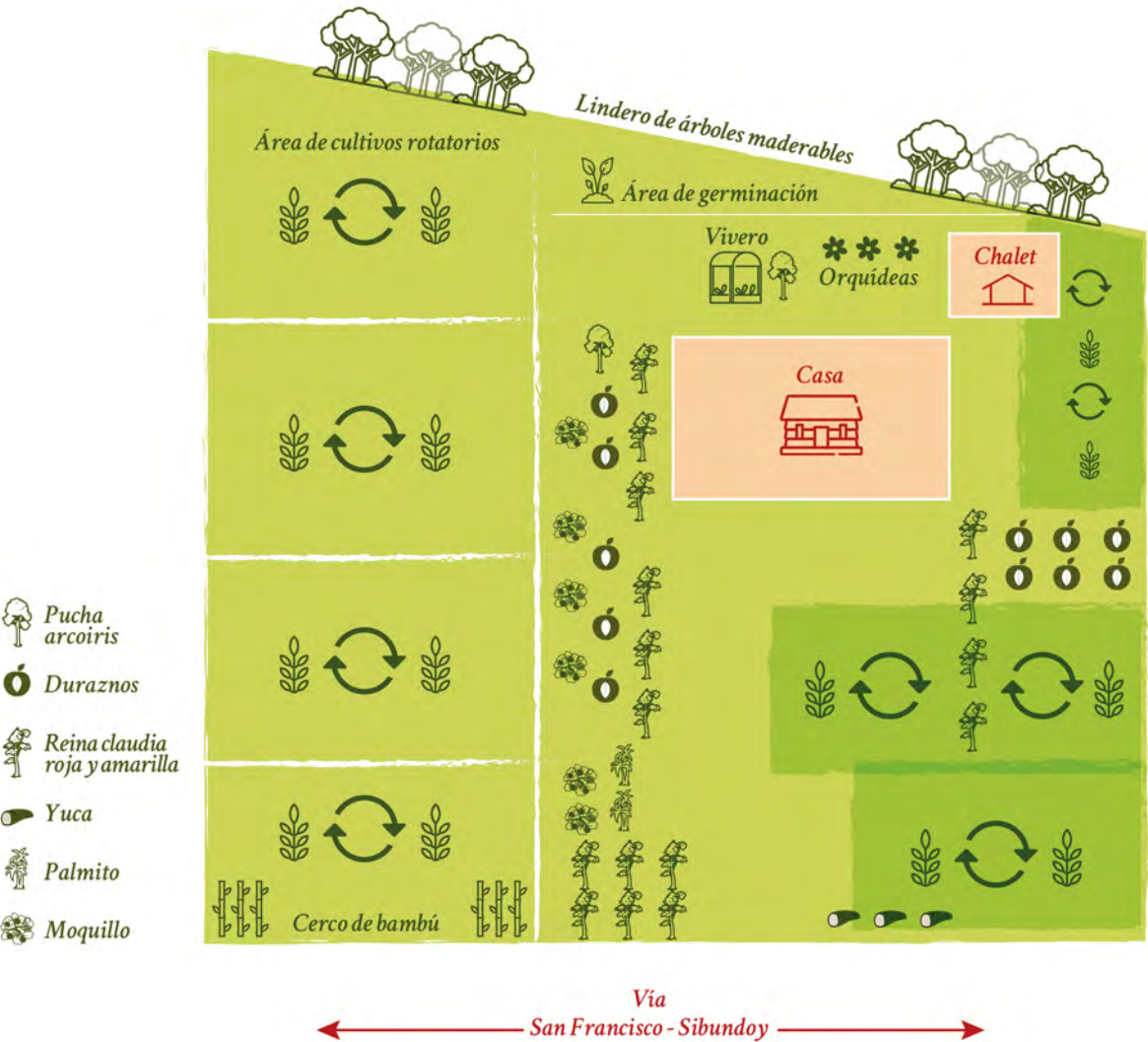


¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Ana María Muchavisoy



Docente Kamëntša, comprometida y ordenada, que vive en la vereda Tamabioy del municipio de San Francisco en el alto Putumayo. Su trabajo busca cuidar la naturaleza y todo lo que hay alrededor. Le gusta mantener vivos la herencia y el conocimiento de sus mayores, pero así mismo experimenta con las plantas para descubrir nuevos usos y más propiedades curativas. A través de su trabajo, transmite a las nuevas generaciones el valor de las plantas, sus conocimientos y los motiva a recuperar las especies que están escasas.



¡A sembrar el palmito, que es tan beneficioso!

Esta palma se ha usado desde hace mucho tiempo de diferentes formas, las hojas se empleaban para **techar** y para hacer cercos usándola como malla. En la artesanía se usa para tejer cestos con su fibra, hacer adornos con sus frutos y construir parte del telar para tejer el **chumbe** usando su **chonta**. El **cogollo** cocinado se guisaba y se consumía con la sopa de col y se comía crudo para bajar el colesterol.

Por todo lo que se ha usado es muy difícil conseguir esta palma en estado silvestre, por eso algunas personas han empezado a sembrarla en sus chagras. Se puede reproducir sembrando las semillas o cogiendo los retoños que nacen en la **cepa** de las palmas adultas. Se debe sembrar en luna menguante para que no crezca mucho, y en un lugar donde el sol le llegue de forma parcial. El suelo debe permanecer húmedo, pero no **encharcado** y con buen abono.

Ana María recomienda: hacer semilleros con musgo para simular las condiciones naturales de la germinación y que la palma crezca en mejores condiciones.



Ruta de la semilla

Chagra
(permanente)

¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Cujaco, aprender de lo que vemos en los rastrojos

Esta planta, que se parece mucho al lulo, se encuentra en los rastrojos o **barbechos** y en algunas chagras, pero dándole manejo para que no se **aplague**. Anteriormente se usaba la **semilla** para tratar la mastitis del ganado, también para hacer **lavados**, que ayudan a matar las pulgas y controlar las infecciones del ganado. Es un excelente desinflamatorio, con él se pueden preparar jabones y champú. Mezclando el cuyaco con el **palo** mote se hacen pomadas. Para reproducirlo se deben lavar las semillas maduras, se dejan secar, se riegan en semilleros y se trasplantan al tener dos hojas. Deben crecer en un lugar con condiciones medias de luz, suelo húmedo y fértil.

Ana María recomienda: **desyerbar** permanentemente pues el exceso de sombra lo puede matar. También se puede usar como **repelente** ya que casi no es afectado por insectos.



Ruta de la semilla

Rastrojo



Chagra de Ana María



¿Se conocen otros nombres para esta planta?

A volver a sembrar durazno en la chagra

Los arbolitos de durazno abundaban antiguamente en el Alto Putumayo, pero han ido escaseando en las chagras pues de un tiempo acá han dejado de **cargar** por el musgo que les crece encima. El fruto se come y es bueno para el estreñimiento. Se debe sembrar en luna menguante, pero en horas de la tarde, ya sea **prendiendo** las ramas o sembrando la **semilla** después de haberle quitado la cáscara. Se planta directamente en el terreno, si es semilla es mejor sembrar primero en bolsas. El mejor sitio para esto es donde tenga condiciones medias de luz y suelo húmedo y fértil. Como este árbol es de la región, la mamita dice que casi no lo atacan **plagas**.



¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Ruta de la semilla

Chagra (permanente)



Volver a consumir la reina amarilla y roja

Los frutos de este arbolito eran consumidos antiguamente pues se consideraba que tenían muchos nutrientes, en la actualidad casi no se consume pues la gente ha dejado de sembrarlo en sus chagras. Se está intentando reproducirlo por **semilla** y por **esqueje**, con mejores resultados al usar de **esqueje**, las ramas tiernas sembradas en bolsas mientras empiezan a desarrollarse. Se debe trasplantar la **mata** en luna menguante para hacer que las matas carguen más bajitas y hacerlo a un lugar donde le dé la luz buena parte del día y el suelo no sea tan húmedo.

Ana María recomienda: es una planta que no requiere mucho mantenimiento, pero sí cuidarla de **plagas** como la babosa y eso se puede hacer aplicando ceniza en el pie de la **mata**.



¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Ruta de la semilla

Chagra
(permanente)



No más infecciones ni piojos con pucha arcoíris

El pucha arcoíris es una planta que se ve mucho por ahí, pero pocos conocen las propiedades como medicina tradicional. Las hojas y la corteza se usan para combatir las infecciones causadas por hongos y para combatir los piojos que les dan a los cerdos. Se encuentra de forma silvestre; cuando tiene plántulas, estas se recogen y se siembran en bolsas, preferiblemente en luna menguante. Le gusta crecer en lugares donde le dé parcialmente la luz y en suelos húmedos.



¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Ruta de la semilla

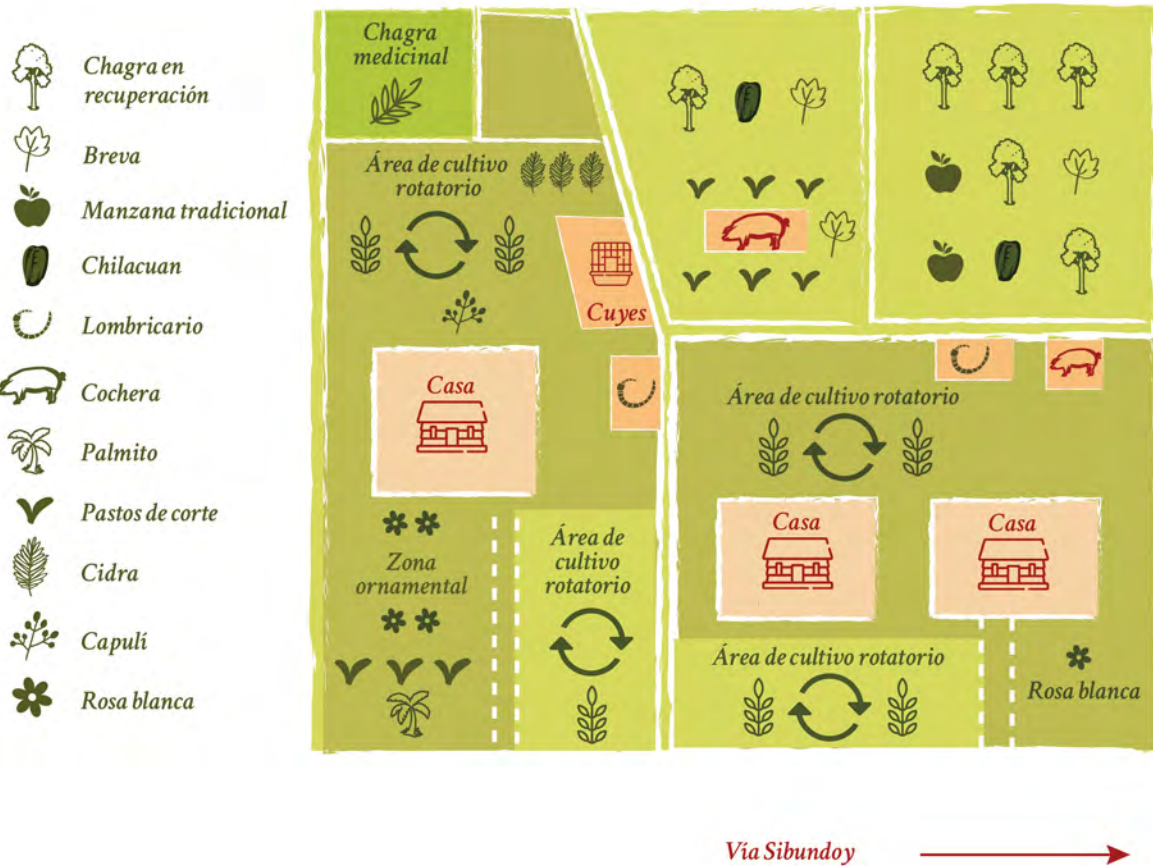
Chagra
(permanente)



Mercedes Chindoy



A través de su trabajo, su alegría y su compromiso, Mercedes de Sibundoy preserva el legado de su madre –la mamita Concepción–, juntas convocan a sus familiares a la unidad, a través de la tulpa, la chagra, la minga y la artesanía, tradiciones del pueblo Kamëntša. De su madre ha aprendido el manejo y el cuidado de la chagra; se interesa principalmente en las plantas medicinales, de las cuales conserva varias semillas tradicionales.



Capulí, el árbol que requiere fuetazos

Los frutales nativos son apetecidos en el Alto Putumayo, pues suelen crecer sanos y no requerir el uso de químicos. El fruto del capulí es consumido por las aves y los humanos; con sus hojas se hacen baños para cuando se está resfriado, con las pepas se trata la diabetes. Se encuentran las plántulas debajo de la madre o se reproduce sembrando parcas tiernas en partes secas y en la tardecita cuando sea luna menguante. Para que cargue mejor, algunas personas realizan unas prácticas como mover el árbol en luna llena, también se le da cinco fuetazos en Semana Santa o se le clavan puntillas en el tronco.

Mercedes recomienda: según las orientaciones que le dejaron los mayores, los residuos de la cocina se deben colocar en la raíz de las plantas para un mejor crecimiento, ya que se descomponen ahí mismo. Las mujeres que estén menstruando no se deben acercar al árbol ni coger sus frutos, pues la planta puede morir.



¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Ruta de la semilla



El brevo y su apetecido fruto

Árbol muy usado en la zona, la fruta es alimenticia tanto para aves como para humanos, las hojas sirven para desinflamar y como expectorante cuando están **biches**. Con la **leche** se sacan **nuches**, pero toca tener cuidado pues puede llegar a quemar la piel, finalmente también se hacen conservas y vinos. Los brevos se encuentran sembrados principalmente en los patios y chagras en las partes más altas y menos húmedas. Es bueno cortar la **parca** el quinto de luna menguante y sembrarla en una bolsa mientras crece y se fortalece. Para sembrar en el lugar definitivo donde va a crecer, se recomienda hacer ese trasplante también en luna menguante. Desde diciembre hasta febrero es la cosecha, se toman los frutos sólo cuando están maduros.

Mercedes recomienda: aplicar ceniza en la raíz para atacar la babosa que le da a la planta cuando aún está pequeña.



¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Ruta de la semilla

Chagra
(permanente)



Manzana tradicional, la fruta de los abuelos

Mercedes dice que la manzana era la fruta de los abuelos y las abuelas, pues la usaban de muchas formas diferentes. Recuerda que cuando era niña, les daban manzanas que eran cosechadas en las mañanas o bien en la tarde, cuando el árbol no estuviera caliente porque si no, se podía morir el árbol. También se usaba la hoja en infusión para tratar la tos ferina. Con la flor y la fruta se pueden hacer aromáticas. Cada vez hay menos árboles de manzana en las chagras, así que Mercedes invita a sembrarlo en lugares secos y con mucha luz. La luna buena para la siembra es menguante, ya que si se siembra en luna llena, crece mucho.

Mercedes recomienda: para cuidar el árbol del ataque de babosas, se debe aplicar ceniza desde la **cepa** hasta las ramas.



Ruta de la semilla

Vereda San Félix
(Sibundoy)



Chagra de
Mercedes



¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Buscando el chilacuán

El chilacuán es una planta que ya casi no se ve en las chagras, pues parece que se está perdiendo. Como medicina se usa para controlar la presión y la diabetes, además su fruta se usa para la alimentación en la preparación de coladas. Es una fruta que la gente siempre busca, por eso a la persona que saca a vender chilacuán se le va rápido. Para reproducir esta planta, se deben secar las semillas y luego hacer un semillero. Cuando sea luna menguante, se siembra en un suelo poco húmedo, con eso se garantiza que no crezca mucho y se puedan recolectar sus frutos más fácilmente.



¿Se conocen otros nombres para esta planta?

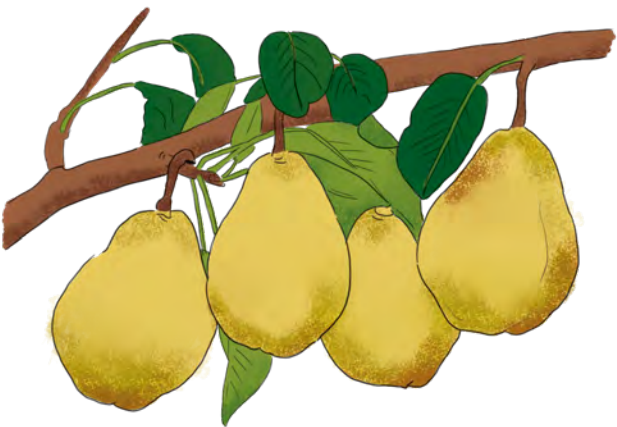
Ruta de la semilla



La pera, fruta que está escaseando

Además de ser una fruta muy sabrosa, con las hojas se hace **remedio** para desinflamar los golpes. Con el tiempo ha ido escaseando y se encuentra poco en las chagras. Se reproduce cortando y sembrando la **parquita tierna**, en lugares de suelo seco donde llegue mucha luz; se recomienda hacer esta siembra en luna menguante.

Mercedes recomienda: la babosa es la enemiga de las plantas pequeñas, se come sus retoños; para combatir se puede usar ceniza.



Ruta de la semilla

¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Chagra hermana
de Mercedes
(Sibundoy)

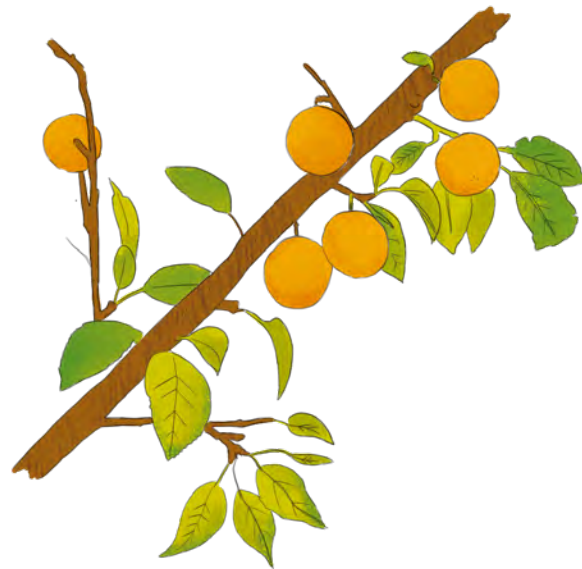


Chagra de
Mercedes



Personas y aves comen reina claudia amarilla

La reina claudia es una fruta tradicional que se encuentra muy escasa. Además de ser consumida por las personas, es apetecida por diferentes clases de aves. Se encuentra en los lugares más soleados de la chagra, y para reproducir se hace cortando pedacitos de **parcas** y resembrándolos. Se recomienda sembrar en luna menguante, para que la planta tenga un buen crecimiento. El suelo debe estar húmedo, pero no **encharcado**, y si está muy seco se recomienda **regar** periódicamente. Por último, se debe cuidar del ataque de las babosas y **limpiar** el **monte** que crece alrededor para que no la cubra y la mate por tener mucha sombra.



Ruta de la semilla

¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Chagra vecina
(Sibundoy)

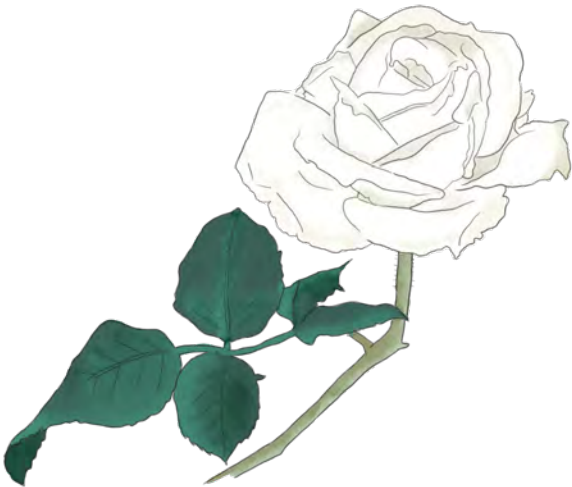


Chagra de Mercedes



Curar las vistas con rosa blanca

La gente cultiva muy poco esta planta, los que lo hacen es con un propósito ornamental; sin embargo, para Mercedes es importante pues sirve para hacer un **remedio** que ayuda a curar el dolor de las **vistas**. Se cortan las **parcas** de la **mata** madre y se siembran en un lugar donde no dé tanto el sol, donde el suelo esté fértil y húmedo. La parca se debe sembrar un poco inclinada, más o menos en un ángulo de 45 grados y en luna creciente para que crezca. Se recomienda hacer un cerco para que los animales no la dañen, pues si la planta apenas está **pegando** y la mueven, se puede morir.



Ruta de la semilla

¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Calle
(Pasto)

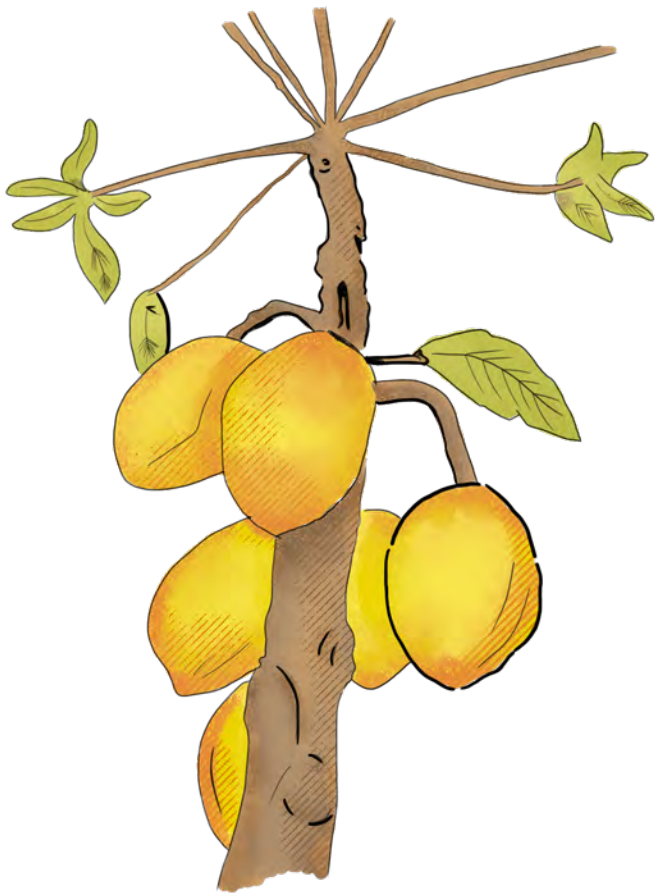


Chagra de Mercedes



Sacándole el dulce al chamburo

El chamburo es muy parecido al chilacuán, pero es más grande. Cuenta Mercedes que antes había chamburo en todas las chagras, pero con el tiempo se ha ido acabando y ya casi no se ve. Ella recuerda que su abuela les daba esta fruta asada pues así es más dulce y las personas la consumían mientras trabajaban para aguantar hasta que llegaban a la casa a cenar. Ahora se usa para hacer compotas. Para su reproducción se cogen las semillas de un fruto, se ponen a secar por 15 días y se siembran en semilleros. Luego se siembra por la orilla de las **cequias**, en suelo húmedo, pero no **encharcado**, con unas condiciones medias de luz, en las tardes de la época de luna menguante.



¿Se conocen otros nombres para esta planta?

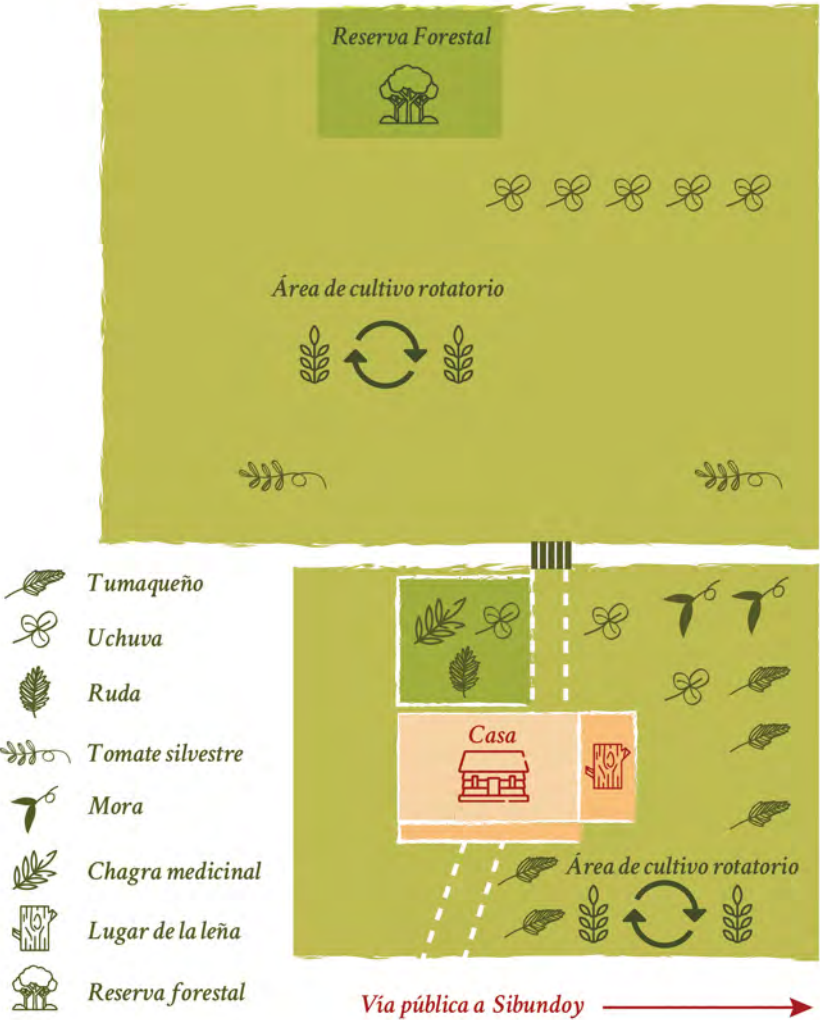
Ruta de la semilla



Narcisa Chindoy Dejoy



Seguidora de los saberes de sus mayores Kamëntša, en su memoria se mantiene vivo lo aprendido en la chagra tradicional. Vive en Sibundoy. Al ser docente, transmite a sus estudiantes las tradiciones y los conocimientos de su pueblo. Consciente de que un buen trato a la tierra traerá mejores resultados, se ha convencido de hacer una transición hacia una chagra más sostenible e integral y está trabajando para ello.



Tumaqueño, alimento tradicional del Valle de Sibundoy

Planta importante como alimento tradicional de los Ingas y Kamëntša del Alto Putumayo, anteriormente era usado como ingrediente para la preparación de **chicha**. También es muy usado para alimentar cerdos pues tiene un alto valor nutritivo y contenido de almidón. Se ve en algunas chagras, aunque no es muy común a pesar de crecer en suelos no muy buenos. Para sembrar, se **pica el suelo** y se siembran varias semillas en forma de bulbos, en un suelo que no se encharque, donde le dé la luz del sol buena parte del día y que no tenga mucha maleza alrededor. La siembra se hace en luna creciente, para que crezcan y **engruesen** las papas.



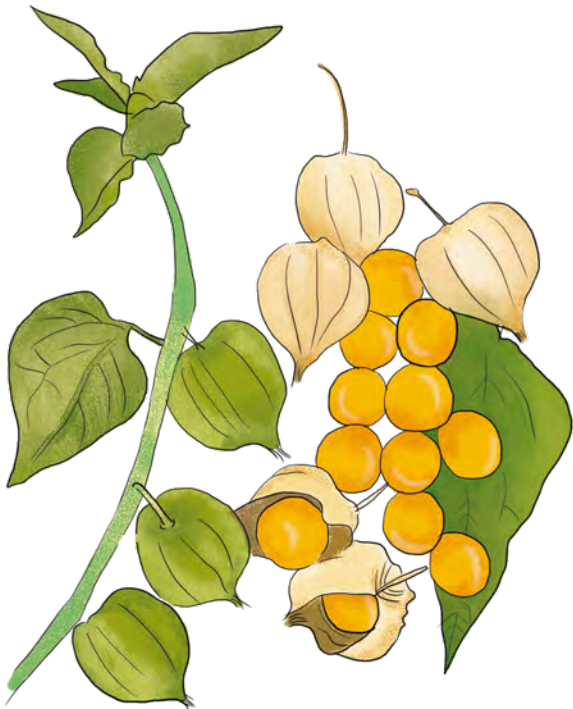
¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Ruta de la semilla



Uvilla o uchuva, la planta de la lagartija

Los mayores decían que la lagartija era la que sembraba las semillas de uchuva y por esa razón cada vez que uno quería comerse una uchuva tocaba lavarla, ahora ya no se cree en eso y la gente se va comiendo la fruta en la medida que la va encontrando. Es una planta muy utilizada para hacer coladas y jugos. Se da al borde de los caminos o en los potreros, también se cultiva en las chagras. Las semillas se deben poner a secar y luego a germinar en semilleros. Se trasplanta al **guachado** entre el tres y el siete de luna nueva en la tarde. Esta fruta casi no se enferma por el capullo que la protege de **plagas** y enfermedades.



Narcisa recomienda: mantener limpia la **cepa** de la **mata** para que no la afecten las hierbas por sombra. Esta y todos los demás frutales no deben ser tocados por una mujer con el período menstrual ya que puede secar la mata.

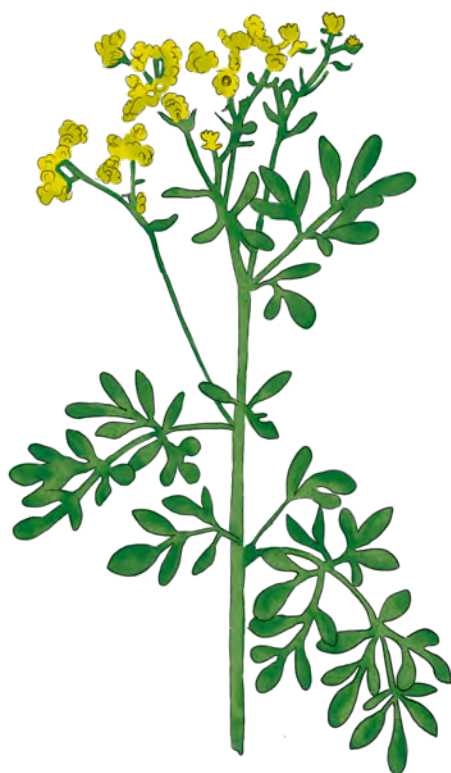
¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Ruta de la semilla



Aprender la medicina de la ruda

La ruda es una planta muy valorada por sus propiedades medicinales; sus hojas secas ayudan con las funciones digestivas. Cuando se **machaca** y se mezcla con clara de huevo se hacen **cataplasmas** contra la **disipela**, también es abortiva y su olor ahuyenta los insectos. Se encuentra comúnmente en las chagras. Aunque se reproduce también por **semilla**, se recomienda usar los tallos tiernos y sembrarlos en lugares muy iluminados y suelos secos. Se debe sembrar en luna menguante cuidando que la babosa no la ataque, pues puede afectarla mucho.



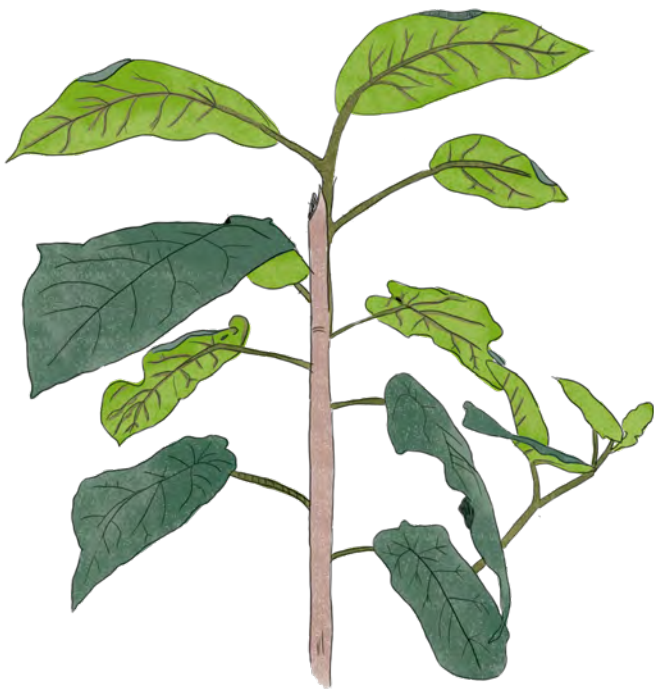
¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Ruta de la semilla



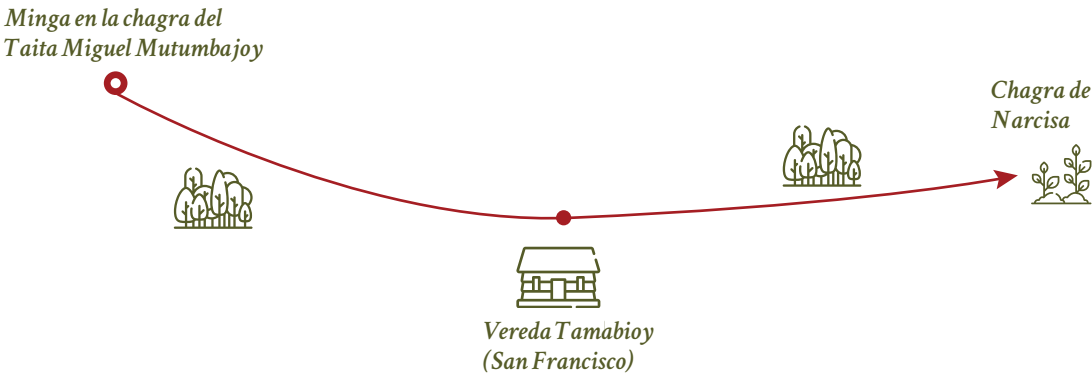
Aprovechando el tomate silvestre o chimbalo

Planta que se siembra en las chagras. Su fruto es grande, parecido al tomate de árbol, pero mucho más ácido. Se utiliza para la alimentación y como medicina para problemas gripales. Es una planta que no requiere ningún tipo de fertilizante. Para hacer semilleros se lavan las semillas o sólo se exprime bien un fruto maduro en el **germinadero**. Cuando ya hayan crecido las plántulas, se trasplantan en luna menguante a una zona seca. No necesita muchas condiciones pues es una **semilla** muy **pegadora**.



¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Ruta de la semilla



Los remedios de la mora

La mora es una planta muy usada como alimento y como medicina. Comerse los frutos maduros en abundancia ayuda a curar toda clase de manifestaciones artríticas. Con las hojas aplicadas calientes sobre la frente calma los dolores de cabeza, con los **cogollos** se hacen **gargarismos** para reducir la irritación. Cocinar 30 gramos de hojas por litro de agua y luego beber para purificar y tonificar la sangre. También se preparan jarabes y vinos. Se da en lugares donde haya mucha luz y para reproducirla, en luna menguante se corta y se coloca el tallo en bolsas, o se entierra directamente donde va a quedar la planta, procurando que sea tierra bien abonada y seca.



Narcisa recomienda: se debe abonar la **mata** con fertilizantes y aplicarle fungicidas orgánicos porque le da gota, una enfermedad fungosa.

¿Se conocen otros nombres para esta planta?

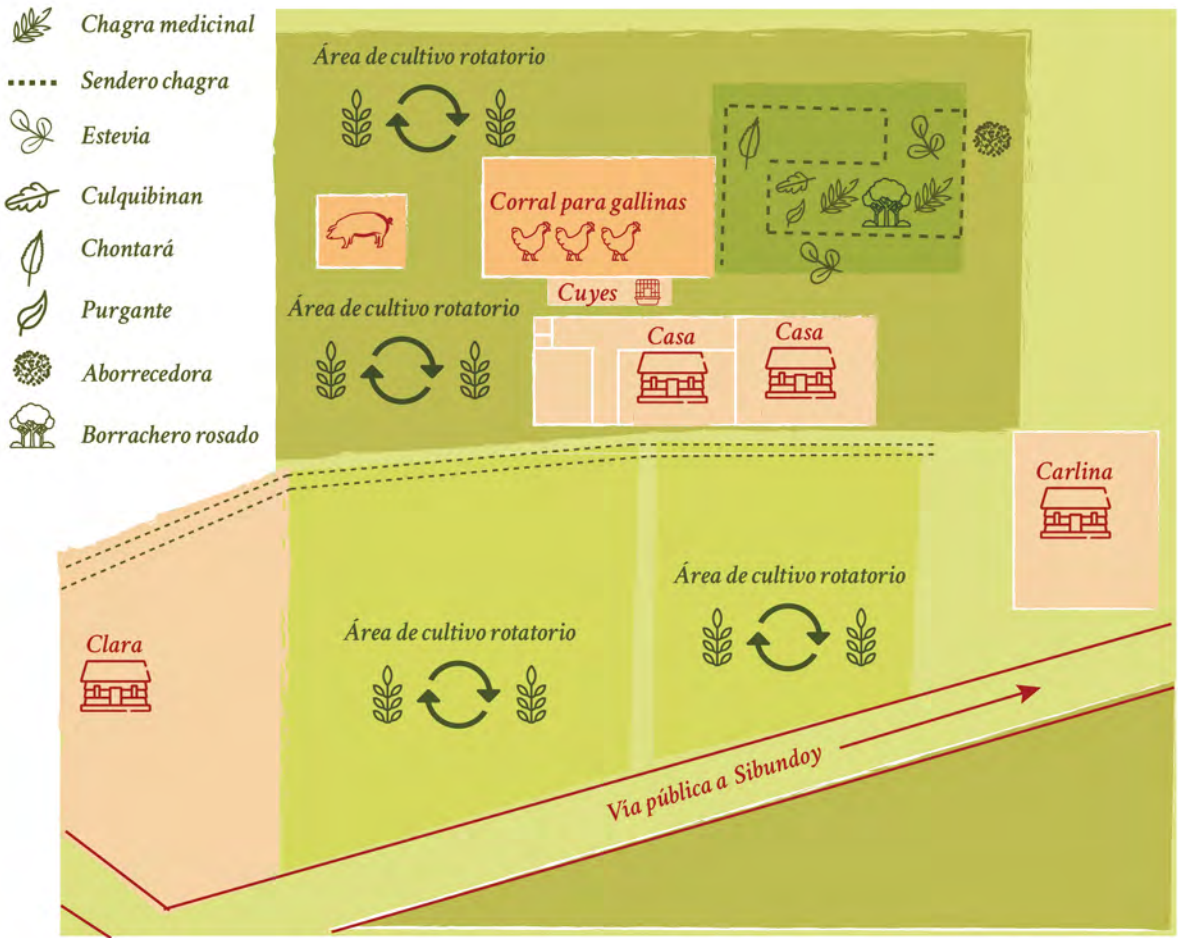
Ruta de la semilla



Pastora Jansasoy



Cultivar y cuidar las plantas medicinales requiere de muchas capacidades, y eso lo tiene la mamita Pastora, que ha dedicado toda su vida a enriquecer los saberes aprendidos de su padre y los que le han dado las experiencias vividas. Es una gran sabedora y curadora de pueblo Kamëntša; vive en la vereda Sagrado Corazón de Jesús de Sibundoy, donde es reconocida por las personas que buscan su curación con las plantas de la chagra. Su amor por las plantas se ve en su trato suave y cariñoso hacia ellas.



El dulce de la estevia que se adaptó al frío

Es una **semilla** introducida desde el proceso de recuperación de semillas de ASOMI, a partir del intercambio con mujeres indígenas de la llanura. Aunque es una especie de zona cálida, se aclimató y se adaptó bien al frío. Su uso es medicinal como endulzante natural para las personas que sufren de diabetes. La mejor luna para sembrar esta planta es luna llena y lo que mejor **prende** son las puntas de las ramas, ojalá que estén tiernas y sembradas en un lugar con mucha luz. Es importante protegerla de los insectos con ceniza o cal, pues la babosa la ataca mucho cuando está **biche**.



¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Ruta de la semilla

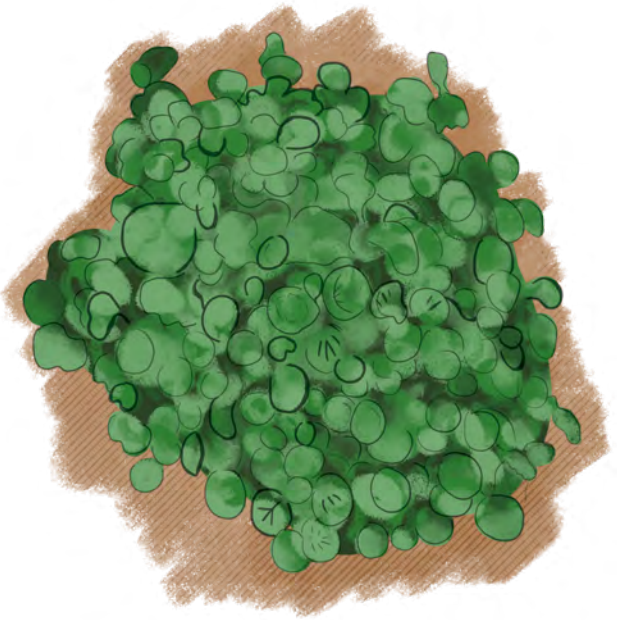
Resguardo Afilador
Pueblo Kofán, San Miguel
(Putumayo)

Chagra de la
mamita Pastora



Un conjuro de culquibinan

Los taitas y las mamitas han usado por generaciones esta planta. Es de uso ritual para la abundancia; al mezclarse con azucarela y con vino, se **conjura** y se puede beber o se unta en las manos. Se encuentra en la chagra, en lugares donde la luz llegue, pero no directamente. Para reproducirla simplemente se arrancan las **maticas** que salen por los lados de la **planta madre** y se resiembra en luna llena, por las tardes. El suelo no debe permanecer muy **empantanado** pues se puede morir.



¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Ruta de la semilla

Chagra
(permanente)



El chontará venido del páramo

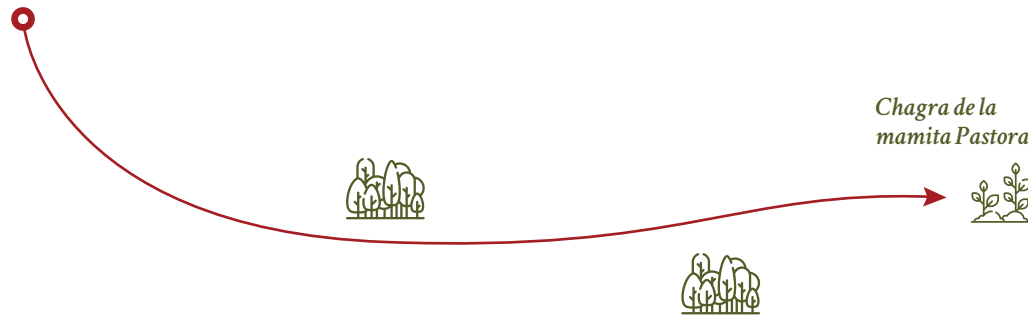
Es una planta que la han adaptado del páramo a zonas más bajas, aunque no produce tallo grueso, sólo se da con ramas delgadas. La usan para el daño de estómago y para los cólicos al mezclarla con caléndula. La mezcla con caléndula y ámbar se usa como **purga**. También la **ocupan** para la fiebre y la tos. La reproducción de esta planta es a través de **esquejes** o de **maticas**, se deben **arrancar** y sembrar en lugares con sombra permanente y con poca humedad, pues si se encharca se puede morir. Se recomienda hacer la siembra en las tardes de luna llena.



¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Ruta de la semilla

Páramo de Sibundoy



Empezar a reproducir y compartir el purgante

Esta hierba se la trajo a la mamita el hijo que vive en el Medio Putumayo, por eso ella la valora bastante y quiere comenzar a reproducirla, pues ninguna otra mujer de ASOMI la tiene. Se está propagando a través de **esquejes** o **maticas** de la **planta madre** que se arrancan en las tardes de cuando hay luna llena y se siembran en lugares muy iluminados. Se deben cuidar las hojas que al ser tan bajitas se pueden embarrar fácilmente y llevar a que la planta se muera pues le va a faltar luz para su crecimiento; además se debe hacer limpieza de las malezas alrededor para que no vayan a tapar o cubrir el purgante.



¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Ruta de la semilla

Villagarzón



Espantar al visitante con aborrecedora

Es una planta escasa y el pueblo Kamëntša la ha usado tradicionalmente dentro de un ritual para alejar (o aborrecer) a otras personas que no quieren irse de la casa. Se sacan las plantas que retoñan de la **planta madre** y se siembran en un lugar con buena sombra que no tenga mucha humedad. El trasplante se debe hacer en luna llena.



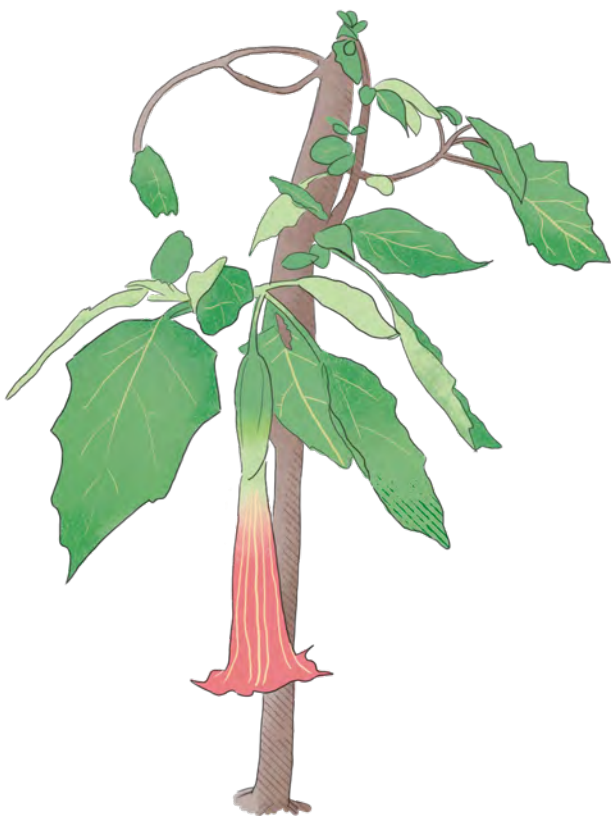
¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Ruta de la semilla



Borrachero rosado hembra, para baños

Se usa para **baños** y si alguien tiene una mordedura de perro, las hojas se tibian y se colocan donde está la mordedura, eso hace que se le caigan los dientes al perro, pero no lo mata. La mamita considera que esta planta tiene macho y hembra, siendo el macho el que produce el **palo** más grueso y más alto, y la hembra es de menor altura. Se encuentra en las chagras y se reproduce por **esqueje** o parquita, cogida de la **planta madre**. Se siembra en un lugar bien iluminado y en luna llena, para que crezca. Hay que tener mucho cuidado con la babosa, pues ataca y daña las plantas cuando están jóvenes.



Ruta de la semilla

Corregimiento de
El Encano (Pasto, Nariño)



Chagra de la
mamita Pastora

¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Mujeres del Piedemonte Andino-Amazónico



Luz Beri Piaguaje



Con su constancia y su perseverancia, la mamita Luz Beri, indígena Siona que vive en la vereda Medio Afán de Mocoa, se ha encaminado en la recuperación de especies importantes para su pueblo, para no olvidar los saberes de sus ancestros. Con su trabajo diario en la chagra, la mamita muestra que los procesos se hacen sostenibles al trabajarlos constantemente, con alegría, humildad y dedicación.



La medicina del mano de sapo

La mamita eligió esta planta pues le trae recuerdos de su papá, el taita Luciano Piaguaje, que le enseñó todos los remedios que con ella se preparan. Sirve para el mal de orina, para la erisipela (granos, nacidos, tumores) y para los golpes. Se usa **majada** y se coloca en la zona afectada en forma de **emplasto**. La planta que tiene la trajo del territorio de su comunidad. Es un **bejuco** que se encuentra principalmente en el **monte**. En el mismo lugar donde está la **planta madre**, ella bota una **semilla** negrita, cuando estas germinan y las plántulas tienen unos 15 centímetros, se sacan para **resembrar**. La resiembra se debe hacer en invierno, en luna creciente y preferiblemente en la tardecita, cerca de algún árbol grande que le dé sombra.

La mamita Luz Beri recomienda: es importante que las personas que lleguen no cojan las plantas, que sea la misma **cuidadora** quien haga el trabajo.

Ruta de la semilla



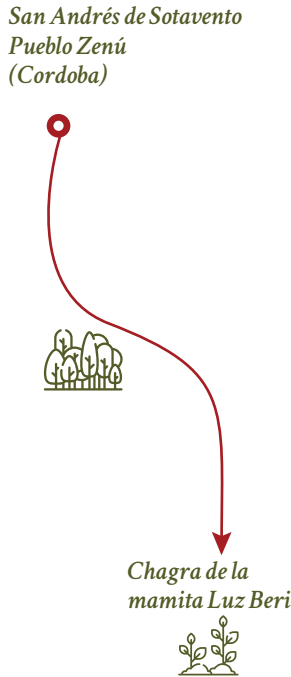
¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Guandul rojo, rallado y amarillo para alimentar el suelo y a los humanos

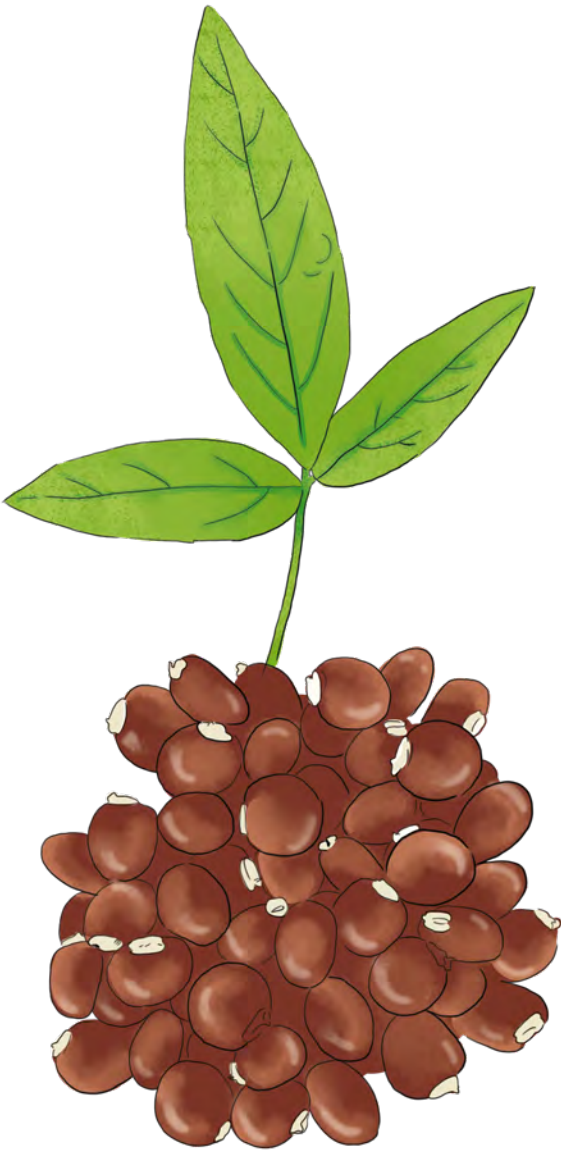
Especies de frijoles que sirven para la alimentación de personas y de animales, también ayudan a recuperar suelo. Es un árbol con **vainas** pequeñas de dos o tres pepitas, y si están en suelo muy bueno puede dar hasta cuatro pepitas por cada **vaina**. Es una planta **aguantadora** y se puede sembrar en diferentes suelos, para esto se siembra directamente la **semilla** en luna menguante. Cuando la planta está adulta se puede cortar y vuelve a **retoñar**. Se siembra en lugares muy iluminados, resiste si se siembra en suelos secos y en tiempo de verano.

La mamita Luz Beri recomienda: sembrar a dos metros de distancia entre cada **mata**; sin embargo, ella las sembró más cerca, pues tiene tres variedades diferentes y quiere ver si se cruzan.

Ruta de la semilla



¿Se conocen otros nombres para esta planta?

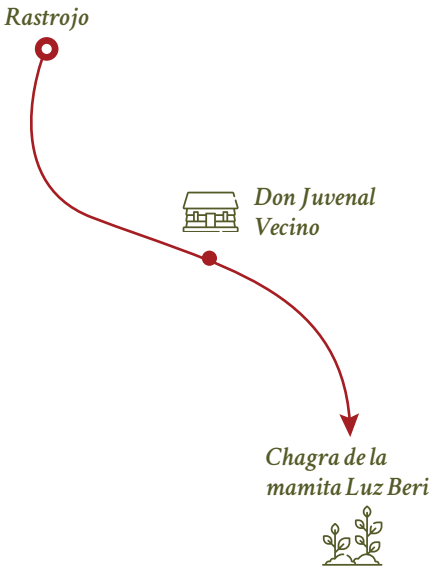


La memoria de la cacería en el totumo redondo

Los totumos eran antiguamente usados por los mayores como recipiente para preparar o **car-gar**. En ellos se mezclaba el veneno que iba en la punta de las flechas usadas para la cacería, tam-bién se cargaban las moticas de algodón que se ponían en la colita del dardo que luego se dispa-ra con la bodoquera. Al ser totumos pequeños, se facilitaban para amarrarlos junto al **matirí**. También se usaban para guardar la pintura de la cara y para construir instrumentos musica-les como maracas. Cuando el totumo se seca, la **semilla** sale lista para sembrarse en un lugar con sombra, cerca de un árbol donde se pueda trepar y enredarse; en suelo bueno, abonado y limpio y en luna menguante para que dé buen fruto. Entre los cuatro y cinco meses empieza a dar cosecha de totumos; cuando estos se van poniendo amarillos si al moverlos suenan por dentro, es señal de que están listos para cose-char y esa semilla que está allí sirve para volver a sembrar.



Ruta de la semilla

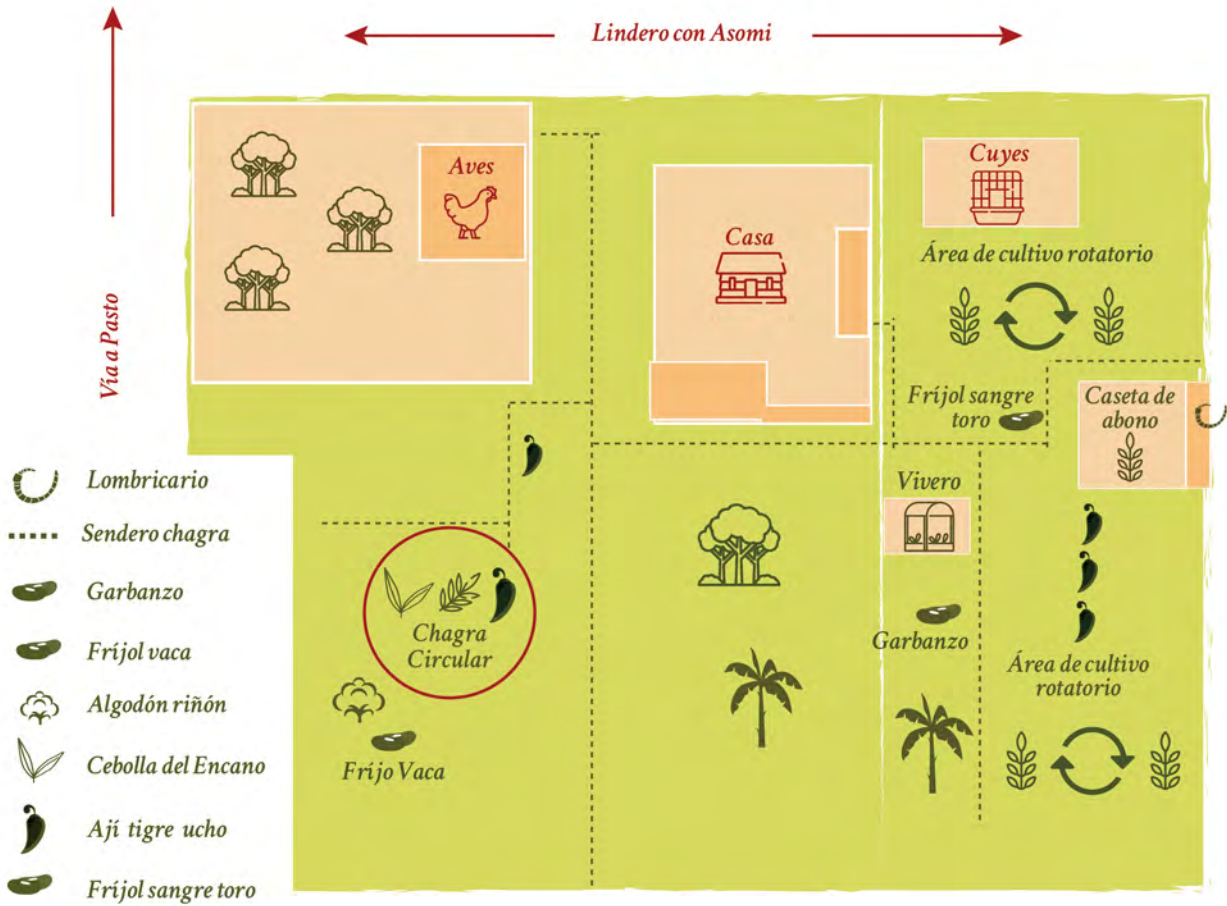


¿Se conocen otros nombres para esta planta?

María Rosario Chicunque (Charito)



El profundo amor que siente por sus raíces Kamëntša la hace poseedora de un carisma inigualable, concibe la tierra como un don y es en ella donde deposita sus sueños. Charito, como la conocen todos, pone lo cultivado al servicio de quien lo necesite. Vive entre su chagra en la vereda Las Planadas de Mocoa y la luna es su guía, tanto para las actividades de la chagra como para actividades diarias. Uno de sus sueños es que los saberes de sus mayores se preserven y apliquen en el tiempo, así que hace todo lo po-sible para mantenerlos vivos en la chagra y transmitirlos a las nuevas generaciones.



Las motas del algodón riñón

Antiguamente el algodón era usado para medicina. Las mujeres lo cosechaban, limpiaban e hilaban, para luego fabricar atuendos como **chumbes** y trajes tradicionales. Hay que saber muy bien cuándo se deben cosechar las motas de algodón, pues se puede **pasar**. Charito quiere recuperar el conocimiento y las prácticas de los mayores asociados a la planta de algodón. Gracias a un intercambio de semillas realizado en ASOMI, pudo volver a tener esta planta en su chagra. Las semillas se ponen a germinar y cuando estén de unos 10 centímetros, en luna llena se trasplanta a un lugar que le dé una mitad de luz y mitad de sombra, con tierra abonada. Hasta cinco centímetros de altura, se debe **regar** todas las tardes.



Ruta de la semilla

Intercambio ASOMI
2018



Chagra de Charito



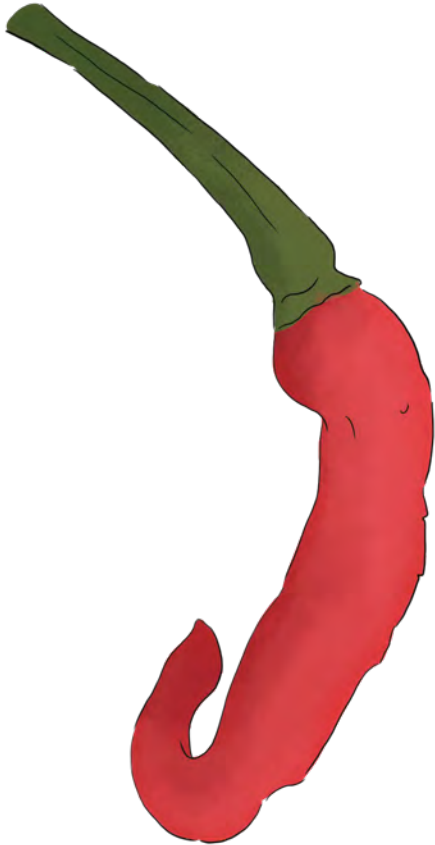
¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Ají Trigriuchu, el ají de los yageceros

Esta clase de ají era muy utilizada en los pueblos del yagé, pues era el único ají que usaban los **yageceros**. Para curar el mal de ojo se toman las hojitas bien en la mañana, se calientan un poquito al fuego y se colocan en la vista. Es una fuente de energía para el cuerpo y tiene bondades medicinales. Da fortaleza a la persona y ayuda a repeler las **plagas** dentro de la chagra. Cuando el fruto esté bien maduro, se cosecha y se sacan las semillas para hacer un semillero a la sombra; después de que crezca por dos meses, se trasplanta en luna llena a suelo abonado y con buena luz. Durante el crecimiento, se debe tener cuidado principalmente con **plagas** como hormigas, grillos y gusanos, que se pueden controlar con agua de ceniza.

Charito recomienda: para la cosecha es importante que se haga bien temprano en la mañana o finalizando la tarde, evitar que sea al medio día, sobre todo si es tiempo soleado. También tener en cuenta que se haga durante la luna llena o menguante; en cucomenguante o luna nueva no se debe cosechar ni trasplantar.

¿Se conocen otros nombres para esta planta?



Ruta de la semilla

Resguardo Yurayaco

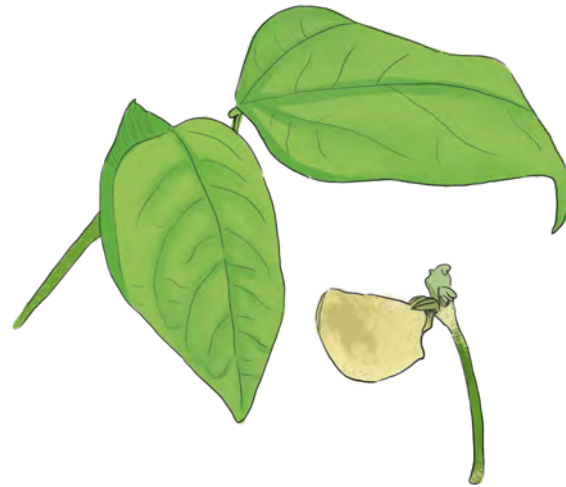


Chagra de Charito



Una nueva clase de garbanzo gracias a los intercambios de semilla

Gracias al proceso de intercambios de semillas, Charito conoció esta planta traída del Bajo Putumayo, le gustó y decidió reproducirla, pues es un garbanzo amazónico que casi no se siembra, no está lleno de tanto químico y favorece la alimentación de humanos y animales. La **semilla** se germina y en luna llena se trasplanta a un lugar con mucha luz, suelo bien abonado y que no se inunde. Se debe dejar crecer cerca de un árbol o una estaca para que se pueda ir enredando. La semilla tiene un punto en el cual hay que aprovecharla, este punto es cuando la **cáscara** se pone de color beige oscuro brillante y aún no alcanza a abrirse. No es como el frijol, que aguanta varios meses en **cáscara** y luego se aprovecha, el garbanzo nace rápido hasta en su propia **cáscara**. Por último, se cosecha en luna llena o en menguante.



Ruta de la semilla

Finca de Alfredo Guerrero
El Placer (Putumayo)

¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Chagra de Charito



El manchado frijol vaca

Se llama frijol vaca por las **pintas**, pues es manchado como la vaca, aunque antiguamente se le conocía con el nombre de frijol torta. Es muy sabroso, lo cultivaban y consumían los abuelos. Charito considera este **grano** como parte de la historia de su familia, especialmente de su abuela. Es una especie muy resistente que crece en la chagra, pero hay que tener cuidado a la hora de recoger las semillas, pues se debe hacer con las manos bien limpias. Se siembra en luna llena en un terreno seco y con un **palo** cerca que le permita agarrarse para ir creciendo, pues es una enredadera. Cuando empieza a dar fruto, puede producir varias cosechas, hay que estar aporcándolo y abonándolo, además de cosechar sólo en luna llena o menguante.



Ruta de la semilla

La mamá recogió la
semilla en el Putumayo

¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Chagra de la mamá
María Antonia



Fríjol sangre toro que crece y enreda sobre otros

Esta enredadera se usa como alimento de personas y animales, además de ser un buen abono para el suelo. Charito valora esta especie, pues hace parte de los procesos de intercambio de semillas con las mujeres de otros territorios. La reproducción es por **semilla**, escogiendo de la **vaina**, semillas de buen tamaño y de aspecto saludable, ya sea en luna menguante o llena, se siembra en lugares secos que no se inunden; la cosecha también se debe hacer sólo en alguna de estas lunas. Tener en cuenta que al ser una enredadera necesita un árbol o una estaca cerca para poder crecer.

Charito recomienda: cuidar estas plantas permanentemente de las hormigas, que son los insectos que más las atacan. No sembrar en luna creciente pues es posible que no den **grano**.



Ruta de la semilla

Chagra de Esneda
Vereda Medio Afán
(Mocoa)

¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Chagra de Charito



Bautizando la cebolla del Encano

Charito le puso este nombre pues es una cebolla que encontró en El Encano (Nariño) y, al verla, recordó una cebolla que su mamá utilizaba en los tratamientos de autocuidado y desde que era niña no la veía. Es una especie medicinal de flor morada que se usa para cuidar a madres gestantes, de parto, lactantes y para el cuidado de la matriz, a través de **emplastos**. Se encuentra en las chagras de climas fríos. Para reproducirla se saca la **mata**, se abre, se le sacan las raíces y el botoncito amarillo que se cría en el centro (algunos le llaman la **nigua**) y quedan listas las cañitas para siembra. Se siembra en creciente, bien temprano en la mañana o al final de la tarde. También la cosecha y desyerbe se hacen en creciente. Desde el primero de la luna nueva hasta el día cinco no se le puede tocar; al sexto día ya se puede sembrar y **desyerbar**. Le gusta el suelo arenoso, bien abonado y un lugar con algo de sombra que no le pegue directo el sol por largo rato.



Charito recomienda: le ataca el gusano que le dicen el **medidor**, que se come la hoja; para controlarlo se usa agua de ceniza con un poquito de ají. También se puede hacer un **repelente** con los propios gusanos, se maceran y se aplica sobre las plantas.

¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Ruta de la semilla

Corregimiento El Encano
(Pasto, Nariño)

Chagra de Charito



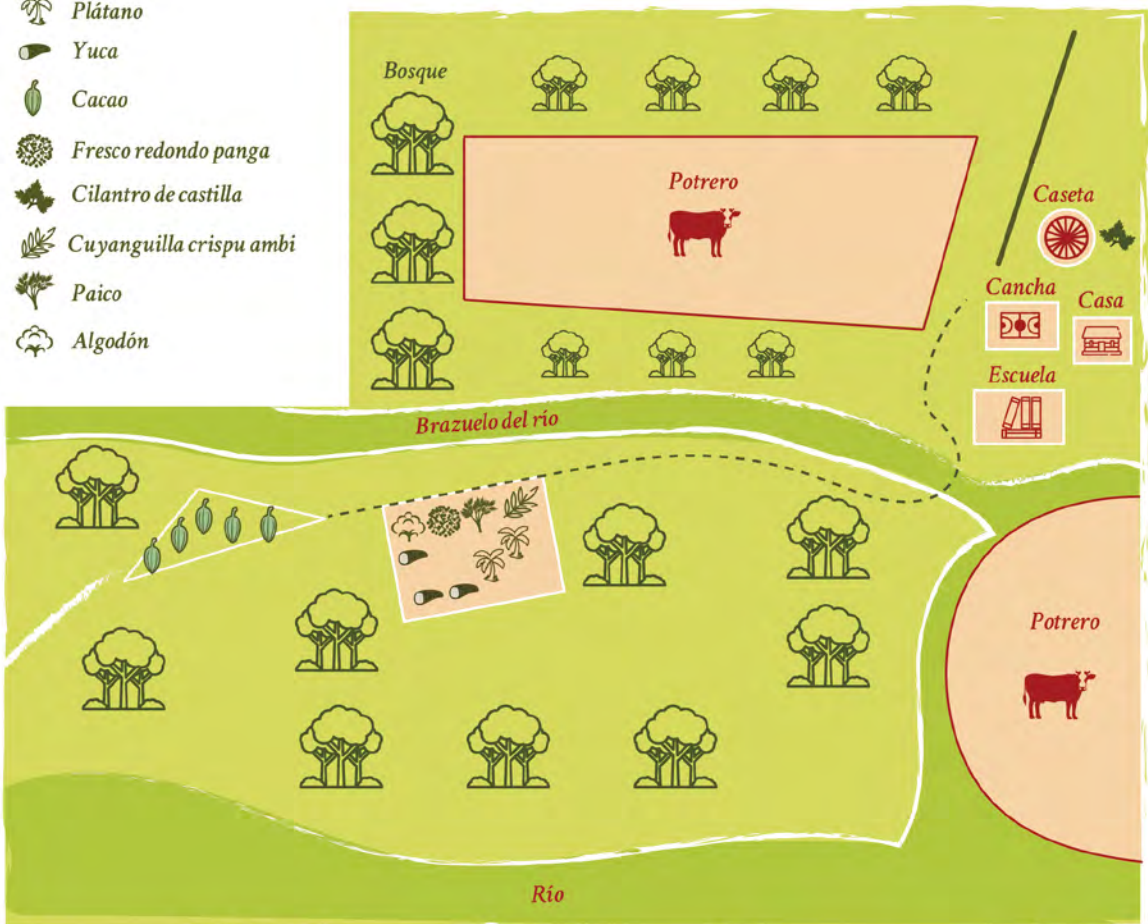
María Antonia Mutumbajoy



Mujer Inga, luchadora, enamorada de la vida en el campo y comprometida con su comunidad del resguardo San Miguel en el departamento de Caquetá. Es partera y sabedora de las plantas medicinales del pueblo Inga. En su chagra no sólo se trabaja la tierra, también todo el tiempo están presentes los valores y saberes que ha aprendido de sus mayores, los cuales usa respetuosamente para seguir sirviendo a quienes la rodean.

- Bosque
- Potrero
- Plátano
- Yuca
- Cacao
- Fresco redondo panga
- Cilantro de castilla
- Cuyanguilla crispu ambi
- Paico
- Algodón

--- Camino a la chagra
— Entrada al resguardo



Sembrar semillas impares de algodón riñón

Antiguamente el algodón riñón era el elemento primordial para **limpiar** las heridas de una persona, también se usa a veces para limpiar el mal aire. La mamita recuerda cuando ella era pequeña y veía esta planta en el **monte**, ahora sólo se cultiva y encuentra en las chagras. Cuando se coge la **semilla** se debe asegurar que esté **jecha**, esto pasa cuando se abre la flor en forma de estrella, en cuatro puntas, y se pone flojita a punto de caer. Antiguamente en tiempo de menguante se sembraba la semilla cerca de un **palo** o tronco que dejaba abono, allí se ponían de a dos o tres **granos**. Ahora se puede sembrar en bolsa o en el vivero, pero lo importante es sembrar en luna menguante, en un lugar con sombra y siempre poner tres semillas por sitio (o un número impar).



La mamita María Antonia recomienda: antiguamente se mantenían cinco o siete **matas** en la chagra y se aprovechaba la cosecha, cuando se miraba que ya la planta se ponía amarillenta entonces se recogía semilla y se sembraba con la idea de ir reponiendo las plantas que iban muriendo.

¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Ruta de la semilla

La mamá recogió la semilla en el Putumayo



Chagra de la mamita María Antonia



Los cuidados para mantener el fresco redondo

La mamita recuerda que su mamá decía que ese era el propio **remedio** fresco para los tabardillos, para la fiebre, para las llagas (o sapos) que salen en la boca, además refresca el organismo por dentro y es una especie muy delicada y muy escasa. Para reproducirla toca a través de **hijuelos** o **gajitos** que se cogen de la **mata** madre y se siembran en una matera con buena tierra y en luna creciente (el 7 u 8 de luna) para que crezca un poco más. Se siembra en materas y no en la chagra, pues necesita mucho cuidado. Tener bajo sombra moderada y evitar que las personas de afuera lleguen a mirarla y menos tocarla, pues eso hace que la mayoría de las veces se empieza a secar.



Ruta de la semilla

Chagra de Yolanda
Resguardo Yurayaco

¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Chagra de la mamita
María Antonia

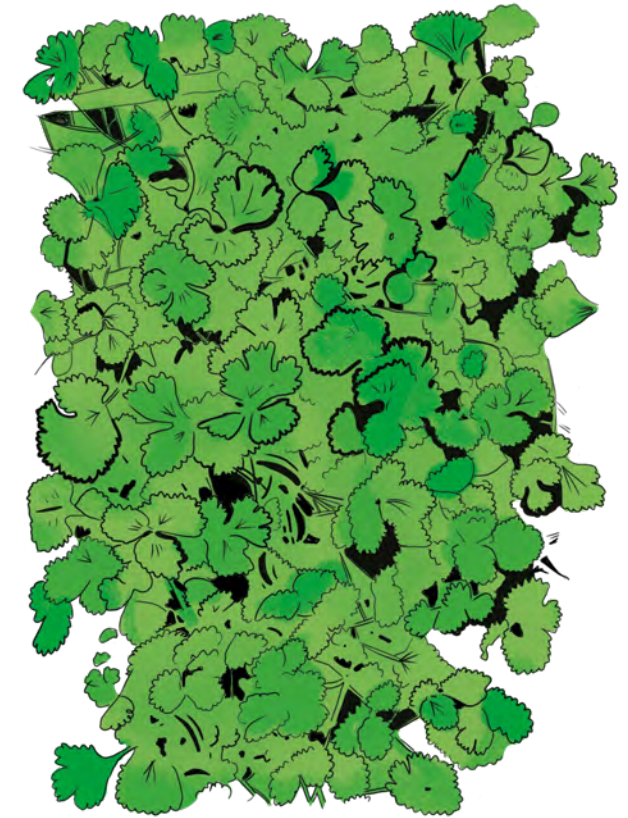


Cilantro de Castilla, indispensable para las mujeres embarazadas

Planta importante para su uso como condimento y medicina. Las parteras la usan cuando una mujer está en trabajo de parto, pues ayuda a mantener las contracciones para que nazca más rápido el bebé; cuando se están **pasmando** los dolores, se da la bebida de cilantro. También cuando la mujer está recién **endietada**, el cilantro ayuda a que le quite el período, le sana la matriz y le saca el frío. Mamá Antonia quiere recuperar la **semilla** de la región, pues dice que la que se consigue comúnmente es de afuera y es transgénica.

Para sacar semillas, se seleccionan unas **matas** de todo el cultivo y se dejan hasta que produzcan semilla, cuando se empieza a poner color café oscuro, ya se puede recoger para hacer nuevos semilleros. Otras personas lo que hacen es que, cuando la semilla en la **mata** se pone café, cortan la mata y terminan de secar la semilla bajo sombra moderada. Después de esto, se arregla la tierra bien abonada y sueltica, allí se riega la semilla y se cubre con una capa delgada de hojas, y cuando empiezan a nacer, por ahí a los ocho días, se va destapando. La siembra de las semillas se hace en cualquier luna menos en luna nueva (ella le llama luna **tierna**) porque le cae una **plaga**, que es un hongo blanco.

La mamita María Antonia recomienda: hacer siembras escalonadas para que no falte el cilantro. Cuando se va poniendo listo para cosechar se debe ir sembrado de una vez el otro cultivo.



¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Ruta de la semilla

Chagra
(permanente)



Cuyanguilla crespoambi para cuidar el hogar

Esta planta es una protectora, se usa para proteger el hogar de las cosas malas, por esa razón se debe sembrar en materas en las esquinas de la casa. También dice la mamita que a veces puede reemplazar el redondo panga cuando no hay. Se reproduce por **hi-juelo** o **gajito** que debe ser sembrado en las materas con tierra con gallinaza (de la propia finca), sin mucho sol directo y al igual que el cilantro, sembrar en cualquier luna menos en luna **tierna** (luna nueva) pues la ataca el hongo blanco.



Ruta de la semilla

Taita Paulino Mojomboy
La Floresta, Piamonte
(Cauca)



¿Se conocen otros nombres para esta planta?



Chagra de la mamita
María Antonia



La resistencia del paico

El paico es importante porque es curativo como purgante, sirve para matar las lombrices. Está muy escaso en esta región y aunque antes se encontraba en rastrojos, ahora se cultiva más. La **semilla** se puede recoger de la **mata** cuando ya esté bien seca, y se esparce en el lugar donde se quiere hacer el cultivo. Es una semilla muy pequeña, pero germina rápido, por ahí a los tres días ya se ve **criar**. Se puede sembrar en todo tiempo, pero no en luna creciente, porque se multiplica demasiado. Es una planta muy resistente, pero de vez en cuando es bueno abonar un poquito.



¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Ruta de la semilla

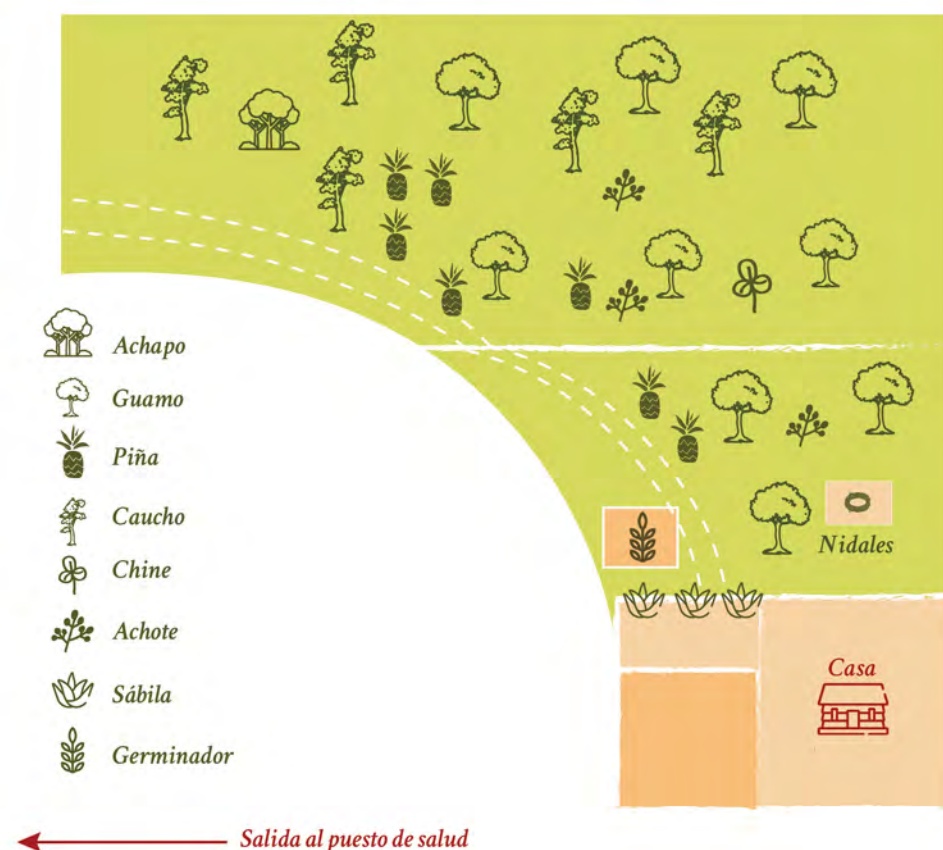
Chagra
(permanente)



Yolanda Jacanamejoy

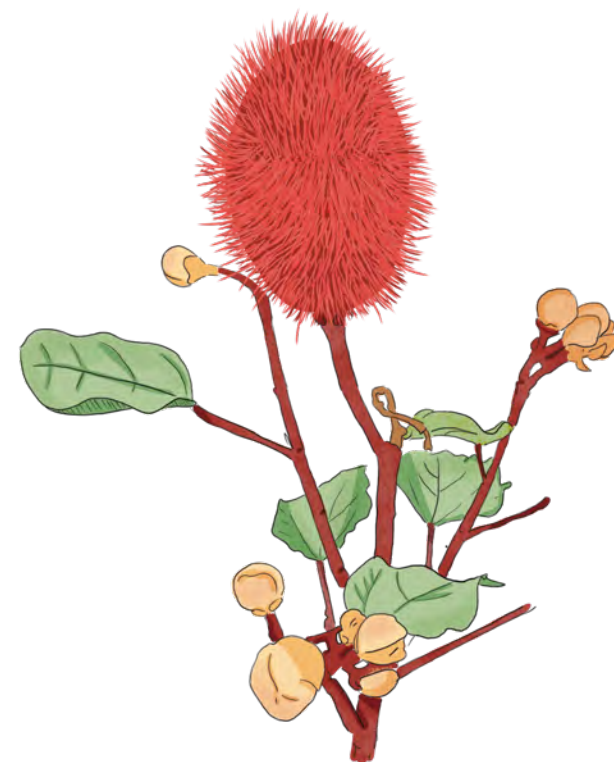


Yolanda es una mujer Inga, muy curiosa, inquieta por la agroecología, la diversidad y el aprovechamiento de todo lo que la chagra produce. Su meta es una alimentación orgánica a través de la chagra tradicional, en la que trabaja permanentemente. Es una maestra y **cuidadora** de las tradiciones del autocuidado del pueblo Inga del resguardo de Yurayaco en Caquetá, preocupada porque las nuevas generaciones puedan mantener en el tiempo lo heredado y aprendido de los mayores.



El achiote, cura, condimenta, recupera el suelo y alegra

Un arbolito muy importante por sus múltiples usos; como condimento se prepara al poner las semillas en agua, cocinar, **macerar** y después se envasa el líquido para aprovecharlo. Se usa también para la artesanía, como medicina que ayuda en la protección, y además dice la mamita que es ornamental porque “alegra como jardín”. Antes era silvestre, ahora se reproduce en las chagras, para lo cual se deja que la **semilla** seque bien, y se saca de la **cáscara** para hacer semilleros, o también simplemente se deja que caigan al suelo y ahí mismo bajo la planta germinan las semillas que de allí se pueden trasplantar. Los frutos se deben recoger en la mañana, el trasplante en las tardes y en luna menguante o llena, a lugares con sombra moderada.



Yolanda recomienda: cuando se quiere el achiote para recuperar suelos, se siembra bien cerquita, y cuando está grande se corta y se deja en el suelo como abono. Las podas deben hacerse en luna menguante, para que no críen tan altos, y no le caiga polilla ni hormiga.

¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Ruta de la semilla

Chagra
(permanente)



Tener buena mano para que crezca la ortiga morada

La ortiga es indispensable para las ceremonias de **remedio**, por eso tiene un gran valor espiritual y aunque hay diferentes variedades, la morada se considera la mejor para este propósito. Los mayores recomiendan hacerse una **ortigada**, para que las plantas críen bonitas. Yolanda dice que es una planta escasa pues aunque muchos la siembran, es difícil que crezca. Es una planta que necesita mucha luz para crecer. Se reproduce por estaca o se trasplantan los retoños que brotan de las ramas caídas, esto se puede hacer en cualquier luna, pero lo importante es que la persona que haga la siembra, debe antes tener tierra abonada y arenosa. Cuando **se mira** decaída o fea es porque está pidiendo abono, además es bueno cortarla para que retoñe y salga otra vez bonita.



¿Se conocen otros nombres para esta planta?

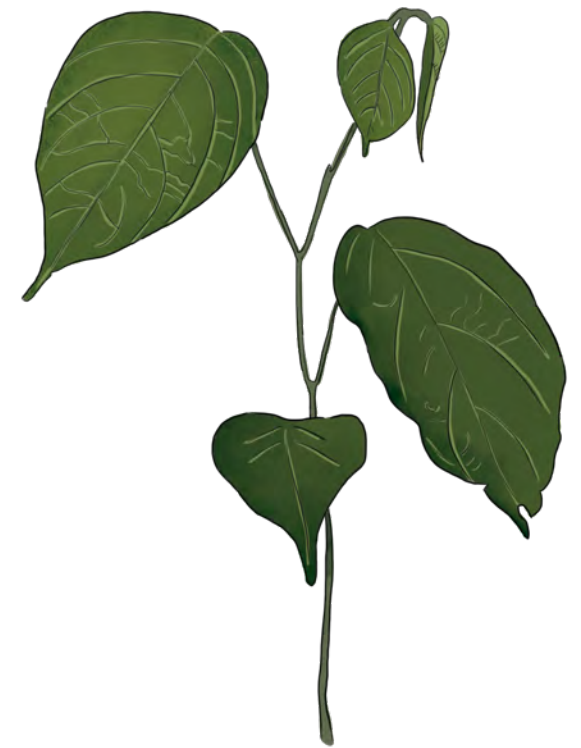
Ruta de la semilla

Chagra
(permanente)



¡A bañarse con achapo!

Antiguamente, los mayores se bañaban con la **cáscara** de este árbol, sin embargo, por ser maderable, se ha ido acabando y ya casi no se encuentra. Actualmente se usa como medicina para curar la caspa, los granos y sanar heridas. En Yurayaco lo están aprovechando para elaborar champú y enseñarle a la juventud a cuidarlo y recuperarlo. Vive en el bosque, así que si se quiere reproducir, se debe buscar un árbol grande y recoger las **chapolas** que se suelen encontrar en junio, julio y agosto, para trasplantar en luna creciente, a bolsas o tarritos hasta que coja fuerza, y se siembre en el lugar donde finalmente crecerá. Le gustan la sombra moderada y los suelos buenos, fértiles y húmedos.



Ruta de la semilla

Finca Jorge Quintero
Vereda Dios Peña
San Miguel (La Dorada)




Vivero predio ASOMI
(Mocoa)



Chagra de
Yolanda



¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Usos y misterios de la sábila

La sábila es medicinal, sirve para la tos, dolor de cabeza, fiebre, es un buen cicatrizante y además es una planta **perseguida** porque dicen que tiene **misterio**, por eso se debe tener en la casa, pues hace parte de las plantas importantes para los mayores. En Yurayaco la están usando para hacer champú. La planta hembra es diferente del macho, al ser lisa con espinas por los lados, mientras el macho es ralladito. Una **mata** de sábila se demora un año para **echar hijos**, cuando se cumple este tiempo se coge el **hijuelo** y se trasplanta en un suelo muy abonado y con luz permanente. Hacer el trasplante en menguante o en luna llena.



Ruta de la semilla

Chagra de Esneda
Vereda Medio Afán
(Mocoa)

¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Chagra de
Yolanda




Intercambio
ASOMI 2018

Bajar el chundurgasca de la montaña a la chagra

Bejuco medicinal de mucha importancia para el pueblo Inga, se encuentra en la **montaña** por las orillas de las quebradas y los ríos. Dada la importancia, la mamita está tratando de hacer crecer esta planta en la chagra. Para reproducir se busca en la montaña, se toma una parte del **bejuco** y se siembra cubriendo con tierra sin tapar demasiado, bajo sombra en un lugar bien húmedo. Como es de la montaña no tiene tiempo de siembra, se puede en cualquier momento.



Ruta de la semilla

Orillas de ríos y quebradas

¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Chagra de
Yolanda



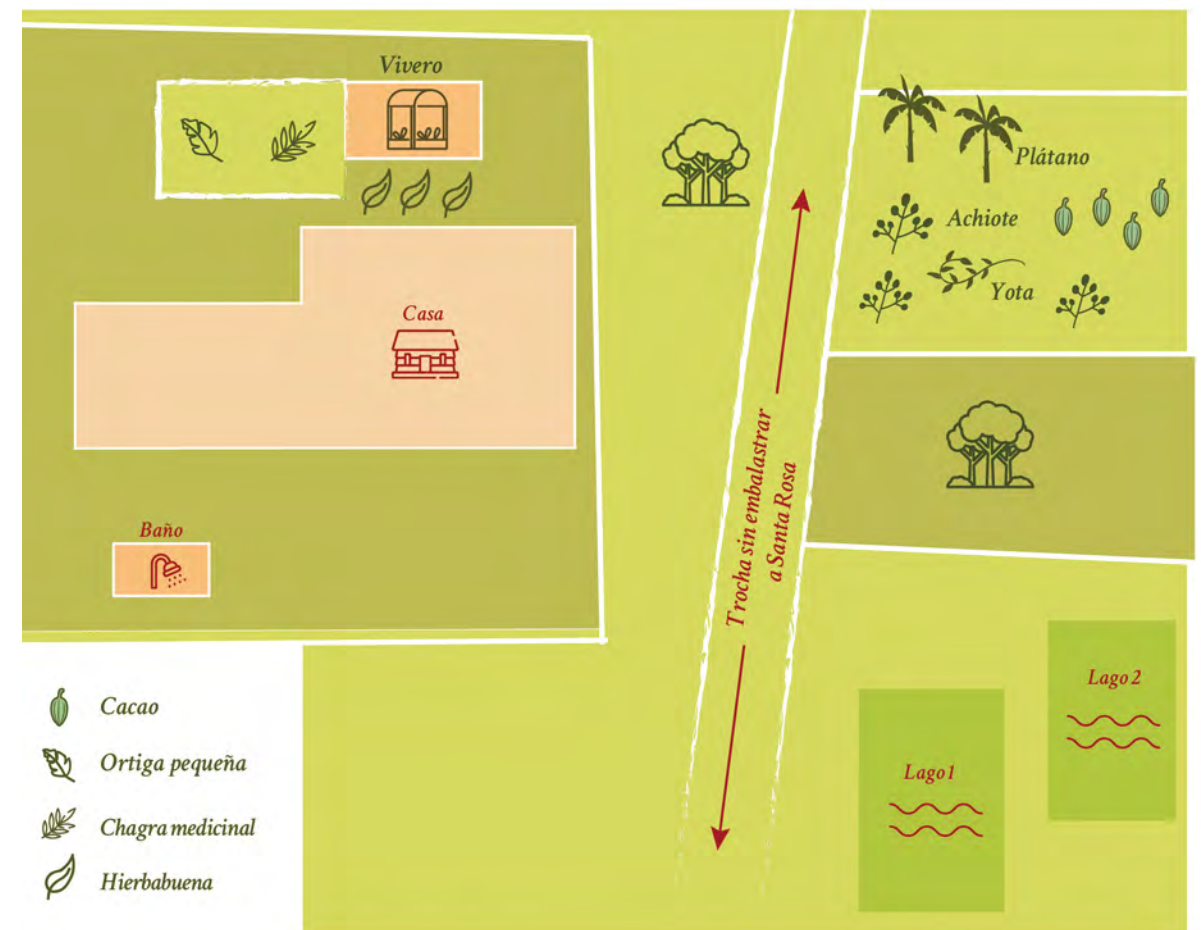
Mujeres de la Llanura Amazónica



Matilde Potosí

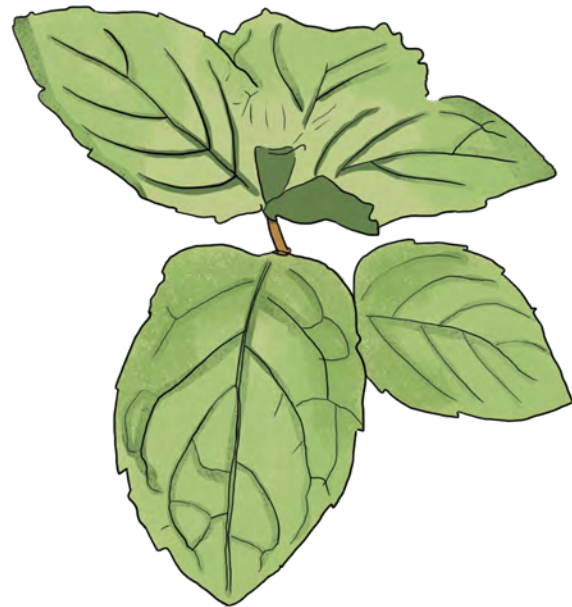


Respetuosa de las tradiciones culturales del pueblo Kofán del resguardo de Santa Rosa del Guamuez, tiene en el yagé su guía espiritual. Es aprendiz de la mamita Angelina Criollo, quien le transmitió su saber sobre las plantas medicinales. Gracias al trabajo constante y planificado mantiene plantas de la chagra que, distribuidas en su finca, prosperan y se multiplican. Cada planta tiene su lugar y algunas que son **celosas**, no las deja ver, ya que son especiales.

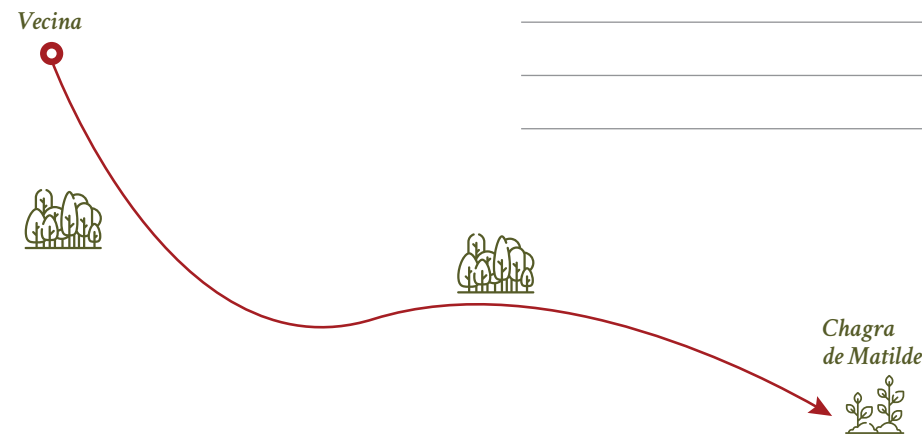


La curadora hierba buena

Como su nombre lo indica, es una hierba muy medicinal que mezclada con otras plantas sirve de purgante. Se reproduce fácilmente pues las plantitas se van regando, por eso se considera que es muy **pegadora**, lo único que se recomienda para trasplantar es que sea en época de lluvias, y se ponga en lugares donde le dé el sol permanentemente. Al poco tiempo de sembradas, sus hojas son grandes y de un verde brillante, pero cuando no tiene abono, las hojas se hacen pequeñas y es cuando toca abonar o cambiarle de tierra.



Ruta de la semilla



¿Se conocen otros nombres para esta planta?

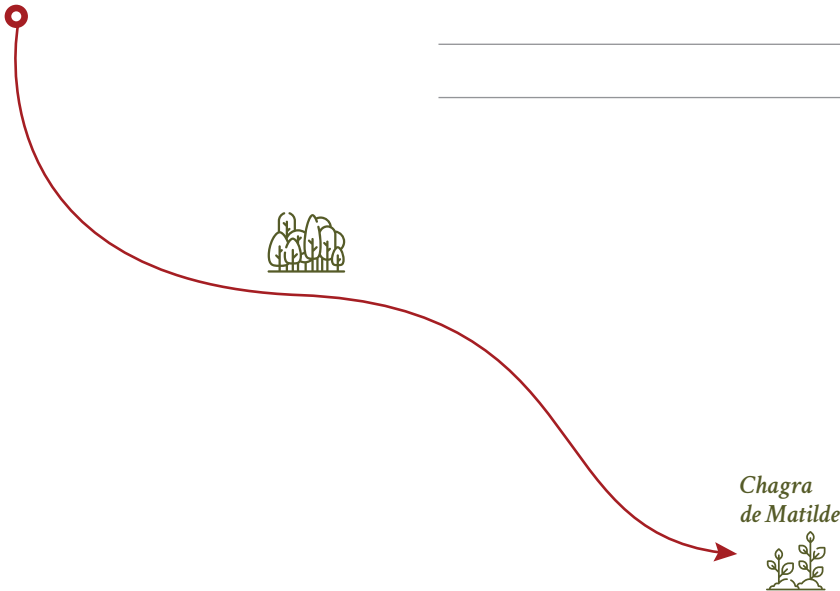
La recelosa ortiga pequeña

Esta es una planta especial para Matilde pues se la compartió otra abuela de su comunidad. Al ser una especie que casi no se ve, ella se ha propuesto recuperarla y reproducirla, pues es muy buena para el dolor del cuerpo, se usa igual que las otras ortigas. Se reconoce porque la hoja es **churosa** y no crece más de diez centímetros. Es muy delicada y por eso Matilde manifiesta que hay que tenerla escondida pues es **recelosa**, además no la puede regalar al ser un regalo. Para reproducirla se arranca la plantita con raíces, o únicamente la ramita y se siembra en temporada de lluvias y luna llena en tierra buena donde le dé parcialmente la luz.



Ruta de la semilla

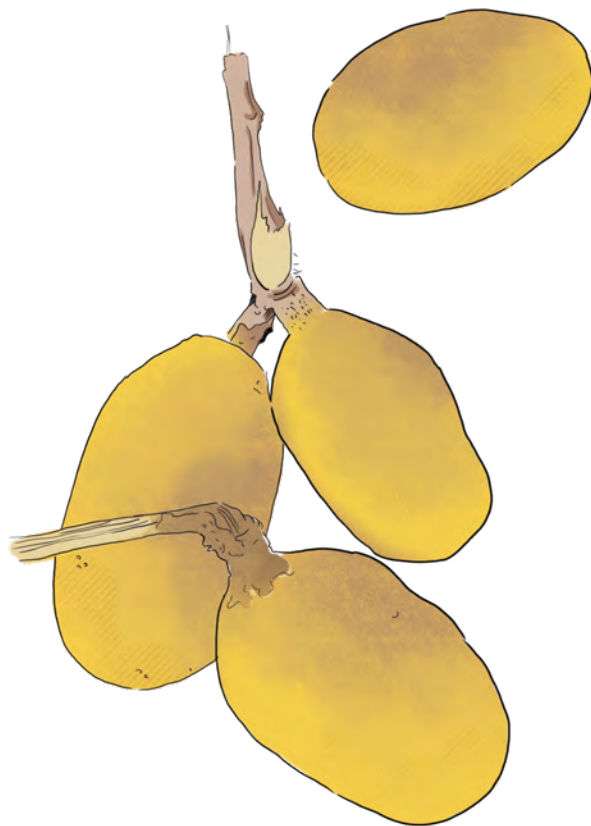
Chagra de mamá Bitelia
Resguardo de Santa Rosa del Guamuez



¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Cacao, el alimento de la montaña

La mamita dice que los cacaos en la tradición indígena no se preparan como en las culturas mestizas, que se hace chocolate, chokolatinas y esas cosas, ella dice que los indígenas se lo comen como fruta, se chupan las **pepas** y las botan para que nazca en otras partes. Cuando están de cacería o buscando sus plantas en la **montaña**, buscan **matas** de cacao para comer, también es comida para aves y micos. La mamita tiene dos variedades, uno que carga en las ramas y es alto, y otro que carga en el tronco. Se reproduce haciendo semilleros con las **pepas**, o se siembra directamente en el suelo. Las condiciones de luz tienen que ser medias, ni mucha luz ni mucha sombra, se debe sembrar en luna menguante para que cargue bajo. Son semillas muy **pegadoras** y de rápido crecimiento, si se siembran en un suelo más bien arenoso y sin tanta mata encima.



Matilde recomienda: sembrar las semillas frescas, pues si se secan, no nacen.

¿Se conocen otros nombres para esta planta?

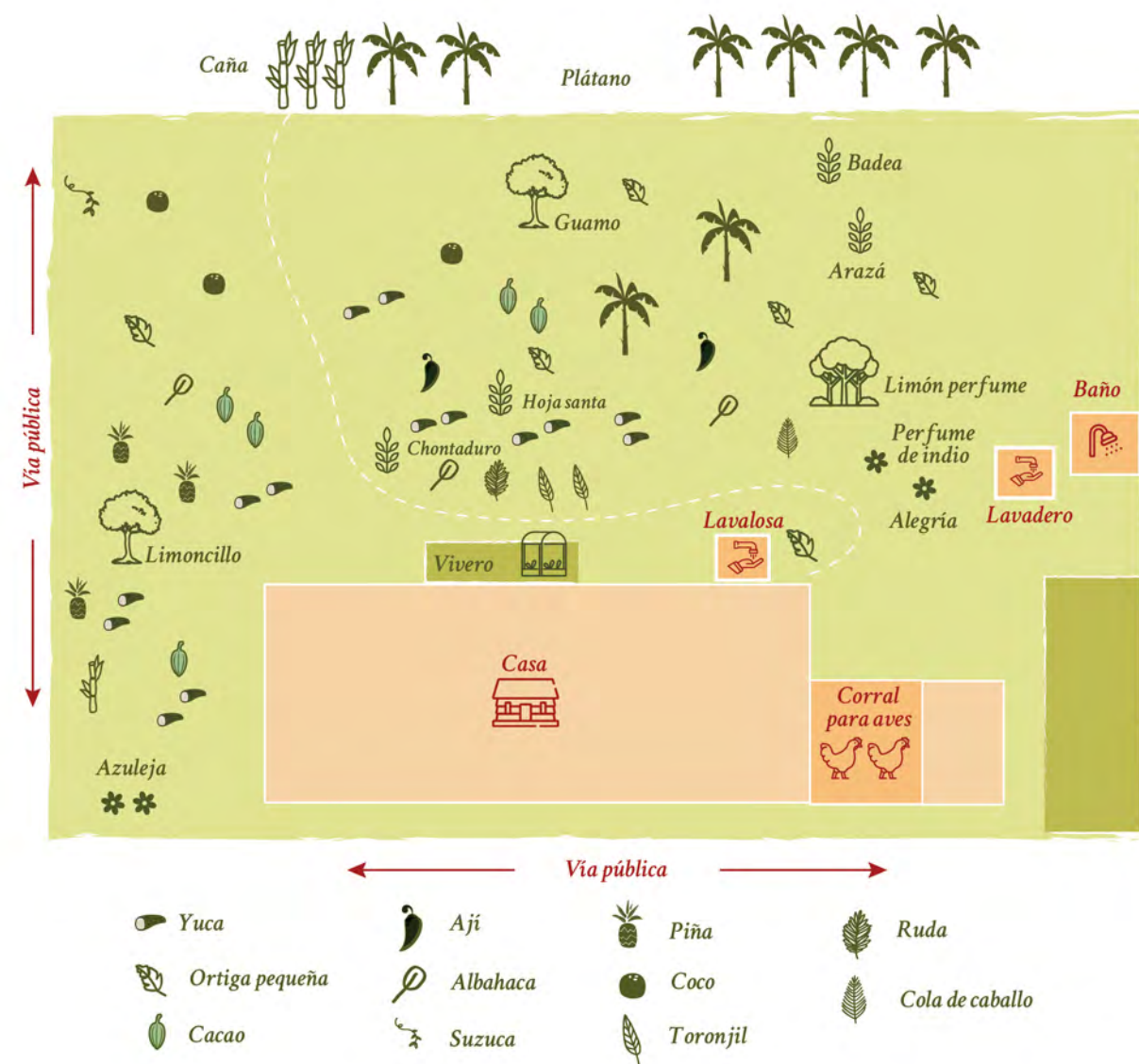
Ruta de la semilla



Alexia Paz

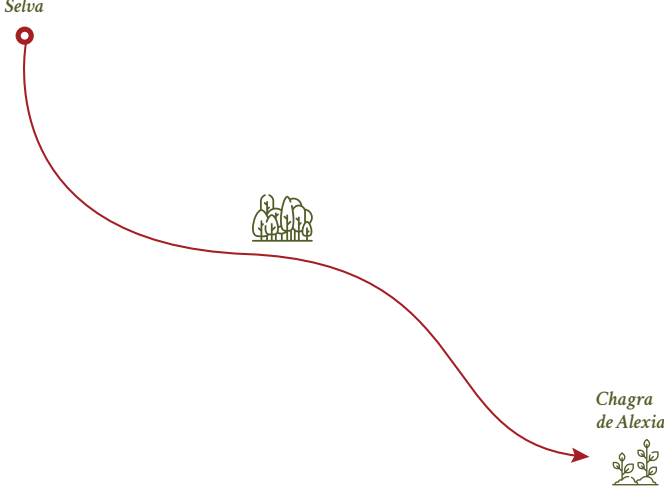


Mujer del pueblo Siona que vive en la ciudad de Puerto Asís. Aunque su chagra es pequeña, el espacio no ha sido un limitante para tener una chagra diversa. Acompañada de su hija, es una gran **cuidadora** de las plantas aromáticas. Durante el proceso ha aprendido que cada espacio debe ser aprovechado para sembrar, producirá más si hay reciprocidad entre quien cuida y lo que es cuidado.



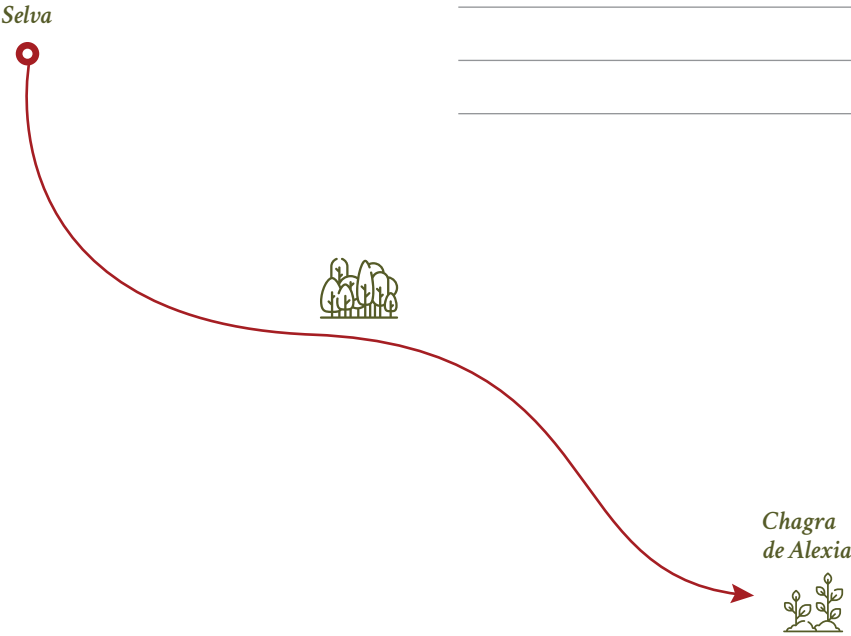
A sembrar más árboles como el chuchuguasa en la chagra

Es un árbol de la **montaña**, de lugares en donde no da mucho la luz. Hoy en día es un árbol escaso pues los aserradores lo acabaron al tumbarlo para usarlo en **tabla de forro**. Aunque la madera no es tan fina, sí es muy apetecido porque los árboles son gruesos. La **cáscara** también se usa para el dolor de huesos. Es muy poco lo que se conoce de este árbol y cómo se reproduce, debido a que son muy pocas las personas que siembran árboles en la chagra, estos más bien se encuentran solos en la montaña o en el bosque; sin embargo, Alexia quiere recuperarlo porque sabe que para sus abuelos era una especie muy importante al ser usado como medicina.



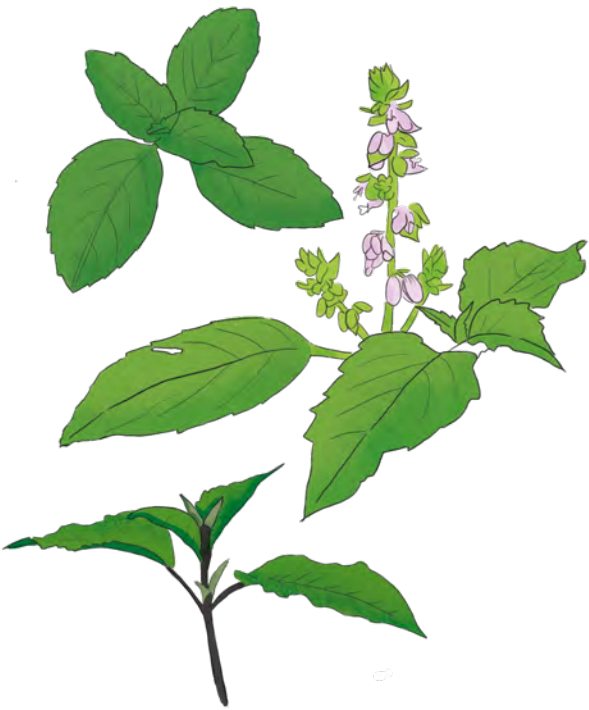
Ruta de la semilla

¿Se conocen otros nombres para esta planta?



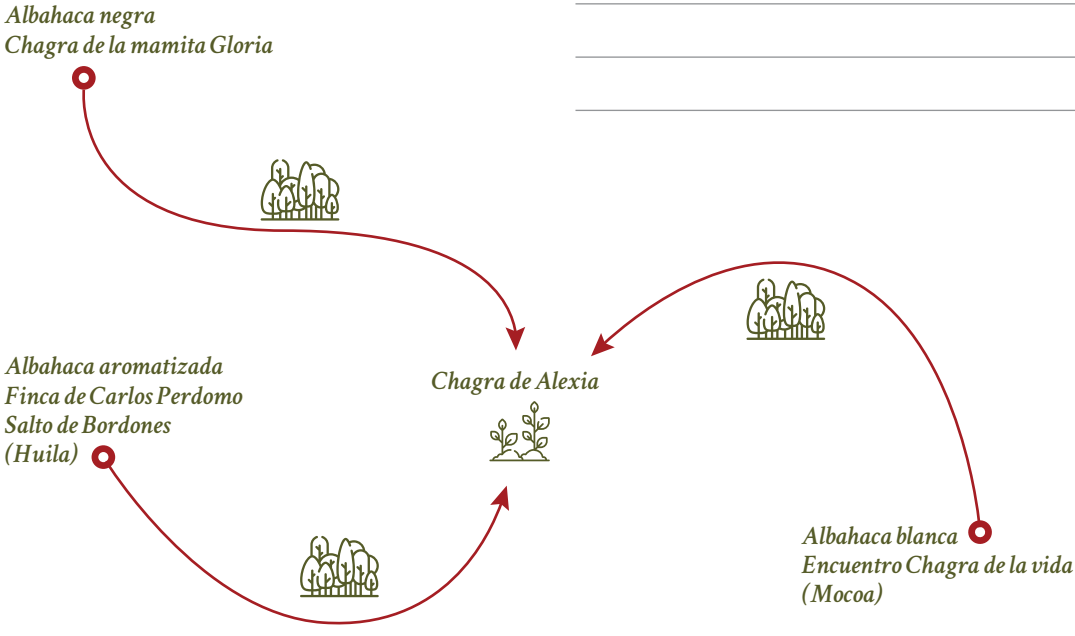
Las propiedades medicinales de las albahacas

Las albahacas son plantas muy medicinales que sirven para tratar el período menstrual, el estrés, la diarrea, el mal aire; limpian el organismo, se usan en **baños** y riegos. Alexia tiene en la chagra tres clases de albahaca: blanca, negra y aromática. Se pueden reproducir por las semillas o resembrando las ramas tiernas en un suelo húmedo, fertilizado y bien iluminado. Alexia no tiene preferencia de temporada para la siembra de las plantas.



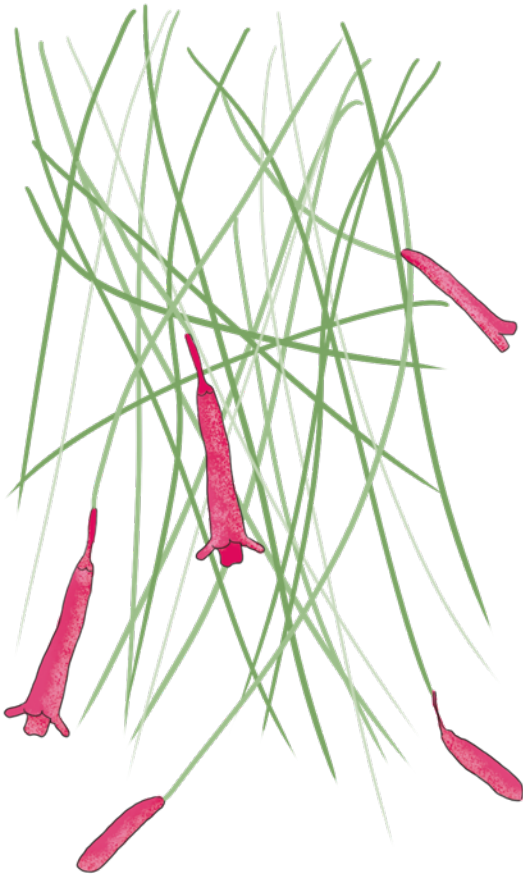
Ruta de la semilla

¿Se conocen otros nombres para esta planta?



Cuidar de la cola de caballo para que no se vuelva plaga

Esta planta se usa como medicina para los riñones, para tratar la diabetes y Alexia la usa para preparar champú pues da vida al cabello. Crece en chagras o en materas y se hace casi **plaga**, sus ramas son largas, por lo que se da muy bien colgada. La reproducción es por **esquejes**, cortándolos de la **planta madre** para luego sembrarlos en tierra abonada, fresca y en lugares donde tenga un poco de sombra. A Alexia le gusta sembrar esta planta en tarros desechables para cuando crecen, poder compartirlas con otras personas.



¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Ruta de la semilla



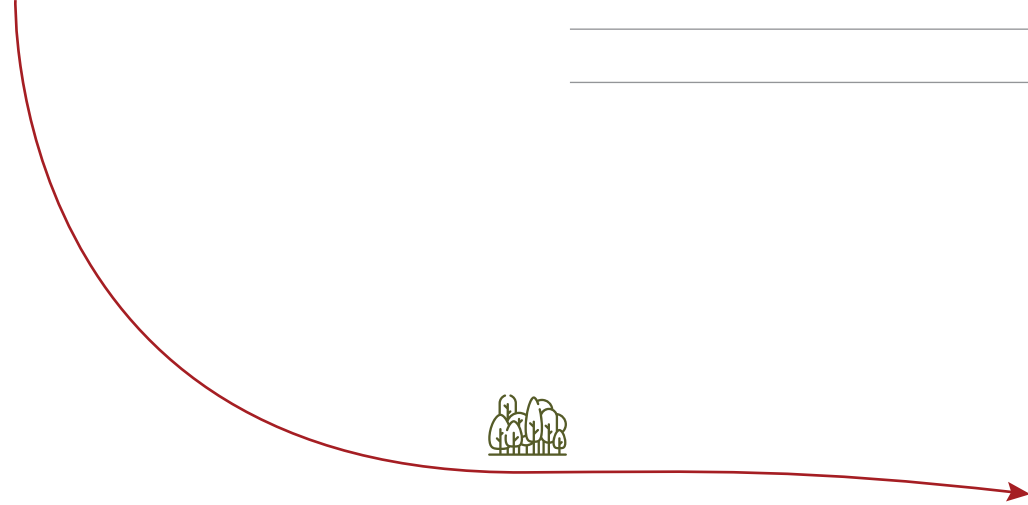
Adaptando la ruda al calor

La ruda es una planta de tierra fría. En el proceso de adaptación y recuperación de la semilla por parte de las mujeres de ASOMI; Dora Imbachí, quien vive en Mocoa, la tenía en su chagra. De allí, Alexia pudo llevarla a Puerto Asís, donde la semilla se ha adaptado muy bien. Las abuelas la daban con canela y manzanilla. Ayuda a destruir las malas energías y trae buena suerte. Cuando es comprada, se deja en agua y luego se trapea con esa agua para **limpiar** la casa. Se reproduce a través de **esquejes** de ramas tiernas que se siembran en tierra no tan húmeda y bajo un poco de sombra.



Ruta de la semilla

Chagra de Dora Imbachí
(Mocoa)



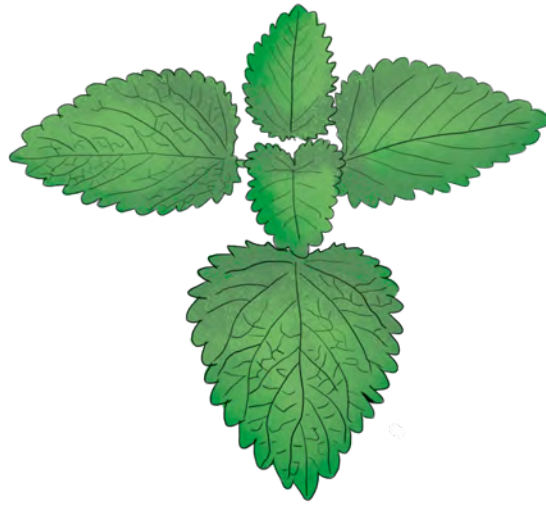
¿Se conocen otros nombres para esta planta?



Toronjil para sacar el frío

La planta de toronjil se usa como medicina para sacar el frío y así prevenir los cólicos, también se usa como condimento. Alexia no la ha visto florecer, por lo tanto, la reproduce por **esqueje** sembrando en suelo poco húmedo y con una buena iluminación.

Alexia recomienda: estar pendiente de las plantitas, pues la atacan **plagas** como las hormigas y los grillos.



¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Ruta de la semilla

Puerto Asís



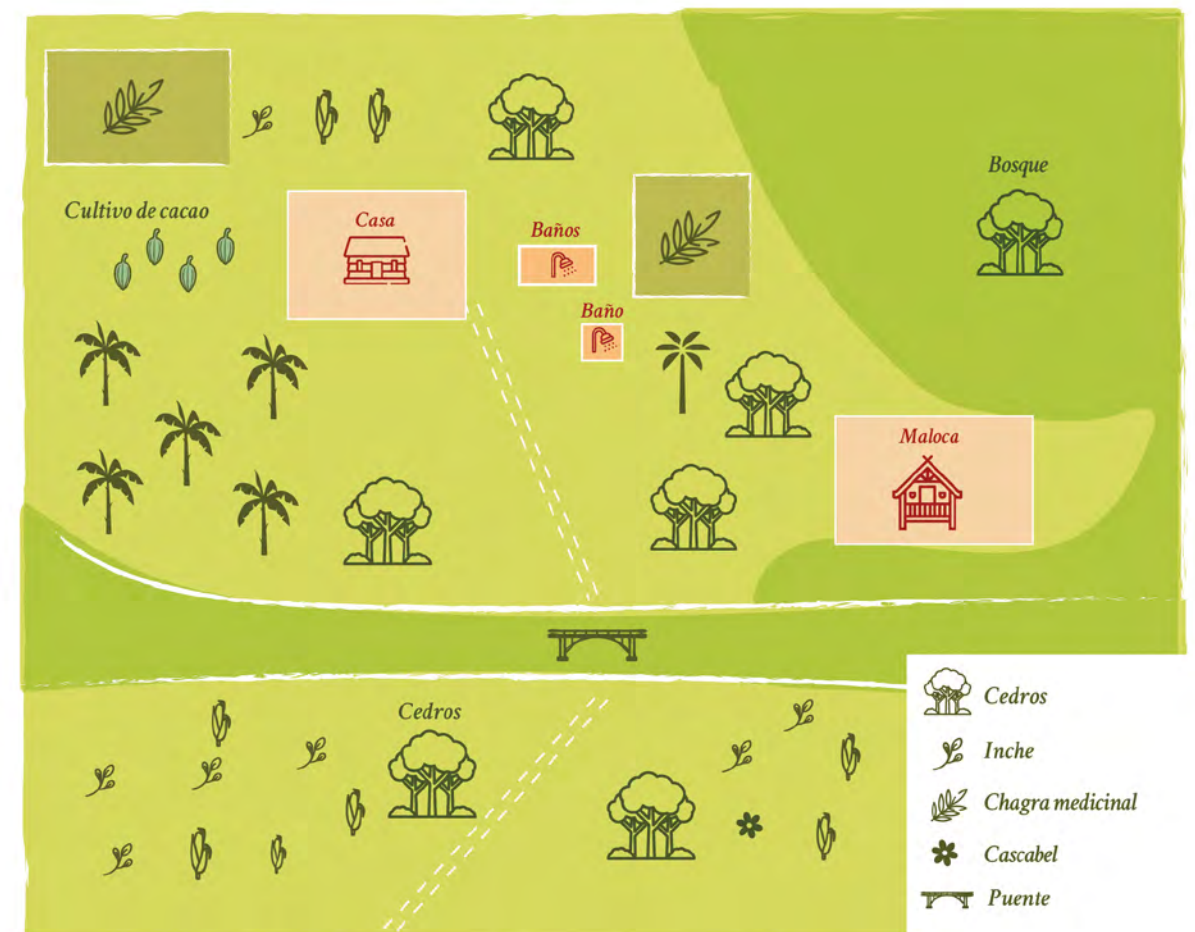
Chagra de Alexia



Gloria Piaguaje



Luchadora incansable, es guardiana de las enseñanzas de su padre, el taita Siona Pacho Piaguaje, quien le mostró el camino del yagé para que nunca dejaran de encontrarse. Es una mujer de medicina y de cuidado a través de las plantas. Le gustan los árboles maderables pues considera que sembrándolos puede volver a tener un poco de selva en donde ya no hay, por eso en su finca en la vereda El Águila de Puerto Asís siembra muchas clases diferentes de plantas y árboles.



Volver a sembrar árboles de cedro

Es un árbol importante para el pueblo Siona, pues como medicina sirve para tratar dolores internos y fiebres; además como es una madera amarga al igual que el costillo, se usaba para tratar el paludismo, por eso era tan importante para los abuelos. Cada vez se encuentra menos en la **montaña**, pues su madera es muy apetecida y se ha aserrado desde hace muchos años. Los que aún se encuentran es porque están **cocos** o dañados por el comején. Actualmente se usa para hacer champú con su corteza. Las plántulas se pueden recoger cerca del árbol madre o se recomienda coger el fruto cerrado, ponerlo a calentar al sol y cuando se abra, coger las semillas que tengan la punta abultadita (más gordita), pues las que están delgadas no son tan buenas. Esa punta abultadita es la que se siembra en un suelo poco húmedo y con luz moderada.

La mamita Gloria recomienda: procurar que el suelo esté bien fertilizado. Es mejor si se siembra cerca de **matas** de guamo, pues sus hojas fertilizan y le dan un poco de sombra.

Ruta de la semilla



¿Se conocen otros nombres para esta planta?

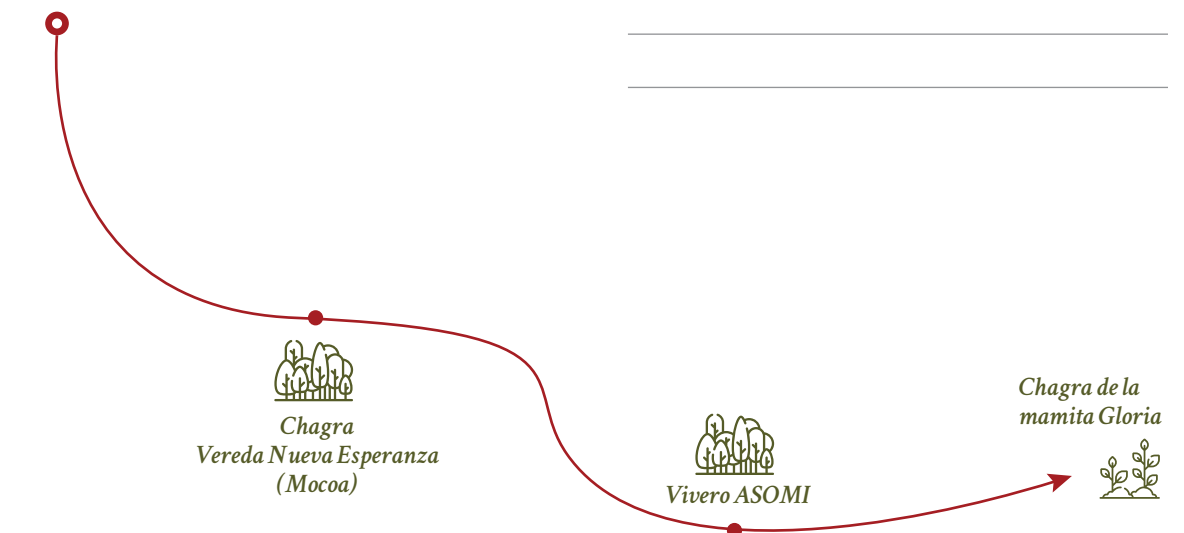
Conocer las propiedades del inche

En el tiempo de febrero los mayores salían a cosechar inche y canangucha, y las semillas las regaban cerca de la casa, para tener árboles no tan lejos. Las semillas de inche las ponían al sol, luego se rajaban y finalmente se tostaban, para comérselas así o molidas o **majadas** con ají, con yuca y plátano. La madera se usa para las viviendas, como tablas de forro y vigas. La **semilla** es apetecida por varios animales del bosque y por los humanos para sacar aceite. Se reproduce en semilleros con suelo húmedo, fértil y un poco de sombra (como en el bosque). Se debe cuidar de la hormiga arriera controlando con **cebo** de arroz y sulfato de cobre.



Ruta de la semilla

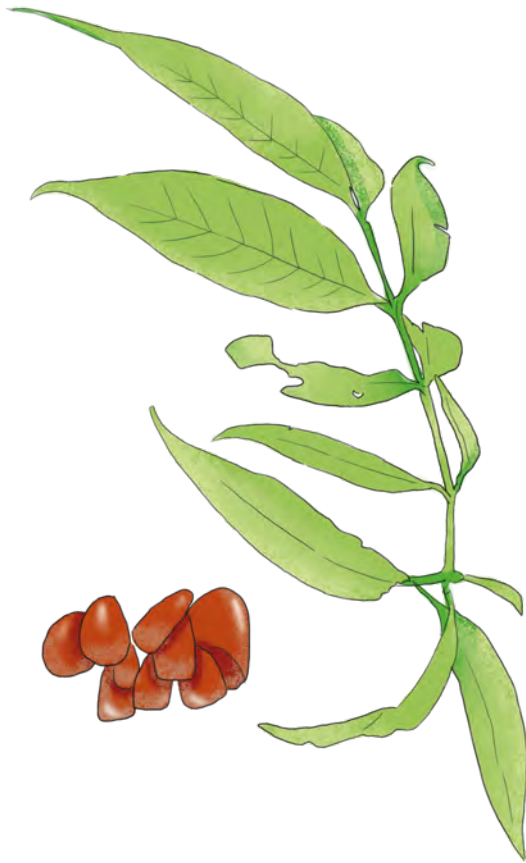
*Bosque piedemonte
(Caquetá)*



¿Se conocen otros nombres para esta planta?

La semilla de cascabel para celebraciones importantes

Es una **semilla** muy codiciada porque actualmente se utilizan como negocio en artesanías, que las personas usan principalmente en los carnavales (collares y aretes). Sin embargo, anteriormente cuando iban a coronar a un taita, se tenía que conseguir de estas semillas, el **remedio** del yagé decía dónde encontrarlas. Aunque hay muchas clases de cascabel, el que tiene la mamita es un árbol que se da en la **montaña** y ella cuenta que así fueron trayendo y sembrando más cerca de las casas los árboles frutales que estaban lejos en la montaña. Donde el taita Felinto Piaguaje hay bastante cascabel porque lo fueron domesticando y sacando de la montaña. Las semillas se recogen, se dejan secar y luego se siembran en **tierra descansada**, floja, en luna creciente y con un poco de sombra. También se pueden recoger las plántulas ya germinadas debajo del árbol madre.



Ruta de la semilla

Selva
Resguardo Buenavista

Maria Edita
Vereda Las Planadas
(Mocoa)

¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Vivero ASOMI

Chagra de la
mamita Gloria

El misterio del perillo para curar hernias

El perillo es un árbol de la **montaña** que ya casi no se encuentra, pues por su madera lo han aserrado desde hace mucho tiempo. La **leche** cocinada se mezcla con ceniza para obtener una brea para curar las canoas y con esa leche también se combate diarrea o se curan hernias. Cuenta la mamita que se puede curar una hernia marcando en la corteza la huella del pie del herniado, luego se corta la corteza dejando una marca en el tronco, a medida que la herida del árbol se cierre, se va cerrando también la hernia del enfermo. Su fruto es alimenticio y la **semilla** suele caer en el mes de agosto, se recoge y se pone a germinar, luego cuando tenga unos 30 centímetros, se trasplanta a suelo húmedo y con buena sombra.



Ruta de la semilla

Bosque

Finca de Angelmira
Méndez, hija de la
mamita Eudosia
(Yurayaco)

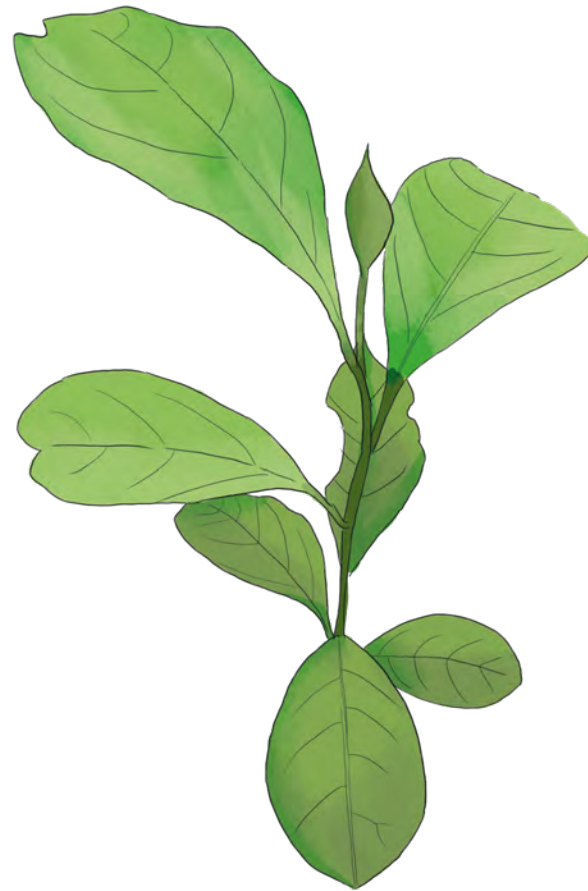
Vivero ASOMI

Chagra de la
mamita Gloria

¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Tener cerca el árbol de amarillo para aprender a reproducirlo

Como muchos de los árboles importantes, este también está escaso pues lo han aserrado por muchos años, debido a que su madera es fina, liviana y se deja tornear. Antiguamente con su madera construían las camas y los remos para las canoas. Las plántulas que tiene la mamita son recogidas de la **montaña**, así que no conoce cómo se reproduce; sin embargo, sabe que toca trasplantarlo en temporada de lluvias a suelos húmedos, pero no **encharcados** y con buena sombra pues es de la montaña.



¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Ruta de la semilla



El ahumado, puro corazón

Cuenta la mamita que ya no se ven árboles grandes de ahumado pues todos los tumbaron. Los abuelos los usaban para construir los **estantillos** de sus casas, pues pueden pasar años sin que la humedad del suelo los dañe. Las semillas se pueden recoger y hacer semilleros, o se pueden sacar las plántulas que se crían en el suelo y se siembran directamente, lo único importante es que el trasplante se haga en época de lluvias y en un sitio con un poco de sombra.



¿Se conocen otros nombres para esta planta?

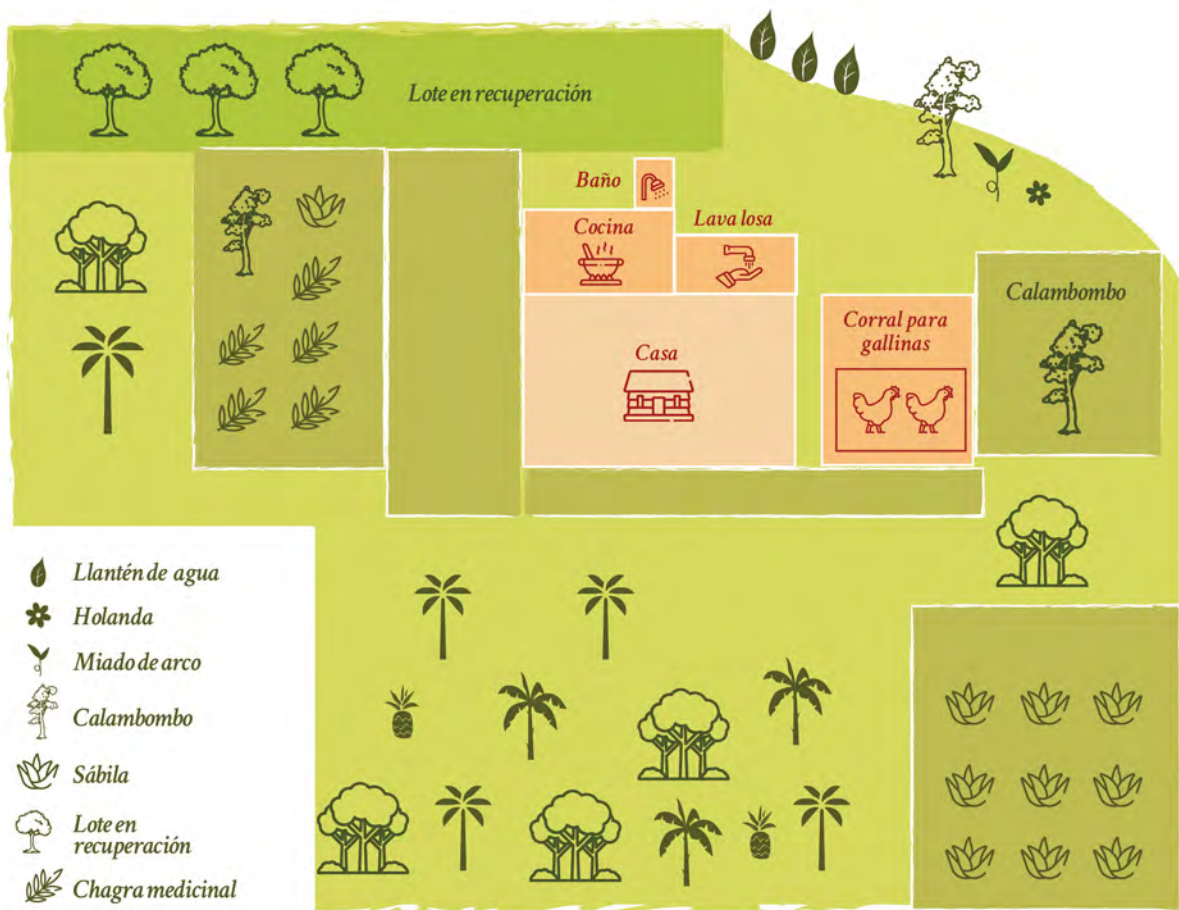
Ruta de la semilla



Francelina Amo

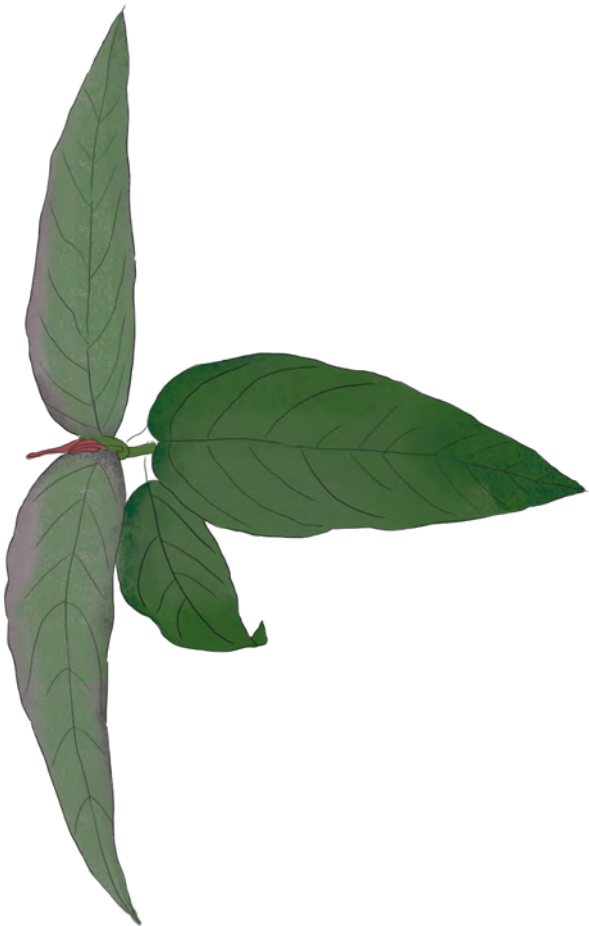


La perseverancia, la responsabilidad y el valor por los saberes de su pueblo Siona se ven reflejados en la elección que esta mamita hizo de plantas que son sólo usadas por su pueblo y que se encuentran muy escasas, por esta razón ella quiere cuidarlas y reproducirlas. Vive en el resguardo Siona de Buenavista. Considera que aprender a reproducir plantas que no son tan conocidas es un gran reto, pero ese es el ejemplo que les da a las nuevas generaciones.



Calambombo para los golpes y los hongos

El calambombo es una de las plantas importantes de la chagra medicinal pues sirve para curar los golpes, por eso la mamita prepara pomadas con ella, y para combatir los hongos la mezcla con otras plantas y prepara talcos medicinales. La reproducción se hace cortando con el machete una ramita para sembrarla en un suelo bueno, con luna creciente, época de invierno y en un lugar con un poco de sombra. Mucha gente que no la conoce cree que es **rastrojo**, así que toca cuidar cuando alguien ajeno esté limpiando la chagra.



La mamita Francelina recomienda: es una planta que se parece a la insulina (otra de las plantas medicinales de la chagra), sólo que al cocinarlas si el agua es roja, entonces es insulina y sirve para controlar el azúcar en la sangre; si es de otro color, es calambombo.

¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Ruta de la semilla

Chagra (permanente)



Quitando el miedo que le tienen al llantén de agua

Hierba medicinal usada para hacer cremas. Se da en las orillas de las **chuquias** o quebradas, pues necesita mucho barro y humedad para crecer. La mamita está tratando de sembrar esta planta para tenerla más cerca de la casa, por eso está cogiendo las plantitas del río y las trasplanta a suelos húmedos. No conoce mucho acerca de cómo se reproduce, pero está experimentando. Como crece por las orillas de las quebradas, las personas que no la conocen la cortan por miedo a que sea el lugar propicio para que las culebras hagan nido.

¿Se conocen otros nombres para esta planta?



Ruta de la semilla

Orillas de las quebradas



Chagra de la
mamita Francelina



Holanda, la planta que crece sobre los árboles

Es una planta muy escasa que crece sobre árboles, principalmente sobre chíparos en las orillas de los ríos y se usa para curar problemas cardíacos. Se reproduce sacando los **hijitos** y trasplantándolos a **horquetas** de árboles cítricos que están cerca de la casa. Este trasplante se debe hacer en época de lluvias y con luna menguante, la planta debe quedar en un lugar con buena sombra.

¿Se conocen otros nombres para esta planta?



Ruta de la semilla

Chíparos a las
orillas de los ríos



Chagra de la
mamita Francelina

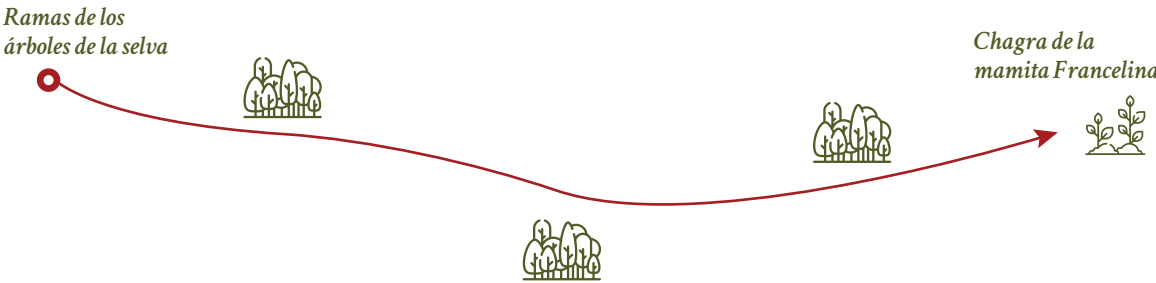


Miado de arco especial para la piel

Es una planta que se propaga y crece sobre las ramas de ciertos árboles y es escasa en la zona. Con ella se hacen pomadas para combatir el “miado de arco”, una enfermedad en la piel. También se usa para quitar las manchas de la cara. Para reproducirla, se arranca con cuidado, se siembra en las horquetas de árboles cítricos (ojalá de limón) y se amarra con una cabuya mientras pega. Como se pone entre las ramas, se recomienda que se siembre en las tardes, con un poco de riego y en luna creciente. No se debe tocar hasta que pegue, tampoco fumi-gar con nada, pues es una planta muy sana, por eso es tan curativa.

¿Se conocen otros nombres para esta planta?

Ruta de la semilla



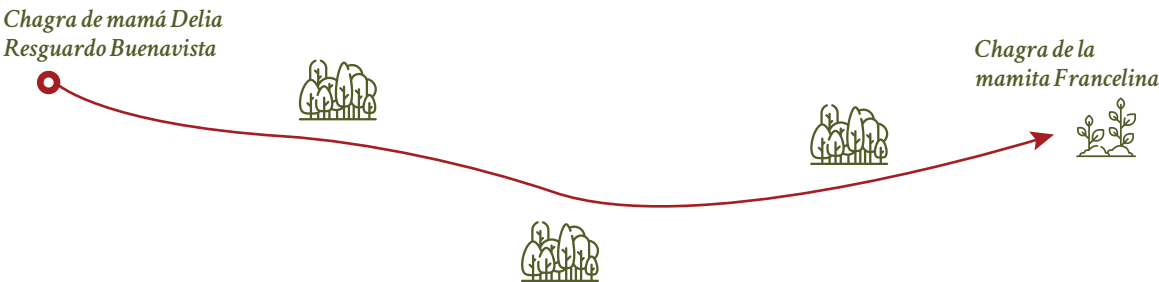
La sábila redonda para tratar los piojos

Es una planta muy escasa en el pueblo Siona. La mamita quiere reproducirla, pues otra mujer de su comunidad se la compartió y le dijo que es buena para matar piojos. Para multiplicarla, se arranca un hijito y se siembra en suelo bien fértil, que no se encharque y le dé buena luz. Se recomienda hacer la siembra en luna menguante.

¿Se conocen otros nombres para esta planta?



Ruta de la semilla





Esta es sólo una pequeña muestra de las más de mil especies de plantas que tienen entre todas las mujeres que hacen parte de ASOMI. Mantener la diversidad de plantas es fundamental para garantizar un territorio sano desde el suelo, el ambiente y sus habitantes, pero también mantener la historia, la tradición y muchos de los conocimientos de los mayores. En tiempos como estos, se ve la chagra como ese lugar que en la medida en que se mantenga y se trabaje, contribuye al sostenimiento, el alimento y la curación de las familias, a la vez que fortalece la identidad de los pueblos.

Este libro es una invitación para que todas las personas vean el valor de las plantas, de conocer y comprender su historia, de encontrar su mejor forma de reproducción y cuidarlas para que no se acaben. Así mismo, las mamitas y sabedoras, con su inmenso conocimiento y generosidad, muestran cómo nunca es tarde para seguir aprendiendo, seguir explorando e integrando día a día nuevos conocimientos y formas de hacer las cosas.

Recuperar semillas es:
adaptación, viajes,
renovación, compartir,
aprendizaje, compromiso,
cuidado, experimentación,
caminos, tejido, valoración.



Diccionario de palabras y expresiones relacionadas con las chagras de las mujeres indígenas de ASOMI

Las 103 palabras que reúne este diccionario hacen parte del lenguaje cotidiano de las mamitas y sabedoras en sus territorios. En ellas se encuentran las actividades que se realizan diariamente en la chagra, las partes de las plantas, las condiciones del terreno, lugares y objetos que, a la vez que están nombrando, son el reflejo de un lenguaje y de una tradición.

Dejar de concebir la chagra sólo como plantas sembradas y pasar a entenderla desde su lenguaje, orden, integralidad, saberes y prácticas, es una forma de honrar la diversidad, el conocimiento y el bienestar de los pueblos indígenas.

A

Abrigue (abrigar): calentar. Sembrar semillas normalmente de tubérculos en horas de la mañana, para que el calor del suelo las caliente.

Aguantadora (aguantar): planta que resiste las plagas y las enfermedades, o se adapta muy fácilmente a la siembra o a un trasplante.

Aplague (aplagar): incremento de una especie de algún animal, insecto, planta u hongos que afecta negativamente otra especie, ya sea matándola u ocupando su lugar.

Aporca (aporcar): agregar tierra a una planta que requiere que sus raíces se mantengan cubiertas.

Arrancar: forma de conseguir semillas, ya que la planta madre es capaz de generar nuevas plantas, algunas se halan y separan de la madre para resembrarlas en otro lugar.

B

Baños: preparación de hojas de diversas plantas en abundante agua, que posteriormente es aplicado a una persona. Se usa para tratar diferentes enfermedades y para la limpieza de malas energías.

Barbecho: rastrojo donde el suelo se ha recuperado, naturalmente gracias a que lo dejan quieto y su vegetación crece cubriéndolo por completo.

Bejuco: planta trepadora que crece sobre otra planta u objeto y que se sostiene de este. Se caracteriza por tener tallos largos y flexibles que se van enredando entre sí y en su hospedero.

Biche: estado de una planta o fruto al faltarle tiempo para que esté en un punto de maduración.

Bordo de camino: límite que separa un sitio de otro, como de la chagra y el camino.

Botoncillo: parte de la planta de cebolla donde pegan sus raíces, es grueso y redondo como un botón.

C

Cabuya: material fibroso con el que se construyen cuerdas para amarrar, antes se extraía de la planta del fique y actualmente consigue de materiales sintéticos.

Cargar: producción de cosecha o frutos por parte de una planta.

Cáscara: corteza. Parte exterior de los troncos de los árboles o de las semillas.

Cataplasma: tratamiento de plantas machacadas y casi siempre tibio que se coloca amontonado en la parte del cuerpo afectada. Es el mismo emplasto.

Cebo: preparado que se hace con arroz y sulfato de cobre, con esto se mata el hongo con el que se crían las hormigas arrieras, para que las hormigas se vayan alejando de la chagra.

Celosa (recelosa): planta que sólo la dueña puede tocar; si la toca otra persona, se puede morir la planta. Generalmente estas plantas están en algunos lugares ocultas.

Cepa: parte baja del tallo o tronco de la palma o de una planta. Es donde la planta se encuentra con el suelo.

Cequia: desagüe o acequia que se hace en zonas muy húmedas para que el agua escurra y se pueda sembrar sin que el exceso de agua dañe los cultivos.

Coco: hueco que animales o insectos han hecho dentro de algún árbol, puede ser visible o no.

Cogollo: parte de la planta en donde están naciendo las hojas nuevas, suele ser en la punta de las ramas o en su parte superior.

Conjurar: ritual con plantas medicinales y de poder para algún favor en especial.

Criar: planta muy adaptada, que da retoños rápidamente.

Cuidadora: que cuida a alguien o algo.

Chapola: plantas de cualquier especie, que están pequeñas y que generalmente se encuentran debajo de la planta madre que ha dispersado sus semillas.

Chicha: bebida fermentada muy tradicional para algunos pueblos. Se prepara a base de agua, panela, un cereal o producto rico en almidones.

Chonta: porción de “tabla” que se saca del tronco (estipe) de las palmas maduras, es muy dura y por eso se considera fina.

Chumbe: tejido en lana con símbolos propios de cada pueblo y que se usa como faja para calentar el vientre de las mujeres.

Chuquia: lugar muy húmedo con aguas superficiales que están estancadas.

Churosa: hoja con bordes irregulares, formas onduladas, crespas.

D

Desyerbar: quitar las yerbas no deseadas del cultivo. Para esta actividad se suele usar machete, pala, azadón o herbicida.

Disipela: infección de la piel y el tejido musculoso que puede afectar gravemente las piernas, brazos o rostro.

E

Echar hijos: cuando las plantas producen brotes o retoños que se convierten en nuevos individuos cuando se les separa de la planta madre..

Empantanado: lugar muy húmedo con aguas embarradas y estancadas.

Emplasto: tratamiento de plantas machacadas y casi siempre tibio que se coloca amontonado en la parte del cuerpo afectada.

Encharcado: suelo que retiene el agua y no la escurre. Condición que puede generar afectaciones en las plantas.

Endietada: mujer que acaba de tener un parto y está en un tiempo de cuidados. Son entre 40 y 50 días en que la mujer no puede hacer fuerza y debe descansar mientras se fortalece su matriz.

Engruesen (engrosar): aumentar el volumen del fruto, una rama o el tronco.

Esqueje: parte de un tallo o rama que es cortado de una planta madura para ser sembrado y que de él crezca una nueva planta.

Estantillo: tronco de un árbol que su madera es fina y no se daña al estar por muchos años en contacto directo con el suelo. Se suele usar puesto verticalmente para soportar ya sea estructuras de casas o alambres para cercar.

F

Frescura: temperatura baja que suele hacer en las noches y contribuye para que la temperatura del suelo y las semillas, disminuya.

Fuetazo: azotar con un rejo, correa o lazo.

G

Gajito (gajo): porción de rama o tallo de una planta que se puede sembrar para producir una nueva planta igual.

Gargarismo: mantener un líquido preparado en la garganta, con la cara mirando hacia arriba y produciendo burbujas.

Germinadero: lugar en el que las semillas pueden germinar gracias a unas condiciones que permiten el libre desarrollo radicular.

Grano: semilla. Producto de la reproducción sexual de la planta.

Guachado: lugar con tierra movida y preparada con mejores condiciones para que las plantas crezcan. Sinónimo de eras.

H

Hijo (hijuelo, hijito): porción de rama o tallo de una planta, que se puede sembrar para producir una nueva planta por Brotes o retoños pequeños de una planta, que se convierten en nuevos individuos cuando se les separa de la planta madre.

Horqueta: rama o tronco bifurcado o en forma de Y.

J

Jecha: cuando la semilla está madura, lista para cosechar.

Juriar: proceso en el que se ponen a **retoñar** las semillas de las papas antes de sembrarlas.

L

Lavados: baños que se hacen con propósito específico de curar alguna enfermedad.

Leche: líquido que emanan algunas plantas al ser cortadas. Puede ser blanco o de otros colores.

Limpiar: desyerbar y retirar las hierbas que son capaces de crecer más rápido que los cultivos principales de la chagra y que pueden afectarlos.

M

Macerar: ablandar por medio de golpes usando una piedra u objeto duro hasta lograr extraer las propiedades de la planta.

Machacar: técnica que fracciona la planta para extraer líquido de ella o para reducir su volumen por medio de golpes, casi siempre de una piedra. Las abuelas tenían una piedra plana y cóncava donde hacían el proceso.

Majar: lograr por medio de golpes con una piedra o un palo, que la planta, fruto o lo que se necesite, se fraccione ya sea para que se le extraiga el líquido o quede en polvo.

Mata (matica): palabra para nombrar en general cualquier planta. Es una palabra de uso cotidiano.

Matirí: objeto fabricado con guadua y totumo. En este, los mayores cargaban los dardos para cazar con la bodoquera y el algodón con el veneno.

Medidor: gusano que se encuentra en las chagras del Alto Putumayo.

Mermar: cuando algo se está acabando o agotando.

Misterio: dones que tienen ciertas plantas. Las personas que saben el misterio de las plantas, son poseedoras de un conocimiento especial.

Montaña: lugar donde hay árboles grandes, abundante vegetación y animales silvestres. Este nombre se refiere a lugares que tengan estas características, sin importar si está en una elevación geográfica o no.

Monte: lugar donde hay vegetación más pequeña que en un **rastrojo**, casi siempre es poco cultivado.

N

Nigua: lugar de donde salen las raíces de la cebolla, lo llaman así porque está bien pegado.

Nuches: larvas que pueden hospedarse bajo la piel de las personas.

O

Ocupar: usar la planta para hacer un **remedio** y curar un mal.

Ortigada: práctica en la que un Taita o mujer sabedora pasa la planta de ortiga por el cuerpo del paciente para limpiar y curar diferentes enfermedades.

P

Palo: nombre genérico para referirse a las plantas, al tallo de las plantas o a los troncos de los árboles.

Pantanoso: suelo que retiene grandes cantidades de agua. Se distingue fácilmente al caminar porque el suelo se hunde y sale mucha agua.

Parca (parquita): rama joven, delgada, que sirve para la propagación de una especie a través de su resiembra.

Pasar: cambio de estado o condición.

Pasmar: cuando se aplacan los dolores de parto y la mujer deja de pujar.

Pega (pegar): nombre que se le da a una planta cuando enraíza.

Pegadora: planta que es fácil de cultivar porque se adapta a la siembra.

Pepa: forma común de nombrar la semilla.

Perseguida (perseguir): planta que es muy buscada para un propósito específico, ya sea por personas, insectos o animales.

Picar el suelo: aflojar la tierra y hacer un hueco para sembrar una planta.

Pinta: manchas características que tienen semillas, hojas u otras partes de la planta.

Plaga: abundancia de cualquier especie viva sin control, que puede llegar a generar desequilibrios. Generalmente poseen gran capacidad adaptativa estos organismos.

Planta madre (árbol madre, mata madre, madre): planta que produce las semillas o de la cual se toman esquejes, para reproducir la especie.

Prender (prendiendo): planta que es capaz de adaptarse al suelo donde se sembró y comienza a crecer.

Purga: desparasitación. Eliminar parásitos del organismo.

Purín: diferentes clases de plantas maceradas que sirven para repeler insectos, o para abonar foliarmente los cultivos; son muy económicos, pues no requieren inversión de dinero, y muy efectivos cuando se usan de manera preventiva.

R

Rastrojo: lugar que se cultivó en el pasado y posteriormente se deja descansar para que vuelva a ser fértil. También se nombra a las plantas cuyo uso no se conoce.

Regar: esparcir, ya sea semillas, plántulas o agua.

Remedio: nombre que se da al yagé.

Repelente: preparado de plantas que se usa para alejar insectos o plagas que pueden causar daño a los cultivos de la chagra. A veces también se usan orines del cuy.

Resembrar: volver a sembrar de las mismas plantas que ya se tienen en la chagra.

Retoñar: capacidad que tiene la planta de generar nuevos tallos.

Retoño: parte joven de la planta. Generalmente se encuentra en la cepa o en la punta de las ramas.

S

Semilla: nombre dado no sólo al organismo que se encuentra dentro del fruto, sino también a todas las partes de la planta que permiten que una nueva planta crezca. Estos son: gajo, hijuelo, rebrote, bulbo, **tubérculo**, colino, esqueje, entre otros.

Se mira: algo que está presente en algún lugar específico.

Siembra escalonada: sembrar un mismo cultivo, pero en distintas épocas del año para garantizar la cosecha en varias etapas.

T

Tabardillo: enfermedad que produce una fiebre muy alta, hemorragia nasal y las uñas se ponen moradas o negras.

Tabla de forro: nombre que se le da a la madera cortada y que se usa para forrar, a manera de pared, propio de las casas tradicionales.

Techar: usar partes de las plantas, generalmente las hojas, para poner sobre las casas y que cumplan una función como techo. Generalmente se usan hojas de palmas.

Tierno (tierna): que aún no ha madurado. También se dice que está biche.

Tierra descansada: lote de tierra que ha sido cultivada y que se deja quieta para que produzca biomasa u hojarasca y recupere parte de la fertilidad que pierde al ser cultivada.

Tubérculo: parte de la raíz que se engruesa y generalmente es consumida por humanos o animales.

V

Vaina: cáscara de protección que tienen las semillas de algunas plantas, generalmente las leguminosas.

Vistas: otra forma de nombrar a los ojos.

Y

Yagecero: es el nombre que les dan a los médicos tradicionales que curan con yagé.

¿Se conocen otras palabras relacionadas con la chagra?

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Mujeres de pensamiento y chagra