

Sanaciones Populares Argentinas

INTRODUCCIÓN

Abordaremos en este curso las Sanaciones Populares, los ritos y las plegarias ya que no se puede estar ajeno a estas supersticiones, a esta realidad, pues, en estos momentos una gran cantidad de argentinos es supersticioso; habiendo un alto porcentaje que es pragmático, que creen pero no lo dejan entrever.

Si bien hay cosas que no podemos explicar, éstas quedan en el ámbito de la Fe; por este motivo la Fe gana cada día más terreno. Esta Fe es lo que diferencia a las creencias de las supersticiones.

Hasta hace unos cientos de años, el conocimiento era transmitido a dedo a muy pocas personas. Hoy todo ha cambiado. Todos podemos aprender estas Sanaciones Populares.

Solo debemos respetar

las fechas en las cuales se transmiten estos conocimientos : Viernes Santo,

Día de San Juan 23-24/06,

Día de la Inmaculada Concepción de María y Nochebuena.

NOTA

También se puede aprender en cualquier día y hora, siempre que estén enseñados por una persona de reconocida trayectoria en éstas artes.

La información provista en este manual se brinda simplemente con fines de divulgación.

El lector entiende que no se proporciona consejo médico de ninguna clase. Entiende además, que es responsable de sus actos, y que actúa en su propio riesgo y cuenta, y con total conocimiento que tiene que consultar con profesionales de la medicina para obtener ayuda médica en caso de ser necesaria.

La consulta de este manual en ningún caso reemplaza a la consulta médica.

La persona que hace uso de los contenidos de este manual no debe dejar de concurrir al médico como tampoco dejar de tomar las medicinas proscriptas por él.

ANGINAS

Si la persona NO está presente, puede -----

- a) Usar una Foto
- b) Visualizar a la Persona

"En Belén hay tres niñas, una cose, otra hila y la otra cura las anginas; una hila, otra cose y otra cura el mal traidor"

Repetir esta oración tres veces haciendo cruces en las amígdalas, con el dedo pulgar de la mano derecha. Luego rezar tres Padrenuestros a la Santísima Trinidad. Se debe curar durante tres días seguidos.

MAL DE URINA

CISTITIS, ARENILLA, CÁLCULOS

Señor, por el especial privilegio otorgado al Beato Liborio contra el Mal de Orina, Cálculos y Piedras, haz que (nombre y apellido) se vea libre de (indicar el mal que padece); glorioso Liborio intercede por nosotros. Amén

Mientras se reza se hacen cruces sobre la zona afectada. Luego se rezan tres Padrenuestros en honor a la Santísima Trinidad. Repetir la oración tres veces. Curar tres días seguidos.

Se puede combinar con el licor.(Ver preparación en sección correspondiente)
Si la persona tiene anemia NO lo puede tomar.

QUEMADURAS

"El fuego no tiene frío, el agua no tiene sed, el aire no tiene calor, el pan no tiene hambre.

San Lorenzo curad estas quemaduras por el poder que DIOS te ha dado.

Repetir esta oración tres veces haciendo cruces en la zona quemada. Luego rezar un Padrenuestro a San Lorenzo.

Se debe curar tres días seguidos.

Se puede combinar con la crema (ver la preparación en la sección correspondiente)

CATARATAS

NUBES EN LOS OJOS, CATARATAS, MIOPIA, ASTIGMATISMO

Nube, Nube de sangre y agua formada en los ojos de (nombre y apellido) en Honra y Gloria de la Santísima Trinidad que sea prontamente curada.

Repetir tres veces haciendo cruces en los ojos.

Se puede completar con el sig. Ejercicio

Frotar el dedo pulgar con el índice hasta que la yema del pulgar se caliente

Apoyar el dedo pulgar sobre los ojos. Cuando se enfría, repetir la operación.

Se hace durante 15 minutos, la cantidad y días que se desee.

ERISPELAS

PEQUEÑAS ESCARAS ROSADAS

Jesús nació, más Jesús murió, resucitó y como se curaron las llagas de Jesucristo, así puede ser curada esta erisipela en honra y gloria de la Santísima Trinidad.

Mientras se reza se hacen cruces sobre la zona afectada. Luego se rezan tres Padrenuestros. Repetir tres veces durante tres días seguidos.

DOLOR DE MUELAS

Bendita Santa Apolonia que por tu Virginidad y martirio merecisteis del Señor ser instituida abogada contra el dolor de dientes y muelas, te suplicamos fervorosos, intercedas con el Dios de la misericordia para que (nombre y apellido) sea sanado. Señor, accede benigno a la súplica que te dirigimos. Amén

Repetir durante tres veces haciendo cruces en la zona dolorida (por fuera). Luego rezar tres Padrenuestros a la Santísima Trinidad y un Padrenuestro a Santa Apolonia

Se debe curar tres días seguidos y se puede hacer varias veces por día.

OTRO

El álito resistente y el cordón que te di para que no rabies de ninguna muela ni de ningún diente. Amén. Jesús.
(Tres Ave Marías y tres Padre Nuestros).

DOLOR DE OÍDOS

DOLOR DE OÍDOS, SORDERA, ZUMBIDOS, AGUA EN LOS OÍDOS, ETC.

Señor mío Jesucristo, tú que te dignaste librar de sus dolencias al sordo de Decápolis, con solo meter los dedos en sus oídos y decirle:

"SE ABIERTO"; concédeme la gracia de, que en tu nombre, pueda sanar a (nombre y apellido) de (indicar la dolencia) que padece.

Repetir esta oración tres (3) veces haciendo cruces en la zona dolorida. Luego rezar el Credo, Se debe curar tres (3) días seguidos.

DOLORES EN LOS PECHOS

PARA LAS MUJERES

Jesús vivió, Jesús murió, Jesús resucitó. Como estas palabras son verdad, haced la gracia de curar el pecho (derecho o izquierdo) de (nombre y apellido) a la mayor brevedad.

Repetir esta oración tres (3) veces haciendo cruces en la zona dolorida. Luego rezar tres (3) padrenuestros a la Santísima Trinidad.

ESTÓMAGO CAÍDO

El estómago caído se produce cuando este órgano se desplaza hacia abajo produciendo dolores y molestias. La técnica consiste en determinar en primera instancia si el dolor se debe a la caída del estómago, para luego continuar con la sanación.

TÉCNICA Nº 1

MATERIALES

Dos parches porosos

PROCEDIMIENTO

- * Sentar a la persona descalza en el piso y con las piernas estiradas, apoyando los pies sobre la pared.
- * Colocarse detrás de la persona. Subirle los brazos y juntar las palmas de las manos. Repetir esta maniobra tres (3) veces.
- * La tercera vez, observar como quedan los dedos:
Si quedan a igual altura. NO ES ESTÓMAGO CAÍDO.
Si están desfasados. SI ES ESTÓMAGO CAÍDO

- * Repetir esta operación dos veces más en el mismo día. Y Repetir dos días más
- * Al tercer día, luego de hacer las mediciones, se le pide a la persona que respire hondo, contenga la respiración y contraiga el abdomen. En ese momento se colocan dos parches porosos. Uno por delante, tapando el ombligo, y el otro en la espalda a la misma altura.
Dejar los parches hasta que se caigan solos.

TÉCNICA Nº 2

MATERIALES

Un vaso con agua

PROCEDIMIENTO

- * Sentar a la persona descalza en el piso y con las piernas estiradas, apoyando los pies sobre la pared.
- * Colocarse detrás de la persona. Subirle los brazos y juntar las palmas de las manos. Repetir esta maniobra tres (3) veces.
- * La tercera vez, observar como quedan los dedos:
Si quedan a igual altura. NO ES ESTÓMAGO CAÍDO.
Si están desfasados. SI ES ESTÓMAGO CAÍDO
- * La persona cruza los brazos. Se le toma los brazos por los codos y se levanta el cuerpo tres veces seguidas. La persona debe tomar tres sorbos de agua.
- * Repetir esta maniobra durante tres (3) días

CULEBRILLA

La culebrilla se caracteriza por ampollas de color colorado o rosado con agua en su interior. Antes de proceder a la curación se debe verificar si en un extremo hay tres (3) ampollas que forman un triángulo. La punta del triángulo siempre apunta hacia fuera. De ser así ésta es la cabeza. Si no se encuentra la cabeza NO es culebrilla-.

TÉCNICA Nº 1

MATERIALES

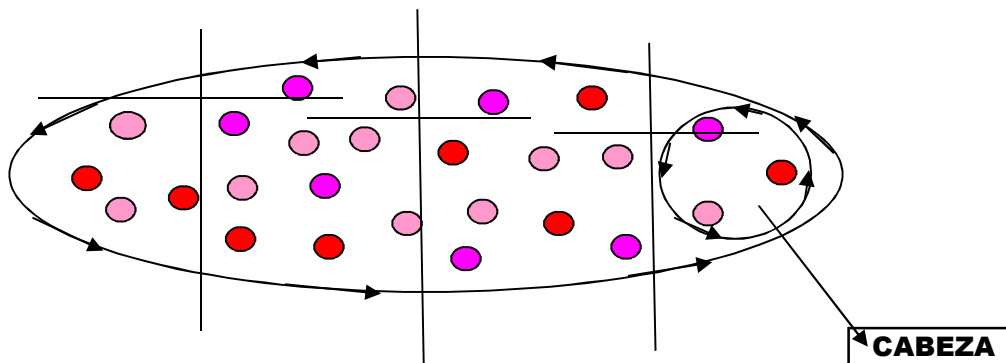
Tinta china negra
Talco o fécula de maíz
Hisopos por lo menos 100
Escarbadientes. Hechos hisopos con la punta afuera

PROCEDIMIENTO

- * Rezar el Padre Nuestro durante toda la curación.
- * Mojar un hisopo en la tinta china y rodear la cabeza de la culebrilla en sentido contrario al de las agujas del reloj.
- * Debe usarse un hisopo por cada carga de tinta. Nunca mojar en tinta uno ya usado.
- * Rodear con tinta todo el cuerpo, incluida la cabeza, siempre en sentido antihorario.
- * Con un hisopo casero, se comienza a pinchar las ampollas comenzando por la cabeza.
- * Cada vez que se pincha una ampolla se hace una cruz con tinta china sobre la misma.

- * Continuar pinchando las ampollas y haciendo las cruces hasta terminar con toda la culebrilla.
- * Tomar un hisopo mojado en tinta y hacer tres cruces sobre el lugar encerrado.
- * Colocar talco o fécula sobre la zona tratada.
- * Repetir la operación dos (2) días más.
- * La persona NO se puede bañar por cinco (5) días más. Total ocho (8) días.

ESTE MÉTODO NO SE PUEDE USAR CUANDO LA CULEBRILLA SE ENCUENTRA CERCA DE LOS OJOS



TÉCNICA N° 2

MATERIALES

Humus o Tierra Negra
 Aceite de Dendé
 Sal Fina
 Pemba Blanca (polvo)

PROCEDIMIENTO

- * Preparar la pasta, mezclando los elementos en partes iguales. Dejar una noche al sereno (esta pasta dura dos días). Si la pasta está muy seca se recupera agregando aceite de Den-dé; si estuviera muy chirle se le adiciona una mezcla en partes iguales de tierra y pemba. En ambos casos se debe agregar 1/2 cucharada de sal fina. Hacer la mezcla utilizando guantes.
- * Para un hombre, aplicar sobre la zona afectada haciendo cruces y rezando como mínimo tres (3) Padre Nuestros
- * Para una mujer, aplicar sobre la zona afectada haciendo cruces y rezando como mínimo tres (3) Ave Marías
- * Se hacen una o dos aplicaciones diarias durante tres (3) días. Si se decide hacer dos aplicaciones se debe esperar a que se seque la primera aplicación, antes de colocar la segunda.
- * La persona se puede lavar la zona afectada al cuarto día

PATA DE CABRA

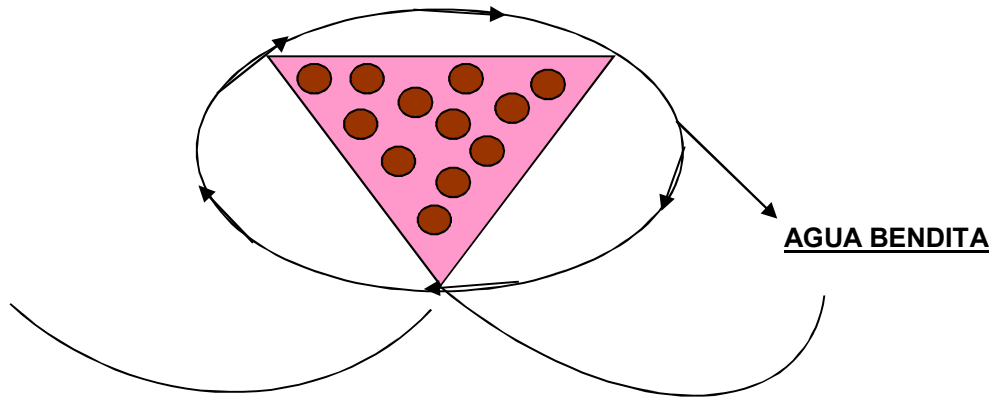
Solo lo tienen los bebés. Generalmente la madre tuvo disgustos durante el embarazo. Se trata de una zona rojiza con pelitos encarnados. Esta técnica los saca hacia fuera.

MATERIALES

Agua Bendita

PROCEDIMIENTO

- * Durante todo el tiempo que dura la curación se debe rezar el Padre Nuestro. Usando los dedos mojados en Agua Bendita se rodea la Pata de Cabra en sentido de las agujas del reloj
- * Con la base de la palma de la mano humedecida en Agua Bendita se rodea la zona afectada en sentido horario durante 10 o 15 minutos.
- * Esta curación se hace sólo una vez por día hasta la desaparición total.



DOLORES MUSCULARES

DOLORES DE TENDONES

CONTRACTURAS

MATERIALES

Vaso
Agua
9 Granos de Maíz Colorado

PROCEDIMIENTO

- * Llenar el vaso hasta la 1/2
- * Persignarse
- * Mientras se dice La Oración se van arrojando dentro del vaso los granos de maíz en grupos de a dos, a excepción del último grano que se arroja solo. Antes de arrojar los granos se hace la Señal de la Cruz sobre la superficie del vaso.
- * Dejar el vaso hasta el día siguiente. Ese día efectuar el diagnóstico según la posición de los granos del maíz.

Si flotan en la superficie o flotan en el fondo (la fécula hacia arriba) con una burbuja de aire: el problema se está curando o el dolor se alivia.
Si no flotan : dolor de otra índole

**Esta sanación NO se puede hacer en presencia de la persona afectada
Se necesita el primero y el segundo nombre de la persona. Si no tuviera segundo nombre,
se usa el primero y el apellido.**

ORACIÓN San o Santa según corresponda a hombre o mujer

San / Santa (primer nombre de la persona) y San / Santa (segundo nombre de la persona)
les pido que se le cure el problema de (indicar el problema en forma detallada) en nombre
de DIOS, Amén.

VERRUGAS

MATERIALES

Un diente de ajo por cada verruga
Bolsita de papel madera (preferentemente)

PROCEDIMIENTO

- * Preparar el diente de ajo de la siguiente manera: Pelarlo, cortarlo en forma longitudinal en tres (3) partes. Luego cortar cada gajo por la mitad en forma transversal.
- * Mientras se reza un Padre Nuestro se embebe la verruga con una porción de ajo.
- * Repetir la operación con las seis (6) porciones del ajo.
- * Colocar los restos del ajo en la bolsita y arrojarlos fuera de la vista del asistente.
- * Repetir una vez por día hasta que la verruga desaparezca.
- * NO se puede hacer autocuración

PARÁSITOS DEL ESTÓMAGO

PARÁSITOS DEL INTESTINO

PROCEDIMIENTO

- * Persignarse
- * Colocar la mano izquierda sobre la zona afectada mientras se dice: María y José pongan sus manos donde la pongo yo.
- * Con el pulgar de la mano derecha hacer siete (7) cruces.
- * En cada cruz se dice:

Lunes	Santo
Martes	Santo
Miércoles	Santo
Jueves	Santo
Viernes	de Pasión
Sábado	de Resurrección
Domingo	de Pascua

Se repite una vez por día hasta que se eliminen los parásitos

GOLPE DE AIRE

Este mal trae como consecuencias fuertes dolores de espalda, lumbalgia y ciática. Se origina por un enfriamiento del cuerpo, llegando incluso a producir decaimiento y dolores articulares.

MATERIALES

Barras de azufre

PROCEDIMIENTO

* Se pasan las barras de azufre sobre la zona afectada en forma de cruz.
Mientras se dice la siguiente oración:

Yo te conjuro Mal Aire en el nombre de Dios Padre,
Yo te conjuro Mal Aire en el nombre de Dios Hijo,
Yo te conjuro Mal Aire en el nombre del Espíritu Santo
Las tres personas distintas, y un solo Dios Verdadero
Monja que en huerto estás en noche de Navidad,
hoy tomando flores para curarme de mis dolores
y para redimir a todos los pecadores.
Guía y confía en Jesús y en Santa María,
estas palabras que te digo tienen tanta virtud,
que quitan el mal y devuelven la virtud.

INSOMNIO

COLOCARSE EN LA MEDIA, ANTES DE ACOSTARSE POR LO MENOS 5 POROTOS NEGROS CHICOS.

ACOSTARSE Y PENSAR EN LOS POROTOS DE LAS MEDIAS SIN DISTRAERSE.

MAL DE OJO

OJEADURA

HISTORIA

El mal de ojo: se suponía que algunas personas, brujas y hechiceras, especialmente si gozaban de alguna característica especial en los ojos, tenían el poder de causar enfermedades y desgracias con su mirada.

Se decía que los niños eran más propensos que los adultos a ser víctimas del mal de ojo.

Es curioso citar aquí el famoso proceso de las brujas de Salem en el cual una de las procesadas, la señora Bishop, fue acusada de mirar de tal modo a las muchachas del lugar que se desplomaban inmediatamente.

Existen diversos remedios contra el mal de ojo: uno de ellos es el conocido gesto que se hace con el puño cerrado, sacando el dedo pulgar entre el índice y el corazón, diciendo al mismo tiempo:

"taf tafio anaquendavit".

La otra receta es escribir con azafrán, alcanfor y lágrimas del enfermo la palabra ABAYA en una madera; se echa agua rosada en la escudilla y se da de beber al paciente víctima del mal de ojo.

Así mismo hay multitud de remedios y amuletos que protegen del mal de ojo, como el ajo, los objetos de oro y plata, los pedazos de cuerno y las herraduras.

ETNOGRAFÍA

Ciencia que se dedica al rastreo de las costumbres de los diferentes sectores geográficos, y aborda los diferentes aspectos del folklore popular.

Es decir, todas las creencias y/o costumbres y/o prácticas que forman parte del patrimonio cultural de nuestros pueblos.

El ojeo es una de las supersticiones más arraigadas en las zonas rurales, sectores periféricos de las grandes urbes y pequeños poblados de nuestro país. La mirada fuerte y dañina es una creencia que tiene sus antecedentes europeos, según testimonio de W. Born en su obra Fetiche, Amuleto y Talismán, donde da incluso una serie de recetas para

conjurar el poder de aquellas personas que tiene el poder del Basilisco en la mirada.

Los estudiosos del Siglo XVI arribaron a la conclusión de que el vicio fascinador de los brujos se debía a la colaboración del diablo, que las brujas tenían doble pupila en la misma órbita (única manera de tener tanto poder en la mirada) por lo tanto debía evitarse mirarlas fijamente.

Tanta divagación intelectual tenía un trasfondo religioso, que llegó a nuestras costas con el desembarco de Cristóbal Colón en 1492.

Siguiendo con los antecedentes europeos de esta superstición, afirmaban los eruditos del tema que la peligrosidad de los brujos variaba según fuera el país al que pertenecían.

De los brujos italianos se decía eran terribles, que causaban la muerte de personas, plantas y animales aún sin desearlo, bastaba que se los cruzaran en el camino (es decir si se enemistaban con ellos).

No menos temibles eran los españoles. El fluido que emitían sus ojos era de tal poder, que con mirar fijamente las ventanas de una casa los cristales se hacían añicos.

Los irlandeses hablaban de los eye-biters, literalmente: mordedores de ojos. Brujos poderosísimos que diezaban el número de hijos y de cabezas de ganado que poseían las familias campesinas. Un brujo ojeador podía producir infinitas calamidades en un pueblo. Las vacas quedaban sin leche, se prendían fuego los pajares sin causa aparente, las casas enloquecían con ruidos y movimientos que terminaban por enloquecer a sus moradores.

Y si a alguno se le ocurría mojar su escoba en el agua, en luna llena, cerca de un poblado, sobrevenía entonces un verdadero diluvio.

Nótese, como esta creencia está relacionada con el rechazo social que provocaban algunas personas excéntricas entre sus comunidades.

Para saber si alguien ha sido presa del Mal de Ojo, se procede de la siguiente manera:

Se sienta al supuesto "ojeado" frente a un plato con agua y se dejan caer unas gotas de aceite en el agua.

Si el aceite se disgrega en varias y pequeñas gotas (se corta) el veredicto es clarísimo: esa persona está ojeada.

Para curarlo, de inmediato debe hacerse un brebaje con 3 dientes de ajo pelados, la miga de un pan y 2 litros de vino.

Todo esto se cocina hasta que hierva y espese al punto de poder usarlo como un emplasto.

La mezcla se coloca entonces sobre el pecho del enfermo y éste recuperará el vigor.

Se supone que uno de los efectos de Mal de Ojo consiste en "enfriar" la sangre del ojeado, quitándole la energía, produciéndole sueño y abulia, además de la consabida mala suerte.

SÍNTOMAS DE LA PRESENCIA DE LA OJEADURA O MAL DE OJO

JAQUECAS, MAREOS, VÓMITOS, CARÁCTER IRRITADO, INESTABILIDAD EMOCIONAL, INSOMNIO, AGOTAMIENTO FÍSICO, DOLOR DE CABEZA, FALTA DE INICIATIVA, FALTA DE SINCRONICIDAD

DISTINTOS TRATAMIENTOS

TÉCNICA N° 1

MATERIALES

2 vasos de vidrio transparentes sin dibujos o marcas

cuchara sopera

agua

PROCEDIMIENTO

Colocar tres cucharadas de agua en un vaso

Persignarse

Mojar los dedos índice y mayor en el agua, escurrir en el borde del vaso y hacer un primer movimiento desde el centro de la frente, hacia la derecha de la persona mientras se dice "el nombre completo y apellido de la persona"

Mojar los dedos índice y mayor en el agua, escurrir en el borde del vaso y hacer un segundo movimiento desde el centro de la frente, hacia la izquierda de la persona mientras se dice "cuatro ojos te ojearon"

Mojar los dedos índice y mayor en el agua, escurrir en el borde del vaso y hacer un tercer movimiento desde el nacimiento del cabello, hasta la parte superior de la nariz mientras se dice "dos te van a curar"

REPETIR ESTOS MISMOS MOVIMIENTOS DOS VECES MAS

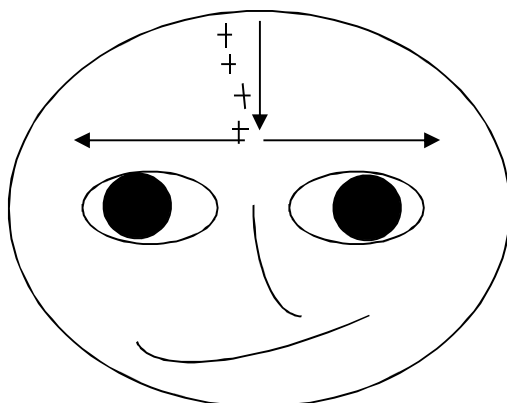
Mojar los dedos índice y mayor en el agua, escurrir en el borde del vaso y hacer crucecitas mientras se reza un Gloria y se dice:
"y si ojeadó estás que al fondo del mar te vayas"

HACER TRES SOPLIDOS BARRIENDO LA FRENTE DE LA PERSONA DESDE SU IZQUIERDA Y HACIA SU DERECHA.

Tomar la cuchara y medir la cantidad de agua que quedó en el vaso, trasvasándola al otro vaso:

SI QUEDARON:

MENOS DE TRES CUCHARADAS	MALESTAR HEPÁTICO
TRES CUCHARADAS	PSICOSOMÁTICO
TRES Y MEDIA CUCHARADAS	MAL DE OJO PROVENIENTE DE MUJER
CUATRO CUCHARADAS	MAL DE OJO PROVENIENTE DE HOMBRE
CUATRO Y MEDIA CUCHARADAS	MAL DE OJO PROVENIENTE DE 2 PERSONAS
+ DE CUATRO Y MEDIA CUCHARADAS	FUE UN GRUPO DE PERSONAS



TÉCNICA N° 2

MATERIALES

Plato hondo

Agua

Cuchara Sopera

Aceite

PROCEDIMIENTO

Llenar el plato en sus 3/4 partes con agua y la cuchara con aceite

Persignarse

Mojar el pulgar con aceite. Dejar caer tres gotas en el plato.

Hacer el 1º movimiento desde el centro de la cabeza y hacia atrás diciendo:
"que se vaya el mal de ojo de (nombre y apellido)"

Hacer el 2º movimiento desde el centro de la cabeza y hacia delante

Hacer el 3º movimiento desde el centro de la cabeza y hacia la derecha

Hacer el 4º movimiento desde el centro de la cabeza y hacia la izquierda

Diciendo en cada uno: "corre ojos de buey que te corre San Antonio"

Volver a mojar el dedo en el aceite y dejar caer tres gotas en el plato

Repetir el 1º movimiento y decir lo mismo

Repetir los movimientos 2º, 3º y 4º diciendo en cada caso

"corre ojos tristes que te corre Jesucristo"

Volver a mojar el dedo en el aceite y dejar caer tres gotas en el plato.

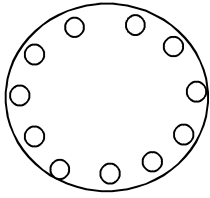
Repetir los movimientos 1º, 2º, 3º y 4º diciendo en cada caso:

"que se le vaya el mal de ojos a (nombre y apellido).

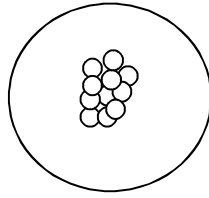
ANALIZAR EL PLATO CON AGUA:

SI LAS GOTAS DE ACEITE

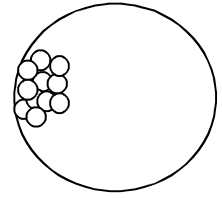
QUEDAN EN EL BORDE DEL PLATO	NO ES MAL DE OJO
SE UNEN EN EL CENTRO DEL PLATO	FUE OJEADO POR MUJER
SE AMONTONAN EN EL BORDE	FUE OJEADO POR UN HOMBRE
SE UNEN Y SE VAN AL FONDO	MAL DE OJO VIEJO



NO ES MAL DE OJO



MAL DE OJO POR MUJER



MAL DE OJO POR HOMBRE

TÉCNICA N° 3

NOTA: Se puede usar de manera personal y a distancia

Esta oración se usa para curar el mal de ojo a distancia.
Solo se necesita el nombre y apellido completo de la persona.

Persignarse y luego decir la oración nueve veces

Persignarse al final

ORACIÓN

Ojo mal ojo contra ojo,
revienta la envidia,
revienta mal ojo.
Si es envidia u ojo seco,
que deje a (nombre y apellido del paciente)
y vaya a parar a un árbol seco

TÉCNICA N° 4

Esta oración se usa para curar el mal de ojo cuando la persona afectada esta presente.

Persignarse mientras se toca a la persona con la mano sobre su cabeza veces

luego decir la oración siete veces

Luego persignarse al final

ORACIÓN

Tres ojos te han ofendido. Tres Santos te han ayudado,
Padre, Hijo y Espíritu Santo y la Santísima Trinidad
Fuera mal ojo, fuera tribulación,
Por obra y gracia de San Francisco

TÉCNICA N° 5

Esta oración se usa para curar el mal de ojo cuando la persona afectada esta presente o a distancia

Persignarse

Poner la mano sobre la cabeza del afectado o tener en un papel el nombre del mismo.

ORACIÓN

Dos ojos te han ojeado
Dos Santos te curarán
En el nombre del Padre, del Hijo,
y del Espíritu Santo..... AMEN

Decir la oración hasta que pueda decirla tres veces seguidas sin bostezar

EMPACHO

DISTINTOS TRATAMIENTOS

TÉCNICA N° 1

MATERIALES

1 y 1/2 metro de cinta Roja (NO importa el ancho).

PROCEDIMIENTO

Colocar un extremo de la cinta entre los dedos mayor y anular.

Medir tres brazadas hasta el codo. Sobrará algo de cinta.

Colocar el sobrante de cinta en el plexo solar de la persona empachada.

La persona afectada debe sostener la cinta con la mano.

Persignarse con el extremo de la cinta que quedo en las manos.

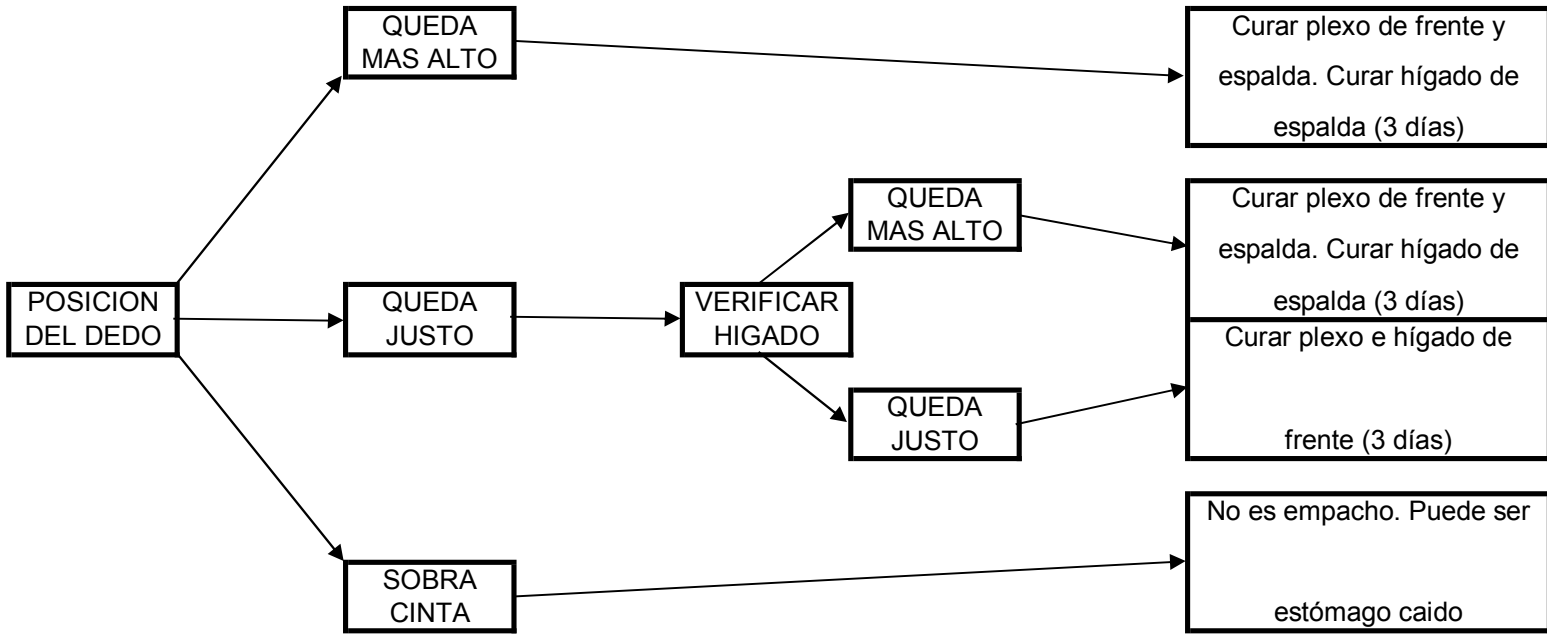
Con el mismo extremo de la cinta se hacen tres cruces sobre el plexo solar del afectado mientras se dice el nombre del afectado.

Colocar el extremo de la cinta en el codo. Estirar la cinta haciendo tres brazadas hasta el plexo solar.

Con la primer brazada se dice	"HIJO DE DIOS"
Con la segunda brazada se dice	"DIOS TE SALVE"
Con la tercera brazada se dice	"DIOS TE ESPERA"

Repetir las tres brazadas tres veces

Al finalizar la novena brazada, observar la posición del dedo mayor en relación al plexo solar



TÉCNICA Nº 2

Con la participación del empachado

DICE EL EMPACHADO

ORACIÓN

Al principio de los tiempos
San Gregorio se empachó,
y en el nombre de su hijo,
la Virgen se lo curó.

DICE EL SANADOR

ORACIÓN

Con mi mano pecadora
que Dios, mi padre, creó
a ti, empacho de dos bolas,
he de curarte yo

**EL SANADOR HACE UNA CRUZ SOBRE EL VIENTRE DEL EMPACHADO
CON SUS DEDOS MOJADOS EN ACEITE Y AMBOS DICEN**

AMBOS DICEN

ORACIÓN

EN EL NOMBRE
DEL PADRE, DEL HIJO
DEL ESPÍRITU DSANTO
AMEN

REPETIR TODO EL PROCEDIMIENTO TRES VECES

TÉCNICA Nº 3

AUTOCURACIÓN

SE DEBE PASAR EL DEDO PULGAR DE LA MANO DERECHA, DESDE LA BOCA DEL ESTÓMAGO Y HACIA ABAJO, AL MISMO TIEMPO QUE SE DICE LA SIGUIENTE ORACIÓN.

ORACIÓN

En el nombre de Dios Todopoderoso
empacho, baja de lugar,
como la Virgen bajó
de su Santísimo Altar.
Padre, Hijo y Espíritu Santo
que baje la pelota,
y tú Satanás no lo impedirás
porque está conmigo la Santísima Trinidad.

LUEGO SE REALIZA UNA CRUZ SOBRE LA BOCA DEL ESTÓMAGO MIENTRAS SE DICE:

AL IGUAL QUE PILATOS A JESÚS EMPUJÓ, A ESTE EMPACHO MALDITO LO EMPUJO YO.

ORACIONES

Las oraciones se pueden enseñar a otras personas en cualquier día del año.

Si por algún motivo se traba al decirlas, debe decir tantas veces "AMEN" hasta que pueda hilar la oración nuevamente.

Si debe cortar la oración, comience nuevamente todo el proceso desde el principio.

INSEGURIDAD

Reconozco definitivamente la verdad de que Dios habita mi interior y por lo tanto su poder y su sabiduría me envuelven y conducen mis pasos por los caminos de cada día.
Con esa seguridad me siento seguro de mi mismo, lleno de confianza y tranquilo.

Me uno al poder divino y a la sabiduría infinita, existentes en el interior de mi ser y pido que me conduzcan seguramente a la realización de mis objetivos, de mis ideales y de mis deseos positivos y benéficos.

Ahora estoy en paz y estaré siempre seguro de mi y en paz..... AMEN.

ESTA ORACIÓN SE PUEDE REPETIR LA CANTIDAD DE VECES QUE SE QUIERA EN EL DÍA Y LA CANTIDAD DE DÍAS NECESARIOS. CUANDO SE SIENTA INSEGURO, ÚSELA.

ORACIÓN DEL "YO SOY"

Yo soy el Eneagrama

Soy un símbolo que contiene conocimiento y poder.
Represento los procesos cíclicos de transformación.
Puedo ayudarle a ver dentro y fuera de si mismo.

Yo soy Mágico

Puedo accionar fuerzas desconocidas, que actúan de acuerdo con las leyes universales de la Creación-del-Mundo y de la Manutención-del-Mundo.
Mi forma crea energía espontánea cuando mirada, trazada, imaginada, estudiada, adivinada, representada, danzada.

Yo soy el Camino

Apunto el camino de la transformación y del desarrollo armonioso del Hombre.

Yo soy Herramienta

Soy herramienta universal para la resolución de problemas relativos al ser y a la acción.
Soy útil en la pesquisa y descubierta de cosas e ideas nuevas y en la comprensión de lo ya conocido.
Soy instrumento de planificación y ejecución, llevando al examen y a la definición de todas las etapas necesarias al desarrollo de un proceso de transformación.
Soy auxilio en el autoconocimiento, en la psicología y en las relaciones transpersonales.

Yo soy Uno

Represento la unidad en la multiplicidad,
la unidad cíclica o recurrente, el tiempo y la eternidad.
Siempre sugiero transformación.
Sea en procesos dinámicos, como un sistema o una función,
sea en datos estáticos, en la clasificación hierárquica o en la representación sistémica.

Yo soy Dos

Soy simétrico en relación a una línea vertical invisible que corresponde al fuego de la transformación.
Véame como si yo fuera usted mismo,
no en un espejo, pero como otro ser o ve, o como usted vería a su prójimo.
Mi lado izquierdo — que usted ve a su derecha — puede simbolizar el intelecto, la mente, la razón, la lógica, el mundo de las ideas, el pasado, lo ya probado, la introversión, el interior. Mi lado derecho puede simbolizar lo emocional, el mundo de la realización, lo artístico, lo social, el amor, el futuro, la extroversión, el exterior. Puedo ser visto e interpretado como los dos hemisferios cerebrales, lo consciente y lo inconsciente, el Yin y el Yang.

Yo soy Tres

Mi dualidad, la simetría bilateral, es neutralizada por la línea vertical central,
formando una tríade equilibrada,
así como los dos hemisferios cerebrales y la medula espinal.
Abarco la actividad de las siete Tríades. desde la Tríade perfecta
hasta la creación, la identidad, la interacción, la orden, la libertad y la evolución.

Yo soy Tres y Cuatro

Soy formado por tres partes (el Círculo, la Tríade y la Héxade) que son cuatro,
si consideramos el Punto Central implícito.
Este Punto simboliza lo No-Manifestado.
El Círculo, como primera limitación del Absoluto,
simboliza la Eternidad, la recurrencia cíclica.
El Triángulo simboliza la Ley de la Creación (Ley de Tres).
La Héxade simboliza la Ley de la Octava (Ley de Siete), el funcionamiento.

Yo soy Música

Mis nueve puntos corresponden a las siete notas (Do-Re-Mi-Fa-Sol-La-Si)
y dos intervalos (Mi-Fa y Si-Do) de una octava musical.
Tengo más que solamente una octava musical.
Tengo la melodía, la armonía y el ritmo.

Yo soy Completo y Sin Fin

Por medio de las leyes de la Creación y de la Manutención del mundo,
soy modelo de todos los procesos cíclicos de transformación,
en todas sus fases, y contengo todos sus detalles en mis propios no sospechados detalles.
Piense en lo tanto que existe bajo la profundidad
de mi apariencia tan simple - tengo muchos niveles y muchas dimensiones.
Cuanto más buscar, más usted ha de encontrar!

Yo soy Espiral y Trascendental

A cada fin corresponde un nuevo comienzo.
Tridimensional en cada ciclo, represento las tres octavas de la Creación.
La Grande Octava se inicia en el alto del Triángulo y se completa en la primera vuelta.
La segunda y la tercera octavas entran en los dos otros vértices,
respectivamente, en el sentido horario,
para después iniciarse una nueva Grande Octava en el vértice superior
— si todo ha salido bien — ya en un plano más elevado.
Nunca se olvide que cada vértice del Triángulo
es un punto de contacto con el exterior y, por eso, un punto de choque!

Yo soy Dinámico

Soy el propio movimiento, y aún más que movimiento!
Sigo al mismo tiempo el ciclo cronológico
y el ciclo atemporal interior de funcionamiento.
En cada punto ya estoy adelante, y evoco etapas anteriores
en feed-back por los arcos del círculo, por la héxade, o por las líneas internas.
No estoy nunca parado.
Represento la existencia y por eso
las constantes y permanentes mutaciones
de todo lo que es manifestado y actualizado.

Yo soy Sagrado

La geometría sagrada y las sagradas proporciones que me forman hablan a los que pueden oír y muestran a los que pueden ver: realidades objetivas que influyen hasta mismo aquellos que aún no fueron tocados por esta comprensión.

Mi dibujo contiene elementos y relaciones que solo podrán ser enteramente comprendidas por revelación directa, en altos estados de conciencia.

Yo soy Vida

Represento todos los procesos que se mantienen por auto-renovación

Yo soy la Verdad

"Conocerás la Verdad, y la Verdad os libertará."

Aunque usted no me comprenda hoy enteramente, es posible que sienta — no en su mente, pero en su corazón — y podrá intuir algo secreto en que puede confiar y que le traerá la fe.

YO SOY

ORACIÓN DEL "YO SOY"

**HOY SOY UN TRIUNFADOR, NADA ME ABATIRÁ, TODOS LOS CAMINOS ME CONDUCEN A LA VICTORIA
TRIUNFARÉ EN EL TRABAJO
TRIUNFARÉ EN LOS ESTUDIOS
TRIUNFARÉ EN LOS NEGOCIOS
TRIUNFARÉ EN EL AMOR
TRIUNFARÉ EN LA SALUD
TRIUNFARÉ SOBRE LAS MONTAÑAS DE OBSTÁCULOS QUE SURJAN ANTE MÍ
YO TRIUNFARÉ**

PARA LOS ESTUDIOS

Padre Celestial, tú me creaste a tu imagen y semejanza, por lo tanto con inteligencia sin límites y memoria inagotable. Enséñame a usar correctamente mi inteligencia y mi memoria, para aprender todo lo que estudio, grabarlo profundamente en mi mente y recordarlo siempre que lo necesite.

Se que tengo la capacidad de los alumnos más inteligentes y de los genios, por eso estudio con calma, lleno de confianza en mi mismo y con la seguridad de que, de ahora en adelante, obtendré siempre excelentes notas y tendré mucho éxito en los estudios y en los exámenes.

Así es ahora y siempre. AMEN.

ORACIÓN DEL ESTUDIANTE

Glorioso San José, conocedor como nadie de las dificultades que entrañan el estudio y los exámenes, que suplicaste siempre gracia a la ayuda de Santa María, a ti me encomiendo para poder superar mis dificultades, como lo han hecho hasta ahora los que han acudido a ti.

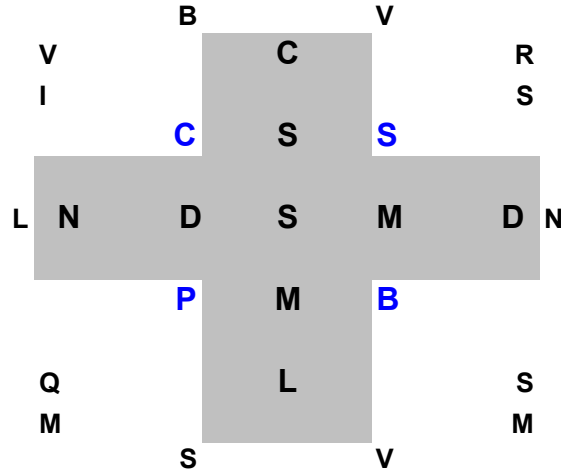
Ilumina mi inteligencia para que sea capaz de adquirir con facilidad la virtud y la ciencia.

Asísteme en los momentos difíciles, especialmente al final del curso y en los exámenes finales.

En ti pongo todas mis esperanzas.

AMEN.

CRUZ DE SAN BENITO



C.S.P.B.	CRUX SANCTI PATRIS BENEDICTI	CRUZ DEL SANTO PADRE BENITO
C.S.S.M.L.	CRUX SANCTA SIT MIHI LUX	LA SANTA CRUZ SEA MI LUZ
N.D.S.M.D.	NOM DRACO SIT MIHI DUX	NO SEA EL DEMONIO MI GUIA
V.R.S.	VADE RETRO SATANA	VADE RETRO SATANAS
N.S.M.V.	NUMQUAM SUADE MIHI VANA	NO SUGIERAS COSAS MALAS
S.M.Q.L.	SUNT MALA QUAE LIBAS	MALDAD ES LO QUE BRINDAS
I.V.B.	IPSE VENENA BIVAS	BEBE TU MISMO EL VENENO

SANTO PROTECTOR DE PERSONAS Y CASAS.

COLOCAR LA CRUZ EN LA PUERTA DE ENTRADA DEL LADO DE ADENTRO

PARA REZAR CUANDO SABEMOS QUE ALGUIEN VA A FALLECER

MI AMADO PADRE SAN BENITO, POR AQUELLA DISTINCIÓN CON QUE EL SEÑOR ME DIGNÓ HONRAROS, CONCEDIÉNDONOS UNA MUERTE TAN GLORIOSA Y BEATIFICÁNDONOS; OS RUEGO QUE OS DIGNEIS ASISTIRME A LA HORA DE MI MUERTE, Y EJECUTAR EN MI TODAS AQUELLAS PROMESAS QUE HICISTEIS A LA BIENAVENTURADA SANTA GERTRUDIS.
AMEN

REZAR ADEMÁS 5 GLORIAS A LA PASIÓN DE JESUCRISTO
3 AVE MARIAS A LA VIRGEN SANTÍSIMA Y
1 PADRENUESTRO A SAN BENITO.

PARA LIBRARSE DE LOS ENEMIGOS

NOTA: Esta oración es personal. Se puede hacer para otros, pero siempre con el consentimiento

**DIOS, SEÑOR MIO, ACUÉRDATE DE MÍ,
Y VUÉLVEME. DIOS MÍO,
LAS ANTIGUAS FUERZAS
PARA QUE YO PUEDA
ALEJARME DE MIS ENEMIGOS.
A M E N.**

LUEGO CON LA MANO IZQUIERDA TOMAR UN LIMÓN Y DECIR LO SIGUIENTE

LIMÓN, HAS DE SABER QUE NINGÚN MÁGICO SE HA PUESTO CONTRA MI PORQUE EL REY SADAY ME PROTEGE, ÉSTE ES EL MÁGICO CONJURO DESDE EL FONDO DE ANEREORAENE, PUES EN TODOS ESTOS SE PUEDE PEDIR HOMENAJE

El mejor horario para realizar este ritual es a la media noche.

SE HACE 9 (nueve) DÍAS SEGUIDOS.

LA ORACIÓN DEL LIMÓN SE REPITE 3 (tres) VECES; LUEGO TIRAR EL LIMÓN AL FUEGO.

CUANDO SE DICEN LAS PALABRAS SIEMPRE SE MIRA AL LIMÓN.

SE USAN 9 (nueve) LIMONES EN TOTAL. 1 POR DÍA. Y SE TIRAN A UN ARROYO, RIO, CLOACA.

ARMONIZACIONES

PERSONAS

ESTA TÉCNICA DE SANACIÓN PERMITE ARMONIZAR A UNA PERSONA Y CONOCER LA RAIZ DEL PROBLEMA

MATERIALES

DOS VASOS DE VIDRIO SIN INSCRIPCIONES

AGUA

UNA CUCHARA SOPERA

PROCEDIMIENTO

- * COLOCAR EN UN VASO 10 CUCHARADAS SOPERAS DE AGUA
- * SOLICITAR AL CONSULTANTE QUE APOYE LA MANO SOBRE EL VASO (hombre derecha - mujer izquierda)
- * INTERCALAR LAS MANOS CON LAS DEL CONSULTANTE (arriba debe quedar la mano izquierda de quien hace la armonización)
- * CON EL PULGAR DE LA MANO IZQUIERDA, SIN DESPEGAR LAS MANOS, HACER CRUCES SOBRE LA MANO DEL CONSULTANTE MIENTRAS SE DICE:
"En el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo, pido la liberación de (nombre y apellido del consultante) en mente, cuerpo y espíritu"
- * PRESIONAR LEVEMENTE TRES VECES SOBRE LA MANO DE LA PERSONA.

- * TOMAR LA CUCHARA Y PASAR EL AGUA AL VASO VACIO
- * REPETIR EL PROCEDIMIENTO DE LAS MANOS SOBRE EL VASO QUE QUEDÓ VACIO
- * PASAR EL AGUA POR CUCHARADAS, AL VASO QUE SE USO EN LA 1º PARTE DE LA TÉCNICA
- * DEJAR DESCANSAR EL AGUA EN EL VASO DURANTE 5 A 10 MINUTOS.
- * CONTAR LA CANTIDAD DE CUCHARADAS DE AGUA QUE QUEDARON EN EL VASO Y HACER EL DIAGNÓSTICO.

SI HAY	MENOS	DE 10 CUCHARADAS	BLOQUEO EMOCIONAL
SI HAY	MÁS	DE 10 CUCHARADAS	PROBLEMA FÍSICO
SI HAY	DIEZ	CUCHARADAS	PSICOSOMÁTICO O SUGESTIÓN

TENER EN CUENTA QUE SIN IMPORTAR LA CANTIDAD DE AGUA QUE QUEDARA LA PERSONA YA ESTÁ ARMONIZADA

CASAS

MATERIALES

MIRRA EN POLVO O PIEDRITAS

INCIENSO EN POLVO O PIEDRITAS

BENJUI EN POLVO O PIEDRITAS

CARBONCITOS 3

RECIPIENTE DE VIDRIO TIPO PONCHERA

TRES SAHUMADORES (se pueden utilizar latas de tomate, durazno, etc. con orificios a los costados)

PROCEDIMIENTO

- * LLENAR EL RECIPIENTE DE VIDRIO HASTA LAS 3/4 PARTES CON AGUA
- * IDENTIFICAR LOS PUNTOS CARDINALES NORTE Y ESTE
- * ENCENDER LOS CARBONCITOS Y COLOCAR LOS SAHUMADORES SIGUIENDO EL SIGUIENTE ESQUEMA:

INCIENSO EXTREMO NORTE DE LA CASA
BENJUI EXTREMO ESTE DE LA CASA
MIRRA FORMANDO TRIÁNGULO CON LOS OTROS DOS

- * EN EL CENTRO DEL TRIÁNGULO FORMADO POR LOS SAHUMADORES SE COLOCA

EL RECIPIENTE DE AGUA

- * DEJAR QUE SE CONSUMAN LOS SAHUMERIOS Y LOS CARBONES
- * VER COMO QUEDO EL AGUA DEL RECIPIENTE

SI PARECE SODA SE DEBE REPETIR LA LIMPIEZA ANTES DE HACER LA CONSAGRACIÓN

SI HAY POCAS BURBUJAS SE PUEDE HACER LA CONSAGRACIÓN

TIRAR EL AGUA Y LOS CARBONES A UNA CORRIENTE DE AGUA

HACER LA CONSAGRACIÓN

Se hace desde la puerta que da a la calle. La puerta debe estar abierta. La persona se ubica fuera mirando hacia adentro.

LA ORACIÓN ES LA SIGUIENTE

En esta casa solo hay una presencia, la presencia de Dios, lo bueno; aquí no puede entrar ningún mal. Dios, lo bueno, habita aquí.

Quienquiera que entre sentirá la presencia divina de lo bueno.

Aquí solo hay una presencia, la presencia de la verdad, nada falso puede entrar.

En esta casa no se encuentra el engaño, ni la envidia, ni los celos, ni el egoísmo. Se desecha todo pensamiento falso.

Quienquiera que entre aquí, sentirá la presencia de la verdad.

Aquí solo hay una presencia, la presencia de la vida; no se piensa en la muerte, ni se teme por ella. Solo hay una vida, todo temor se desecha.

Quienquiera que entre aquí sentirá la presencia de la vida pura y bendita de Dios.

Aquí solo hay una presencia, la presencia de la salud, ninguna enfermedad puede entrar, ninguna impureza, ningún temor, toda enfermedad y flaqueza será echada afuera.

Quienquiera que entre aquí sentirá la presencia de la salud, gracia bendita de Dios.

Aquí solo hay una presencia, la presencia de la pureza, ningún pensamiento impuro puede entrar, nosotros habitamos en la pura y bendita presencia de Dios.

Quienquiera que entre aquí sentirá la presencia pura y bendita de Dios.

En esta casa se aposentan la paz y la armonía, aquí trabajamos en la presencia de la Paz; ningún pensamiento de inquietud o discordia puede entrar, ninguna irritabilidad, ningún temor. La presencia de Dios es paz.

Quienquiera que entre aquí sentirá la presencia de la Paz.

En esta casa se aposenta la opulencia de Dios; ningún bien nos faltará.

No hay falta de satisfacción.

Quienquiera que entre aquí se sentirá complacido, contento y próspero.

En esta casa se aposenta la belleza, aquí solo hay una presencia, la presencia de lo bello.
En Dios existe toda belleza espiritual; esta casa está glorificada por su bendita presencia.
Quienquiera que entre aquí sentirá lo bello de toda cosa sublime y perfecta.

Que su bendición se extienda hacia todos los seres que leen y escuchan esta consagración

PREPARADOS

SIEMPRE CONSULTAR CON ANTICIPACIÓN AL MÉDICO SOBRE LA UTILIZACIÓN DE LOS MATERIALES A UTILIZAR

LICOR PARA DISOLVER CÁLCULOS

MATERIALES

- 1 LITRO JUGO DE LIMÓN RECIENTE EXPRIMIDO
- 1 JARRA DE VIDRIO
- 1 CUCHARA
- 1 HUEVO FRESCO CON CÁSCARA LIMPIO

PROCEDIMIENTO

COLOCAR EL HUEVO ENTERO (sin romperlo) EN LA JARRA JUNTO AL JUGO DE LIMÓN

TAPAR LA JARRA Y DEJARLA AL SERENO TODA LA NOCHE

AL DÍA SIGUIENTE SACAR EL HUEVO CON LA CUCHARA SIN ROMPERLO

EMBOTELLAR EL LICOR Y GUARDARLO EN LUGAR FRESCO Y OSCURO

TOMAR UNA COPITA EN AYUNAS HASTA ELIMINAR LOS CÁLCULOS QUE SE DISGREGAN Y ELIMINAN COMO ARENILLA..

CREMA PARA LA PSORIASIS

MATERIALES

ACEITE DE AUTO USADO

GASA O MEDIA DE NYLON

CREMA DE pH NEUTRO

PROCEDIMIENTO

FILTRAR EL ACEITE CON LA GASA O MEDIA PARA ELIMINAR IMPUREZAS

PREPARAR UNA MEZCLA CON $2/3$ DE CREMA Y $1/3$ DE ACEITE

MASAJEAR SOBRE LA PIEL

TE PARA EL INSOMNIO

MATERIALES

UN IMÁN

CORAZÓN DE LECHUGA

AGUA

TAZA

PROCEDIMIENTO

LIMPIAR EL IMÁN BAJO EL CHORRO DE AGUA HACIENDO CRUCES SOBRE EL MISMO

COLOCAR EN LA TAZA EL IMÁN Y DOS HOJAS DEL CORAZÓN DE LA LECHUGA

AGREGAR AGUA CALIENTE PERO QUE NO ESTÉ HIRVIENDO

DEJAR REPOSAR LA INFUSIÓN 5 MINUTOS

TOMAR EL TÉ INMEDIATAMENTE ANTES DE IR A DORMIR

SE PUEDE ENDULZAR CON MIEL

CREMA PARA LAS QUEMADURAS

MATERIALES

1 DOCENA DE YEMAS DE HUEVO

UNA OLLA VIEJA

PROCEDIMIENTO

COLOCAR LAS YEMAS EN EL RECIPIENTE

COLOCAR EL RECIPIENTE AL FUEGO Y REVOLVER PARA QUE NO SE PEGUE
HASTA QUE SE FORME UNA PASTA NEGRA

COLOCAR UNA FINA CAPA SOBRE LA QUEMADURA

DEJARLA POR LO MENOS TRES O CUATRO HORAS Y SACARLA BAJO UN SUAVE CHORRO DE AGUA FRIA

VIAGRA NATURAL

MATERIALES

1 APIO FRESCO Y LIMPIO

1 VASO DE LECHE ENTERA

1 JARRO METÁLICO

PROCEDIMIENTO

RAYAR EL APIO

CALENTAR LA LECHE NO MAS DE 80°

COLOCAR LA RAYADURA DEL APIO Y DEJAR CALENTAR NUEVAMENTE

DEJAR REPOSAR 1 / 2 HORA

PREPÁRESE A CONOCER LOS EFECTOS

RONQUIDOS

Este pequeño pero gran problema tiene origen en algunas de las situaciones siguientes:

Enfermedades del aparato respiratorio: laringitis, la faringitis, la amigdalitis, la tos persistente, alergias, nódulos, tumores, etc.

Mal uso de la voz: A esto están mas predispuestos los maestros, cantantes, vendedores, relaciones públicas, etc.
También el llanto prolongados, especialmente en los niños, pueden causar los mismos resultados.

Asimilación de productos tóxicos o irritantes: El tabaco, el alcohol, pimienta, vinagre, productos químicos abrasivos, etc.
También el introducir objetos extraños.

Manipulación de la laringe: Operaciones o procedimientos médicos, una operación de pólipos, una inserción de cánulas para una revisión
del aparato digestivo o respiratorio (broncoscopio) pueden producir ronqueras o cambios de la voz.

El frío excesivo: El cambio de temperatura en la garganta ya sea mediante el clima o al beber agua fría o helados puede producir un cambio en la voz.

Aquí algunos remedios caseros (plantas) contra la ronquera:

Flores de Saúco Escaldadas

Con un puñado de flores de saúco secas, echarlas un tazón o recipiente repleto de agua caliente. Y tomar los vapores de esta planta tan utilizada desde siempre para aliviar las afecciones de las vías respiratorias.

[Gárgaras con Tamarindo](#)



Preparar una infusión de frutos del tamarindo, después de filtrarlo dejarlo entibiar, después hacer gárgaras.

Jarabe de Cebolla

Con dos cebollas, tres cucharadas de miel y un litro de agua, hervir a fuego lento durante una hora. Tomar cuatro cucharadas al día.

[Col \(Brassica oleracea \)](#)



Al igual que la cebolla, el jugo de la col tierna se puede utilizar para combatir la ronquera. Beber medio vaso del jugo de la col con una cucharadita de miel antes del desayuno.

Limonero: (Citrus limonum)

Por sus propiedades antisépticas el jugo de limón se puede utilizar para combatir la irritación producida por infecciones bacterianas en la garganta. Realizar gargarismos con el jugo de un limón.

Llantén mayor (Plantago major)

Realizar gargarismos con la infusión de una cucharadita por taza de agua.

[Agrimonia: \(Agrimonia eupatoria\)](#)



Los gargarismos de agrimonia, muy rica en taninos, han sido utilizados por profesionales de la voz para mejorarla, proporcionándoles más potencia y evitando la ronquera. Infusión de una cucharada por litro de agua. Realizar gargarismos.

Remedios Caseros Contra el estreñimiento



El estreñimiento se presenta con deposiciones pobres o muy secas y con periodos prolongados entre ellas. Vientre hinchado y pesado, con presencia de muchos gases.

El origen de estas por lo general son:

Alimentación inadecuada (Demasiadas proteínas: carne, pescado, huevos, leche y derivados)

Alimentación con productos que contienen poca fibra o que han estado sometidos a un proceso de refinamiento- alimentos no integrales.

Alimentación pobre en frutas y verduras.

Falta de ejercicio físico.

Ausencia del hábito de deposiciones regulares. Para conseguir este hábito nos hemos de acostumbrar a vaciar el intestino tan pronto como sentimos la necesidad de hacerlo.

Si tienes cierta predisposición al estreñimiento, lo mejor es acostumbrarse a tomar infusiones de plantas digestivas después de las comidas. Para el estreñimiento puntual existen otro tipo de plantas de efectos laxantes suaves pero eficaces que ejercen una acción estimulante sobre el intestino, acelera el tránsito y logra retener más agua en las heces, de manera que éstas se hacen más blandas y se evacuan mejor.

Laxantes: Son aquellos que incrementan las defecaciones, regulando el tránsito intestinal.



Entre ellas tenemos a :

Aloe (extracto seco)

Diente de león, malvavisco, pensamiento, sauco (Infusión de la planta seca)

Malva (Decocción durante 20 minutos de 30 gr de flores y hojas secas por litro de agua.

Tomar 3 tazas al día)

Malvavisco:

(Infusión de una cucharada pequeña de flores y hojas secas por taza de agua durante 10 min.

Dos tazas al día)

Llantén:

semillas con agua

rosal silvestre

(Decocción de las hojas secas)

algarrobo (Decocción de la algarroba)

aceituna: En casos de estreñimiento se pueden tomar un par de cucharadas pequeñas de aceite de oliva crudo en ayunas.

ortiga (Laxante suave) (Infusión de hojas secas)

achicoria (Cichorium intybus) (laxante suave) (Infusión de 20 gr. de raíces secas durante 10 min.

Tomar una taza después de la comida. Cocinar las hojas frescas con otras verduras y comerlas gratinadas al horno con queso)

melocotonero (Prunus pérsica) Infusión de una cucharada pequeña de flores secas por vaso de agua. Filtrar y beber un par de tazas al día.

Papaya (Carica papaya) (Comer los frutos maduros, especialmente en ayunas)

Si el problema aun continua es aconsejable los purgantes que son más expeditivos que los laxantes, provocando el vaciado intestinal completo. Entre ellos tenemos a:



áloe (extracto seco)

retama negra -perillosa!!!- (infusión de las flores secas.)

sen (Infusión de las hojas secas.)

correhuela (infusión de las raíces y las hojas secas)

boj (cocción de la corteza)

Coronilla de fraile (Globularia alypum L.) (Decocción de 50 gr. de hojas secas por litro de agua.

Tomar 2 tazas al día)

melocotonero (Prunus persica) (Infusión durante 10 minutos de una cucharadita de hojas secas por taza de agua. 2 tazas al día, repartidas en cuatro tomas)

Espero que estas plantas te ayuden y mantengas una evacuación constante de tus deposiciones.

HALITOSIS (mal aliento)



El mal aliento o halitosis es un mal menor que muchas veces no afecta a quien lo padece, pero que puede molestar a un tercero.



Se manifiesta de diferentes formas, una es la que siente todo adulto sano al levantarse por las mañana, o en forma de problemas más serios o graves, desde trastornos metabólicos hasta tumores pulmonares. Se dice que afecta a casi el 50 % de una población.

Para remediar este mal debe masticar hojas frescas de perejil o menta durante 10 o 15 minutos, ya que la segunda tiene grandes beneficios para el aparato digestivo.

Fatiga y Mal Humor



Se ha descubierto que la carencia de vitamina C, puede provocar irritabilidad y abatimiento. Además, no comer alimentos ricos en dicha vitamina hacen que el organismo no absorba el hierro que necesita para combatir la fatiga.

Una dosis diaria de dos naranjas basta para disminuir el nerviosismo, el mal humor y la depresión de aquellos que llevaban una dieta ligeramente escasa en esa vitamina.



