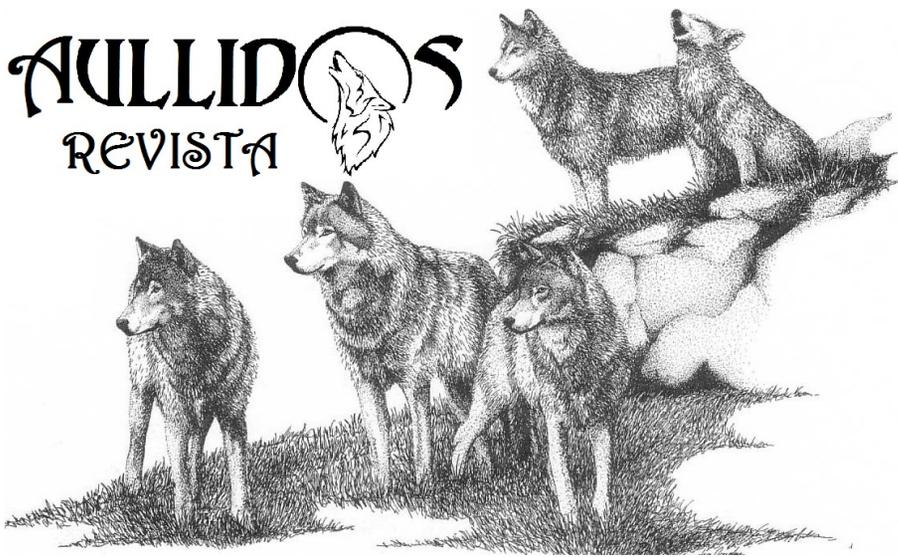


# AULLIDOS

## REVISTA



# EDITORIAL

Como manada nos inquietan nuestras mentes hambrientas de deseos de ahogar este coactivo sistema impuesto. Sobreviviendo en nuestra propia cotidianidad nos detenemos (quizás no) a pensar y creemos que plasmando las ideas que deambulan en nuestras mentes en estas hojas de papel estamos cargando un arma, en la que las letras son balas, balas que buscan destruir con ahínco los fuertes pero no indestructible muros que nos aprisionan en esta asquerosa normalidad impuesta por este sistema que aborrecemos, porque somos como esos cánidos salvajes que corren libres por la tierra, que repudian la decadente cautividad a la que se nos ha sometidos durante siglos. No solo nos inquieta la libertad humana, sino que también la de nuestro@s herman@s no-human@s y de la tierra, que está siendo avasallada y es necesaria la guerra

desde todos los frentes para frenar el daño causado y volver a la tan apreciada armonía, a lo natural, al caos...

En cada luna llena, nos paramos siempre con la frente en alto, con nuestros aullidos placenteros, reflexionando y sembrando nuestras semillas con (A) de Anarquía, contemplando la hermosa libertad y el accionar, tanto individual como colectivo.

Consideramos que todos los caminos existentes en esta supuesta adaptación a este despiadado modelo de vida son totalmente iguales. No nos enamora el sentido de dependencia por un estado o gobierno, nos enajena completamente de nuestras propias vidas, aún más cuando nos vemos prisionad@s y oprimid@s por diversas autoridades emancipadas por su deber de ciudadan@s modelos como lo son; polític@s, policías, militares, profesores/as, jefes/as, matarifes, entre

Así como el human@ autoritario somete a l@s animales, también lo hace impareblemente con la tierra, la moldea y destruye como un recurso propio, adueñándose, devastando y explotándola. Olvidamos que los humanos somos parte de ese equilibrio autorregulado que hace posible la vida en la tierra. Pero los gobiernos de algunos sobre la naturaleza engendran la extinción, de entre 150 a 200 especies al día, 40 a 50 mil al año, arrasando com-

pletamente con bosques, selvas, envenenando el agua de ríos, mares, lagos y contaminando el aire, dejando profundas huellas como consecuencias de la sobre explotación, pérdidas de hábitats naturales, cambios climáticos, contaminación, etc. La naturaleza vive, se desarrolla y relaciona como un solo cuerpo, por ejemplo, "para una abeja la flor es una fuente de vida, para la flor una abeja es una fuente de amor", cada vez en que una

abeja recoge néctar o polen de una flor y se desplaza a otra para hacer lo mismo realiza uno de los actos más importantes y beneficiosos para hacer posible la reproducción de las plantas mediante la polinización, y las plantas ocasionan el oxígeno que respiramos. Todos los ecosistemas, incluyendo microorganismos, plantas, bacterias, hongos, animales dependen unos de otros, conformando un todo, viviendo en armonía.



El sistema político, institucional, económico, tecnológico, jurídico, científico, policial, carcelario, empresarial y un largo etcétera se relacionan entre sí porque son parte de un mismo cuerpo, el cual es enemigo de la naturaleza, que predomina y nos oprime. A su vez educa y manipula para obtener nuestra aceptación, mientras a su paso lo destruye todo.

En los últimos años la dominación sobre la vida apunta a ser total. Las tecnologías modernas son unos de los mayores medios para controlar/manipular nuestras mentes/conciencia y vidas día a día, tec-

nologías que pueden cambiar la calidad del agua y el aire, nos hacen creer que es necesario estar dentro de su propia energía (electricidad), para tenernos a un más fácil controlados. Por otra parte con la biotecnología aplicada en la agricultura, farmacias, alimentos, forestales y medicina están alterando todas las especies vegetales y animales con consecuencias graves/catastróficas. Con la nanotecnología modifican los materiales al nivel de los átomos y moléculas generando nuevos contaminantes. Todos estos avances y tecnologías tienen un único fin y será la dominación total de todas las especies.

# NEGROS AUGURIOS DE ESCLAVITUD



Gobernar, reprimir, en-plotar son la misma cosa, l@s human@s se relacionan mediante el sucio poder ya sea obedeciendo y mandando. La autoridad, generalizada mediante instituciones se constituye principalmente en todos los gobiernos/estados, por políticos, policías, jueces, empresarios, legisladores entre muchos otros, que en conjunto se encargan perfectamente de manipular, explotar, controlar, contener y dominar engañosamente la sociedad. En el mundo actual los gobiernos junto a las burocracias empresariales y bancarias tienen un monopolio casi total del poder imponiéndonos forzosa y violentamente su economía y oprimiendo nuestra existencia, cargándonos de sufrimiento, de insatisfacción, de abusos y guerras.

Como el “gran” human@ jerarquizado somete a la sociedad/humanidad, también lo realiza con nuestr@s herman@s, l@s animales no humanos. Consientes estamos que también sienten, piensan y tienen sentimientos, pero aún así son domesticados, considerados como objetos, tratados como cosas, vistos como seres inferiores y explotados sistemáticamente por nuestra especie. Son criados cruelmente en masas para después asesinarlos en mataderos, granjas, factorías y en forma más inconsciente e inhumana como diversión o deporte (zoos, pesca/caza). Se les destina sus vidas en experimentos irracionales e innecesarios. Son vendidos como mascotas a la falsa necesidad de creer que deben tener dueñ@s y obedecerles. Obviamente nada de esto es natural, sino privilegios para y por los poderos@s con sus intereses y formas de dominación.

much@s otr@s. Nos expresamos con profundos e intimidantes gruñidos contra la autoridad dominante y por supuesto contra cualquier plataforma, la libertad no se negocia con el enemigo.

La autogestión, creemos, es una gran herramienta en la lucha, nos libera de la dependencia, de la esclavitud asalariada y nos motiva tanto como la revuelta, por lo que decidimos

aullar en algunas planas en referencia a este tema, al igual que consideramos indispensable tener conocimiento de cómo curar nuestras enfermedades gracias a la medicina natural y a nuestra propia mente.

## **Aullidos por la Liberación total...**

### **¡Renuncia!**

*¿Por qué seguir perdiendo el tiempo?  
Por qué no mejor, que, el tiempo nos pierde a nosotros  
Por qué no simplemente abandonar todo rastro civilizado  
Renunciemos ahora que aun somos humanos  
Quizá mañana aunque queramos no podamos*

*¿Cuántas veces te has puesto a pensar que solo se vive una vez?  
Dime cuantas una, dos o caso son tres  
Entonces por que no solo renunciar de una vez  
Dime porque aun sigues atado a los valores civilizados  
Por qué sigues cumpliendo los caprichos del mundo industrializado*

*Dime si te complace tener un trabajo asalariado  
Dime si te gusta ser un ente sobre socializado  
Fingiendo sonrisas a diestra y siniestra  
Consumiendo productos sobrevalorados  
Caminando sin rumbo determinado  
Dependiendo no de ti sino de otros*

*Que gracia tiene si no piensas por ti  
Ahora es la maquina la que decide por ti  
Dime si prefieres la comodidad  
A la verdadera libertad*

*Renunciemos a todo esto de una vez  
Maquinas, tecnología, valores y todo lo civilizado  
Valernos de nuestras propias capacidades  
Recuperar todas nuestras habilidades  
Seamos humanos una vez más.*

“El sistema no existe y no puede existir para satisfacer las necesidades humanas. En vez, es el comportamiento humano el que tiene que ser modificado para encajar en las necesidades del sistema. Esto no tiene nada que ver con la ideología política o social que pueda pretender guiar el sistema tecnológico. Es culpa de la tecnología, porque el sistema no está guiado por la ideología sino por las necesidades técnicas.”

Freedom Club

Tu vida avanza y no te das cuenta que la muerte va contando cada segundo de tu existencia.



(Elegimos no fomentar este producto que te venden como vida, plagado de falsas necesidades que te mantienen inmerso, sumiso y pasivo en la cotidianidad, en la esclavitud del trabajo asalariado para lograr el tan anhelado ascenso social. Naces y el mecanismo de dominio denominado familia comienza a limitar tu mente de niñ@, te inculcan patéticos valores patriarcales y su asquerosa doble moralidad para que encajes como un verdadero lego en la grotesca máquina, cosas que a ell@s ya les han influenciado y que nunca se lo cuestionaron porque es considerado “normal”. Luego te obligan a asistir a la escuela, para que te “eduquen” y “enseñen” lo esencial (según ell@s) para que puedas vivir y ser alguien (como si no lo fueras), ¡todo no es más que patrañas!, la escuela es la cárcel donde adoctrinan a esas jóvenes vidas, en donde l@s estudiantes son l@s prisioner@s y l@s profesores/as y/o autoridades escolares son sus carceler@s. El real objetivo de esa institución es crear ciudadan@s/ productos acordes a lo impuesto, que

no puedan cuestionar lo existente y que solo se limiten a seguir una delimitada forma de vida. Es por eso que cuando un niñ@ no encaja dentro de la normalidad prescrita, se le castiga con imperante autoritarismo o se le “droga” para que “ponga atención”, todo envuelto en un bonito papel forjado por siniestros seres. No nos olvidemos del papel que juega la religión y su dios como mecanismo de dominación, que desde que llegamos a este mundo, queramos o no, nuestra libertad es violentada por l@s esbirr@s de ese supuesto ser autoritario llamado dios que de la mano de la familia y la escuela se encargan de adoctrinarnos y domesticarnos.

La universidad es solo la continuación para que seas una pieza más, solo que con una catalogación sobre valorada, te hacen creer que ere un@ “intelectualoide” superior a cualquiera que no haya estudiado en dicha institución/herramienta, no te lo creas, solo eres un producto más.

A través de tu corta existencia te



Solidaridad.

“Nuestra acción debe ser la rebelión permanente con la palabra, con la letra impresa, con el puñal, con el fusil, con la dinamita. Como rebeldes que somos, actuamos consecuentemente y nos servimos de todas las armas para golpear. Todo es bueno para nosotros, excepto la legalidad”

Kropotkin

“La idea de la prisión surge en la historia como medio por el cual encerrar y aislar de la sociedad a aquellas personas que las autoridades consideraban molestas o subversivas a las leyes en vigencia. A lo largo de la historia de las prisiones y sus mazmorras ha sido aplicada de formas diferentes, pero siempre, absolutamente siempre, han constituidos, bien en la era medieval. Bien en la era moderna o contemporánea, una herramienta del poder impuesto, el medio coercitivo de reyes, militares y políticos. La prisión pasa a convertirse en un medio legal de castigar las malas conductas dentro de la sociedad y, de paso, es un medio eficaz para eliminar adversarios políticos y frenar actitudes subversivas. Con ello, las personas erigidas en amos del pueblo, se auto otorgaban el derecho a castigar y dirimir.”

José Tarrío

Es indignante que pasen por encima de tu orgullo, te falten el respeto intensificando el castigo que te imponen, solo por el hecho de contestar el llamado de guerra que ell@s mismos emiten llevandote a una agonía de vida, que hermosa seria la vida que podrías llevar si no existiese capitalismo que creara necesidades ni autoridades que te lo recordasen a diario, alentándote a luchar por una “estabilidad” ficticia. Es indignante que a un ser que luce por la libertad, contra toda autoridad, se le castigue con el peor de los castigos que se nos pueda dar, la privatización de ésta.

\* Solidaridad con Tamara Sol Farías Vergara, Freddy Fuentevilla Saa, Marcelo Villarroel, Juan Aliste Vega, Carlos Gutiérrez Quiduleo, Mónica Caballero, Francisco Solar, Hans Niemeyer, Alfonso Alvial, Hermes Gonzáles, Víctor Montoya y l@s pres@s de la población La Victoria Javier, Paz, Miguel y Chrystal.

Todxs lxs presxs del mundo a la calle!!

con que el human@ se relaciona con la tierra y los seres que en ella habitan.

Nos oponemos profundamente a la devastación de la tierra en beneficio human@, abrazamos la lucha por ésta avivando las llamas de la liberación total.

El “movimiento” vegano que predomina en la sociedad es solo uno de los tantos que el capitalismo con sus brazos ha logrado atrapar. Se ha encargado de las “necesidades” alimenticias (entre otras cosas) de aquell@s que rechazan los productos o ali-

mentos de origen animal, ofreciéndoles un abanico de opciones que son solo mierda que alguna industria produce con todo lo que eso abarca (explotación de la tierra, humanos y animales). Es por lo ya escrito que nos oponemos a lo que denominamos como “veganismo capitalista” y abogamos por una vida autosuficiente (los que más podamos). Creemos que el humano no necesita más que verduras, frutas y semillas (entre otras cosas vitales) para vivir, si quieres algo un poco más elaborado hazlo tu mismo o simplemente róbalo.

Nuestra esencia insumisa es la que nos impulsa a luchar contra el poder de una manera horizontal y multiforme, y no fomentando los caracteres organizativos que multiplica el sistema, no nos identifican las prácticas y los accionares de una forma verticalista, para nosotros en la autoridad esta la destrucción de la vida.

Saboteemos, destruyamos, quememos, rayemos a la máquina de consumo y vengamos a tant@s que han perdidos sus vidas en las fauces de la sanguinaria sociedad tecno-industrial. Aullemos por la libertad!

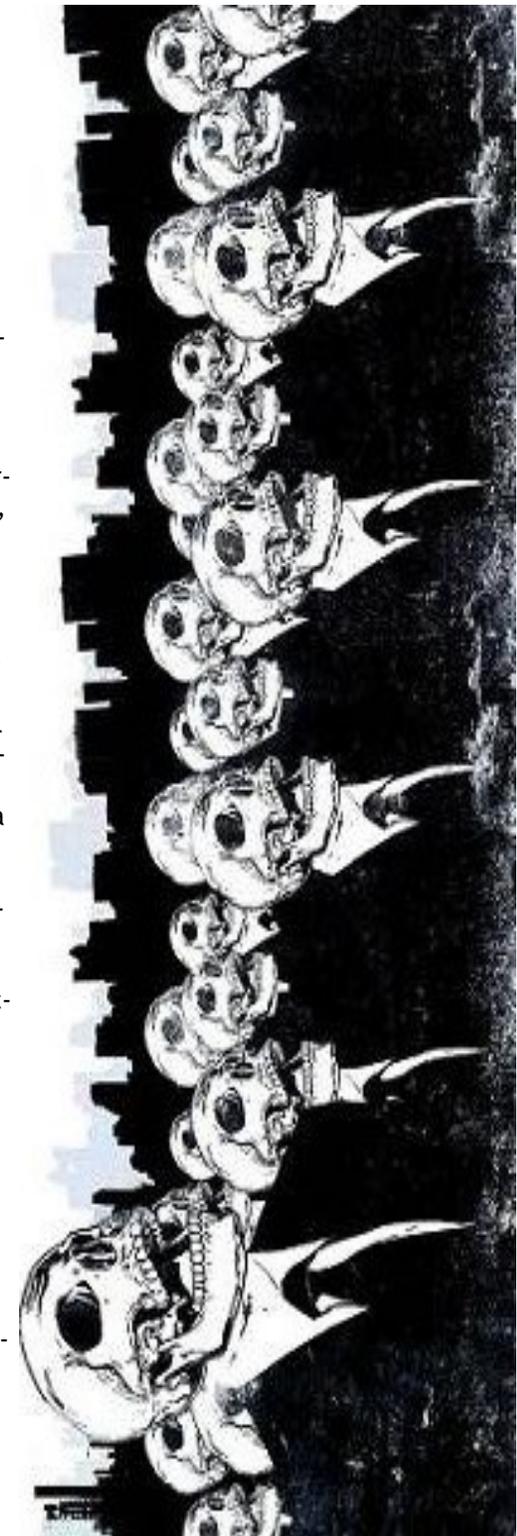
moldean al igual como lo haría un alfarero con un trozo de arcilla, te enseñan a competir con los demás fomentando la propiedad privada, te civilizan forzosamente, siempre de acuerdo a las necesidades del poder. Si subviertes el orden establecido, la represión va por ti, para callar tu insolente voz dentro de los malditos muros de las prisiones, en donde encierran a l@s pobres, en donde encierran a l@s que osan revelarse.

El capitalismo te oferta un abanico de supuestas necesidades “esenciales” como lo son; el comprarte una casa, comprarte un automóvil, la ropa que usas, comprar la comida con la que te alimentas. En fin, comprar todo lo que supuestamente “necesitas”, pero todo eso no es más que mierda perfumada. Como animales que somos podemos ser autosuficientes y no depender del estado y el capitalismo, ellos nos venden productos que realmente no requerimos para vivir, tu puedes construir tu propia casa, tu puedes cultivar tu propia comida, tu y todos pueden autogestionar sus vidas y hacerlo de una forma en la que no se devore a la naturaleza para nuestra satisfacción, somos el único animal que deja destrucción a su paso, aprendamos de las demás especies y del equilibrio natural, sacudamos la escarcha que tenemos sobre nuestro lomo, esa horrible sensación de temer a ser libres nos aprisiona en nuestra cotidianidad. Digámosle basta a la sumisión y a la comodidad, tomemos las riendas de nuestras vidas, comencemos a cultivar nuestras mentes para luego cultivar lo que vamos a comer, es ahí donde comienza la emancipación.)



*“...Algunas culturas humanas han llevado a cabo la guerra contra la Tierra por milenios. Yo escogí luchar del lado de los osos, montañas, leones, zorrillos, murciélagos, el jaguar y la rosa silvestre y de todas las especies salvajes. Tan solo soy la más reciente casualidad en esta guerra. Pero esta noche me fugo de la cárcel. Estoy regresando a casa, a la Tierra, al lugar de mi origen.”*

William “Avalon” Rodgers (Solsticio de invierno, escrito antes de “escapar” de prisión)



# HASLO TÚ MISMO

Como ya hemos mencionado, consideramos que la autogestión es una gran herramienta para combatir en el día a día contra el voraz capitalismo, para dejar de lado los dañinos productos que te ofrece el mercado, ya sea de alimentación, higiene personal, medicina, construcción y de maces.

**(Los desodorantes convencionales que el mercados nos ofrecen tienen la función de ser antitranspirantes, lo que genera daño a nuestra salud, ya que la transpiración es un mecanismo del cuerpo para expulsar toxinas. Además estos desodorantes contienen aluminio que esta estrechamente relacionado con el cáncer de mamas en las mujeres.)**

Es por eso que en esta edición hemos estimado escribir algunas recetas de como remplazar con cosas sencillas a los tóxicos desodorantes que comúnmente “tod@s” compran en las farmacias o supermercados. El limón tiene propiedades anti-bacteriales que fun-

cionan contra las bacterias que producen el mal olor en las axilas. En caso de que el limón no sea adecuado (depende de cada human@) existe una forma alternativa de desodorante y lo mejor es que puedes hacerlo tu mism@.

## Limón como desodorante:

Tomas un trozo o cascara de limón, te lo frotas por las axilas y listo.



## Desodorante de bicarbonato y semillas de linaza (lino):

- Ingredientes:

100 ml. de agua, una cucharada de linaza, una cucharada de bicarbonato.

- Preparación:

Hierves una cucharada de semillas de linaza en 100 ml. De agua (3 a 5 minutos aproximadamente), luego debes colar el agua y quitar las semillas, una vez colada el agua le agregas una cucharada de bicarbonato (al igual que linaza es una cucharada por cada 100 ml.) lo bates y listo.

- Propiedades del desodorante:

Evita el olor, no mancha la ropa (excepto la blanca).

# TODXS SOMOS ANIMALES!

¡Antiespecismo contra toda autoridad!

Observando las actuales organizaciones, colectivos e individualidades que abogan por la liberación animal auto-denominándose ve-gan@s, la mayoría (con varias excepciones) solo nos causan rechazo para quienes luchamos por la liberación total. Como individu@s antiautoritarios impugnamos todas esas organizaciones jerárquicas que replicar la forma de organizarse del poder, es repudiable el carácter autoritario en el que se constituyen. El mismo desencantó nos causan esas colectividades de corte “libertario”

que criminalizan (como buen@s ciudadan@s que son) el actuar violento que protagonizan diferentes individu@s/ colectiv@s que luchan en contra de la explotación animal (y más) en marchas o en cualquier otra instancia. Consideramos que la violencia contra los promotores de la esclavitud y sus lacay@s está completamente justificada por todos los siglos de explotación a los que nos han sometido. Por el contrario caminar por las vías de la legalidad y el pacífico reformismo izquierdista barato de nada sirve en

la lucha por la emancipación de l@s animales, solo son luchas parciales que el mismo estado promueve sobre los caminos de la asesina democracia.

Estimamos que si una persona lucha por la libertad animal se debe considerar dentro de esa convicción la lucha por la libertad humana, ya que no podemos olvidar que somos animales y que estamos viviendo cautivos dentro de un sistema que se alimenta de nuestras vidas (hasta la última gota). Tenemos que alzarnos contra el capital y el autoritarismo





en su corazón no hay amor, solo quieren aniquilar todo con su objetivo oscuro...

-no te entiendo Kalfuñu, ¿quiénes son?-¿cómo son?, ¿Qué quieren...?

Rayen quedó desconcertada ante la verdad inminente. Era cierto; río abajo la corriente desaparecía en un tubo de metal y reaparecía cientos de metros más allá, débil e inerte, otro río hermano de este, tenía en sus entrañas unos peces extraños que luego se trasladaban al mar y donde crecían estos pequeños invasores, la vida desaparecía y el río adquiría un horrible hedor. El bosque era arrasado cerro arriba por inescrupulosos que mataban a los viejos y milenarios árboles, en nombre del progreso y del trabajo.

Rayen sabía que la serpiente tenía razón, que su pena también era suya...

Rayen ese día escuchó la voz del bosque y entendió su pena...

-Rayen tu sabes bien quienes son; llegan con engaños, con mentiras endulzadas, aniquilan el bosque y matan el río, instalan jaulas en la corriente, introducen alimañas. Ennegrecen las aguas... roban su vida, matando el corazón de la tierra. La serpiente se sumergió en la profundidad de las aguas y Rayen contempló desde la roca como sus lágrimas azules desaparecían

río abajo... Ese día, la pequeña niña y el espíritu del bosque fueron uno, el mensaje era claro...

Rayen entonces juró defender al bosque de sus enemigos para siempre, porque rayen era también el espíritu del bosque.

**"Y mis acciones al dormir se encaminan en que mañana al despertar, romperé con la rutina y en la acción individual con el pecho como piedra, hinchado por la destrucción de esta y de cualquier sociedad... Hazme un favor procura que viva la anarquía"**

**¡PUNKY MAURI, LA OFENSIVA NO TE OLVIDA!**



Como animales que somos y habitamos naturalmente en la tierra, que en relación con ella nos conecta respetable y armónicamente con la naturaleza, optemos por ser seres respetuosos con el entorno en el cual vivimos. Auto medicándonos naturalmente podemos eliminar malestares o enfermedades que nos afecten, conociendo aún más el habitat en el cual vivimos y cambiando hábitos alimenticios y estilos de vida para garantizar nuestra salud. Debemos ser parte del ecosistema natural y libre. Si aprendemos un poco

de los demás animales con los cuales coexistimos en este planeta, observaremos que ellos, al igual que lo hacían nuestros ancestros, se favorecen de las propiedades de plantas y de la medicina natural para curar sus patologías o malestares. Relacionándose de una forma simbiótica con la naturaleza es donde se desarrolla el respeto por ésta, como lo hacen los demás seres terrestres. La medicina natural la consideramos como una de las grandes aristas para lograr emancipar nuestros cuerpos de las grandes cadenas de

muerte del paradigma de las ciencias de la salud, que más que una solución a las diferentes enfermedades, es un negocio millonario que solo busca el beneficio monetario de las empresas, intoxicando tu organismo con venenos que solo destruyen tu cuerpo y te hacen esclavos de las farmacias. A todo esto se suma el gran sufrimiento al que son sometidos diversos pequeños animales no-humanos para testear en sus cuerpos los medicamentos que se consumen cotidianamente.



## RUDA:



Beneficios: el principal uso de la ruda es para tratar problemas en el estomago. También sirve para aliviar el dolor de oídos o contra enfermedades nerviosas, vértigos, gripe, tos, artritis, várices, heridas leves, reu-

matismo y gota.

Es igualmente útil para úlceras, llagas y como loción para el cuero cabelludo. Se dice, además, que se emplea para regular los cólicos menstruales, para ayudar en el parto y estimular la producción de leche, en la mayoría de los casos se toma un té de las hojas dos o tres veces al día.

Preparación: se toma una infusión de hojas de ruda para reanimar, para combatir los parásitos intestinales, asociada al paico y al anjenjo. Es aperitiva, usada en las fiebres y los pasmos. Para uso interno una infusión de 15 gr. Por 1 litro como emenagogo, cuidado con altas dosis produce taqui-

cardias.

Aumenta la resistencia de los capilares sanguíneos evitando su ruptura. Rica en vitamina C. provoca la menstruación o la aumenta si esta es insuficiente. La dosis empleada debe ser corta, pues esta planta es tóxica.

Ejerce una notable acción sobre las fibras musculares uterinas, pero a grande dosis puede provocar aborto. Es antiespasmódica y sudorífica. Esta misma infusión se aplica en lavativas intestinales para matar y expulsar lombrices y gusanos, también se inyecta en las fosas nasales para la sinusitis.

## DIENTE DE LEÓN:

Hierba que mide menos de 30 centímetros de altura con hojas largas, estrechas y dentadas; formando un círculo en la base del tallo y desde donde salen sus flores amarillas. Poseen vitaminas de los grupos B y C, alto contenidos en betacarotenos en las hojas (mas que las zanahorias) además tienen un alto contenido de potasio, entre varios otros nutrientes.

Recolección: si son para comérselas frescas las hojas se recogen al final del invierno, que es cuando son más tiernas. Para infusión es preferible cortarlas antes, en el verano son también tiernas pero resultan menos amargas. La raíz se recomienda arrancarla en verano o en otoño, que es cuando se concentran en ella los principios activos.



## Rayen y el espíritu del río

Por Mauricio Morales Duarte



*Rayen tenía calor y bajo al río. La pequeña niña se encaminó por el estrecho sendero, entre copihues y huellas, lenga, maños y ave-llanos, pehuenes y pellines surcaban su camino... Se quitó la ropa y sumergió su frágil cuerpo entre las cristalinas aguas de aquel torrente de vida.*

*Mientras nadaba, una enorme serpiente azul salió desde el fondo del agua. Rayen se sintió inquieta ante la serpiente, que tenía una melancolía grave en la mirada, como pena en los ojos.*

*-¿Quién eres? - le Pregunto la niña-*

*Soy Kalfuvifú el espíritu de este río.*

*-y por qué lloras? -volvió a preguntar Rayen.*

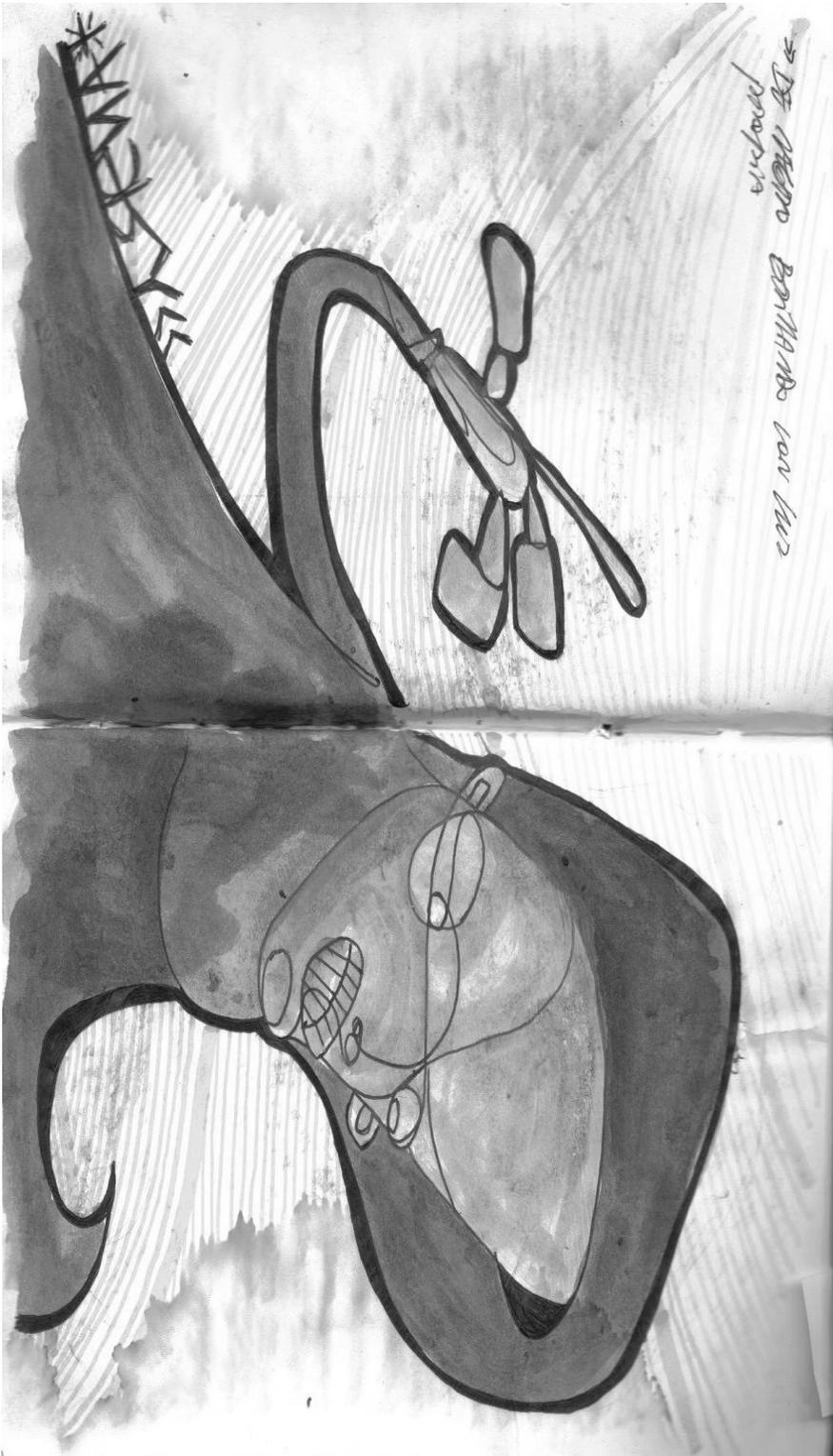
*- es una historia triste- pero si quieres puedo contártela...-*

*-sí, sí quiero- dijo la pequeña, que sentándose en una cálida roca, entibió su cuerpo al sol.*

*Antes no había dolor en mi corazón todo era alegría, los primeros que llegaron sabían escuchar la voz del bosque en su corazón, el eco del volcán, la risa de los pájaros, en su pecho andaba el amor y en armonía se guiaban mutuamente... pero ahora... ahora el dolor inunda el valle, los que llegan hoy no escuchan la voz del bosque, son sordos y ciegos,*



La memoria como Arma - Sebastian Overstuij - Presente!



Aplicación: exceso de ácido úrico, gota, enfermedades de los riñones y del hígado. Estreñimiento y reumatismo.

Preparación: estimula el apetito, es depurativa; para aprovechar sus vitaminas, se comen las hojas crudas en ensalada, con aderezo de vinagre, sal y aceite de oliva. Puede sustituir el vinagre por jugo de limón. En decocción (100 gramos de hojas y raíces en partes iguales por litro de agua) es depurativa y diurética, tomando una taza antes de cada comida. Como diurética, puede usarse en infusión de hojas secas o frescas un trocito de hoja por taza de agua que se tomará tras la comida. La raíz se utiliza como sucedánea del café esta se corta en trocitos, se tuesta y se muele, la infusión se prepara igual que el café.

**BOLDO:** Árbol frondoso, 5 y más metros de altura, la floración es entre junio y agosto.

Parte empleada: hojas frescas, o secas y trituradas al momento de usarlas.

Propiedades: estimula las funciones digestivas al aumentar la secreción biliar y es diurético. Actúa sobre el sistema nervioso. Aplicación especial contra trastornos del hígado, se aplica en digestión lenta, inapetencia, etc.; en las enfermedades y afecciones de las vías urinarias y genitales, para calmar los nervios y el insomnio. Se usa también como antihelmínico. También se sugiere su uso para otras enfermedades, como por ejemplo, molestias dentarias, dolores reumáticos, etc. Es un excelente depu-

rativo de la sangre para combatir la sífilis y otras enfermedades.

Preparación: para la infusión de boldo se prepara media cucharadita de café por taza. Beber una taza en ayunas y/o después de las comidas. La decocción, en dosis de 15 gramos por litro de agua, se toma endulzada y con limón en pequeñas dosis a cualquier hora. Sus frutos son dulces, aromáticos y agradables, con ellos se prepara una bebida fermentada llamada lichicho o chicha de boldo, también medicinal. Para combatir dolores reumáticos, se cuecen las hojas en una pequeña cantidad de agua y luego se aplican sobre la zona adolorida, afirmándolas con un paño limpio a modo de cataplasma. Las compresas del cocimiento de las hojas de boldo, 10 gramos para



medio litro de agua se aplican en la frente para aliviar migrañas y en el estómago para disipar gases y calmar los nervios.

El jugo de las hojas o brotes tiernos calma el dolor de oídos introduciendo varias gotas en el conducto auditivo. Las hojas calientes rociadas con vino, calman neuralgias. Los baños calientes de hojas o ramas de boldo, se recomiendan contra el reumatismo, la hidropesía (retención de líquidos) y sífilis.

## ALOE VERA:

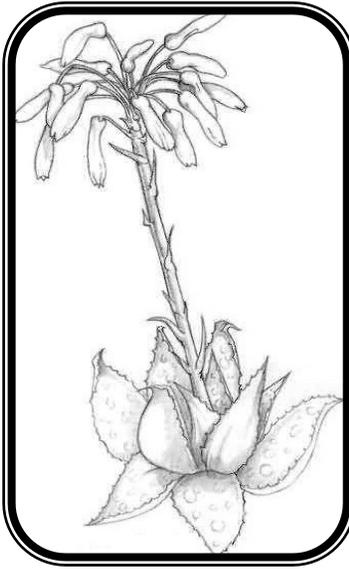
Es una de las plantas medicinales más completas del mundo y conocida desde hace más de 4000 años atrás por sus innumerables aplicaciones externas, con resultados sorprendentes. Es fuente natural de antibióticos, posee agentes astringentes, coagulantes y cicatrizantes. Contiene toda la cadena de aminoácidos esenciales, oligoelementos minerales y vitaminas.

Parte empleada: el gel o jugo de las hojas.

Propiedades: aloemetina, previene y controla la propagación de ciertas formas cancerígenas. Aloemodina, regula el funcionamiento de la mucosa intestinal. Aloeoioina mejora úlceras duodenales, estomacales y disminuye la acidez. Aloetina, neutraliza el efecto de las toxinas microbianas. Aminoácidos, intervienen en la formación de proteínas. Carrisina, refuerza el sistema inmune y aumenta las defensas. Cretinina, fundamental en las reacciones de almacenaje de la energía. Emolina, emodina, barbaloina, generan ácido salicílico de efecto analgésico y anti febril. Fosfato de manosa, actúa como agente de crecimiento de los tejidos con efecto cicatrizante,

entre otros.

Aplicación: en aplicación externa es regeneradora de la piel y cicatrizante, humectante, antiinflamatoria, etc. Alivia las quemaduras por ácidos, excesiva exposi-



ción al sol; problemas dermatológicos como eccemas, psoriasis, dermatitis y alergias cutáneas, picaduras de insectos, etc. Internamente regenera los tejidos ulcerosos.

También ayuda a trastornos hepáticos y digestivo, dolores de cabeza, parásitos intestinales, problemas menstruales, cólicos, distrofias musculares, trastornos venéreos, fiebre, estreñimiento, micción nocturna.

Preparación: es importante diferenciar dos tipos de líquidos que se acumulan en la hoja, uno es de color

amarillo, la aloína, sustancia amarga de efecto laxante que esta 2 o 3 mm de la cáscara. Lo que utilizaremos es el líquido que se encuentra en el centro de la hoja o sabia transparente, en la capa mas interna de la hoja.

Se corta longitudinalmente la hoja y con una espátula o una cuchara de madera, se raspa la parte carnosa y se va acumulando el líquido en un recipiente. Otra forma de sacar el gel, es cortar en trozos, sacar las espigas de los costados y la cascara. Luego se lava bajo un chorro de agua para quitarle la posible aloína que haya quedado.

El gel obtenido se puede usar en trozos o licuar en una juguera. Pero debe guardarse en frío hasta 7 días. Pasado ese tiempo pierde su valor curativo. Aplicar directamente sobre la piel o compresas en una gasa, para los problemas externos indicado anteriormente. Para problemas estomacales como estreñimiento, úlceras, etc., masticar un trozo de aloe en ayunas y antes de acostarse, o beber el gel licuado en los mismos horarios.

El gel se puede disolver en agua. Mantener este tratamiento por un periodo máximo de dos semanas, donde se debe ingerir una dieta suave para el organismo.



## Medicina natural

"Una de las historias que más me gusta, es acerca de los Chimpancés, cómo conocen más de 100 plantas para usar como medicina. Y si tienen, digamos, un cierto tipo de parásito intestinal, se levantarán en la mañana, no comerán nada, y se irán solos, caminando por el bosque hasta que encuentran la Planta exacta que necesitan para sanarse, y se sentarán a su lado, y pondrán una de las hojas en su boca, sin arrancarla, y tan sólo se quedarán ahí. Y parte de lo que sucede es que su cuerpo será capaz de identificar qué tan fuerte es esa Planta para ayudarles, y si no la sienten apropiada irán a la siguiente, hasta encontrar la apropiada. Pero la Planta también puede analizar la saliva de cualquier animal que la toca en esa forma, y sabe lo que sucede, y comienza a cambiar su fitoquímica en respuesta. Ahora, esta Planta en particular es realmente sorprendente, en su superficie es así como velcro, así que el Chimpancé la recogerá, la doblará como un acordeón, y se la tragará. Y sólo funcionará si se toma exactamente de esta forma, si la masticara no funcionaría. Así que se la traga, baja, y en el estómago empieza a estirarse un poco, y el ácido estomacal empieza a disolver y remover todos los químicos que son específicos para los parásitos, así que entonces pasan

del estómago a los intestinos y ponen a los parásitos que están adheridos a las paredes de los intestinos en una especie de coma, entonces mientras esa hoja pasa a través tiene estos dobleces puntiagudos de acordeón y además esa especie de velcro, y literalmente remueve y arrastra todos los parásitos hacia afuera. Es la única forma en que resultará, entonces la gente se sorprende y dice cómo pueden hacerlo, son sólo animales, son tan estúpidos. Pero es esta asombrosa capacidad que todos los animales, todos los seres vivos comparten respecto a la medicina.

Y bueno, creo que puedo entenderlo, tiene sentido, estas Plantas y Animales se desarrollaron juntos a lo largo de miles y miles de años, lo que sí me perturba más son las Plantas que fueron llevadas a África después de la colonización, y han estado ahí sólo alrededor de 400 años, y los Babuinos saben exactamente cómo usarlas para sanarse. Ahí es cuando mi cerebro empieza a colapsar. Porque básicamente significa que hay algún mecanismo de entendimiento que está activo todo el tiempo, que los Animales tienen para comprender el uso de las plantas como medicina, y que nosotros aparentemente no tenemos."

(entrevista a Stephen Buhner)