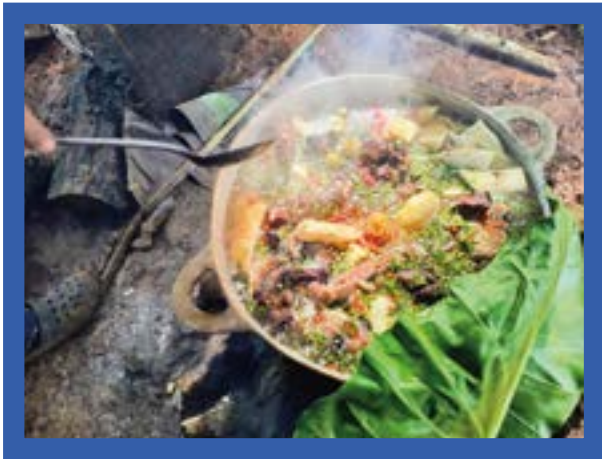


MEMORIA HISTÓRICA DE LOS TERRITORIOS INDÍGENAS CABAGRA Y CHINA KICHÁ

REGIÓN BRUNCA. (2021-2024)
UNA-Sede Región Brunca



Contenidos del Libro:



Fuente: Mora Sierra, G.,2024



Fuente: Mora Sierra, G.,2024



Fuente: Mora Sierra, G.,2024

Relatos Bribris/ Cabagra

Abelino Granda Ortíz

Laudencio Rojas Ortíz

Ermida Torres Ortíz

Marta Torres Ortíz

UNA
SEDE REGIONAL BRUNCA
CAMPUS PÉREZ ZELEDÓN



Programa promoviendo el Capital Social Comunitario
Sede Regional Brunca
Campus Pérez Zeledón
Noviembre 2021



Promoviendo
el Capital Social
en Comunidades Rurales
de la Región Brunca

305.8092
M533un

Universidad Nacional Costa Rica. Sede Regional Brunca.
Memoria histórica de los territorios indígenas Cabagra y China Kichá : Región
Brunca. (2021-2024). Editora Guiselle Mora Sierra. Promoviendo el Capital
Social en Comunidades Rurales de la Región Brunca. . – 1ra. Edición -
Pérez Zeledón, Costa Rica : Universidad Nacional, diciembre 2024.

75 páginas : ilustraciones a color

ISBN: 978-9930-631-10-2

1. EXTENSIÓN. 2. MEMORIA. 3. INDÍGENAS. 4. COMUNIDADES RURALES
5. PRODUCCIÓN 1. Título

ISBN: 978-9930-631-10-2



<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>



Contenido

Presentación	6
Agradecimientos	7
Reconocimientos	7
Laudencio Rojas Ortíz	8
Cómo se formo Cabagra	8
Abelino Granda Ortíz	9
Traiga al Soku	9
Vamos a hacer una casa	10
Ermida Torres Ortíz	12
Ella es Ermida	12
Para que nunca tenga miedo	12
¿Cómo hacer las tortillas?	14
Marta Torres Ortíz	14
La señora mona	14
Aprendiendo el español	15
Las costuras de mamá	16
Las piedras	16
Nacimientos de niños	17
¿Cómo enterraban a los muertos?	18
Ritual de Cacería	18
Documentos citados	18

Presentación

El territorio indígena de Cabagra, se ubica en el Pacífico Sur de Costa Rica, en la provincia de Puntarenas, cantón de Buenos Aires.

La Sede Región Brunca de la UNA, estableció contacto con esta comunidad desde el 2018 y, a partir del 2019 empezó a desarrollarse allí, al igual que en los territorios de Ujarrás y Salitre, el PROGRAMA PROMOVRIENDO EL CAPITAL SOCIAL COMUNITARIO (PPCSC).

El objetivo del mismo fue fortalecer y revitalizar prácticas culturales tradicionales que permitieran a sus moradores revalorar la cultura Bribri.

Ermida Torres, Abelino Granda, Laudencio Rojas y Marta Ortiz compartieron algunas de sus historias, vivencias y recuerdos.

Las estudiantes asistentes Melany Gamboa, Tatiana Ortiz y Vanesa Granda colaboraron en la transcripción de las narraciones y la redacción y revisión final estuvo a cargo de Guiselle Mora Sierra, encargada del Componente Cultural (PPCSC).

En todo momento se respetó el fondo de las conversaciones originales, haciendo algunos ajustes de forma para lograr una lectura fluida, clara y agradable.

Las narraciones de don Abelino, doña Ermida y don Laudencio fueron recopiladas en el I semestre del 2019 mediante grabaciones y, posteriormente, se afinaron algunos detalles con la y los informantes.

Las narraciones de Marta Ortiz se realizaron durante el 2021.



Agradecimientos

Nuestro más sentido agradecimiento a las y los señores que abrieron su corazón, para compartir sus historias y anécdotas. Se quedaron algunas en el tintero, pero esperamos poder hacer una segunda parte en donde se plasmen y puedan ser leídas y disfrutadas, no solo por las y los pobladores de Cabagra, sino por todas y todos aquellos costarricenses que se sienten orgullosos de sus raíces y quieran conocer más de ellas.

También debemos agradecer la apertura de la Asociación de Desarrollo Integral del T.I de Cabagra por su anuencia a las diferentes iniciativas que la UNA por medio de la Sede Región Brunca ha venido realizando. El aprendizaje obtenido ha sido invaluable.

Reconocimientos

Ermida Torres Ortíz, Marta Ortíz Torres, Abelino Granda Ortíz. Laudencio Rojas Ortíz; todas ellas y ellos dieron su autorización para el uso de las grabaciones con el propósito de que sean utilizadas en centros educativos tanto fuera como dentro del territorio, como un mecanismo de revitalización de su cultura.

Foto de portada tomada por Vanesa Granda, corresponde al lugar de residencia de doña Marta.

Ilustraciones elaboradas por Guiselle Mora.



Laudencio Rojas Ortiz (2019)

Profesor de lengua Bribri y traductor para diferentes instancias administrativas públicas y privadas, compartió, con su habitual sonrisa y cordialidad, datos importantísimos sobre el nacimiento de la comunidad de Cabagra.

Cómo se formó Cabagra.

Los primeros bribbris que llegaron a Cabagra venían del atlántico, del lado de Talamanca.

La migración inició más o menos a mediados del siglo antepasado (1800) y se consolidó en las primeras décadas del siglo XX. Esto se dio más que todo por razones políticas relacionadas con el descontento de algunos pobladores con la forma de actuar de los caciques.

Uno de estos gobernantes, antecesor de Antonio (Saldaña¹), aplicaba la ley de manera muy violenta. Posteriormente le sucedió Antonio, que era más joven, pero que llevaba esa misma línea.

Dice don Laudencio que su papá (nacido en 1928 y fallecido a los 87 años) le relató que sus abuelos le contaban que cuando alguien cometía una falta, como los castigos eran tan severos, los implicados se adentraban en la montaña para huir de la sanción, debiendo buscar estrategias para sobrevivir; esto explicaría los sembradíos de plátano y pejibaye que hay a unos 30 km adentrándose en la cordillera hacia el lado de Talamanca, al pie del cerro Kamuk, en la cabecera de río Cañas.

Uno de los motivos de sanción, era el matrimonio entre los miembros de un mismo clan. El Rey no aceptaba este tipo de relación ya que se consideraba violatoria a las normas tradicionales y al credo Bribri que impide ese tipo de uniones y que se daban en algunas familias, entonces huían para no dejarse capturar. Se adentraban en las montañas buscando las cabeceras de los ríos hacia la vertiente del pacífico, pero, como dice don Laudencio, esto es solo una teoría que habría que confirmar.

Cuando ya la gente vio que en esta zona se podía vivir, abrieron un camino de la cabecera del río Cabagra que está en Olán, en el cerro “Uyük” y

de ahí pasaron a “baja Talamanca”; ese camino permitió que más gente bribri, viniera de la alta Talamanca hacia el pacífico. Incluso se menciona que el Rey Antonio Saldaña estuvo en Boruca y pudo haber usado este camino o el de Ujarrás.

Algunos bribbris venían a las Fiestas de Boruca a intercambiar productos como animales, mecates y otros objetos, por sal. Eso hizo que poco a poco fuera llegando más población talamanqueña que se asentó en Bajos de Olán, que en lengua Bribri se llama Ú srürü que quiere decir “caserío de color blancuzco” porque antiguamente, esos ranchos temporales que se construyeron para esas jornadas de caza en la montaña y protegerse del clima y de animales salvajes como el tigre, se hicieron de (bijagua²) ya que es muy abundante en la zona.

En la noche, estos ranchos bajos, se cerraban por los 4 costados y se alumbraban con fogatas.

Conforme fueron conociendo mejor la zona y las plantas que habían allí, se fueron utilizando otras, entre ellas algunos tipos de palma como la surtuba, y el palmito de montaña. También fueron incorporando otros elementos, materiales y modificando las construcciones haciéndolas más altas, cercándolas con “palillos redondos”³. Este es el inicio de los ranchos bribbris en la región.

Como eran pocas personas, 2 o 3, no ocupan una construcción muy grande como en el caso de Boruca y de otros pueblos que vieron los conquistadores como Cía⁴.

Luego llegaron otras familias de diferentes clanes, esto era necesario para que pudieran tener convivencia⁵, aunque siempre hubo más de unos que de otros. Estas personas no tenían nombre en español, solo el nombre en bribri.

Según la historia, tenían muchas supersticiones, una de ellas, era que había una laguna en Bajo Olán, esa laguna ya se secó, pero ahí vivía un cerdo muy grande, sin cabeza y cuando salía de la laguna, perseguía a las personas que pasaban cerca de allí.

Eso motivo que la gente tuviera miedo y poco a poco se vinieran hasta Yoavin, este fue el primer asentamiento, el segundo fue Bolas. Estos primeros asentamientos fueron 4 ó 5, Salitre fue el último.

1. Antonio Saldaña, último Rey de Talamanca (MBC, 1997)

2. Planta de la familia las marantáceas que se caracteriza por el envés blanco plateado de sus hojas

3. Conocida usualmente como madera rolliza, son los toncos de los árboles sin mayor tratamiento.

4. Se refiere al cacicazgo del Cía, ubicado en los alrededores del actual Buenos Aires, Puntarenas (Barrantes, C 2004.)

5. Es necesaria recordar que el matrimonio entre miembros de un mismo clan esta prohibido en muchas de las culturas originarias.

El nombre Yoavin no es Bribri, no tiene traducción en la lengua, es posible que se refiera a “la familia” o a “nuestra familia” que en Bribri es se’yá mi⁶.

Varias décadas tardó el poblamiento de los otros lugares. Las Brisas fue uno de los últimos, porque este era un punto de paso, no era para vivir. Allí donde está la escuela, se hizo un ranchito para que la gente descansara y si era necesario, pasara allí la noche. El nombre de este poblado en bribri es Ká báktker, porque el rancho tenía una cerca alrededor hecha con palitos. La palabra ká, se refiere a la fabricación de artículos con madera, por ejemplo, la cama o una pared. El nombre en bribri de Las Brisas, se traduce “donde se tejió la cerca alrededor de la casa”. De la década de los 50s (S XX) para acá, le pusieron Batsúl kichaki btá que quiere decir “alto de la cuesta de la raíz del higuerón”, pero ese nombre es reciente, no es el original; mucha gente de 50 a 60 años no conoce el nombre original, eso data de 150 años atrás, es probable que ese nombre se perdió en el tiempo y las generaciones más



Fuente: Mora Sierra, G.,2024

recientes ya no lo conocen. Muchos de los nombres originales han cambiado por conveniencia de pronunciación o porque los nombres originales en la lengua son muy largos y no los pueden incluir en los sellos⁷ entonces los cambian, aunque no tengan sentido.

Por ejemplo, la primera escuela que hubo en Cabagra, se llamó Fabio Góngora, en los años 50 (S XX), ¿pero no se sabe por qué? como nadie sabía leer y escribir no hay registros, y a nadie le preguntaban si estaba de acuerdo o no.

6.Posiblemente Yoavin sea la “españolización de se’yá mi o algún término relacionado con el concepto de familia

7.Este caso don Laurencio se refiere específicamente a los sellos de los centros educativos, por es probable que esto haya sucedido con otras organizaciones de la comunidad

8.También llamado Sukia. su padre fue don Manuel Grande, de quién nos habla doña Marta.

Abelino Granda Ortíz (2019)

Don Abelino, hijo de uno de los últimos Awä⁸ de Cabagra, ve con nostalgia, como el conocimiento ancestral de sus antepasados, se va perdiendo poco a poco. Nos comenta que cada vez hay menos interés por parte de las niñas, los niños y jóvenes por conocer acerca de su cultura; él piensa que muchas veces los maestros bribris no cuentan con todos los elementos necesarios para enseñar a las nuevas generaciones las tradiciones y costumbres de sus antepasados.

Estos son algunos de sus recuerdos.

Traigan al Soku

Según nos dice don Abelino, cuando una persona moría dentro de la casa, todos los habitantes debían salir. Nadie podía tocar al difunto y era necesario ir en busca de un Soku. Él era la única persona que podía entrar en contacto con el muerto, se encargaba de sacarlo y limpiar toda la casa por dentro y por fuera, ya que se consideraba que el difunto producía gusanos, insectos y microbios, además de malestar de estómago, por eso no se podía tocar⁹.

El Soku era el que se encargaba de enterrar a los muertos... “si aquí se muere una persona nadie la puede tocar, todo el mundo tiene que salir y ahí se deja en el cuarto y se va y se llama al Soku para sacar ese muerto de ahí y limpiar esa casa. [Él] purifica la casa y tiene que quitar todo lo que hay adentro, lavar el cuarto y todo...” uno vez que todo haya sido purificado, da la orden de que se puede entrar nuevamente.

El Soku que va a realizar todos los ritos, debe estar autorizado (por los miembros de la familia), no es cualquier persona, aunque también tenga este oficio, que lo puede hacer. Él es el que dice quién lo va a enterrar, adónde lo van a enterrar y en el novenario él es el que dice quién va a comer y en qué orden van a comer.

Al entierro van los allegados que quieran ir, los que son muy creyentes (de la tradición), se quedan de largo, pero los que quieren acompañan el entierro; eso sí, después tienen que pasar a la quebrada a bañarse y luego donde el Soku que les hecha un poquito de agua en las manos y los purifica, “yo lo vi mucho,

9.Muy posiblemente esta práctica se deba a que en “épocas antiguas, las viviendas se encontraban muy alejadas las unas de otras y las vías de comunicación, como las conocemos hoy, eran inexistentes, lo que hacía que trasladarse de un lugar a otro llevara mucho mas tiempo, por lo que es posible que , en algunos casos, el proceso de descomposición de los cadáveres, iniciara antes de que el ritual de enterramiento iniciara.

yo crecí con eso”. Los entierran en el panteón¹⁰

Para todas estas ceremonias había un vestuario especial, al igual que las comidas, se matan cerdos, vacas y vegetales de la montaña, se hace una “ensalada”, pero no como las de ahora de repollo y lechuga, sino de plantas que hay en la montaña, cosas que se comen según nuestra cultura, así como chicha.

Para el último día del novenario se necesitan siete Sokus. Tres se quedan en la casa del fallecido, otros tres están en el cementerio y uno se encarga de organizar el banquete. También participan dos o tres Awäs, acompañando a los grupos de los Sokus, así como al que reparte la comida; la cual se coloca en una mesa grande dentro de la casa, los participantes están afuera y antes de repartirla y los siete Sokus deben que hacer una oración que es como



Fuente: Mora Sierra, G.,2024

dar las instrucciones de lo que los asistentes deben hacer. Esto se hace el 9 día y dura toda la noche.

Pero este ritual ya casi nadie lo hace, ya los y las niñas no lo entienden, comenta don Abelino con tristeza.

Vamos a hacer una casa...

Según contó don Abelino, a mediados del siglo pasado las viviendas eran estructuras grandes, rectangulares, a dos o cuatro aguas, hechas con productos naturales: madera “picada”¹¹ entre las que destacan la chonta, el “maría”, el caragra el “mayo”, la caña, el targuá blanco y el “pelo chanco”, estos últimos por sus varillas rectas que se utilizaban para postes y largueros. En los techos predominaban varias especies de palma, como la súrtuba y el pejibaye (Arecaceae) y, donde era factible conseguirlo, el “zacatón”¹² que se podía combinar con las palmas. Para los alares y cubierta de la entrada se utilizaba bijagua (Marantaceae) o estococa (Passifloraceae).

Las medidas de la casa se hacían con los brazos; un-

brazo era el largo de palma a palma de las manos con estas extremidades extendidas, medio brazo correspondía a la medida del pecho a la palma de la mano. Los tablones se medían y se colocaban en el suelo para ir dando forma a la estructura. En el centro se erguía un poste de unos 12 metros, generalmente hecho

10. El cementerio actual está ubicado en las Brisas y es un cementerio convencional, alejado de las prácticas ancestrales.

11. Por madera “picada” se entiende madera rajada con hacha. Los troncos se partían primero a la mitad y luego se les iba sacando tablones.

12. También conocido como zacate de sabana, esta gramínea es frecuente en algunas zonas de la Cordillera de Talamanca hacia el sector del pacífico y en épocas antiguas, fue frecuentemente usada para techar

de ciruelo, “carne asada” o guachipelín y a partir de este se tiraban los ejes radiales que lo sostendrían.

Los tabloncillos de la base se perforaban y se amarraban; una vez concluido este paso, se levantaba la vivienda, las paredes se iban formando con la madera picada extraída de las especies mencionadas y se amarraban entre ellas y a la estructura, con burío u otras fibras resistentes como la “granadilla de monte” o el “calzoncillo”.

Las casas no tenían divisiones, salvo el cuarto para los mayores (padre y madre) todos los demás dormían en la misma sala sobre tabloncillos, camastros o hamacas. Tampoco había servicio sanitario ni dentro ni fuera de la vivienda.

Lo que no podía faltar era el fogón en donde se preparaban algunas comidas “sencillas” y en poca cantidad; para aquellos platos más complejos había una “cocina” en el exterior, ahí era donde se cocinaban cosas como los tamales o se asaba la carne.

Dependiendo del tamaño de la casa, el propietario convocaba a 3 o 4 familias para que le ayudaran. El trabajo comenzaba con la búsqueda de los materiales, los cuales se obtenían del bosque, allí se seleccionaba y cortaba la madera en troncos para ser trasladada al lugar de construcción a “hombro” o cuando se podía, a caballo. Los hombres adultos eran los encargados de esta faena, pero también iban mujeres, niños y niñas, a recoger los materiales más livianos; esto se hacía con jivas y mochilas. En las jivas se echaban productos como palmas y bejucos, en las mochilas los alimentos y bebidas que iban a necesitar para completar la jornada de trabajo.

La elección del lugar en donde se realizaría la casa, dependía de las características del terreno para evitar riesgos de deslizamientos o derrumbes, así como inundaciones,



Fuente: Mora Sierra, G.,2024

además se tomaba en cuenta la dirección del viento.

La mayor parte de las tareas cotidianas diurnas, se realizaban fuera de la casa: preparar los alimentos o materiales para la elaboración de artículos de uso tradicional¹³ y la misma fabricación de estos, al igual que las “fiestas”. Dentro se descansaba y se hacían actividades de carácter ritual.

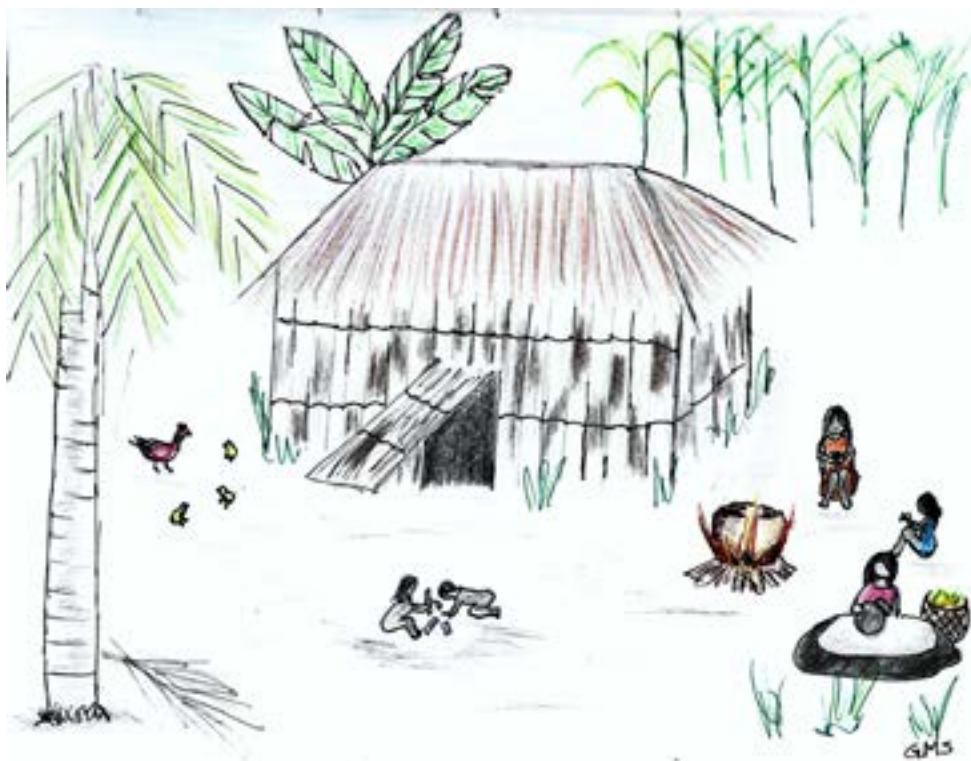
Para 1950 aproximadamente, se introducen las primeras láminas de zinc. Estas eran cambiadas por Luis Rodríguez, del Brujo, por madera extraída de la montaña; poco a poco este material empezó a generalizarse, don Abelino recuerda la vivienda construida por su padre para la casa familiar, según la descripción hecha líneas arriba, y techada con zinc.



13. En Mora, 2019, se define los artículos de uso tradicional como aquellos artefactos de uso cotidiano elaborados por los grupos originarios, mal llamados “artesanías”

Ermida Torres Ortíz (2019)

Ermida Torres es una sabia mujer nacida en Caba-gra. Sus abuelos eran bribris. La abuela venía de Talamanca y le heredó el clan: Dúriwak “los hijos de los pájaros”. A sus más de 69 años, ha vivido la transformación de su comunidad, los cambios en su cultura y en las prácticas ancestrales; no obstante, ha guardado muchas anécdotas relacionadas con sus experiencias, anécdotas que comparte con nosotros y nosotras y que nos ayudan a entender y conocer esta cultura que es parte de la herencia de la zona sur.



Fuente: Mora Sierra, G., 2024

Ella es Ermida

Ermida era la menor de tres hermanos. No fue a la escuela porque para llegar tenía que cruzar un río y no había quien la acompañara.

Entre sus recuerdos de infancia relata las travessuras que junto a su prima Marta, le hacían a su abuela, como jugar con las candelas hechas de cerullo¹⁴; o a su primo Manuel quien era un incipiente escultor y con este mismo material les hacía figuras de animales y personas como si fuera

plastilina, con las que las niñas se entretenían.

A los 14 años conoció al que sería su compañero de vida, quien tenía 17. Su primer encuentro fue en una “chichada”¹⁵ organizada en la comunidad, de esas que se hacían con música de acordeón, “... y de las que ya no se ven porque los muchachos de ahora ya no van a trabajar (en las actividades comunales), además, empiezan a tomar y las fiestas terminan en pleitos”.

Al principio él iba a verla a escondidas, hasta que finalmente le pidió permiso a la mamá para visitarla y así nació una relación que duró casi 40 años (hasta su fallecimiento) y 12 hijos; de los cuales viven 11, todos cerca de su casa.

Uno de sus principales conocimientos es el uso de plantas para curar algunos padecimientos; por ejemplo, nos recomienda la “tripa de conejo” para aliviar dolores de estómago; o los baños con hojas de algodón para aliviar el “quebranto” de los bebés.

Para que nunca tengan miedo

Cuenta Ermida que ella se atendió sola en sus 12 partos. De sus 12 hijos, solo uno falleció al tener tres meses, ... “en esos tiempos no se iba a hospitales y no teníamos control con doctor”. El Sukia, era el encargado de verlas¹⁶, hacerles un remedio y decir si se van a mejorar¹⁷ bien, por lo que ellas solo

esperan ilusionadas.

El compañero sentimental de Ermida y su prima la acompañaron en algunos de los alumbramientos, aunque generalmente se atendió sola y fuera de la casa. Su madre, también, siempre lo hizo así.

Para uno de sus partos, su esposo salió a visitar a la mamá, quien vivía en otro caserío. Como a las tres de la tarde, ella empezó a sentir un dolor fuerte que le indicaba que pronto iba a regalar¹⁸. Al sentirse incómoda, salió de la casa, pero ya iba a llover y no le daba tiempo de volver.

14. falta velaz echas con cera de abeja.

15. Fiesta comunitaria que se hace en las comunidades indígenas, casi siempre, por reciprocidad ante la colaboración por algún trabajo como siembra, recolección de cosecha o construcciones.

16 La figura del Sukia cumple las funciones de médico en las comunidades indígenas y él se recargaba de supervisar su estado de salud

17. Dar a luz

18. Dar a luz

En esa época no había luz eléctrica y las viviendas se alumbraban con candelas hechas por ellos mismos con cera de abeja, justo en esa labor se encontraba su abuela que ese día estaba allí con ella y los otros niños.

A cierta distancia, después de cruzar una pequeña quebrada, se encontró con una gran mata de banano,

frentar los partos, mencionó que cuando sentía que se iba a “mejorar”, “batía dos huevos, bien batidos con una planta que es amarga y se los tomaba sin pensarlo” para apurar el proceso.

Después del parto para detener la hemorragia y limpiar el vientre les daban algunos remedios hechos

a partir de bejucos y cáscaras. También les ponían maíz quemado en el estómago para bajar la barriga²¹.

Una costumbre que se tenía era recoger la basurilla que se forma en los remolinos de los ríos. Como antes no había camas, esta se secaba y la mujer embarazada dormía sobre ella. Cuando ya estaba bien seca, se quemaba a media noche cuando nadie los veía, esto

se repetía 4 veces y a esa persona (el o la bebé), cuando estuviera grande, las cosas le rendían...costaba que se le acabaran.



Fuente: Mora Sierra, G.,2024

allí se sentó. Como veía que demoraba, su abuela, fue a buscarla, Ermida la escuchó llamarla, pero como estaba en el proceso del parto no podía contestarle, hasta que ya salió la placenta y pudo gritarle. Su abuela la halló y le dijo –¿diay por qué se escondió usted? - a lo que ella respondió que no se había escondido, lo que realmente sucedió es que se “mejoró” en cuanto se sentó en medio de aquel “matarron” de banano.

El dar a luz en el monte¹⁹ tenía como propósito que sus otros hijos no vieran el alumbramiento. Este era un tema del que no se hablaba, un secreto del que su madre tampoco, nunca le habló. Solamente dos de sus hijos fueron regalados²⁰ en la casa.

En otro de sus partos, el niño “avisó” que venía en medio de la noche; su compañero fue al monte e hizo una “casita”; para la madrugada ya el bebé había nacido y él se encargó de cortar el cordón umbilical.

Entre las estrategias que usaba Ermida para en-



19. Fuera de la casa, en el bosque o en algún lugar solitario.

20. Nacidos dentro de la vivienda familiar.

21. Desinflamar el vientre.

Otra costumbre era que una vez nacido el o la niña era necesario “sacarle el nervio”, esto se hacía mediante una ceremonia, la cual consistía en hacer un cober-tizo alejado de la casa, en la que la madre y el niño pasaban la noche. A la madrugada, llegaba el Sukia, acompañado de los familiares del bebe y miembros de la comunidad, a las afueras del ranchito y ento-naban un cántico especial, después hacían mucha bulla y el Sukia soplabá un guacal grande con agua fría sobre ella o él cuando estaba dormido asustán-dolo; esto se hacía para que “nunca tengan miedo”.

¿Cómo hacer las tortillas?

Cuenta Ermida que su mamá la enseñó a moler en “tumba”, al igual que la gran ma-yoría de madres enseñaron a sus hijas.

Para esto, madre e hija, molían juntas en un metate grande, es frecuente observar en las cercanías de los ríos, grandes piedras enclavadas en el suelo, con varias superficies de molienda²². La madre le daba una primera molida al grano y ligeramente macerado se la pasaba a su niña para que ella la afinara.

Marta Torres Ortíz (2021)

Marta Torres Ortíz tiene 59 años, vive en Alto las Cañas, en el territorio de Cabagra, y le ha contado a su nieta, Vanesa Granda, unas her-mosas historias, que, con el consentimiento de ambas, hemos registrado en este compendio.



Fuente: Mora Sierra, G.,2024

La señora mona

Dice doña Marta, que cuando ella era una niña sus papás tenían un dicho: “ya parezco a la señora mona”. El dicho se originó en la historia de una mujer a la que conocían con ese mote y que, según decían



Fuente: Mora Sierra, G.,2024

22. En contexto arqueológico y en territorios indígenas se encuentran piedras de gran tamaño con varias zonas desgastadas por el uso hecho de ellas como superficie de molienda

había llegado a este lado de la cordillera procedente de Talamanca, en compañía de sus tres maridos.

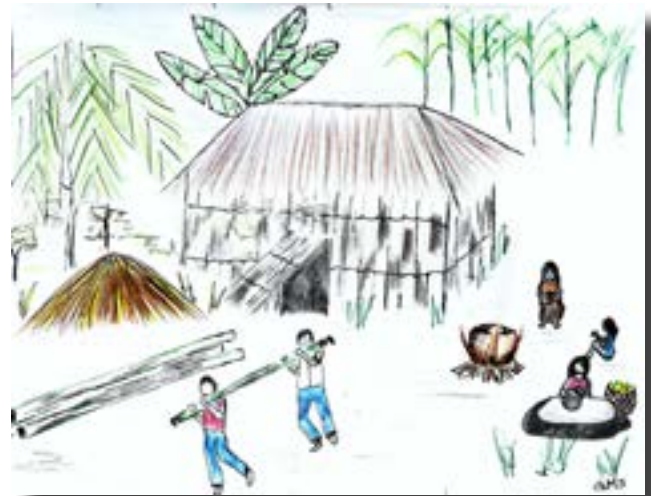
La llamaban la señora mona debido a que no pudo tener hijos y cuando sus compañeros iban a montar²³ y mataban a alguna hembra con crío, se lo llevaban a ella, ya que los animalitos eran muy pequeños para comerlos.

Esta señora cuidaba a los críos como sus hijos y les daba órdenes, mandándolos a realizar varias tareas, pero como es de suponer, ellos no le hacían caso y ella terminaba haciendo lo que había pedido a los monos que hicieran; por ejemplo, llegaba alguien a visitarla y ella le pedía a alguno de los monos que pusiera agua para hacer café y ella se levantaba de donde estuviera e iba a oponer el agua para el café.

Aprendiendo el español

Dice doña Marta que su mamá no hablaba el español, pero su papá, aunque no lo hablaba ni lo escribía del todo bien, lo comprendía. Doña Marta relata que hasta los ocho años ella solo hablaba el bribri, no entendían una sola palabra en español y nunca había ido a una escuela, no sabía leer, ni escribir. Pero un día llegó a su casa “gente blanca”²⁴ a hablar con su papá y le dijeron que debía mandar a los niños a la escuela y que, si no lo hacía iba a llegar la policía, ya que estaría infringiendo la ley que decía que la educación en Costa Rica era obligatoria y gratuita, y como don Manuel (su papá), le tenía miedo a la policía, los envió. Este proceso de aprendizaje fue muy duro, sufrió mucho cuando la mandaron a la escuela, ella no quería ir porque no entendía nada y los profesores no hablaban más que en español, ellos no entendían el bribri por lo cual no tenían como comunicarse, los niños tampoco entendían nada en español, y no había traductores que les ayudaran. Entre sus recuerdos esta como los maestros se enojaban con ella porque no entendía lo que le decían y no podía hacer lo que le pedían. Recuerda también como en una ocasión una maestra se eno-

jó y le pegó con una regla larga que utilizaba para dar las lecciones, por no comprender lo que le estaba diciendo. Así como ella había muchos otros niños que se encontraban en la misma situación, que lloraban porque no podían entender, en ese salón de clase se encontraban todos juntos, no los separaban por edades todos recibían la misma lección, la escuela a la que ella asistió fue la de Yoavin. Sus hermanos, en especial Emiliano, era quien cuando podía le explicaba, pero tampoco tenía mucha paciencia, doña Marta dice que la primera palabra que aprendió a escribir y a leer fue “paz”, pero no comprendía su significado. Aprendió a hablar y escribir el español después de dos años cuando tenía diez, hasta esa edad pudo co-



Fuente: Mora Sierra, G., 2024

municarse en español, para lograrlo dice que fue gracias a que tuvo un maestro de apellido Barboza quien tuvo la paciencia de enseñarle de una mejor forma. Los cuadernos que ella tenía para escribir y copiar lo que escribían en la pizarra, se los daban los maestros, pero en realidad eran los padres los que los

23. Ir de cacería.

24. En este caso se refiere específicamente a maestros no indígenas.

compraban, porque los maestros convocaban a una reunión y pedían una cuota para comprar los “útiles”²⁵ Para viajar a la escuela caminaba descalza por alrededor de dos horas. Ya allí, los hacían formarse en filas, y les daban maíz para que al llegar a la casa hicieran chilate y que pudieran comer.

Las costuras de mamá

Doña Marta relata que durante su infancia careció de ropa y calzado, no fue hasta los 16 años cuando por primera vez y con mucho entusiasmo se puso unos zapatos los cuales eran de hule y fue su marido quien se los regaló, pues por parte de su padre jamás recibió unos; hasta esa edad siempre anduvo descalza y así caminaba por horas cuando se trasladaba a algún lugar. Cuando su padre recibía visitas de personas que venían de afuera a buscarlo para que este les curara alguna enfermedad o los ayudara con cualquier otra cosa, recuerda que ella observaba como se veían de bonitos en los pies de esas personas. La mayoría de la ropa que utilizaban era hecha por su madre, otra se las regalaban. La ropa que su madre les hacía era porque su padre compraba una manta blanca grande y de ahí cortaba con una tijera y les hacía la ropa interior, entre risas recuerda que estos eran grandes que no sabe por qué su madre los hacía así y cuando no había elástico para ponerle, lo que hacían es que aun lado se los amarraban lo más fuerte que podían y así los usaban. Cuando su padre conseguía alguna otra tela, su madre les hacía enaguas, camisas o pantalones. Recuerda también que de la corteza de un árbol hacían enaguas, pantalones, manteados²⁶ y cobijas, este árbol no se encuentra en cualquier lugar, ese árbol se llama kökë²⁷, también se le conoce árbol de mataste, cuando cortaban el árbol una de sus capas era muy suave, y esa era la que usaban para vestirse o cobijarse, este árbol actualmente se puede encontrar en el cerro Pelón.

25. Como se conoce popularmente la lista de materiales que se requiere en la escuela.

26 Especie de manta elaborada con la corteza del árbol de mataste.

Las agujas que su madre utilizaba eran pequeños huesos los cuales afilaba y con eso cosía la ropa, algunos de estos huesos eran de costillas de monos.

Las piedras

Don Manuel Granda fue un sukia muy buscado ya que era muy bueno en lo que hacía, lo buscaban para cosas buenas o cosas malas, él hacía todo tipo de trabajos o curaciones. Tenía muchos objetos que usaba para hacer sus rituales, había unos que eran sagrados y que solo él podía tocar entre estos, se encontraban unas piedras pequeñitas. Cada sukia que existe o existió tenía unas.



Fuente: Mora Sierra, G.,2024

Para conseguirlas es necesario hacer un ritual que es específico para cada clan bribri. Estas piedras solo pueden ser portadas por los sukias, a nadie más se le entregan y cuando un sukia fallece, viene otro y se las lleva ya que se cree que estas son malas y si se lanzan al monte se convierten en culebras malas²⁸,

27. Árbol de la familia de las moraceas (Poulsonia armata), más conocido como mastate.

28. Serpientes venenosas

Un sukia se comienza a preparar a la edad de 12 años y tiene que pasar por diferentes pruebas. Para llegar a ser sukia se requiere dedicación, tiene que aprender muchas cosas, como cantos, saber la funcionalidad que tiene cada planta, además de cómo y cuándo hacer rituales, entre otras muchas cosas. Doña Marta recuerda que su padre le hablaba a estas pequeñas piedrecillas, ella, como toda niña curiosa, a veces sola, a veces acompañada por alguno de sus hermanos, lo seguía porque esto se hacía lejos de la casa y, en alguna ocasión vio como las tenía en la palma de la mano y soplabla sobre ellas; y en seguida de esas piedras salía una linda melodía "sonaban lindo esas piedras". Don Manuel hablaba con las piedras en lenguaje que no entendían y la creencia era que las piedras hablaban con él, ellas le decían si la persona se iba a curar o iba a morir. Él era muy directo y muy serio cuando los familiares de la persona enferma le preguntaban que habían dicho las piedras acerca del estado de su enfermo, si iba a sobrevivir o no, y cuando no, él les decía que se lo llevaran, lo cuidaran y se prepararan porque esa persona se iba a morir. Si la persona viviría él decía lo que se tenía que hacer; pero ni doña Marta ni sus hermanos las escucharon. Sin embargo, su padre les regañaba por seguirlo y decía que si se acercaban a las piedras no le iban a responder lo que él les preguntaba y no iban a hablar con él, Cuenta doña Marta que en una ocasión llegó una mujer, vinculada a un personaje político reconocido, quien padecía de una enfermedad mental. Esa vez mataron un venado y su madre lo cocinó, primero les sirvieron a los que venían con la paciente, siempre se servía primero a los adultos, luego los niños comieron lo que había quedado y, según recuerda estaba "muy rico". Finalmente, don Manuel curó a la señora en cuatro sesiones bañándola con hojas

de saginillo²⁹, así como otras "hojas y cosas".

Nacimientos de niños.

Doña Marta tuvo siete hijos de los cuales solo dos nacieron en hospital, los otros cinco nacieron en su casa o cerca de ella, como por ejemplo debajo de un árbol. Según nos cuenta antes eso era común, las mujeres daban a luz en potreros, debajo de árboles, debajo de matas de banano o en cuevas. Y en una cueva fue donde nació ella, doña Amalia madre de doña Marta la dio a luz en una cueva cerca del río Una vez que los niños nacían duraban hasta dos meses para ir a "registrarlos"³⁰: a su primera hija la cual tuvo a los 17 años, la llevaron a registrar aproximadamente mes y medio después. Ella y su marido fueron hasta el poblado de Bolas que era donde había una Delegación en la cual se registraba a los recién nacidos. Pero quien se encargaba de hacer el trámite era su marido. Ella debió quedarse más o menos a un kilómetro de distancia de la Delegación, por orden de su compañero, ya que los que atendían allí eran hombres, y no estaba bien visto que una mujer fuera a "arreglar asuntos" con hombres. Entre sus relatos cuenta que, para darle nombre a sus hijos, ella los buscaba en el periódico, cuando podía pedía que le compraran uno y se daba la tarea de buscar nombre para su futuro hijo. Si los niños se enfermaban no los llevaban a ningún centro de salud pues se consideraban malos. Ellos tenían a sus médicos o awá; su padre, don Manuel, era uno muy conocido y muy bueno, era él quien le proporcionaba alguna medicina para curarlos, dependiendo de la enfermedad los bañaban con alguna planta en especial o como ella dice su papá le "curaba una agua"³¹ para que se la diera al niño que se encontraba enfermo.

29. También conocido como sainillo, se utiliza con propósitos medicinales.

30. Inscribirlos como ciudadanos en el Registro Civil

31. Mezclar agua con plantas para realizar procesos de curación.

¿Cómo enterraban a los muertos?

Antes de que los bribris empezaran a enterrar a los muertos en ataúdes lo que usaban eran los manteados que sacaban de la corteza del kōkē, con estos los envolvían y los enterraban, también lo que usaban era las hamacas, en ellas colocaban a la persona fallecida, la envolvían y la enterraban. La madre de doña Marta le contaba que así fue como enterraron a sus abuelitos, o sea a los bisabuelos de doña Marta.

Ritual de Cacería

Los padres de doña Marta le enseñaron el valor del trabajo "mamá siempre dijo hay que trabajar, sembrar, cuidar gallinas, chanchos, todos los animales que se pueda ya que, si lo hacía siempre iba a tener que comer...". A su padre tampoco le gustaba la "vagancia", por eso desde muy pequeños, acostumbró a llevarlos al monte, primero como compañía y conforme crecían, les iba asignando tareas. Además de los animales domésticos, también se alimentaban de otros como monos, armadillos o tepezcuintes ya que su padre le gustaba ir a montar, pero antes de ir realizaba un ritual. Según relata doña Marta, él decía: "tengo ganas de un día de estos ir a echar a los perros" y le pedía a alguna de las niñas que pusieran en una canasta maíz, tiquizque, yuca, granos de café o lo que encontraran. La encargada dejaba el canasto listo y a eso de las dos de la mañana, el padre se levantaba, salía y se llevaba la canasta y a unos cuantos metros de la casa se sentaba a cantar, a pedirle a quien él llamaba el señor de la montaña permiso para ir a montar y nombraba los animales que quería cazar, así cantaba por horas en una lengua parecida al bribri, pero que ellos no comprendían, hasta poco antes que amaneciera. De esta forma "curaba"³² esa canasta, después se iba montaña adentro lo dejaba en algún lugar escogido y decía "aquí te traje esto ya sabes mi encargo" y ocho días después se iba a montar, ese era el ritual que hacía para lograr una buena caza.

DOCUMENTOS CITADOS

Barrantes, C. 2004. Orígenes de la Diócesis de San Isidro de El General. Temporalidades de la Diócesis de San Isidro de El General. Fundación Museos del Banco Central de Costa Rica. 1997. Antonio Saldaña. Último "Rey" de Talamanca. MBCCR.



Fuente: Mora Sierra, G., 2024

³².Prepararla para obtener una buena cacería.

Herbolaria y Gastronomía en la Cultura Bribri del Territorio Indígena de Cabagra



UNA
Sede Regional Brunca



Promoviendo
el **Capital Social**
en Comunidades Rurales
de la **Región Brunca**

Participantes Taller de Revitalización Cultural

2020

Ceciliano Ortíz Adita	Ortíz Figueroa José Feliciano
Ceciliano Ortíz Zeidy	
Figueroa Morales Anaísa	Ortíz Figueroa Romelia
Granda Morales Hilder	Ortíz Mayorga Cindy
Granda Morales Maday Elidad	Ortíz Rojas Justin Esteban
López Morales Álvaro	Ortíz Mayorga Ana Yancy
Mayorga Torres Donato	
Mayorga Torres José Joaquín	Rivera Rojas Baudilio
Mayorga Torres Milania	Torres Ortíz Jennifer Stacy
Mayorga Ortíz Jeremías	Torres Ortíz Elizabeth
Mayorga Torres Rosa María	
Mayorga Torres Bernardo	Uva Hidalgo Wilson
Morales Rojas M. Magdaly	

1 Semestre, 2021

Ceciliano Mayorga Hanzel	Ortíz Morales Cindy
Figueroa Morales Anaísa	Ortíz Rojas Joustin
Garbanzo Mayorga Aron	Ortíz Rojas Justin Esteban
Granda Ortíz Mauren	Rivera Rojas Kimberly
Granda Morales Maday Elidad	Torres Estrada Frander
López Figueroa Stephany	Torres Estrada Jiménez
López Morales Álvaro	Torres Figueroa Hilary
Mayorga Rojas Jessy	Torres Mayorga Keyla Jiménez
Mayorga Ortíz Marina	Torres Torres Cristina
Mayorga Ortíz Cindy	Torres Ortíz Jennifer Stacy
Morales Rojas Magadaly	Torres Ortíz Elizabeth
Mayorga Torres Milania	Uva Hidalgo Wilson
Ortíz Figueroa José Feliciano	Valverde Pérez Any
Ortíz Mayorga Abner	

Sistematización:

Alice Tatiana Ortíz Vargas

Melany Gamboa Marín

Revisión: Guiselle Mora Sierra

Fotografías: Tatiana Ortíz, Melany Gamboa, Frander Torres, Vanessa Granda, José Ortíz, Lenin Mena, Monserrat Lobo, Guiselle Mora.

Instructores:

Ermida Torres Ortíz

Abelino Granda Ortíz

María Haydee Torres Ortíz

CONTENIDO		2- PLANTAS TINTÓREAS Y FIBRAS	37
AGRADECIMIENTOS	24	2.1 Tintes:	37
PRESENTACIÓN	25	2.1.1 Kamakö – insulina (pintura azul)	38
1-PLANTAS DE USO MEDICINAL.	26	2.1.2 Dipá kicha- bejuco de chile (pintura roja)	38
1.1 Shirekö (pasma)	26	2.1.3 Nance (pintura rosada)	38
1.2 Úrëklö (roble de sabana, guayacán)	27	2-3-4 Tsipí wiwö – platanilla (pintura amarilla)	38
1.3 Kano kicha (bejucos mata lombriz)	27	2.2 Fibras	39
1.4 Sojkö (Zacate limón)	28	2.2.1 Bís – cabuya	40
1.5 Baka kü (lengua de vaca)	28	2.2.2 Spikua' - pita	41
1.6 Oköklö (pinol-guapinol)	29	3- PLANTAS CON USOS ALIMENTICIOS	41
1.7 Wakliklo (zorrito)	30	3.1 Achioté	42
1.8 Shule (guayabo)	31	3.2 Picadillo de hojas de yuca	42
1.9 Cikö (sainillo)	31	3.3 Chocao	42
1.10 Suwakö (juanilama-aroma limón)	31	3.4 Cacao	42
1.11 Culantro de coyote / criollo	32	3.5 Tamales	43
1.12 Kuliklö (caña agria)	32	3.5.1 Tamal de boyo (maíz tierno)	43
1.13 Chan	33	3.5.2 Tamal de arroz	43
1.14 Chölijkuá (panza de mono)	33	3.6 Picadillo de palma (palmito).	44
1.15 Bakawöbla (saragundi)	33	3.7 Fresco de pejibaye	44
1.16 Kamakö (insulina)	34	3.8 Chorreadas	44
1.17 Tilo	34	3.8.1 Chorreada dulce o salada simple	44
1.18 Úkwö (arete de San Pedro)	34	3.8.2 Chorreada salada con olores	44
1.19 Klökö (estrella)	35	3.9 Chilate	45
1.20 Mamarkúa (lirios)	35	3.9.1 Chilate de nance	45
1.21 Ash köskö (limón mandarina)	35	3.10 Tortillas tradicionales de maíz.	45
1.22 Anís	36	3.11 Guacho	46
1.23 Bachakö (gavilana)	36	DOCUMENTOS CITADOS:	47

INDICE DE ILUSTRACIONES.

Ilustración 1. Shirekö. a. Pasma verde, b. pasmo rojo (Foto TOV)	26	Ilustración 17. Ukwö, arete de San Pedro (Foto TOV)	34
Ilustración 2. Urëklö (roble de sabana o guayacán) Ta-beuia rosealbal (Fotos tomadas de internet/GMS)	27	Ilustración 18. Klökö (estrella) en sus primeros meses (Foto TVO)	35
Ilustración 3. Soikö (zacate de limón) Cymbopogon schoenanthus (Foto GMS)	28	Ilustración 19. Mamarkùà (lirios) (Foto TOV)	35
Ilustración 4. Baka kü (lengua de vaca) Taraxacum officinale (Foto TOV)	28	Ilustración 20. Ash köskö (mandarina o limón mandarina) Citus sp. (Foto GMS)	35
Ilustración 5. Oköklö (guapinol) Hymenaea courbaril, a. flores, b. fruto (fotos tomadas de internet) c. árbol (Foto GMS)	29	Ilustración 21. Anis (Pimpinella anisum) (Foto GMS)	36
Ilustración 6. Wakliklo (zorrito) (Foto TOV)	30	Ilustración 22. Bachakö (gavilana) Neuroloena Lobata (Foto GMS)	36
Ilustración 7. Shule (guayabo) Psidium guajava (Foto LM)	31	Ilustración 23. Fibras procesadas. a. Fibras de cabuya y pita teñidas con tintes naturales, b. chácara de pita en su tono natural, c. mochilas de cabuya teñidas con fibras naturales, d. mochila de algodón teñida con tintes naturales. Tejidos elaborados por María Haydee Ortiz y Abelino Granda. (Foto GMS).	37
Ilustración 8. Cikö (sainillo) Dieffenbachia sp. (Foto GMS)	31	Ilustración 24. Bejuco de chile en sus primeros meses de vida (Foto TOV)	38
Ilustración 9. Suwakö (Juanilama) (Foto GMS)	31	Ilustración 25. Nance (Byrsonima crassifolia) a. Flores y frutos. b. Árbol (Fotos tomadas de internet-GMS)	38
Ilustración 10. Culantro de coyote (criollo) Eryngium foetidum (Foto GMS)	32	Ilustración 26. Tsipí wiwö (platanilla) Heliconia sp. En la imagen central se observa el “corazón” amarillo de la planta que es lo que da color (Fotos TOV)	38
Ilustración 11. Kulikö (caña agria) Costus spicatus (Foto GMS)	32	Ilustración 27. Etapas del procesamiento de la cabuya. Fuente: Mora, 2020.	39
Ilustración 12. Chan, Hyptis suaveolens (Foto tomada de internet)	33	Ilustración 28. Bis (cabuya) Agave sp. (Foto TOV)	40
Ilustración 13. Chölükuá (Panza de mono), Episia liliacina. Brotes tiernos y hojas maduras (Fotos TOV/GMS)	33	Ilustración 29. Spikua´ Pita (Agave sp.) (Foto TOV)	41
Ilustración 14. Saragundí, Senna reticulata (Fotos GMS-internet)	33	Ilustración 30. Grupo de participantes en el TALLER DE REVITALIZACIÓN CULTURAL” (Foto GMS)	41
Ilustración 15. Kamakö (insulina) Bousingoltia basselloides (Foto tomada de internet)	34		
Ilustración 16. Tilo, Tilia platyphillos (Foto tomada de internet)	34		

Ilustración 31. Achiote preparado por Ermida Torres, planta de achiote (Bixa orellana) (Fotos GMS/MLS)	42
Ilustración 32. Proceso para la elaboración del picadillo de yuca (Fotos: miembros del grupo)	42
Ilustración 33. Elaboración de arroz envuelto en hojas de “bijagua”, elaborado por Anaísa Figueroa (foto GMS)	43
Ilustración 34. Preparación Chorreadas (Foto; miembros del grupo)	44
Ilustración 35. Elaboración de tortillas (Foto; VGO/TOV)	45
Ilustración 36. Tortillero y bolsa de masa procesada industrialmente (Foto GMS)	45
Ilustración 37. Proceso de realización del guacho (Fotos MCM)	46

AGRADECIMIENTOS

La realización de este documento fue posible gracias a las colaboraciones de todas y todos los participantes en el Taller de Revitalización Cultural; cada uno de ellos y ellas puso su granito de arena para alcanzar el objetivo: un manual que recoge parte del conocimiento de siglos y que anda disperso por ahí...en las cabezas de todos y todas, pero que, si no se registra, las niñas y niños de hoy posiblemente ya no lo conocerán.

Este es un trabajo de la comunidad para la comunidad.

Fundamental ha sido el esfuerzo de las y los instructores que nos han acompañado desde el 2019: Luciano Figueroa, Abelino Granda, Jeremías Mayorga, Juan Álvaro Rojas, Andrei Torres, Ermida Torres y María Haydee Torres.

Igualmente, el personal administrativo de la Escuela de San Rafael de Cabagra en las personas de Keylin Rojas y Rony Valverde, así como a la Junta de Educación, especialmente a la amiga y compañera Anaísa Figueroa que ha estado acompañando al grupo desde el inicio. Y en esa misma línea debemos reconocer el trabajo y apoyo de José Feliciano Ortíz, miembro de la comunidad y que jugó un papel importantísimo en la organización del taller durante el 2019.

Para la elaboración de este documento, además de los ya mencionados, se contó con el apoyo de la asistente Vanesa Granda, quien aportó información y fotografías en lo referente a gastronomía.

Finalmente, queremos destacar la apertura de la Asociación de Desarrollo Integral de Territorio Indígena de Cabagra, que en todo momento a estado anuente a la realización de este proceso de crecimiento conjunto.

A todos y todas muchas gracias.

PRESENTACIÓN

Cómo parte de las actividades desarrolladas en el marco del Programa Promoviendo el Capital Social Comunitario (PPCSC) en el territorio indígena de Cabagra; desde el 2019 se inició un proceso de redescubrimiento de plantas de uso tradicional en la cultura Bribri. En el 2020, las y los miembros del grupo de participantes en el taller de Revitalización Cultural se encargaron de buscar en su memoria primero, luego en sus jardines y alrededores de su comunidad, aquellas plantas que durante mucho tiempo han sido una parte integral de su modo de vida.

Materias primas para la producción de viviendas o de artículos de uso tradicional, alimentos, medicinas y ceremonias rituales se han obtenido, desde tiempo inmemorial, de las plantas. Algunas pueden cultivarse en los patios de las casas, otras hay que ir a buscarlas al bosque, saber cuándo y cómo deben recolectarse y pedir permiso a la montaña para hacer uso de ellas. El conocimiento que hay detrás de todo esto es el invaluable producto de cientos de años de tradición.

Con el apoyo de la escuela de San Rafael de Cabagra, personalizado en su director Rony Valverde y en la Junta de Educación, se destinó un espacio en la escuela, para sembrar el “iriria kapöli” (lugar de las plantas). Allí hay sembradas varias especies de “jardinera”, rotuladas con su nombre en lengua bribri y en español. El propósito de esto es que las y los niños del centro educativo puedan colaborar en su cuidado, conocerlas, saber acerca de sus usos...

El presente documento reúne la información recopilada por el grupo participante en el taller de revitalización cultural impartido en Cabagra, a cargo de los instructores Abelino Granda Ortíz, Ermida Torres Ortíz y María Haydee Torres Ortíz; todos ellos pobladores del territorio y con gran conocimiento sobre el uso de las plantas para diferentes propósitos. El mismo se divide en tres partes; la primera corresponde a plantas que se utilizan con fines curativos o medicinales, la segunda explica el uso de algunas especies tintóreas y productoras de fibras; y la tercera a plantas comestibles. En los tres casos se dan detalles sobre las recetas y formas de prepararlas adecuadamente.

En las sesiones de taller participaron personas de varios puntos del territorio, lo que definitivamente contribuyó a enriquecer el trabajo de las y el instructor. Ellos son los autores de este compendio.

La sistematización de la información estuvo a cargo de Alice Tatiana Ortíz en lo que se refiere a especies medicinales y productoras de materia prima, quien complementó la información con la búsqueda de material bibliográfico, sobre todo en lo relacionado con ciertas características biológicas de las plantas. Melany Gamboa, se encargó de sistematizar la información relacionada con las plantas alimenticias; ambas son asistentes del proyecto y visitaron en varias ocasiones a la comunidad para recoger la información.

Guiselle Mora Sierra.

Encargada Componente Cultural/PPCSC

UNA-Sede Región Brunca.

1-PLANTAS DE USO MEDICINAL.

1.1 Shirekō (pasma)

Existen dos tipos de Pasma: el “rojo” y el “verde”. En la medicina tradicional Bribri ambas especies son utilizadas, sin embargo, con fines diferentes.

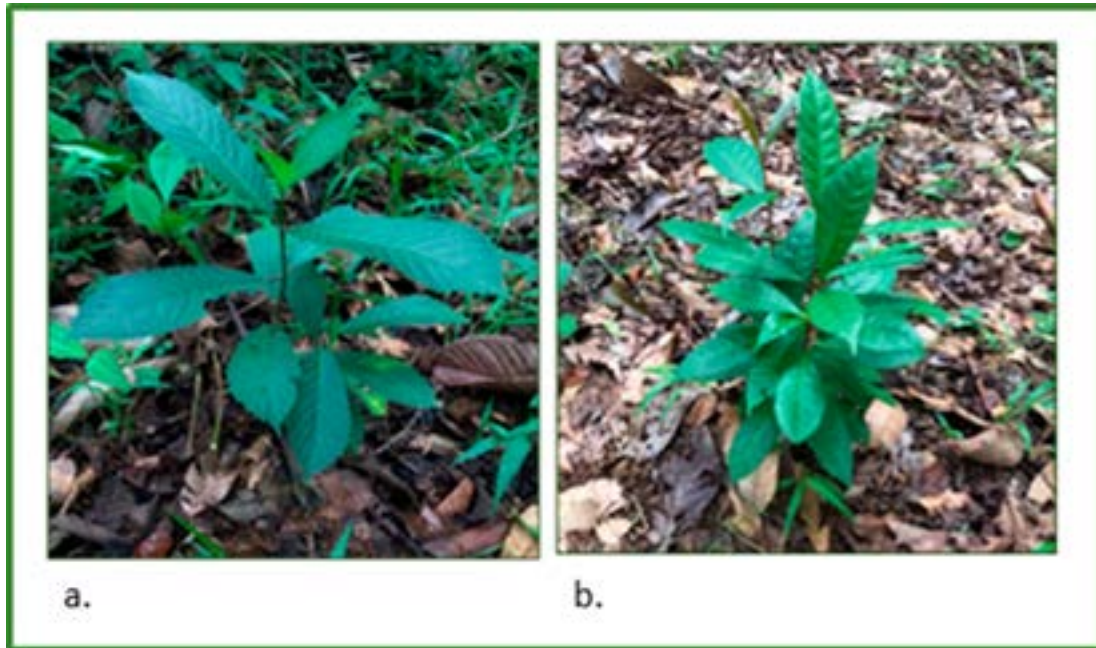


Ilustración 1. Shirekō. a. Pasma verde, b. pasmo rojo (Foto TOV)

En el caso del pasmo rojo, este árbol en general no necesita muchos cuidados, solo se recomienda mantener limpias sus orillas. Se desarrolla mejor en ambientes frescos, de ser posible, donde reciban sombra de otros árboles más altos, esto puede llegar a ser difícil, puesto que crece entre 3 y 4 metros de altura. Se diferencia del pasmo verde por el color de su corteza, esta es justo como su nombre lo dice: roja, por lo que en el caso del pasmo verde este también relaciona su nombre con el color de su corteza.

Esto es más fácil de notar cuando el árbol aún es pequeño, el color resalta aún más. Otro aspecto que los diferencia es el fruto que tiene cada árbol, el rojo posee frutos grandes, mientras que el verde tiene frutos re-

dondos y pequeños.

El pasmo rojo es utilizado contra las flemas y la tos, así también como para disminuir la fiebre y deshinchar golpes. Con respecto a su modo de preparación, sus hojas son cocinadas y el agua resultante de ello es utilizada como un baño para desinflamar los golpes o disminuir la fiebre. También puede cocinarse el zacate limón (sojkö) junto con las hojas de pasmo y usarlas como un té que ayuda a combatir la tos y las flemas. En el caso del pasmo verde sus hojas son cocinadas y utilizadas como un baño para disminuir la fiebre.

1.2 Úrëklö (roble de sabana, guayacán)

A pesar de que existen diferentes especies de roble de sabana, la utilizada en Cabagra es la de flor blanca. Un ejemplar de esta especie puede llegar a crecer alrededor de 30 metros de altura (Catálogo de árboles urbanos, s.f.) aunque no llega a tener una copa muy frondosa. No requiere de muchos cuidados, a pesar de eso se recomienda que permanezca en un ambiente caliente, preferiblemente.

Este árbol es de gran valor como especie maderable, sin embargo, también contiene gran cantidad de propiedades medicinales, las cuales son aprovechadas por las poblaciones originarias de diversas maneras, una de ellas es utilizar su corteza y la del árbol de guacamaya y cocinarlas.



Ilustración 2. Úrëklö (roble de sabana o guayacán) Tabeuia rosealbal (Fotos tomadas de internet/GMS)

Este procedimiento es un poco dilatado: se toma un pedazo de la corteza del árbol, se pone a secar al sol y luego se le quita toda la lana que posea hasta dejarla limpia, se cocina a fuego alto por una hora y media, aproximadamente, posterior a esto se cuele. Se recomienda cocinarlo con 3 litros de agua, de este modo quedará alrededor de un litro de remedio, ya que se pierde la mayoría de líquido por la evaporación. Junto con la de guacamaya funciona como un tratamiento contra la leucemia y la colitis.

1.3 Kano kicha (bejucos mata lombriz)¹

El kano kicha es un bejuco pequeño que crece casi en cualquier parte del territorio indígena de Cabagra, incluso en algunos lugares fuera de este. A pesar de estar presente en diferentes lugares, se desarrolla mejor en aquellos donde el ambiente es fresco.

En general, no requiere de cuidados especiales, se adapta al entorno donde se encuentre. En la comunidad de Cabagra es utilizado como desparasitante, principalmente en niños. Se toma el bejuco y se deja secar, una vez esté completamente seco se cocina y se toma como un té (en la tarde cuando hay luna llena, de este modo tiene mejor efecto). También se puede tomar junto con banano y manzana o azúcar y dulce.

1.No se tienen fotos registradas de esta planta.

1.4 Sojkö (Zacate limón)

El sojkö es una planta de mediano crecimiento: no llegan a alcanzar mucha altura (alrededor de un metro) pero puede ser muy extensa al desarrollarse, sin embargo, se puede controlar recortándola cuando se considere necesario.

Las hojas de sojkö pueden ser utilizadas contra la tos y resfriados: se cocinan las hojas y se hace un té, puede



Ilustración 3. Sojkö (zacate de limón) *Cymbopogon schoenanthus* (Foto GMS)

añadirse azúcar para hacerlo más agradable. En cuanto a los resfriados, funciona mejor si se cocinan las hojas y se utiliza el agua como un baño. Cuando una persona se baña con sojkö, lo recomendado es que no se “enserene”², se moje o ande ropa descubierta que permita que le pegue el aire directamente puesto que eso podría empeorar su resfriado.

2. Enserene o serenarse: exponerse al rocío que cae durante la noche.

1.5 Baka kü (lengua de vaca)

La baka kü es una planta pequeña caracterizada por tener pequeñas flores rojas que al abrirse forman lo que se llama un diente de león. Suele confundirse con otras plantas de “monte”³, sin embargo, la lengua de vaca posee un rasgo único que consigue diferenciarla de estas: sus hojas son blancas por debajo.

Esta planta tiene propiedades que ayudan a las heridas o infecciones a sanar más rápido. Su procedimiento es fácil: se calienta una hoja en una cazuela (se somalla⁴) y se pone sobre la herida y se amarra alrededor de ella con cuidado, para que se sostenga.



Ilustración 4. Baka kü (lengua de vaca) *Taraxacum officinale* (Foto TOV)

3. Plantas silvestres o malas hierbas.

4. Exponer la hoja a calor para que se vuelva más flexible.

1.6 Oköklö (pinol-guapinol)

Esta especie de árbol es bastante grande, puede llegar a crecer hasta 50 metros de altura (Ecos del Bosque, s.f.). Presenta flores de blanco a amarillo crema, sus frutos son café oscuro y su interior es de color verde claro, arenoso, similar al polvo por su textura, con un sabor dulce e intenso. Las semillas son oscuras, casi negras.



Ilustración 5. Oköklö (guapinol) *Hymenaea courbaril*, a. ores, b. fruto (fotos tomadas de internet) c. árbol (Foto GMS)

El oköklö es un árbol de uso maderable, su madera es considerada fina y es muy utilizado por la población de Caba-gra. Presenta diversas propiedades medicinales, sus hojas y corteza se usan como tratamiento contra el cáncer intestinal y de próstata al cocinarlas y tomarlas como té, el procedimiento para cocinarla es igual que el del roble de sabana: se toma un pedazo de la corteza del árbol, se seca al sol, se limpia bien de restos de musgo y se cocina a fuego alto por una hora y media.

No solo sus hojas y corteza son utilizadas: las semillas de este grandioso árbol también son ricas en propiedades curativas, puesto que son usadas para combatir la anemia; para esto se cocinan con leche de vaca o de cabra y se toman como un té.

1.7 Wakliklo (zorrito)

El wakliklo es una planta de mediana altura, con flores pequeñas que crecen a lo largo de un tallo más delgado en las puntas de las ramas principales. Se considera una planta de “monte”.

Por sus propiedades medicinales, el wakliklo es utilizado para disminuir la fiebre. Las raíces de esta planta se cocinan y el agua resultante es usada como un baño o tomada como un té, de esta forma es capaz de bajar la fiebre.

Además de tener un uso medicinal, en la cultura Bribri está presente la creencia antigua de que al quemar las hojas de wakliklo, el humo producido ahuyentará las enfermedades.



Ilustración 6. Wakliklo (zorrito) (Foto TOV)

1.8 Shule (guayabo)

El árbol de shule también es conocido como guayabo o guayabillo, sus frutos van desde un color verde hasta amarillo cuando maduran, su interior es rosado y tiene gran cantidad de semillas muy pequeñas. Es muy común encontrarlos con gusanos, sin embargo, hay quienes se comen la fruta con ellos, ya que muchos consideran que son gusanos propios del mismo fruto.

Su corteza es lisa y suele encontrarse desprendida en algunas zonas (se descascara⁵). Es de baja altura: crece hasta unos 10 metros, aproximadamente. (Árboles de Costa Rica, 2006).



Ilustración 7. Shule (guayabo) *Psidium guajava*(Foto LM)

El shule tiene propiedades que combaten el dolor de estómago, la gastritis, la colitis y las hemorroides. Para este fin se deben cocinar sus hojas y su corteza; también ayuda a contrarrestar la diarrea, principalmente, en los niños. La forma de preparar el remedio es la siguiente: las hojas y corteza se mezclan con cáscara de mango o sus hojas tiernas (si el dolor es muy fuerte) y se cocinan. Además de los anteriores beneficios, también es capaz de ayudar cuando una persona sufre de dolor de muela, solo debe de cocinarse junto a la planta de dormilona e ingerirse.

⁵.El árbol pierde la cubierta externa en láminas delgadas

1.9 Cikö (sainillo)

La planta de cikö es usualmente fácil de encontrar en las “changuas”⁶. Sus hojas son grandes y largas, con manchas blancas casi amarillejas. No crece mucho en altura, sin embargo, si es una planta que llega a ser extensa en su ambiente natural.



Ilustración 8. Cikö (sainillo) *Dieffenbachia* sp. (Foto GMS)

El cikö cuenta con propiedades curativas capaces de combatir las úlceras en la piel. Solo se deben cocinar sus hojas y su tallo y utilizar el agua restante como baños.

1.10 Suwakö (juanilama-aroma limón)

La suwakö es una planta de dimensiones medias tanto en altura como en extensión, puede llegar a medir alrededor de 2 metros de altura y ser igual o más extensa en proporción a su altura, además, tiene pequeñas flores de un color lila. No requiere de muchos cuidados, sin embargo, si se abandona mucho, puede secarse.

Esta planta ayuda a combatir problemas como la respiración agitada, la fiebre, tos y los dolores menstruales al cocinar sus hojas y tomarlas como té.



Ilustración 9. Suwakö (Juanilama) (Foto GMS)

⁶.Áreas húmedas en donde se asienta el agua.

1.11 Culantro de coyote / criollo

El culantro criollo o, como mejor se conoce, culantro de coyote, es una planta que, aunque sea pequeña, puede llegar a ser extensa, tiene flores con pequeñas hojas puntiagudas que al tocarlas pueden punzar bastante fuerte.

Está recomendada para combatir la anemia y es un buen energizante, para esto hay que cocinar sus hojas y raíces en leche. Además, es utilizada por muchas personas en la preparación de alimentos y es parte de la gastronomía costarricense.



Ilustración 10. Culantro de coyote (criollo) *Eryngium foetidum* (Foto GMS)

1.12 Kuliklō (caña agria)

La caña agria o kuliklō es una planta de mediana altura, en conjunto pueden formar una vegetación muy amplia. Sus hojas son largas y angostas, en la copa de la caña crece una flor roja grande, de la cual sale una flor blanca, la principal de la planta.

Es usada contra el dolor muscular, se corta el tallo y se raja, se pone a cocinar y se procede a tomar en forma de té. También se puede refrigerar y seguir tomando durante varios días.



Ilustración 11. Kuliklō (caña agria) *Costus spicatus* (Foto GMS)

1.13 Chan

El chan es otra planta que suele ser utilizada en la cultura tradicional Bribri. De mediana altura y ramas extensas, se recomienda sembrarla en un lugar donde tenga suficiente espacio para desarrollarse adecuadamente, además, prefiere el sol abundante. El chan tiene pequeñas flores que al secarse permiten extraer unas pequeñas semillas y utilizarlas en la preparación de bebidas.

Sus hojas se pueden preparar en forma de té para combatir diferentes malestares, como el dolor de estómago, el cansancio y la falta de apetito, problemas respiratorios y el asma.



Ilustración 12. Chan, *Hyptis suaveolens* (Foto tomada de internet)

1.14 Chölijkuá (panza de mono)

La chölijkuá es una planta de hojas anchas y grandes de un tono verduzco y flores azules, esta se llega a extender mucho, por lo que se debe estar cuidando y podando cada vez que se pueda. En general, sí es una planta que requiere de atención y cuidado para su apto desarrollo. Las hojas chölijkuá se pueden cocinar y hacer un té, tomarlo ayuda contra la diarrea y los vómitos.

1.15 Bakawöbla (saragundí)

El saragundí no es árbol que alcanza mucha altura: crece entre 3 y 8 metros (Ecos del Bosque, s.f), tiene hojas de forma ovalada y flores amarillas. Este árbol cuenta con propiedades que ayudan en caso de tener dolor de espalda, rodillas o pies. Para esto se cocinan las hojas, usando el agua como baños.

También se recomienda en caso de padecer de diabetes, tomándolo como té, no obstante, el saragundí tiene propiedades laxantes por lo que debe ser tomado con precaución.



Ilustración 14. Saragundí, *Senna reticulata* (Fotos GMS- internet)



Ilustración 13. Chölijkuá (Panza de mono), *Episia lilacina*. Brotes tiernos y hojas maduras (Fotos TOV/GMS)

1.16 Kamakö (insulina)

La kamakö es de un color verde oscuro, tanto su tallo como sus hojas, estas a su vez son delgadas y largas. Las hojas de Insulina tienen varios usos medicinales, aunque el principal que le dan es para crear pinturas (tintes naturales), de los que se hablará más adelante. En el contexto medicinal, las hojas de kamakö son utilizadas en la preparación de tés, al cocinarlas, este té tiene propiedades que ayudan a combatir la diabetes, la colitis e incluso se sugiere que podría coadyuvar en el tratamiento contra el cáncer.



Ilustración 15. Kamakö (insulina) *Bousingoltia basselloides* (Foto tomada de internet)

1.17 Tilo

El tilo es una planta que, a pesar de no ser muy alta, es muy frondosa. Sus hojas son pequeñas, delgadas y puntiagudas, su tallo también es delgado. El tilo es usado generalmente como té, cocinando sus hojas, este ayuda a combatir el insomnio y a su vez, actúa como un relajante.

1.18 Úkwö (arete de San Pedro)

Ukwö es un bejuco que crece en los árboles, es de hojas pequeñas y redondas, se asemejan a granos, de un color verde claro. En la cultura Bribri es usado contra el asma y los vómitos, solo se debe seguir el procedimiento de preparación: se toman 4 granitos (4 hojas), se machacan y se echan en agua, se espera a que esto se destile en el agua y esta adquiera sus propiedades. Posterior a esto se bebe. Para que funcione se debe preparar sin cocinar.



Ilustración 17. Ukwö, arete de San Pedro (Foto TOV)



Ilustración 16. Tilo, *Tilia platyphyllos* (Foto tomada de internet)

1.19 Klökö (estrella)

Klökö es una planta que llega a crecer bastante, principalmente sus hojas, son anchas y grandes cuando se ha desarrollado. Por lo general, crece en “changuas”, de este modo se desarrolla mejor que en otros entornos. Klökö es utilizada contra la fiebre, para esto es necesario cocinar sus hojas y se toma como té o se hacen baños. También ayudan a hacer que los “nacidos”⁷ maduren y sea posible que “revienten”⁸, solo se calienta una hoja y se pone encima del “nacido” mientras aún está caliente.

1.20 Mamarkùà (lirios)

La mamarkùà es una planta de hojas largas y delgadas, con flores blancas y grandes con un aroma muy rico, debido a sus características, se compara con los lirios (de ahí su nombre en español). Esta planta es usada para disminuir la fiebre, se ponen a cocinar las hojas y se hace baños con el agua resultante.



Ilustración 19. Mamarkùà (lirios) (Foto TOV)



Ilustración 18. Klökö (estrella) en sus primeros meses (Foto TVO)

1.21 Ash köskö (limón mandarina)

El árbol de ash köskö no llega a crecer mucho, pero sí se extienden sus ramas. Hay diferentes variantes de cítricos y dependiendo del lugar su forma de llamarlos es diferente, en algunos sitios se les dice limón, en otros, limón mandarina, sin embargo, en la zona sur del país, incluyendo Cabagra, se les conoce simplemente por mandarina. Sus frutos son ácidos y usados con mucha frecuencia para diferentes propósitos.



Ilustración 20. Ash köskö (mandarina o limón mandarina) Citus sp. (Foto GMS)

El principal uso a nivel medicinal es para combatir la gripe y la tos con flemas, a manera de la tradicional limonada. El jugo de limón se vierte en un vaso, se endulza preferiblemente con miel de abeja, o bien, dulce o azúcar, se termina de llenar el recipiente con agua caliente y se deja reposar hasta que tenga una temperatura adecuada para tomarlo.

7.Los nacidos, también llamados diviesos, son bolsas llenas de pus en la piel que aparecen como resultado de una infección bacteriana en cualquier parte del cuerpo (Dhar, 2019). Además de la inflamación presentan elevación de la temperatura en la zona afectada y dolor intenso.

8.Eliminar el contenido de pus que caracteriza a esta infección.

1.22 Anís

El anís es una planta de baja altura, tallo delgado y hojas aún más delgadas, similares a las de romero. Tiene pequeñas flores blancas y sus semillas también son aprovechadas en algunos casos. Las hojas de anís al cocinarlas y hacerlas en té ayudan a combatir los resfriados. El Anís también es utilizado en la elaboración de dulces, “sobado”⁹ y pan.



Ilustración 21. Anís (*Pimpinella anisum*) (Foto GMS)

1.23 Bachakö (gavilana)

La bachakö es una planta de mediana altura, aunque en su entorno natural puede llegar a desarrollarse bastante: es capaz de alcanzar alrededor de 3 metros de altura.

La gavilana ayuda a aliviar el dolor proveniente en la zona alta del abdomen (boca del estómago), el procedimiento es sencillo: se machacan sus hojas y se bebe el líquido resultante. No debe quedar muy espeso, debido a que puede provocar mareos.

A su vez, también funciona como insecticida para cultivos como el tomate, lechuga, ajo, chile picante y reina de la noche. ¿cómo hacerlo? ¡Es sencillo! Solo se deben machacar las hojas de bachakö y dejar en agua un día antes de su uso.



Ilustración 22. Bachakö (gavilana) *Neuroloena lobata* (Foto GMS)

El consumo de esta planta debe ser supervisado por alguien que tenga experiencia y conozca sobre el tema.

⁹Sub producto que se extrae al procesar la caña de azúcar para la extracción del dulce.

2- PLANTAS TINTÓREAS Y FIBRAS

2.1 Tintes:

La creación de bolsos, hamacas y demás artículos a partir de tejidos de cabuya son una particular característica de esta población, para esto, se utilizan diferentes plantas que funcionan como pintura (tinte natural) y estas son las encargadas de dar color y vida a sus tejidos.

El proceso de preparación de los tintes no es complejo, sin embargo, trae consigo una serie de creencias que se practican aún en la actualidad. Dicho proceso se describe a continuación:

Como primer paso a seguir, está el tener la cabuya lista ya para su coloración (este proceso se explicará más adelante en la sección de tejidos) y tener escogido el color de pintura que se utilizará. Después de ello, se hierva la cabuya y las hojas (o corteza, depende del color escogido, esto aplica para el uso de la pintura rosada a raíz de la corteza del árbol de nance) y se dejan a fuego alto por 30 minutos (sin importar si es corteza o son hojas). Luego, se quita del fuego y se dejan tapados hasta el otro día. Se tiene la tradición de que es mejor preparar la pintura en la tarde/noche y dejarla reposar hasta el otro día. Además, se mantiene la idea de que quien esté preparando la cabuya y todo el proceso de coloración de tejido, es quien debe finalizarlo: “si otras personas meten mano en el proceso ya no pinta, o queda solo por partes el color” es lo que asegura don Abelino. Así también, se dice que las mujeres que están menstruando no deben preparar las pinturas, puesto que no servirán, tampoco aquellas que estén embarazadas.



Ilustración 23. Fibras procesadas. a. Fibras de cabuya y pita teñidas con tintes naturales, b. chácara de pita en su tono natural, c. mochilas de cabuya teñidas con bras naturales, d. mochila de algodón teñida con tintes naturales. Tejidos elaborados por María Haydee Ortiz y Abelino Granda. (Foto GMS).

Son muchas las plantas utilizadas como pintura por esta cultura, sin embargo, solo algunas de ellas fueron encontradas durante los viajes de investigación realizados al territorio indígena de Cabagra, estas se mencionan a continuación.

2.1.1 Kamakö – insulina (pintura azul)

También es conocida como planta de “azul” o “azul de mata” en otros sitios fuera del territorio. Al comenzar a soltar el color, el agua suele verse roja, sin embargo, después toma el tono azul y así se mantiene. Sus hojas y tallo son de un color verde oscuro, generalmente no crece más de un metro de alto (Ilustración 15 y 22).

2.1.2 Dipá kicha- bejuco de chile (pintura roja)

El color se obtiene de las hojas de la planta. A pesar de llamarse bejuco, es un arbusto. Sus hojas son pequeñas, delgadas y largas.



Ilustración 24. Bejuco de chile en sus primeros meses de vida (Foto TOV)

2.1.3 Nance (pintura rosada)

La corteza del árbol de nance es la encargada de dar la tintura de color rosado. Sus frutos y hojas son pequeños, no llega a ser un árbol tan alto.



Ilustración 25. Nance (*Byrsonima crassifolia*) a. Flores y frutos. b. Árbol (Fotos tomadas de internet-GMS)

2-1-4 Tsipí wiwö – platanilla (pintura amarilla)

Las hojas de platanilla son las que dan la tintura amarilla. Sus hojas son verdes, delgadas y largas. No crece mucho en altura ni se extiende demasiado. Según comentó don Abelino, existen diferentes variedades de platanilla, pero la que da el color amarillo es la que tiene flores y el interior del tallo de color amarillo, tal como se observa en la imagen anterior.

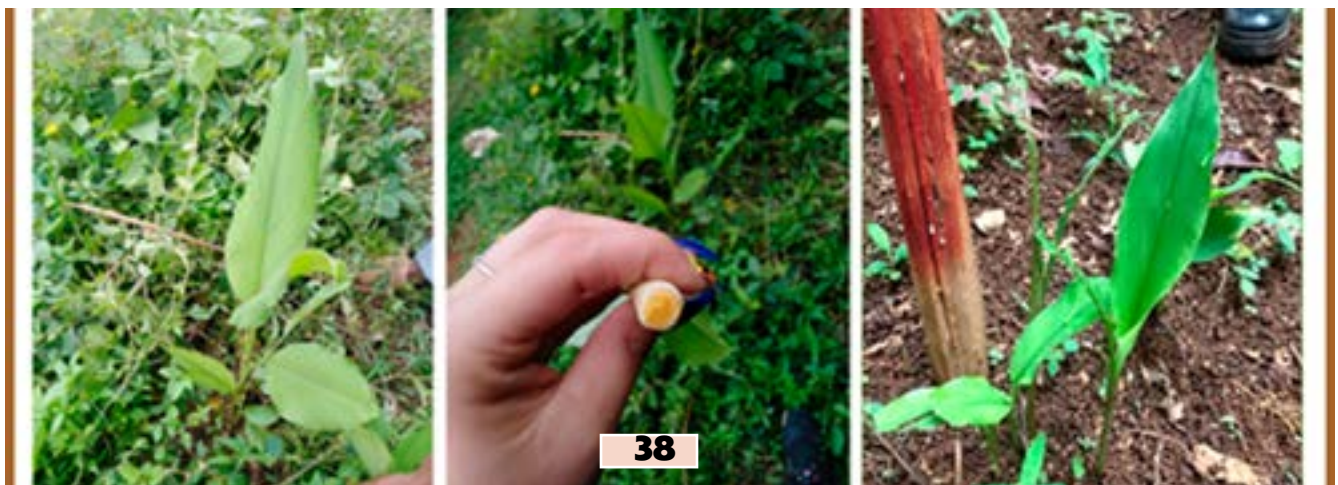


Ilustración 26. Tsipí wiwö (platanilla) *Heliconia* sp. En la imagen central se observa el “corazón” amarillo de la planta que es lo que da color (Fotos TOV)

2.2 Fibras

La creación de tejidos de cabuya es un rasgo característico de esta cultura, sin embargo, no es un proceso fácil, lleva tiempo y dedicación y el conocimiento ancestral de varias generaciones para poder crearlos. A continuación, se compar-
ten los elementos básicos del proceso de preparación de los hilos de cabuya.



Ilustración 27. Etapas del procesamiento de la cabuya. Fuente: Mora, 2020.

2.2.1 Bís – cabuya

La cabuya es una planta de hojas lisas y rígidas que crecen hacia arriba, sin espinas, de un verde claro y que puede producir una reacción alérgica al tocarlas. Estas son delgadas y muy largas; en su ambiente natural, pueden alcanzar hasta 2,5 metros de altura, momento idóneo para cortar sus hojas y comenzar a sacar los hilos.



Ilustración 28. Bis (cabuya) *Agave* sp. (Foto TOV)

Procedimiento:

Se cortan las hojas de cabuya cuando ya la planta ha alcanzado su desarrollo adecuado (cuando sus hojas son tan largas como de un metro y medio), se somallan¹⁰ y se dejan en una olla con agua o tapadas completamente durante 3 o 4 días, esto para quitar la picazón que provocan. Una vez cumplido el tiempo, se lavan y se ponen a secar al sol por un día, luego se pone a cocinar junto con la pintura elegida por 30 minutos y se deja reposar por un día más. Cuando ya se ha teñido, se deja escurrir en sombra. Luego de esto, se “peina”¹¹ para sacar los hilos, se recomienda hacerlo cada 4 filas para que sean de un tamaño adecuado, y se comienza a enrollar en la pierna para unir los hilos, esto se hace tomando la punta de cada hilo y poniéndolas juntas, se ponen ambas manos abiertas sobre la parte donde chocan y se empuja con fuerza hacia adelante y luego hacia atrás, haciendo que los hilos den vuelta y se enrollen entre sí, logrando formar un solo hilo de ambos. Se repite el proceso hasta tener el largo deseado. Una vez finalizado esto, ya está listo para ser usado en la creación de tejidos, generalmente bolsos o hamacas.

10. Similar al proceso de soasar, pero en este caso las hojas se colocan directamente sobre el fuego para poder quitarles la cubierta exterior.

11. Se pasa una tablilla delgada o una piedra que pueda rasgar la hoja lo suficiente.

2.2.2 Spikua' - pita

La pita es otra planta que suele ser usada en la creación de tejidos como hilo, sin embargo, no es muy común, casi siempre es usada como reemplazo de la Cabuya, aunque algunos prefieren usarla por ser más fácil de sacar. Es de hojas largas y verdes, crece mucho, aunque sigue siendo más pequeña que la cabuya, sus hojas además son menos lisas y rígidas que las de esta, además, a diferencia de la cabuya, no provoca picazón al tocarla.



Ilustración 29. Spikua' Pita (*Agave* sp.) (Foto TOV)

Procedimiento:

La pita no necesita ser “somallada” al fuego ni dejarla reposar por días para poder comenzar a crear el hilo. Sus hojas se cortan y así justo como salen, se pueden poner a cocinar con la tintura y comenzar el resto del procedimiento de preparación, dejarla reposar un día para que tiña, ponerla a escurrir en la sombra y luego comenzar a sacar los hilos y enrollarlos para unirlos. Luego, se puede empezar a tejer lo que se desee fabricar.

3- PLANTAS CON USOS ALIMENTICIOS

Muchas de las plantas que tradicionalmente se han utilizado en la cultura Bribri que habita el territorio de Cabagra, cumplen varios propósitos; medicina, materia prima, alimento. A continuación, se detallan algunas recetas propias de la gastronomía Bribri; en algunas de estas se mezclan elementos tradicionales y modernos, evidenciando que la identidad de la zona sur es la fusión de los pueblos originarios con la de los no indígenas.

El aporte de las y los participantes en el taller de “Revitalización Cultural” fue fundamental para esta recopilación.



Ilustración 30. Grupo de participantes en el TALLER DE REVITALIZACIÓN CULTURAL” (Foto GMS)

3.1 Achiote

¿Cómo se extrae?

1. Una vez que el achiote está sazón en la planta se corta y se rompe.
2. Se pone el achiote en una olla de un día para otro.
3. Se le sacan las semillitas.
4. Luego se baten las semillitas en un balde hasta que quede espeso y se pone en una olla.
5. Se agrega sal y manteca en barra (una pequeña) al achiote en la olla.
6. Se mueve por un largo rato hasta que quede como masa.



Ilustración 31. Achiote preparado por Ermida Torres, planta de achiote (Bixa orellana) (Fotos GMS/MLS)

3.2 Picadillo de hojas de yuca

1. Se toman los cogollos de yuca y se sancochan.
2. Luego se pican bien picaditos con cuchillo.
3. Luego se ponen en un sartén con manteca.
4. Se agrega consomé, sal y dos huevos.
5. Se revuelve por un rato y listo.



Ilustración 32. Proceso para la elaboración del picadillo de yuca (Fotos: miembros del grupo)

3.3 Chocao

1. El plátano se pela y se pone en una olla.
2. Se agrega agua y se cocina mientras se bate.
3. Luego se agrega leche en polvo y se sigue moviendo.

3.4 Cacao

1. Se muele el cacao en una máquina.
2. Después se pone en una olla.
3. Se le agrega dulce de tapa y se mueve.
4. Finalmente, se le agrega agua caliente y leche en polvo.

3.5 Tamales

En la gastronomía del pueblo indígena existen diferentes tipos de tamal, los cuales varían tanto en sus componentes, así como en la forma de preparación. A continuación, se explican dos de ellas.

3.5.1 Tamal de boyo (maíz tierno)

- 1.El maíz tierno, se raspa, se muele y se cuele.
- 2.Este se coloca en una olla donde luego se le agrega sal y culantro.
- 3.Una vez que esté como masa ya se pueden amarrar en hoja de tusa, flojitos porque es muy líquido.
- 4.En otra olla debemos poner agua a hervir para que una vez que este hirviendo podamos agregar los tamales de boyo para que se cocinen.

3.5.2 Tamal de arroz

- 1.Primeramente se cocina el arroz en una olla con manteca. Debe dejarse un poco duro o crudo.
- 2.Se pone en hojas de bijagua y se le agrega el resto de los ingredientes al gusto, como frijoles, carne de algún tipo u otros.
- 3.Se envuelven y se amarran los tamales.
- 4.Se ponen a cocinar en una olla con agua hirviendo.



Ilustración 33. Tamal de arroz envuelto en hojas de “bijagua”, elaborado por Anaisa Figueroa (Foto GMS)

3.6 Picadillo de palma (palmito).

1. Se saca el palmito de pejibaye.
2. Se corta.
3. Se pone a cocinar en manteca y achiote.
4. Se le puede agregar consomé o sal.

3.7 Fresco de pejibaye

1. Se cocina el pejibaye.
2. Se le saca la semilla.
3. Se muele en la tumba.
4. Después, se le agrega azúcar y ¡listo!

3.8 Chorreadas

En la gastronomía del pueblo indígena Bibri se pueden encontrar diferentes preparaciones de la chorreada a base de maíz tierno. Entre ellas:

3.8.1 Chorreada dulce o salada simple

1. Se toma el maíz tierno y se muele, en máquina o tumba, se mezcla el maíz molido junto al “líquido” extraído al moler con un poco de sal o azúcar.

Nota: Lo tradicional es hacer las chorreadas de sal; Sin embargo, se ha adoptado también la idea de realizarlas con azúcar.

2. Se pone a calentar un comal con un poco de aceite donde se agrega una parte de la mezcla y se esparce hasta darle una forma redonda o similar en el comal. Una vez cocinada la chorreada por debajo, se le da vuelta y se deja cocinar por el otro lado. Este procedimiento es similar al realizado al cocinar arepas.

3. Cuando ya se han cocinado ambos lados, se saca y se sirve. Puede comerse así caliente o esperar a que se enfríe y comerla hasta entonces. La tradición de esta comida es servirla sola; sin embargo, la costumbre de las personas exteriores a la comunidad indígena es comerla con natilla, esta costumbre fue adoptada por influencia de otras culturas, ya que, en la tradición original, se comen solas.

3.8.2 Chorreada salada con olores

1. Cuando el maíz este tierno se muele.
2. A este maíz molido se le agrega culantro, cebolla, chile y una pizca de sal.
3. Después, se cocinan las chorreadas en el sartén con una poquito de aceite.

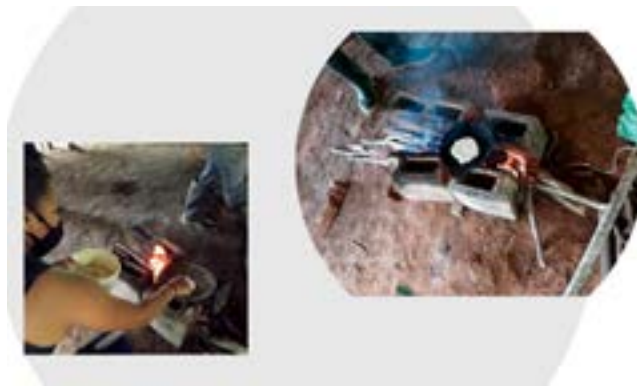


Ilustración 34. Preparación de chorreadas (Foto: miembros del grupo)

3.9 Chilate

1. Se toma el maíz tierno, se muele, ya sea en máquina o en tumba.

2. El maíz molido se lava, se quitan todas las basuritas que queden y se deja sólo el maíz quebrado más grande, el que queda como arenoso. Se pone a hervir agua; cuando ya está hirviendo se echa el maíz y se deja un rato más. Si se desea, se puede añadir azúcar para un mejor sabor. Se espera a que se enfríe la bebida para tomarla, puede guardarse en el refrigerador para esto.

Nota: Se recomienda no tomarlo caliente, puesto que podría provocar dolor de estómago y agruras.

3.9.1 Chilate de nance

Es una variación del anteriormente mencionado; se bate el nance y se le agrega a la mezcla ya preparada del chilate normal.

3.10 Tortillas tradicionales de maíz.

1. Se toman los granos de maíz seco, se hierven y cuando ha hervido se le echa ceniza (o cal), se deja hervir un rato y luego, se pone a enfriar. Una vez listo esto y se lava para que suelte la cascarilla que cubre los granos y quede limpio.

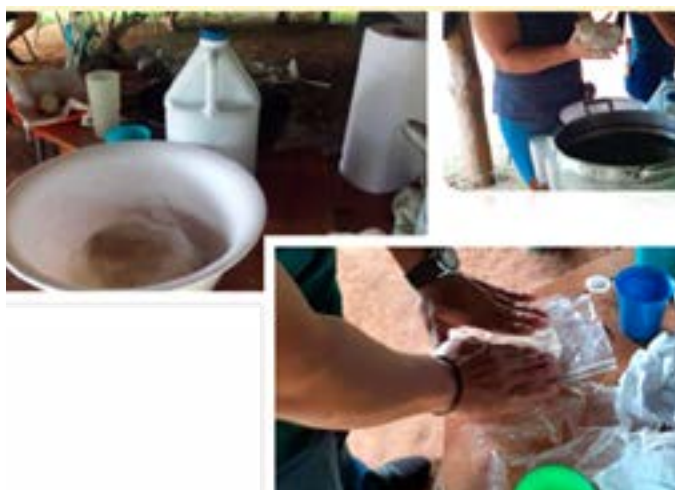


Ilustración 35. elaboración de tortillas (Fotos VGO/TOV)

2. Posterior se muele, ya sea con máquina o tumba, se recoge y se comienza a preparar la masa, de ser necesario, se mezcla con un poco de sal o agua.

3. Se hacen las bolitas y se palmea hasta formar la tortilla (igual que con las tortillas de masa comprada ya preparada). Lo tradicional es formar la tortilla con las manos, hacerlas palmeadas; sin embargo, en la actualidad esta tradición se ha ido perdiendo y la mayoría de las personas suelen hacerlas majando la bolita con una olla, tabla o utilizando un tortillero (Ilustración 34) fabricado comercialmente.

4. Al hacer la tortilla se suele untar un poco de aceite durante la molida y luego al quitarla del plástico, posteriormente, se pone a cocinar por ambos lados en un comal al fuego previamente calentado y con una pizca de aceite.

5. Con los dedos de la mano envueltos en una servilleta, la tortilla se presiona cuando comienza a cocinarse por un lado y se calcula que no se va a romper para que se cocine mejor, además, es la técnica que usan para que se “inflen”¹². Una vez listas, se sirven con huevo, picadillo o natilla casera.

Las tortillas también pueden elaborarse a partir de masa procesada industrialmente la cual se compra en las tiendas de abastos y a la que solamente se le agrega sal y agua.



Ilustración 36. Tortillero y bolsa de masa procesada industrialmente (Foto GMS)

¹². Al presionar la tortilla y soltarla, entra aire, lo que permite que se haga una burbuja que infla la tortilla.

3.11 Guacho

1. Poner a cocinar el pollo en trocitos pequeños, con bastante agua y añadiéndole sal. Tiempo aproximado del primer paso: 1 hora.
2. Picar palmito, ajo y culantro e´ coyote.
3. Lavar el arroz, preferiblemente arroz pilado.
4. Añadir el culantro, el ajo y el palmito al pollo. Tiempo: 10 minutos.
5. Añadir el arroz cocinado con las especias, el palmito y abundante agua.
6. Añadir más agua a la receta (la medida va a depender de la cantidad de guacho que se esté cocinando).
7. De manera opcional puedes agregar achiote y consomé.
8. Mover y dejar cocinando hasta que su consistencia sea ligeramente espesa. Tiempo aproximado: 30 minutos.

IMPORTANTE: El secreto del Guacho es su humedad por lo que en ningún momento se puede dejar que el mismo se seque; Al contrario, es importante añadir suficiente agua para obtener un platillo similar a una sopa.



Ilustración 37. Proceso de realización del guacho elaborado por Anaisa Figueroa (Fotos MGM)

DOCUMENTOS CITADOS:

Árboles de Costa Rica.(2006). Guayabo. <https://www.cientec.or.cr/ambiente/arboles/htmls/guayabo.html>

Catálogo de árboles urbanos. (s.f). *Tabebuia roseoalba*. <https://catalogoarbolesurbanos.eia.edu.co/species/852> Recuperado el 14 de julio del 2021.

Dhar D.(2019). Foliculitis y abscesos cutáneos. <https://www.msmanuals.com/es-cr/hogar/trastornos-de-la-piel/infecciones-bacterianas-de-la-piel/foliculitis-y-abscesos-cut%C3%A1neos> Recuperado el 17 de julio del 2021.

Ecos del Bosque. (s.f). *Hymenaea courbaril*. <https://ecosdelbosque.com/plantas/hymenaea-courbaril> Recuperado el 14 de julio del 2021.

Ecos del Bosque. (s.f). *Senna reticulata*. <https://ecosdelbosque.com/plantas/senna-reticulata> Recuperado el 17 de julio del 2021.

Mora G.(2020). Informe Taller de revitalización cultural: producción y uso de plantas tradicionales. PPCSC/UNA-Sede Región Brunca.



Relatos Cabecar

Rosa Villanueva Hidalgo

Claudia Marcela Zúñiga Beita

Ester Zúñiga Fernández

Escolástica Villanueva Zúñiga

Jorge Villanueva Zúñiga

Eleonida Ríos Zúñiga

UNA
SEDE REGIONAL BRUNCA
CAMPUS PÉREZ ZELEDÓN



Promoviendo
el Capital Social
en Comunidades Rurales
de la **Región Brunca**

CONTENIDO		Cómo era China Kicha tiempo atrás	66
Presentación	51	Sobre su esposa	67
Figura 1 Ubicación del territorio de China Kicha en relación con otros poblados de la región.	52	Costumbre antiguas	67
Créditos	53	Eleonida Ríos Zúñiga	68
Rosa Villanueva Hidalgo	54	Cuando era pequeña	68
Una mujer diferente	54	Su familia	68
Recuerdos de la infancia	54	Cruzando la cordillera	69
Cruzando el Cerro de La Muerte	55	El Sukia	69
El Sukia	56	Comidas	70
Figura 2 Ubicación de San José Cábecar en relación con China Kicha	56	Casas	71
Caminando por la montaña	56	Ropa	71
Algunas creencias antiguas	56	Anexo 1	72
Claudia Marcela Zúñiga Beita	58	Anexo 2	73
El Awá	58	Guía para la entrevista	74
Las dificultades del día a día	59	Narraciones cabécares de china kicha	74
Durante el embarazo: Tradiciones cabécares	59		
Ester Zúñiga Fernández	60		
A pasear a Limón	60		
Allá en Talamanca	61		
Hora de comer	61		
Curaciones Tradicionales	61		
Escólastica Villanueva Zúñiga	63		
De su infancia a la Escuela	63		
De la relación con las plantas	64		
Jorge Villanueva Zúñiga	65		
Awás y medicinas	65		

PRESENTACIÓN:

La comunidad de China Kichá se ubica en el cantón de Pérez Zeledón, distrito de La Amistad. Su población pertenece a la etnia cabécar y su presencia en la región Brunca data de la primera mitad del siglo pasado.

A partir de 2021, el PROGRAMA PROMOVIENDO EL CAPITAL SOCIAL EN LAS COMUNIDADES DE LA REGIÓN BRUNCA, inició juntamente con la comunidad de China Kichá un proceso de revitalización cultural, el cual comenzó con la recuperación y el ejercicio de la lengua cabécar, a partir de ahí, la puesta en valor de otros elementos propios de su cultura, uno de ellos la recuperación de parte de su historia común, mediante las narraciones recogidas en voz de varias personas adultas de la comunidad que han sido protagonistas de los cambios que se han dado a través del tiempo.

Originalmente, se propusieron ocho nombres como potenciales informantes, sin embargo, por motivos propios de la dinámica del territorio, entre ellos los conflictos por la tierra que se suscitaron durante parte del periodo en que compartimos con la comunidad, solamente se recuperaron los testimonios de seis personas.

Rosa, Ester, Jorge, Escolástica, Eleonida y Marcela -la más joven de los informantes- compartieron vivencias, anécdotas y la historia de su comunidad, conscientes de que este pasado común les fortalece y les permite revalorarse como una etnia rica en historia y conocimiento.

El proceso de recopilación de la información se hizo conjuntamente entre los miembros de la comunidad y el equipo de la UNA, que trabajó en el programa entre 2022 y 2024. El anexo N°2, documenta la metodología utilizada, así como las personas participantes.

Esperamos que este documento motive, en las y los habitantes de China Kichá, el deseo por seguir conociendo sus raíces y que abra puertas para un mejor entendimiento de la cultura de “los otros”, permitiendo ver que las diferencias son mucho menos que las semejanzas, y que todas y todos contribuimos a consolidar la identidad de la Región Brunca.

Guiselle Mora Sierra.

Extensionista encargada del componente cultural.

PPCSCRB/UNA

Sede Región Brunca.



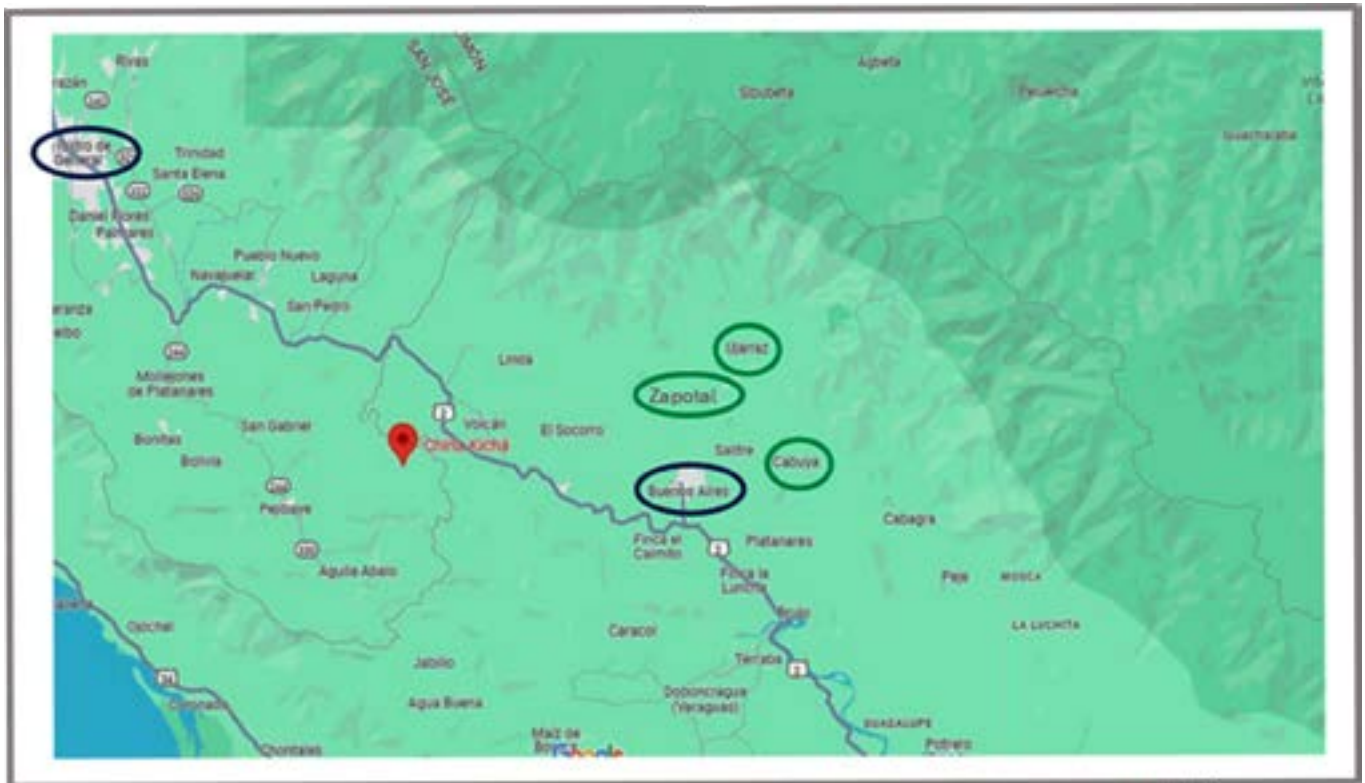


Figura 1 Ubicación del Territorio de China Kicha en Relación con otros poblados de la región (fuente: Google maps, 2024)

CRÉDITOS:

Rosa Villanueva Hidalgo.

Claudia Marcela Zúñiga Beita.

Ester Zúñiga Fernández.

Informantes

Escolástica Villanueva Zúñiga.

Jorge Villanueva Zúñiga.

Eleonida Ríos Zúñiga.

Gerardo Villanueva.

Marcela Beita.

Colabores de la comunidad en la recolección de la información

Petronila Ríos.

Equipo PPCSCR/UNA:

Ian Rodríguez Zúñiga

Alice Ortíz Vargas

Vanesa Granda Ortíz

Asistentes

Nazareth Leiva Badilla

Jorge Arias Chávez.

Guiselle Mora Sierra, coordinadora.

Ilustraciones: Claudia Marcela Zúñiga Beita.

Fotografías y revisión de textos: Guiselle Mora Sierra.



Una mujer diferente.

Entre el canto de los gallos, tuvimos la oportunidad de escuchar la historia de doña Rosa, una mujer adelantada a su época y a su cultura, luchó contra las costumbres y tradiciones de su comunidad desde joven, convirtiéndose en madre y criando a su hijo sola, rechazando la idea de casarse como se le exigía en ese entonces. Ella creció observando como los hombres de su entorno no tenían muy buena educación, eran agresivos y les pegaban a sus esposas, por eso nunca se quiso casar y, afortunadamente, sus padres no la presionaron.

Solo conoció a su abuela, su abuelo fue asesinado allá por el Rio Grande de Terraba.

Sus padres no fueron a la escuela, mucho menos sus abuelos; su papá no sabía leer ni escribir, pero en cuentas no había nadie que lo engañara. Además, hablaba tanto el cabécar como el español.

Fuente: Zúñiga Beita, C.M.,2024

Recuerdos de la infancia

Doña Rosa nació en el pueblo de China Kichá, hace 70 años. Sus padres nacieron en Cabuya de Buenos Aires (figura 1) y estos junto a sus abuelos fueron parte de los primeros pobladores que habitaron en la comunidad, dice doña Rosa que su abuelo fue el primero en llegar a China Kichá.

Tuvo cuatro hermanos; estudió en la escuela que estaba por donde está la actual, pero era otro edificio, allí terminó el 6to grado; no aprendió el cabécar porque, según nos narra, a su madre le decían que si lo hablaba no iba a aprender bien el español, ella cree que era que los maestros no lo sabían. Su abuela hablaba más el cabécar que el español, aun así, nunca se lo quiso enseñar a su madre, el decir era que se les “enredaba la lengua...”

No continuó con el colegio ya que había que ir a estudiar afuera (el colegio más cercano quedaba en San Isidro de El General); en la comunidad no había, y salía muy caro. Uno de sus hermanos si lo hizo ya que contó con el apoyo de un maestro que había trabajado en el pueblo.

En ese tiempo, los niños y niñas no jugaban (según entendemos el juego hoy en día), su principal actividad consistía en ayudar a sus padres en el trabajo de campo, ya que era frecuente que los acompañaran; ahí cargaban las verduras y colaboraban en la cosecha del maíz, así como otros productos.

Cuando llegaba la noche y la oscuridad, encendían cera extraída de las colmenas, después de utilizar la miel; esta cera se envolvía en una tela y funcionaba como una candela. También utilizaban la savia de algunos árboles. El agua la recogían en la quebrada en unos “cumbones¹ grandotes de bejuco, le decíamos”.

Su papá construía la casa, y para eso utilizaba paja y madera de chonta² para el piso y las paredes, tanto exteriores como para las divisiones internas. La cocina estaba dentro de la vivienda y tenía una salita.

Su madre les hacía la ropa, le cosía vestidos a mano; a su papá, que trabajaba en Volcán (Buenos Aires), su empleador le daba telas como parte del pago. Comenta doña Rosa, que su madre le contó, que la abuelita hilaba el algodón “...hacía unos pelotones³ para coser y le daba a ella”.

Rosa tiene una noción lejana del proceso de hilar el algodón, cuando era chiquilla, ya se vendía hilo industrializado, pero escarbando en sus recuerdos, nos dice que su mamá sacaba las semillitas de las motas de algodón

“...después lo pone a secar, ese algodón, y después lo aporreaba y lo aporreaba y hacía una pelota y con unos palitos ...para hacer el hilo, después para coser... Si uno fuera estado como ahora fuera aprendido...”

¹ Recipientes obtenidos del proceso de los frutos de *Legenaria s.p* (cucurbitácea)

² Palma. *Batrix s.p.*

³ Madeja de algodón

⁴ El término “tigre”, se usa indistintamente para referirse a felinos de gran tamaño como el puma o el jaguar.

⁵ Caballos.

Cruzando el Cerro de La Muerte

El padre de doña Rosa, al igual que otros pobladores de China Kichá, criaba “chanchos” que era necesario llevar a vender, usualmente a San José. El recorrido duraba unos cuatro o cinco días, caminando por en medio de la montaña y como señala Marcela Zúñiga, quien acompañó al equipo en la entrevista, además de todos los cuidados que había que tener en cuanto a alimentación y agua para los cerditos, también debían protegerlos de que no se los comiera el tigre⁴ en la montaña. Comenta Rosa, que cree que además llevaban “bestias”⁵, para la carga: la comida de los animales, así como las provisiones para todos los que iban y lo necesario para protegerse del frío en la travesía.



Fuente: Zúñiga Beita, C.M.,2024

En una ocasión uno de los integrantes del grupo se perdió, relata que escuchaba voces que lo amenazaban de muerte; duró varios días perdido y cuando apareció, ya le estaban haciendo los nueve días, le contaba su mamá. Llegó solo, y muy delgado.

Ya después, los compradores venían más cerca, “aquí por Pacuar”.

Los excedentes de la producción de arroz, maíz, frijoles, yuca, ñampí, tiquisque, (este último ya casi no se produce) también se vendían, pero era poco, porque por lo general se guardaban para satisfacer las necesidades del grupo familiar.

El papá de doña Rosa, iba a montar⁶ por la zona de Pejibaye, para esto se movilizaba a caballo; traía tepezcuintes e iguanas, recuerda. Los tepezcuintes eran difíciles de cazar porque se meten en los huecos, a veces tardaban hasta dos días, para poder llevar algo a la casa. También tenía pejibayales⁷ y vendía estos frutos que se usaban, no solo para el consumo humano, sino también animal, era frecuente alimentar a los cerdos y al ganado con esto; pero ahora ya casi no hay, se han ido perdiendo. Dice Rosa que las palmas que hay en su propiedad botan toda la cosecha.

El sukia⁸...

En tiempos antiguos, cuando algún miembro de la comunidad, o varios, se enfermaban, se buscaba a los “sukias” para que los curaran, no se iba al hospital. En la comunidad de China Kichá había dos sukias, pero también venían algunos de otros pueblos para tratar a los enfermos. Llegaban a una casa y ahí atendían, a cambio de pagos que se realizaban con dinero en efectivo.

Por la noche, se solía preparar los remedios con plantas medicinales como tirú (bejuco medicinal) y la siario (garrapatilla), ambos se echaban en agua y al



Fuente: Zúñiga Beita, C.M., 2024

día siguiente se lo daban a beber a los enfermos.

Doña Rosa cuidó a sus padres hasta que fallecieron, primero su mamá, luego su papá. No hubo ninguna ceremonia particular, fueron enterrados en el cementerio de la comunidad, en ataúdes hechos de madera en China Kichá.

Caminando por la montaña

Su padre tenía que hacer grandes recorridos por entre la montaña; aun así, nunca atravesó la cordi-



Figura 2. Ubicación de San José Cabécar en relación con China Kicha.

llera para ir a San José Cabécar (figura 2) como si lo hicieron otros. No obstante, dice Rosa, que les contaban que había algunos lugares por los que debía pasarse con mucho respeto, ellos (los caminantes) sabían que, si veían algo, no debían contarlos, ni hablar nada, uno de esos lugares es allí por Ujarrás.

Su madre que tampoco había hecho todo el recorrido, pero era de la zona, les contó que “...había una parte que tenían que llevar como un bordón, para cruzar por allí.”

Algunas creencias antiguas

Doña Rosa casi no tuvo oportunidad de conversar con su abuela ya que vivía lejos, pero recuerda que ella decía que si había un tollo⁹ de banano cortado no había que pasar por encima porque daba calentura y si dejaba algo tapado¹⁰ en el monte, como un banano, hay que dejarlo un rato para comerlo, porque si no le caía mal¹¹.

Igual si se tiene algo empacado, como ropa o cualquier otra cosa, primero se pone en el sol y luego se abre, porque también se puede enfermar. Marcela aporta que a eso los mayores le llamaban grü y se caracteriza por dolor de cabeza y dolor de huesos,

6 Caza de animales silvestres.

7 Terreno sembrado de palmas de pejibaye.

8 El sukia, también llamado awá, awa o chamán, es una figura que tiene poderes espirituales-religiosos. En tiempos antiguos tenían una relación muy cercana con las figuras que ostentaban la autoridad en el grupo.

9 Estructura de las musáceas a partir de la cual se forman los frutos.

10 Escondido.

11 El comensal se enferma

síntomas similares a los de la migraña

“...igual con el banano, si usted cortó banano y está la hoja madura, no le pases por encima porque eso que está encima, usted lo recoge...” continúa diciendo Marcela, y agrega que... si por ejemplo se cortó banano y se llevó una carga, luego cuando vuelve por otra, y esa hoja ya se maduró, ahí está esa energía mala, por eso se deben dejar las cosas al sol...”

el calor hace que esas malas energías se liberen. Y doña Rosa agrega en tono jocosos, que por eso hay gente a la que le pasan cosas y no saben a qué se debe.

Otra de las creencias era que cuando uno llegaba al mar, había que pedir permiso antes de meterse, porque el mar hay que respetarlo...Sus abuelos tenían muchas historias sobre el respeto que había que tener a la naturaleza, pero ya no las recuerda, aun así, nos dice que en el mar había que meterse de espaldas pidiéndole la autorización y Marcela agrega que tampoco hay que llegar haciendo bulla y gritando “... ya que es una falta de respeto, el mar se enoja y empieza a levantar la ola más grande.” Lo mismo sucedía cuando una mujer estaba en su periodo menstrual, no debía meterse al mar porque este se enojaba.

Además, comenta Marcela, que los hombres son quienes deben tener más respeto con el mar, y contar con su permiso antes de ingresar, “...porque el mar es mujer, y no cualquier hombre puede entrar” y si no se meten con respeto, el mar los puede arrastrar.

Según Rosa, cuando las niñas estaban menstruando, debían estar escondidas y nadie debía de verlas, eso era para cuidarlas, sobre todo en su primer periodo. La dieta era rigurosa, evitando los excesos de sal y azúcar; todos los alimentos eran sancochados, y no las dejaban mojarse mucho, además, no podían utilizar los mismos utensilios que el resto de la familia. Había un árbol del que se machacaba la cáscara y terminado el periodo las ponían a hacer enjuagues para purificarlas, esa planta ya no se encuentra en China Kichá; así la cuidaron a ella y a sus hermanas.

Su mamá contaba que tiempo atrás, si iban a visitar alguna casa estando con el periodo, la dueña de casa tenía unas hojitas y era en ellas en que les servían la comida o la bebida¹².



Fuente: Zúñiga Beita, C.M.,2024

12 Posiblemente una hoja de bijagua, frecuentemente usada como recipiente.

Claudia Marcela Zúñiga Beita (1993)

Claudia nació en la comunidad de Zapotal de Buenos Aires, comenzó a vivir en China Kichá cuando se casó con su esposo quien era oriundo de la comunidad. No tenían casa propia; por lo que iban de una finca a otra a realizar diferentes trabajos. Fue hasta el 2018 que, mediante un proceso de recuperación, lograron estabilizarse y mandar a sus dos hijas a la escuela. Yui Senagió: Casa donde habitan los cangrejos, así se llama su parcela porque tiene muchas nacientes y hay muchos cangrejos de río, cuenta Claudia que sus hijas van a la quebrada que está cerca de la casa a echarles arroz y que hay uno muy grande.

Claudia creció rodeada de 8 hermanos y un ambiente agrícola, pues sus padres se dedicaban a cultivar productos para consumo propio. Su familia pilaba el arroz antes de comerlo, también consumían el frijolillo de palo, pollo casero, cerdo ahumado envuelto en hojas de bijagua, pescado seco, atol de banano y también hacían bebidas con las semillas tostadas del ñajú¹³, cacao y pataste¹⁴, así como de pejibaye y yuca.

Parte de sus juegos de infancia eran entretenerse balanceándose en los bejucos de las montañas, bañarse en las quebradas y hacer carreras mientras se iba de un lugar a otro. Además, también jugaban escondido.



Fuente: Zúñiga Beita, C.M., 2024

La escuela, allá en Zapotal, estaba cerca; en el recorrido se tardaba alrededor de media hora caminando. Cuando iba a llover el maestro tomaba la decisión de mandar a casa a los estudiantes, por el peligro que existía el tener que cruzar las quebradas que crecían por la lluvia. A pesar de esas condiciones fue a la escuela y logró obtener el sexto grado. Sin embargo, cuenta Claudia que su maestro era muy violento y llegó a pegarle una vez por no saber leer un cartel en español, además, como no sabían leer en esta lengua los llamaba “brutos”. Pero no todos los profesores eran malos, había algunos que contaban con la vocación y capacidad necesaria para enseñar correctamente, aun así, tomó la decisión de dejar sus estudios al concluir la escuela por el maltrato que recibió de la mayoría de sus profesores.

El awá

Antes las familias del pueblo de Zapotal de Buenos Aires se dedicaban a recolectar café y algunas otras se iban a jornalear a las bananeras para poder llevar el sustento a las casas. El acceso a servicios médicos era muy difícil en años anteriores, es por ello por lo que se consultaba con un “awá”, éste preparaba medicinas naturales para curar las enfermedades y casi siempre se pagaba por su atención con animalitos como un pollo, los pagos con dinero eran poco comunes. Hoy en día muy pocas personas acuden al awá porque los menosprecian y dudan de los tratamientos que utilizan para curar.

La familia de Claudia tenía una casa aparte de la suya hecha con hojas. Esta casa le servía al awá para preparar las curaciones que iba a utilizar con sus familiares y conocidos para sanarlos. En una ocasión, Claudia comenzó a sufrir por una enfermedad en su piel que no pudo ser curada en el hospital, sin embargo, pudo sanarse con una de estas medicinas naturales preparadas por el awá, por eso a ella le gusta más la medicina natural, tanto así que, mientras que los médicos del hospital le dijeron que padece de gastritis y le recetaron tomar unas pastillas que no le alivian el dolor, aprendió a preparar sus propias medicinas para aliviarlo.

13 Semilla de oca; *Abelmoschus esculentus* planta de la familia de las malváceas

14 Variedad de cacao silvestre.

Las dificultades del día a día.

En años anteriores, la comunidad de China Kichá no contaba con los servicios de electricidad ni agua potable. Durante su infancia, la familia de Claudia tampoco gozó de estos beneficios, por lo que debían tomar el agua de las nacientes y transportarla en galones amarrados a una cuerda, recostados a la espalda y con la cuerda sobre la cabeza. Aún en condiciones de embarazo o enfermas, las mujeres debían ir a lavar a la quebrada y llevar agua a sus casas para consumirla.



Fuente: Zúñiga Beita, C.M.,2024

Cuando anocheía su familia alumbraba utilizando canfín¹⁵, cera de abeja o candelas.

Muchas familias de China Kichá vivieron de este modo hasta hace algunos años, por allá del 2005, cuando se comenzó a brindar el servicio eléctrico en la comunidad, igual que el servicio de agua potable; sin embargo, todavía existen viviendas que no cuentan con estas facilidades debido a los problemas que existen por la tenencia de la tierra dentro del territorio, ya que están calificadas como “tierras en conflicto”.

Durante el embarazo: tradiciones cabécares

Durante el embarazo es común que las mujeres cuenten con diferentes cuidados para protegerse a sí misma y a su bebé de enfermedades y problemas, sin embargo, también existen aquellos cuidados tradicionales que se basan principalmente en las creencias y costumbres de la comunidad cabécar, como “curar” a los bebés recién nacidos al consumir o frotar su piel con la de un animal elegido por su familia para que el niño o niña adquiriera las habilidades del animalito. Por ejemplo, aquel bebé curado con un pájaro carpintero tendría el talento para construir, si fuera una tortuga tendría la habilidad para ser resistente, pero también se dice como enseñanza que, en estado terminal, la persona curada con una tortuga podría “revivir” haciendo más difícil la enfermedad y más lenta la agonía, lo que se convierte en desventaja. Así también existen niños curados con todo tipo de animales como nutrias, lagartos, entre otros.

Además, se cree que, durante un embarazo ni la madre ni el padre del niño deben descuidar sus hábitos, por ejemplo, los dos padres deben guardar las dietas, deben de cuidarse de no tener contacto con animales muertos para que el bebé no nazca con la enfermedad de “sitalá”; este padecimiento es una especie de impureza y no se puede diagnosticar por médicos en un hospital. Sus padres tampoco pueden asistir a una vela, ni visitar un cementerio hasta que el bebé nazca.



Fuente: Zúñiga Beita, C.M.,2024

Cuando a la niña le llegaba la primera menstruación, la encargada de cuidarla era la mamá; ella no

debía permitir que la niña comiera con mucha sal, ni carne fresca que sangrara mucho, ni ver a un animal sangrando porque eso hacía que su periodo fuera más fuerte. Solo podía tomar agua de nacimiento y tampoco podía comer carne de animales grandes.

Cuando el periodo terminaba debía bañarse con un agua preparada por su madre o por el awá con una planta llamada “tirökicha” y enjuagues con “pirucu.”

Otra de las prácticas tradicionales era que una vez que las niñas entraban a la adolescencia no podían utilizar los mismos utensilios para comer, que utilizaban los hombres de la casa. Entonces las familias tenían utensilios aparte para ellas; y cuando iban de visita a alguna casa, la señora tenía unas jícaras especiales para servir a las mujeres o bien, con “hojas de bijagua”, elaboraban recipientes para servirles las comidas y bebidas que les ofrecían.

Ester Zúñiga Fernández (1963)



Fuente: Zúñiga Beita, C.M., 2024

Doña Ester nació en Zapotal de Buenos Aires, en una familia numerosa compuesta por seis hermanas y tres hermanos. Fue a la escuela de San Antonio de Cañas (Buenos Aires) a primer grado. Caminaba cuatro horas entre la ida y la vuelta, descalza ya que había mucho barro en el camino y se ponía muy resbaloso, además, debía llegar a clases con los zapatos limpios; ella tenía 11 años cuando empezó a cursar el primer grado. El maestro siempre los trató bien, era considerado; sin embargo, las largas caminatas y el

hecho de que le costaba mucho el español, hizo que le diera pereza y no terminó la primaria. En la escuela aprendió ese idioma, porque los “chiquillos” no indígenas la ridiculizaban por no hablarlo, aunque su lengua materna es el cabécar, el cual todavía conserva; sus hijos entienden este idioma, pero casi no lo utilizan, ya que su esposo el padre de ellos, les hablaba solo en español porque ya había perdido la lengua.

Ella lo conoció a los 15 años, ya que una tía suya era la “compañera” del abuelo de su esposo y llegaba a visitar la casa; después de un año de relación iniciaron vida en común.

Su suegra creía que no podía tener hijos porque tenía varios años de “juntada”¹⁶ y no quedaba embarazada, por eso la llevó al hospital, el médico le dijo que todavía no estaba bien desarrollada. Tres años después tuvo a su primera hija y, un año después, se casó. Además de Yamileth, tuvo otros cinco.

A “pasear” a Limón

Después de sus primeros dos hijos, una niña y un niño, su esposo le propuso que se fueran para Limón, a trabajar allá. Ella no sabía que estaba esperando a su tercer hijo, este y dos más nacieron en Limón; el “paseo” fue largo, luego regresaron ya con 5 hijos y su esposo enfermo de cáncer.

Él sufrió mucho, lo operaron tres veces y murió antes de cumplir los 50 años, padecía de constante dolor. Al morir fue enterrado bajo las costumbres cristianas evangélicas, en China Kichá, los ritos o ceremonias cabécar ya casi no se practican. Doña Nila (Petronila Ríos) recuerda que el último entierro tradicional en el que participó fue el de su abuelo, siendo ella muy niña y que al día siguiente los levantaron a todos temprano, a las 4 de la mañana, y los llevaron a bañarse a la quebrada para purificarse.

Después de la muerte de su esposo, doña Ester se quedó sola con sus niños, la más pequeña tenía tres años y el que le seguía entre 7 y 8 años. Logró sacarlos adelante trabajando en el campo, así fueron creciendo; hoy en día su hija menor tiene 22 años. Doña Esther tuvo dos abortos y la pérdida de un niño que nació con problemas en el corazón.

Allá en Talamanca

Cuando su hijo menor tenía cinco meses, ella se iba a trabajar con su esposo y los dos varoncitos mayores, dejando al pequeñito con Yamileth, su hija mayor. Estando en el campo, empezó a llover y tuvieron que regresar a su casa, pero de camino debían pasar un río que estaba muy crecido. Unos vecinos le advirtieron que no pasaran “...Mari no se tire[[...]], si Manuel quiere pasar déjelo que pase él, pero usted no, no se eche al agua con los chiquitos...”, su esposo insistió y con uno de los niños a la espalda, se lanzó al agua, diciendo que volvería por el otro.

En eso apareció un tío de doña Ester, del otro lado del río. Él cruzó al otro niño. Los dos hombres le gritaban “...no sea tan pendeja, échese...”, pero ella tenía miedo porque no sabía nadar muy bien, aun así, se lanzó al agua; pero la fuerza de la corriente le pegó en la cara impidiéndole respirar, el agua empezó a arrastrarla; su tío corrió río abajo, se tiró al cauce y la cogió de un brazo logrando ponerla a salvo. Nos dice Ester que su peor preocupación en esos momentos de angustia era su niño pequeño “...¿quién lo iba a criar?”

Cuando vivían allá en Talamanca, acostumbraba ir a cortar palmitos. Una vez, la acompañaba uno de sus hijos que tenía seis años, él iba corriendo adelante y pasó a la par de una gran serpiente terciopelo (*Bothrops asper*), que estaba enrollada y dormida. Con una horqueta, Ester la prensó y le “machetió la jupa”¹⁷

Tiempo atrás, cuando ese mismo chico tenía entre dos y tres años, andaba haciendo un mandado con su hermana mayor. Cuando volvieron, la hermanita traía al niño cargado en la espalda, una culebra lo había “picado” dos veces, ella lo llevó a la quebrada y lo lavó muy bien, una vecina lo llevó a caballo ya que era muy largo el trayecto; al llegar a un puente, el niño se desmayó y comenzó a vomitar. A pesar de la gravedad de la situación, lograron llevarlo al hospital de Limón, estuvo internado por más de un mes, los doctores querían cortar le el pie ya que la hinchazón no bajaba, su esposo de igual forma no lo permitió, él decía que el niño se iba a recuperar, luego del mes le dieron la salida todavía con el pie hinchado y lograron terminar de curarlo con hiervas y bejucos de la montaña.

Cuando volvieron de Limón tenían su casa propia. Ya China Kichá no era tan montañoso como cuando se fue, pero tenía que traer agua de la naciente y lavar ahí, si llovía mucho se hacían enormes barriales y era muy complicado trasladarse de un lugar a otro. No contaban con electricidad, fue tiempo después que tuvieron luz y agua potable. Actualmente no tiene luz; vandalizaron su casa y tuvo que salir a causa de los conflictos por la tierra; hoy vive más cerca de sus hijos y está más tranquila. Según señala doña Ester, son no indígenas quienes la amenazan.

Hora de comer

Prácticamente todo lo que se comía se obtenía dentro del mismo territorio, ya fuera por siembra, recolección o caza.

Sembraban arroz y lo pilaban, con él hacían los deliciosos y tradicionales tamales de arroz; carne de vez en cuando producto de la caza: tepescuincle, cherengas o guatusas¹⁸; picadillos de papaya, banano y quelites, que son unos hongos blancos que crecen en los árboles y se hacen hervidos en agua.

Tostaban el café y el maíz para hacer pinolillo, cazaban chucullos¹⁹ y comían su carne, además, consumían la papa de aire, ñame, yuca hervida, el palmito lo cocinaban en agua y luego lo escurrían con un trapo, el pejibaye lo acompañaban con un jarro de café o agua dulce.

Para realizar chicha de pejibaye se cocina este y se le quita el coco y se muele a máquina, se revuelve con masa de maíz, se le hecha dulce y se deja fermentar, también se hace chicha de yuca, se maja se le hecha dulce y entre más días se pone más fuerte, además hacían chicha de camote y ñame, de todas la más fuerte es la de yuca, y del maíz también se puede hacer atoles.

Curaciones tradicionales

Entre las creencias o tradiciones, una de las más frecuentes era utilizar animales para que los niños desde el vientre no les tuvieran miedo a estos, o para que asumieran características del animal con el que

¹⁷ Cortarle la cabeza con un machete.

¹⁸ Bucar cherenga y guatusas.

¹⁹ Aves pertenecientes a la familia de las Psittacidae.



Fuente: Zúñiga Beita, C.M.,2024

fueron curados, por ejemplo, a una muchacha embarazada la pusieron junto a una culebra terciopelo para que su hija al nacer y crecer no les tuviera miedo.

Para su primera hija, Yamileth, la “curaron” pasándole una perica por la “jupa”²⁰, dice doña Ester, que su padre andaba en la montaña y encontró una cría pequeña, la llevó he hizo la ceremonia, por eso ella no les tiene miedo y por eso es muy lerda y despreocupada, este animal es conocido por su lentitud. En uno de los embarazos de doña Ester mataron un lagarto y le pasaron la cola por la “pansa” para que la bebe no les tuviera miedo. Años más tarde, ella con una de sus hijas y un nieto, debía cruzar el río Térraba que estaba muy crecido y sucio y no había quien las cruzara. La niña que tenía unos 11 años vio una gente que estaba pescando, entonces se tiró al río agarrada de un tronco y le dijo al pescador que su mamá necesitaba que le ayudaran a cruzar. Esta era la chica que fue curada con la cola de lagarto.

Uno de sus hijos varones fue curado con un pescado de río, es por esto por lo que cuenta con gran destreza para nadar y cruzar los ríos crecidos. Y a su nieta la curaron con un pájaro carpintero, ella aún está muy pequeña y su personalidad aún no se ha defini-

do. Otro de sus nietos fue curado con una tortuga.

Don Gerardo Villanueva, quien acompañó al equipo durante la narración de doña Ester, comentó que él fue curado con una ardilla, es por esto por lo que según él “...tiende a olvidar todo.”

Para terminar esta agradable conversación, doña Ester, doña Nila y don Gerardo nos hacen algunas recomendaciones para tratar dolencias digestivas: el “hombre grande” (*Quassia amara*) para cuando los niños están desganados, sin apetito y la “gavilana” (*Neurolaena lobata*) cuando el chiquito está con mal de estómago; pero como son bebidas muy amargas, a los niños no les gusta tomarlas, por lo que a veces en necesario utilizar algunos mecanismos de coerción.

Doña Nila cuenta que una vez su abuelo la llamó para darle hombre grande y en aquellos tiempos, no se discutían las decisiones de los mayores, pero la dosis fue tan fuerte que más bien la enfermó, la tuvo en cama con mareos y un fuerte dolor de cabeza.



Escolástica Villanueva Zúñiga (1947)



Fuente: Zúñiga Beita, C.M., 2024

Escolástica Villanueva Zúñiga, tiene 75 años, nació en Ujarrás, Buenos Aires de Puntarenas y tiene dos hermanos.

Llegó a China Kichá junto a su madre y los abuelos; en aquellos tiempos familias indígenas convivían con familias no indígenas como es el caso de la familia Beita y la familia Ureña. Cuando los abuelos vinieron a China Kichá, buscaban un lugar tranquilo para vivir, hacían pequeños trabajos y procuraron no tomar muchas tierras como si lo hacían otras familias.

De su infancia y la escuela

De niños no podían jugar, solo tenían que hacer oficios como lavar utensilios en el hogar, barrer, lavar ropa, ir a los lugares de siembra y cultivo para sembrar banano y verduras, además de jalar agua y cocinar alimentos.

El primer local de la escuela era en el bajo, ahora con la recuperación esta finca que estaba en manos de no indígenas recibió el nombre de Sa Keglö Icáska, que quiere decir “donde vivieron nuestros ancestros”.

21 Doris Stone fue una exploradora estadounidense vinculada a la compañía bananera. Recorrió muchas comunidades indígenas de la región y recopiló valiosa información sobre la arqueología de la zona.

Doris Stone²¹, visitó la comunidad y promovió la idea de establecer una escuela, Escolástica debió haber estado en 2^{do} grado y recuerda a la señora Stone, como la típica “gringa: alta, macha; venía acompañada por un señor...” La escuela era un salón hecho de tablas, alguno que otro mueble como mesas fabricadas por las mismas familias que sabían construir, como la de don Julián Villanueva. Los estudiantes eran niños, jóvenes y hasta adultos, todos iban juntos en el mismo horario.

Recuerda doña Escolástica, que había tres personas que ayudaban mucho en el trabajo de la escuela, una era su abuelo Damián Villanueva que, junto con Julián y Pedro Hidalgo, se encargaban de viajar a San José a realizar los trámites correspondientes de la escuela; para poder costear los gastos llevaban un cerdo que vendían.

Cuando estos hombres iban a San José, no usaban zapatos, hacían los viajes caminando largas distancias, porque tampoco había carreteras; en promedio duraban 8 días, a veces más.



Fuente: Zúñiga Beita, C.M., 2024

Escolástica estudio hasta el cuarto grado, ya que después “... la escuela la pasaron para arriba en el alto en el que está ahora”, solo sus hermanos

podieron seguir estudiando debido a la distancia, más de una hora caminando por la montaña. Cuenta que al mayor de ellos, que en ese tiempo tendría unos 10 años, un día mientras iba de camino a la escuela fue agredido por parte de gente que había comprado tierras en la zona y se encontraban “socolando monte”²², venían específicamente de San Antonio y eran personas no indígenas.

De la relación con las plantas

Las labores domésticas requerían del uso de las plantas del bosque; así como de otros productos. había jabón para la limpieza de la casa y las demás tareas; para el lavado de los trastes se usaba ceniza y hojas de un árbol que tenía como una lija, el árbol se llama chumico (*Curatella americana*) crece muy alto y suelta hojas de gran tamaño.

Para curarse se utilizaban hojas de plantas medicinales, otras veces se iba a visitar al Jawá. Las facilidades para ir al hospital eran muy pocas, ya que no había caminos, mucho menos buses o ambulancias. Algunos de los nombres de las plantas medicinales son: *tëbë kichá*, *tiru kichá* y *sia riö*, también se utilizaban los tallos de banano morado para el dolor de cabeza; igualmente en el vástago, se hacía una especie de “pilita”²³ y el líquido que emanaba, se utilizaba con este propósito.

Pero las plantas no sólo se usaban para limpiar o curar; con ellas también se elaboraban bebidas de maíz, yuca, ñame y pejibaye. El maíz negro o *pujáwa* se preparaba y se adicionaba a otras bebidas, tenía un sabor dulce; el pejibaye se molía en piedras y la masa se utilizaba para hacer bebidas. También con el maíz se hacía otra masa que era como pequeños tamales, se ponían a secar; lo llamaban *jö kö*, y se utilizaba para fermentar y dar sabor a la chicha.



Fuente: Zúñiga Beita, C.M.,2024

²² Limpiar y preparar terreno montañoso para la siembra, es sinónimo de “voltear montaña”.

²³ Corte cóncavo en el tallo en el que se almacena la savia del mismo.

Jorge Villanueva Zúñiga (1959)



Fuente: Zúñiga Beita, C.M., 2024

Don Jorge nació en China Kichá, aunque su mamá era de Ujarrás.

Fue a la escuela “nueva”, la que está en el alto (en la misma zona donde se ubica actualmente). Recuerda que tardaba más de media hora en llegar desde su casa, y que, así como había maestros sin vocación que los trataban de manera grosera y sin esforzarse por los estudiantes, había otros que eran cariñosos y muy atentos.

Cuando eran niños él y sus hermanos (una mujer y un hombre mayores que él) jugaban con una bola hecha de la estopa de una palma llamada chonta (*Bactris sp.*)²⁴ esta es una palmera con el centro del tallo de textura suave y con eso se fabricaba el balón.

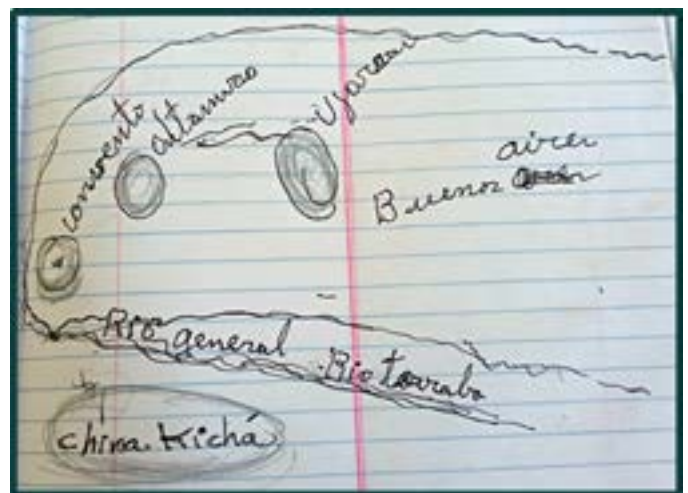
Todo lo que se comía era hecho a base de frutas y vegetales cosechados por ellos mismos; carnes a veces producto de la cacería o la pesca.

24 Palma de pejibaye.
25 Maíz morado.

26 Masa de maíz envuelta en las hojas que cubren la mazorca. El bollo generalmente se hace con maíz tierno por lo que tiene un sabor dulce.

Era frecuente preparar sopas o asados envueltos en hojas. Casi todos se dedicaban a la agricultura, se usaba el maíz, pujawa²⁵, con la que hacían bebidas, bollos²⁶, tortas. No había maíz blanco ni amarillo como ahora; además, se sembraba ñame, camote, frijol de palo...

Antes, para ir a trabajar la gente viajaba de un lugar a otro ya que las tierras eran más libres. La ruta por la que transitaban era de Ujarrás hacia Altamira luego a Convento²⁷ y de ahí a China Kichá cruzando el río Grande de El General en una balsa.



Fuente: Zúñiga Beita, C.M., 2024

Awás y medicinas:

Para curar las enfermedades, se cocinaban raíces, hojas para tomar o hacerse baños siguiendo las recomendaciones del awá. “Usualmente, hacia curaciones con hojas, matas enteras... las ponían en un valde con agua y otras hierbas, para iniciar el proceso de diagnóstico. Al día siguiente, el awá, de la consulta explicaba lo que había encontrado y daba las recomendaciones del proceso a seguir y que medicinas debía tomar.”

Cuenta don Jorge que una vez que él tenía un dolor tremendo en el estómago, tuvo la suerte de que había un awá en el territorio, su hermana fue a verlo y le dijo que Jorge estaba muy mal. El awá tenía un preparado seco y le dijo a ella que lo cocinara y que cuando estuviera frío se lo diera a beber, él se tomó un vaso grande y al día siguiente amaneció bastante mejorado.

27 Convento es parte del territorio indígena de Ujarrás, ubicado en el cantón de Buenos Aires.

También, dependiendo del padecimiento, se hacían baños con ciertas plantas. Una práctica habitual era calentar una piedra (de río) hasta que estuviera dorada²⁸, la rociaban con agua de zacate de limón, lo que producía mucho vapor, esto se hacía cerca de donde el enfermo estaba acostado y servía para aliviar las calenturas y el resfrío.

En el momento de los partos, siempre había personas mayores dispuestas a colaborar, una de ellas era Ana Fernández que siempre tenía disponibilidad para acudir en ayuda de las madres que iban a dar a luz.

Antes del alumbramiento, a las señoras les daban un preparado elaborado a partir de la cascarita machucada de las semillas de cacao y leche; esto les ayudaba mucho a la hora del parto.

Ya después de nacido el bebé, usaban cacao para la desinfección y las mujeres debían hacer dieta durante por lo menos un mes sin tener que cocinar y no comer alimentos como yuca, ni frijol.



Fuente: Zúñiga Beita, C.M., 2024

¿Cómo era China Kichá tiempo atrás?

China Kichá antes tenía paisajes con más montaña de vegetación primaria; con el tiempo se fueron cortando los bosques.

Las casas eran de paredes de chonta y techos de hojas de palmas, el agua se traía de quebradas que venían de nacientes limpias, nada las tocaba. El agua se acarrea en cumbas o calabazos²⁹ grandes, no había galones; se guardaba en estos calabazos donde se mantenía fresca. Ahora, el ganado se mete a las quebradas contaminándolas y hasta hay animales muertos que dañan la pureza y calidad del agua pisoteando, ensuciando y contaminándola. De esta manera las aguas se van secando y escasean.

Para iluminarse por las noches, se usaba una cera de las abejas, luego de ser puesta a secar.

Don Jorge ve con curiosidad que antes de que empezara el proceso de las recuperaciones la comunidad prácticamente no recibía visitas. Ahora llegan muchas personas de otros pueblos motivándolos a contar las historias y compartiendo nuevos conocimientos sobre la cultura y los pueblos indígenas.

Nos dice que en 1957 se creó el territorio, posteriormente en 1982 se derogó. De ahí hasta 2001 que volvió a establecerse, aunque con una menor extensión de tierra, fue un mal tiempo para los cabécares, porque estaban aislados. Vivían en el territorio, pero como peones de los terratenientes que habían adquirido las tierras.

“Los no indígenas destruyeron la naturaleza usando a los mismos indígenas como peones para tener ganado y unas cuantas producciones agrícolas extensivas: cafetales, maíz, arroz, frijoles...”

Eso es malo porque nosotros nos quedamos sin tierra.”

Mi hermano le compró un terreno a un no indígena y me regaló una parcela. Ahí sembré lo básico para mantener a mis hijos; todos son bachilleres, dos están en Talamanca, una es maestra y otro es guarda en una clínica. Los otros que están aquí, aunque ya no viven en la casa me ayudan a sembrar.

28 Poner la piedra en el fuego hasta que estuviera bien caliente.

29 Frutos de algunos géneros de la familia de las cucurbitáceas, con pareces duras. Al secarse se extraen las semillas y estas cubiertas se utilizan como recipientes, caracterizándose por la frescura con que se conservan los líquidos, sobre todo el agua. Su uso data desde las poblaciones precolombinas.

Sobre su esposa

Cuando su esposa tuvo sus hijos, ya era frecuente tenerlos en el hospital, sin embargo, recuerda don Jorge que para el primero, él había hablado con un señor que hacía transportes, ya que no había facilidades de comunicación al territorio y ni entraban las ambulancias; pero cuando llegó el momento el señor no estaba. “Entonces una vecina no indígena, que era muy servicial, vino a ayudarla y ya después llegó el transportista, pero ya había nacido el bebé,,,” Jorge reconoce que el señor tuvo la buena intensión”

Costumbres antiguas:

Cuando nacía un niño o niña, algunos le daban unas palmadas en el trasero a modo de bendición para que se despabilara³⁰ o motivación para que creciera sano.

Cuando alguien moría todas las personas asistentes a la vela se congregaban en un lugar, “guardaban” el cuerpo y a las 3 a.m. se volvían a reunir para hacer un ritual: pelaban el tallo de un sota y lo machacaban, ese macerado se untaba en una piedrita con la cual ungían a los asistentes en la coronilla, ya que ese árbol es muy resistente. Luego iban a bañarse a una naciente; si esta estaba muy seca, se recogía el agua en recipientes. Al regresar a casa se compartía una comida con palmito de pejibaye. Si no había pejibaye debe ser con palmito de chonta. También se usa carne seca de pollo, chompipe, o cerdo en esa comida. Después se hace el funeral.



Fuente: Zúñiga Beita, C.M.,2024

Eleonida Ríos Zuñiga (1953)



Fuente: Zúñiga Beita, C.M., 2024

Ella nació en China Kichá, sus abuelos eran de Talamanca, al igual que su papá don Ramón Ríos Calderón, quien “para la guerra del 48”³¹ ya vivía en el territorio. Su mamá, Marcela Zúñiga, nació en Ujarrás y ahí conoció a Ramón con quien se casó. Tuvieron cuatro hijas, de las cuales ella fue la tercera.

Cuando era pequeña...

Todo era montaña no había potreros.

En la escuela les enseñaban a escribir y leer con los libros de Paco y Lola, con el Silabario (Castellano), tenía 7 años cuando entró a estudiar, estuvo cuatro años ahí pero nunca aprendió a leer ni a escribir, porque no hablaba español ni lo entendía solo hablaba cabécar; las maestras le hablaban en español y no entendía entonces la regañaban; dice doña Eleonida que le daba mucha vergüenza hablar. Aprendió el español cuando tenía, aproximadamente, 13 años.

El padre de Eleonida era muy trabajador. Con orgullo, ella cuenta que les enseñó a trabajar, gracias a eso, nunca les faltó lo esencial para vivir; sembraban arroz, frijoles, maíz. También café, que ellos mismos tostaban y molían. Todo lo que comían era cosechado por ellos, además tenían vacas, gallinas y cerdos, se compraba lo mínimo, el dulce...como tenían vacas ordeñaban, ella ordeñaba hasta 12 vacas, labor que le ocupaba todo el día.

Don Ramón era comerciante y vendía parte de la cosecha, eso les permitía acceder a artículos que no eran de primera necesidad. Traslataba los productos en carreta hasta Pejibaye, ahí había compradores, era un punto de comercio muy importante, era frecuente que hubiera hasta 10 carretas con diferentes cosas. A veces ella, sus dos hermanas mayores y un primo iban a ayudar a su padre en el traslado de los productos en caballo.

Su familia

Se casó a los 19 años con Julio Feliciano de 20 años. Tuvieron 14 hijos, 8 mujeres y 6 varones. La primera, Nila, nació en la casa con la ayuda de una partera que llevó su padre; su nombre era Matilde Beita, después del parto le dio huevo con chocolate y plátano maduro.

A los bebés se les daba leche materna y banano maduro majado, “...y de una vez se dormían”. Sus otros hijos, fueron muy seguidos, por lo que los periodos de lactancia fueron breves. Cuenta que al día después de parir, se ponía en pie a continuar con las labores normales de la casa: cocinar, lavar, atender a los otros niños...sembrar maíz, sembrar arroz.

Tres de sus hijos nacieron en la casa, los otros en el hospital, para llegar hasta allí había que caminar cerca de tres horas hasta Pejibaye donde se tomaba un bus para ir al hospital. Otra forma era, cuando el río estaba bajo, se cruzaba en una balsa que tenía su padre y de ahí a Peje, donde se tomaba el bus; el hospital más cercano era el de Pérez Zeledón.

En esa época el camino solo era para recorrerlo a pie o a caballo, por eso no llegaban las ambulancias y cuando alguien se enfermaba había que sacarlo a caballo o en carreta; el camino de lastre se abrió en la década de los 70s del siglo pasado.

Eleonida y Nila, nos cuentan que una de las hermanas de Eleonida, tuvo a uno de sus hijos cerca de donde estamos conversando, ya que no le dio tiempo de hacer el viaje y apenas pudo montarse en la carreta y la criatura nació como a unos 800 mts, donde actualmente está el Salón Comunal, allí debieron bajar a la señora porque ya había llegado el momento. Entre risas dicen que prometió, nunca más, tener un parto en esas condiciones.

Dice Eleonida que allá en Talamanca, una práctica era que las mujeres dieran a luz a sus bebés en la montaña, cuando la labor terminaba y mientras el o la acompañante iba a avisar a la casa, cuando volvían ya el “tigre” se había comido a la madre y al niño.

Cruzando la cordillera.

Don Ramón traía ganado desde Talamanca hasta China Kichá. En una ocasión, cuando Eleonida tenía 15 años lo acompañó en ese recorrido. Recuerda que entraron por Ujarrás hasta llegar a Cabécar³²; cuatro días duró la caminata. El día antes salieron en la mañana de China Kichá cruzaron el río y llegaron a Peje, ahí tomaron un bus que los llevó a Buenos Aires, caminaron hasta Ujarrás y se quedaron a dormir donde su abuela; al otro día en la mañana salieron hacia Talamanca.

Con hojas de suita³³ hacían los campamentos “...los gringos³⁴ ahí ya tenían todo marcado...” llevaban la comida cruda y había que cocinarla en el campamento, pero era complicado porque la leña estaba mojada y costaba que ardiera, así que quedaba medio cruda, pero era lo que había y tenían que comerlo para agarrar energías. Como iban varios cada uno cargaba sus trastes³⁵, llevaban arroz, café y los hombres mataban algún animal para cocinar: pavas, pavones, perdiz “que es como una gallina grande ... y picaban palmito”.

32 San José Cabécar en Talamanca, Limón

33 Palma del género *Asterogyne martiana*, característica de las montañas tropicales.

34 Se refiere a las exploraciones hechas por Willian Gab, entre 1870 y 1873, por encargo de M.Kieth en busca yacimientos minerales en la cordillera de Talamanca.

Se bañaban en los ríos, pero el agua estaba muy fría; apenas salía el sol se reanudaba la marcha. Cuenta, con picardía, que sus tíos siempre llevaban su “mote-te³⁶ de chicha “y ahí lo tomaban.

Generalmente empezaban a caminar como a las 7 a.m y se detenían como a las 4 p.m., como sus familiares habían pasado por allí, ya sabían, aproximadamente cuanto tardarían en llegar al sitio establecido para pernoctar y allí cocinaban y volvían a comer.

El Sukia³⁷

Su padre también hacía esta travesía para ir a buscar al sukia, así como remedios para el dolor de estómago, de huesos, reumatismo.... Estos remedios eran muy buenos porque curaban todas las enfermedades. En aquellos tiempos cobraba como 15 mil colones, todo dependía de lo que hicieran y de lo que se les pidiera. Había otros que cobraban más barato: 7 000, 2 000, 1 000 colones, dependiendo del conocimiento y la fama que tenían. En China Kichá hubo uno muy bueno, Victor Chale, pero ya murió y ahora no hay nadie que tenga el conocimiento. Dice Eleonida que los sukias de antes eran buenos, estudiaban mucho y sabían su trabajo, contrario a los de ahora. En Ujarrás tampoco hay sukia y cuando alguien de la comunidad quiere consultarse, debe ir hasta Talamanca.

A veces los chiquillos padecían de lombrices, entonces traían una fruta que había en la montaña, la raspaban y al otro día les hacían tomarla, lo que les provocaba fuertes vómitos, pero se curaban; en cabécar esa fruta se llama “dunau”

Cuando el sukia visitaba el pueblo para hacer alguna curación, debían tener una gallina y un pollo más pequeño listo para hacer el ritual, además, el zeteküe³⁸, que consistía en un envoltorio en el cual se ponían restos de animales con poderes curativos, también había que tener ciertas plantas de la montaña que necesitaban para curar: un palo de balso grande, al que con carbón se le dibujaban pájaros, monos...

35 Utensilios para cocinar y comer.

36 Envoltorio con maíz seco, molido y fermentado, que se mezclaba con agua para hacer la bebida.

37 Médico tradicional también llamado awá o jawá.

38 Atado que contiene restos de zopilote, armadillo, zorro, tortuga, perezoso, entre otros y que se utilizaba en los procesos curativos.

diferentes animales, con esos animales que tienen un simbolismo particular en las curaciones, “...por ejemplo, si uno tiene lombrices a uno lo curan con mono porque dicen que los monos tienen muchos bichos.³⁹”

Eleonida agrega:

“El ritual dura como tres días, al tercer día a uno lo cruzan por donde amarraron el palo con los dibujos, lo sientan y con la gallina y el pollo vivos le pegan en el pecho unas cuantas veces, después lo mandan para la casa caminado; ahí tienden el saco uno se acuesta, le pone la cabecera y el señor se sienta en un banco y con un puñalito que tiene el sukia chusea⁴⁰ el pollo y le saca el corazón del pollo y lo pone en el pecho de uno, en un círculo que le pintan a uno con la sangre del pollo y el corazón brinca a veces por una hora y uno se cansa ya no quiere estar acostado, si no se muere lo manda a uno a apretarlo y lo dejan levantarse hasta que se muera el corazón, pero eso lo cura a uno.”

Recuerda que, siendo joven, nunca fue al hospital, siempre la curaron con el sukia y ocasionalmente el papá iba a la farmacia a buscar algún medicamento.

Otro de sus recuerdos se refiere al ritual que se hacía cuando a las niñas les llegaba su primer periodo menstrual. Como en muchas otras culturas originarias, el no tener una explicación para este proceso, hacía que se consideraba que las mujeres durante este periodo eran “impuras” y, cuando era la primera ocasión, era necesario realizar un ritual para “purificarlas”. Entonces se les hacía un ranchito alejado de la casa y allí debían permanecer durante los días que duraba la menstruación. Allí, su madre debía llevarles la comida; ahí también era bañada por su mamá con unas “aguas curadas”⁴¹ que preparaba el sukia con ciertas hierbas. Una vez que finalizaba el periodo la joven iba a la quebrada a bañarse y lavar la ropa, tenía que acompañarla un niño pequeño. Antes de bañarse debía cruzar la quebrada 3 o 4 veces, pero en cada una de estas ocasiones, el niño cruzaba primero y luego ella, después de eso ya podía bañarse e ir a donde el sukia a que la curara⁴².



Fuente: Zúñiga Beita, C.M.,2024

Comidas

Su madre les contaba que cuando ella era pequeña no había mucho que comer entonces el abuelo iba a cortar hojas de yuca o de ayote y lo cocinaban con huevo y sin sal. La sal se la echaban ya cuando lo iban a comer, por eso una parte tenía sal y otra sabía simple. La sal era escasa porque había que comprarla, antes el papá de Eleonida iba a trabajar a Puerto Cortés en los banales y de ahí traía la sal.

Las calabazas se usaban para echar el agua o el fresco y los guacales se cortaban se lavaban bien por dentro y se utilizaban para hacer y beber chicha.

Para hacer la chicha se quiebra bien el maíz, al día siguiente se repasa⁴³ hasta que quede bien fina la masa, ahora se hace con máquina, pero la mamá de

39 En este caso se refiere a parásitos, pero también es sinónimo de animales en general.

40 Corta el pollo con un cuchillo.

41 Preparación que hace con fines medicinales, contiene agua con ciertas plantas a las que se les atribuyen poderes curativos.

42 La curación implica no solo buscar la mejoría ante ciertos padecimientos, sino también la limpieza espiritual.

43 Se muele varias veces

Eleonida lo hacía con piedra de moler.

Casas

Las casas se construían de palma, por lo menos así lo hacía su padre, todos los materiales se sacaban de la montaña, cortaban bejucos y los hacían en tiras, con eso amarraban los palos; “...nada de clavos ni mecate comprado, todo era amarrado a puro bejuco”. Para dividir la casa utilizaban chonta, igual que para hacer las camas; la cocina era otro rancho aparte y para bañarse iban al río.

Ropa

Nos cuenta doña Eleonida que su madre compraba tela y les hacía la ropa, pero después ya había “costureras”, señoras que compraron máquina de coser y

empezaron a experimentar, entonces sus padres compraban telas en San Isidro y en Pejibaye y les encargaban las costuras.

Cuando se mataba una vaca, los chiquillos se peleaban el cuero para usarlo como colchón. Al que se lo daban lo estiraba, clavándolo y poniéndolo a secar, “...tener eso era un lujo muy grande...” Los mastates también se usaban para “acomodar” la cama o como cobija, pero no abrigaban mucho, ya que el proceso de maceración deja la tela muy delgada y como una especie de red, además quedaba muy tieso.

También hacían esteras de los tallos del arroz y del banano. El banano se quema y la cascará queda bien suavcita y bien delgadito y se amarra. La cabuya la usaban para remendar la ropa, como hilo, para coser.



Fuente: Zúñiga Beita, C.M.,2024

Anexo 1

Términos que aparecen en las Ilustraciones

Kawó'	Sol
Dika	Pejibaye.
Jú	Casa.
Chomo	Banano.
Chichi	Perro
Kochi	Cerdo, chandó
Oshkoro	Pollo
Witó'	Corral, solar.
teqlo	Pato.
Kalwak	Banco, asiento.
Kuó'	Maíz
Di·shkota.	Guacal con chicha.
shkó'	Yuca.
Pis	Ayote.
Oilirba.	Name
Kuó' bigo	Moler maíz.
Pirkó'kó'	Hoja de estrella.
Pepli	Medicina.
tukó' gló'	Medicina para bañarse.
Tirü lacha	Planta medicinal sin traducción
Kópe'wó'kó'	Pasmo.
Tiró kicha	Bejuco.
Toblikó'	Zacate de limón.
Ka paskó'	Lavanda el guacal.
DuasKó'	Gavilana.
Bokol	Chilate.

ANEXO N°2

Metodología para la recopilación de narraciones cabécares del territorio de China Kichá, distrito La Amistad, Pérez Zeledón.

PPCSC/Componente cultural.

Antecedentes y justificación:

El Programa Promoviendo el capital social comunitario, ha estado ofreciendo opciones de capacitación en comunidades alejadas de los centros urbanos de la zona sur desde 2013. Entre los temas abordados están informática, inglés, apoyo a microemprendimientos, proyectos turísticos rurales y culturales, música, baile y, en algunos territorios indígenas de la región, estrategias para la revitalización cultural autóctona.

Dentro de esta categoría, uno de los elementos más importantes para fortalecer la identidad de las y los pobladores de los territorios indígenas, es la recopilación de la memoria histórica de la comunidad.

En una primera visita que se hizo por parte del equipo del PPCSC al territorio indígena de China Kichá, sus moradores y moradoras, solicitaron el apoyo por parte de la UNA, para impartir talleres de lengua Cabécar y trabajar en la reconstrucción de esa memoria histórica.

Es así, como durante el I semestre 2022, se inició con el taller de lengua, impartido por dos personas residentes en el territorio miembros de la etnia Cabécar y se empezó a motivar a las y los participantes, para colaborar en la ubicación de informantes.

Objetivo:

Fortalecer la identidad de la etnia Cabécar ubicada en el T.I. de China Kichá, mediante la reconstrucción y reconocimiento de su historia común.

Metodología:

Ubicación de informantes: se solicitó a las y los asistentes al taller de lengua Cabécar, que suministraran nombres de persona que ellos consideraban portadoras de saberes, tradiciones e historia del pueblo Cabécar de China Kichá; de esta forma, logramos obtener una lista de 8 potenciales informantes, hombres y mujeres seleccionados por el grupo.

Se estableció un cronograma con el propósito de poder conversar con ellos y ellas durante el II semestre de 2022, específicamente entre los meses de agosto a octubre.

Se hicieron los equipos de trabajo integrados por 2 participantes de la UNA y una persona de la comunidad. Esto tiene dos propósitos: 1- que los entrevistadores logren recoger la mayor cantidad de información posible y con un nivel de detalle que permita que la transcripción de las narraciones sea lo más cercana a la versión dada por el o la informante. Para eso, y con previa autorización, uno de los integrantes del equipo grabará la conversación y el otro tomará nota de aquellos detalles que le parezcan más relevantes.

2- Que la persona informante se sienta en confianza para hablar abiertamente sobre los temas planteados.

Aunque se sugieren algunos temas, estos pueden ser abordados libremente, permitiendo que ellas y ellos se refieran a los asuntos que consideren más relevantes.

Materiales:

Grabadora y cámara (teléfono celular).

Diario de campo

Lápiz

Borrador.

Recomendaciones generales para la recopilación de las narraciones:

- 1- Presentarse, indicando la institución que representa y cuál es el propósito de la conversación.
- 2- Solicitar permiso para grabar.
- 3- Solicitar permiso para tomar fotografías.
- 4- Tratar de ser lo más empático posible.
- 5- Si algo le molesta, disimúlelo.

Guía para la entrevista:

Este instrumento es solo una guía, deje que la conversación fluya y si el informante no quiere tocar algún tema, respete su decisión, no le presione.

Utilice un lenguaje sencillo y trate de ser lo más claro posible.

Nombre completo de la persona

Lugar de Nacimiento

Edad

¿Sus padres son de aquí o de dónde vinieron?

¿Por qué se vinieron para esta zona?

¿A qué se dedicaban? (agricultura, ganadería, comercio...)

¿Cuántos hermanas o hermanos son o eran?

¿Qué recuerda de cuando era niño, con qué jugaban, a qué jugaban?

Cuándo se enfermaban, ¿cómo se curaban? ¿Iban al hospital o los curaba alguien en la comunidad? ¿qué les daban?

¿Fue a la escuela, a cuál?

¿Cómo lo trataban los maestros?

¿Cuánto duraba para llegar a la escuela, en que iba?

¿Qué comidas eran las más frecuentes?

¿Cómo era China Kichá antes?

¿De dónde sacaban el agua?

¿Cómo se alumbraban?

¿Cuántos hijos tuvo?

¿Dónde nacieron sus hijos, en el hospital o en la casa?

¿Cómo le fue en el parto?

Alguna historia que quisiera contar...

Algo divertido que haya pasado en la comunidad ...

Si puede y quiere contarnos algo sobre las creencias antiguas...

¿Cómo conoció a su pareja y cómo decidieron que se iban a casar?

¿Cómo se “bendecían” los bebés?

¿Qué hacían cuando alguien fallecía? ¿Cómo lo despedían?

NARRACIONES CABÉCARES DE CHINA KICHÁ.

Informantes	Apellidos	Encargado /a de la comunidad	Acompañantes asistentes
Doña Rosa	Villanueva Hidalgo	Marcela	Vanesa Ortíz y Alice Ortíz
Ester	Zúñiga Fernández	Doña Nila, don Gerardo	Guiselle Mora
Don Jorge	Zúñiga Villanueva	Pablo Obando	Ian Rodríguez
Don Julio	Ríos Calderón	Gerando Villanueva	Vanesa Ortíz
Escolástica	Villanueva	Denis Ríos Ríos	Alice Ortíz
Marcela	Zúñiga Beita		Alice Ortíz
Luzmilda	Vargas Fernández	Víctor Julio Ríos Ríos	Vanesa Ortíz
Juan Gabriel	Estrada Fernández	Jeison Ríos Ríos	Alice Ortíz
Elionida	Ríos Zúñiga	Doña Nila	Vanesa Ortíz y Guiselle Mora



Impresión:

Departamento de Publicaciones Sede Regional Brunca, Campus Pérez Zeledón

Diseño y Diagramación:

Departamento de Publicaciones Sede Regional Brunca, Campus Pérez Zeledón



Promoviendo
el Capital Social
en Comunidades Rurales
de la Región Brunca

UNA

SEDE REGIONAL BRUNCA
