

# Racconti di un apprendista sciamano

Mark Plotkin in questo libro, scritto come un diario giornaliero, ha percorso decine di chilometri con gli Sciamani Yanomano, essendo un appassionato della foresta amazzonica. Si è interessato sia alle piante che agli animali che vi vivono, ma il suo studio-ricerca era soprattutto rivolto verso la conoscenza con conseguente approfondimento, dei poteri delle sostanze prodotte da alcune piante.

Egli scrive: *"Avevo seguito il vecchio sciamano per tre giorni nella giungla e nel corso della nostra lunga camminata s'era sviluppato fra noi un rapporto enigmatico. L'uomo medicina era ovviamente offeso del mio desiderio d'imparare i segreti delle piante della foresta che lui conosceva e usava per curare. Tuttavia pareva contento che io fossi venuto da una terra così lontana - mi chiamava l'alieno - per apprendere gli insegnamenti botanici che i giovani della sua tribù non erano più interessati ad imparare"*. Tra lui e il vecchio sciamano con il tempo si è poi instaurato un rapporto di amicizia.

Da questo libro ho imparato nomi nuovi, ho seguito passo per passo, con la fantasia, il percorso fatto da questa persona eccezionale, ho imparato che quello che il mondo moderno sa non è nulla in confronto a quello che viene custodito da questi popoli che dedicano la loro esistenza esclusivamente alla sopravvivenza in una terra piena di insidie ma ricca di elementi naturali e solo la loro grande capacità di saperli utilizzare li porta ad essere Medici, Botanici, Chimici, esclusivamente per il loro popolo.

*"Quando un occidentale guarda la giungla, vede il verde: erbe, liane, cespugli, alberi. Quando un indio guarda la giungla, vede le cose fondamentali per l'esistenza: cibo, medicinali e materie prime per costruire un riparo, intrecciare amache e intagliare archi da caccia"*.



## Chi è lo sciamano

*Chi esercita attività pratico-religiosa a beneficio della comunità. Sono molti diffusi in Asia centrale e settentrionale, ma sono presenti anche nelle tribù degli indiani d'America. Lo sciamano è soprattutto un guaritore grazie alle sue capacità di mettersi in contatto con le divinità. L'attività dello sciamano è svolta in genere da individui di sesso maschile che la trasmettono di padre in figlio, ma non mancano sciamani di sesso femminile per es. presso gli Eschimesi: in questo caso l'attività viene trasmessa da madre in figlia.*

*In Africa gli sciamani guaritori si trovano soprattutto nel Sudan, dal Nilo al Niger, presso varie tribù di quel paese.*

*Nelle lingue tribali gli sciamani sono spesso chiamati "coloro che vedono" o "coloro che conoscono".*

*Dal “libro-diario” di Mark Plotkin riporto questi nomi di piante in lingua sciamana e la loro utilizzazione in campo medico-scientifico:*

**Wapa:**

albero della famiglia delle leguminose. Con la corteccia si ottiene un decotto contro il mal di denti.

**Cipo do fogo:**

“Liana di fuoco”, nome dato per le scottature che provoca alla pelle se la si tocca. Il *Cipo do fogo* ha sviluppato probabilmente quel prodotto chimico come repellente per gli insetti.

**Montjoly:**

arbusto dalle cui foglie si curano le febbri, tramite decotto.

**Maveve:**

con un infuso in acqua fredda delle foglie si depura il fegato.

**Jeajeamado:**

si utilizza la linfa per la cefalea

**Kwatta kawa (Parkia):**

letto della Scimmia ragno. Si dice che questi animali dormano sulla chioma ampia e schiacciata.

**Bergibita:**

dalla corteccia si ottiene un tè contro i dolori addominali.

**Mispel:**

erbacea dalle cui foglie si cura la gonorrea.

**Jakaropi:**

dal legno bollito si curano le febbri.

**Konsaka wiwiri:**

erbacea di cui si utilizzano le foglie per ogni genere di malessere.

**Balata:**

dalla corteccia si ricava il lattice, si ottiene una gomma che serve per ricoprire le palline da golf.

**Pritjari:**

con la corteccia messa a bagno nell’acqua bollente si lavano le ferite infette.

Una specie affine ci fornisce la *Pilocarpina*, che serve in Oculistica per il Glaucoma.

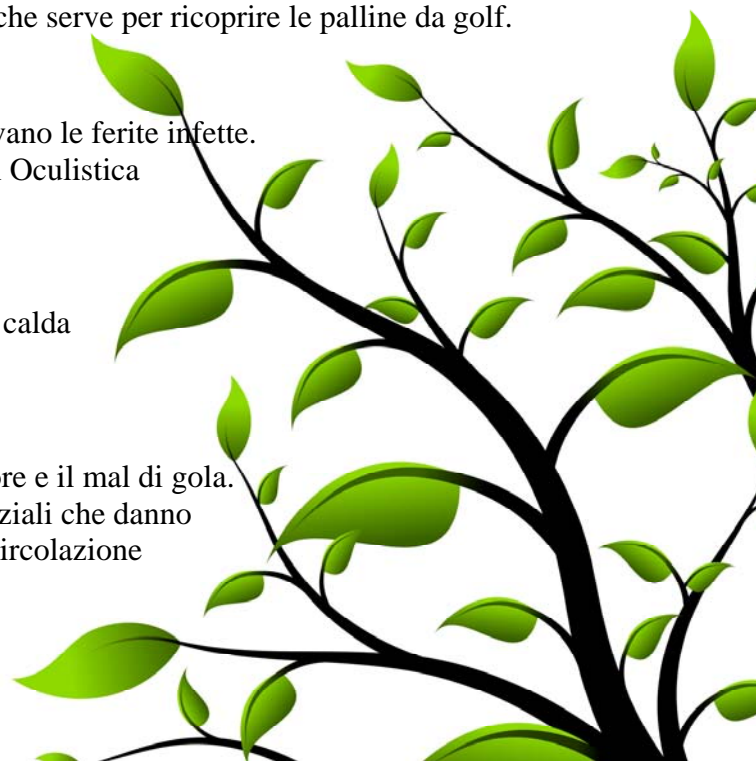
**Rediloksi:**

albero dalla cui resina schiacciata e mescolata all’acqua calda è usata contro la dissenteria.

**Ko-noy-uk (zingiberacea):**

si ottiene un tè dalle foglie bollite per curare il raffreddore e il mal di gola.

Lo zenzero è anche utilizzato, essendo ricco di oli essenziali che danno l’aroma tipico, contro disfgie, nausea ed è utile per la circolazione



cardiaca. Un impacco caldo di zenzero è utile in caso di artrite, di dolori muscolari, in caso di strappi, distorsioni, mal di schiena, e altre lesioni.

### **Acrobigi:**

grande albero, con la corteccia si ottiene un tè contro le febbri.

### **Mispel:**

erbacea dalle foglie triangolari, utilizzate contro la gonorrea.

### **Mokomoko:**

arbusto con foglie a forma di punta di freccia. La linfa serve per fermare il sangue in caso di ferite. Questo rimedio è doloroso perché la linfa brucia quando viene applicata.

*Le tribù indigene utilizzano anche un tipo di pianta contro il diabete. Per sapere se vi è troppo zucchero nel sangue “assaggiano” l’urina.*

### **Rediloksi:**

albero maestoso, con corteccia piena di protuberanze. Si utilizza la resina, la sua fusione, in grumi, serve per accendere il fuoco e, se schiacciata e aggiunta all’acqua calda serve per la dissenteria.

### **Ku-deh-deh ( ficus):**

alberello con grandi foglie palmate. Si utilizza la linfa estratta dalla pianta schiacciata per problemi agli occhi.

### **Ko-noy-uh (zingiberacea):**

si prepara un tè con le foglie per curare il raffreddore e mal di gola.

### **Sawari:**

albero che produce noci molto cremose, chiamate *Sho*, dal gusto di gelato alla panna. Sono il cibo migliore che la foresta offre.

### **Tah-mo-ko-ah-nu:**

liana dalla cui linfa si curano le febbri.

*Salix (Salice). da cui si ricava l’acido acetilsalicilico (aspirina)*

### **Ay-mah-rah-e-mah:**

dalla corteccia si ricava un tè che accelera la guarigione delle ferite.

### **Pah-nah-ra-pah-nah:**

rampicante che schiacciandolo nei capelli elimina pulci e pidocchi. Si è visto, tramite uno studio fatto in Texas, che ha anche proprietà antivirali.

### **Kah-lo-she-wuh:**

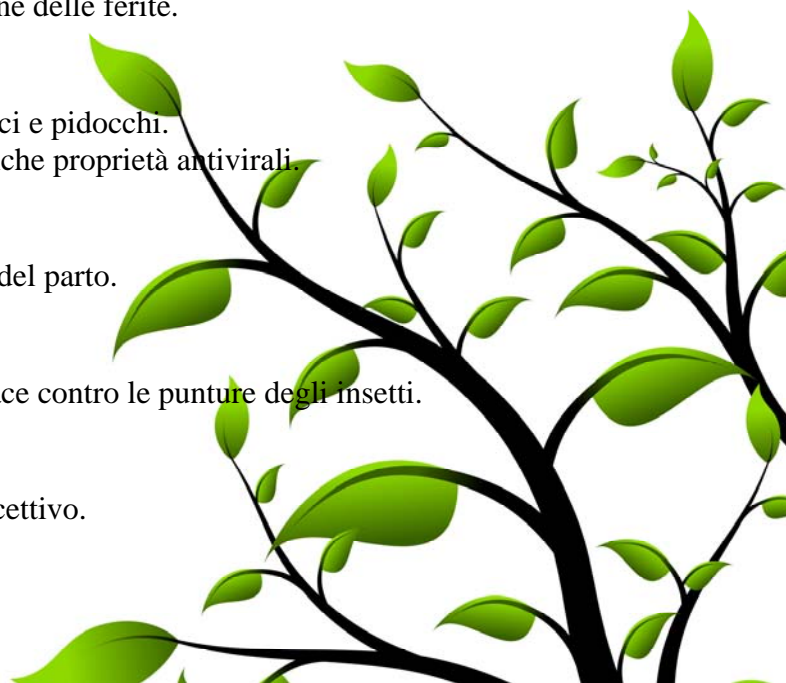
dalla corteccia si ottiene un infuso contro il problemi del parto.

### **Kurun-yeh (violaceae):**

la corteccia viene usata come analgesico, molto efficace contro le punture degli insetti.

### **Piripiri (piperacea):**

tramite decotto viene usata dalle donne come contraccettivo.



### **Ay-ah-e-yah:**

rampicante che contiene una sostanza, il *Rotenone*, usato dagli Indios per la cattura dei pesci, in quanto, schiacciato, elimina una sostanza biancastra. Questa, immessa nei fiumi fa morire i pesci. Questo è un vasocostrittore, che penetra tra le branchie dei pesci inibendo la respirazione. Oggi è diventato uno dei più importanti pesticidi.

### **Go-lo-bè:**

da questo fungo color avorio, schiacciato, viene estratto un liquido usato per il mal d'orecchi. Le otiti sono molto comuni negli ambienti caldo-umidi della foresta e molte di queste sono dovute a micosi. Poiché quasi tutti gli antibiotici sono derivati dai funghi, l'uso che gli indigeni fanno è da esempio.

### **Cassava (Manioca):**

gli Indios Tupi raccontano la leggenda di una madre che non aveva nulla da dare da mangiare al figlio e questi morì di fame. Distrutta dal dolore lo seppellì sotto il pavimento della sua capanna. Quella stessa notte, uno spirito della foresta, *Mani*, che si recò alla capanna, trasformò il corpo del bambino nelle radici di una pianta. Questa pianta fu chiamata *Mani oca* (radice dello spirito della foresta) e crebbe per nutrire gli Indios.

### **Amaro di Kwaki:**

durante il periodo coloniale, un grande uomo-medicina nero, chiamato *Kwaki*, fuggì dalla colonia e diventò un famoso guaritore, probabilmente aiutato dalle piante che era riuscito a portarsi appresso. La sua preparazione più importante era un tè preparato con un legno molto amaro, contro le febbri e i parassiti intestinali. Durante uno dei suoi viaggi ebbe la fortuna di conoscere *Linneo*, che chiamò questa pianta *Quassia amara*. Ancor oggi viene usata dalle tribù per curare le febbri.

Nella medicina moderna, invece, gli estratti di questo legno sono utilizzati come tonico, stimolatore dell'appetito e contro la dispepsia. Viene usata anche come pesticida, avendo potere insetticida.

### **Albero sapota:**

già dai tempi degli aztechi, la gente masticava il lattice del sapota. Le prostitute facevano scoppiare rumorosamente la gomma da masticare per attirare i clienti.

La commercializzazione di questo albero si deve al Generale Santa Anna, nel 1860, che lasciò il suo albero di sapota in dono a Thomas Adams, un inventore dilettante che lo aveva ospitato. All'inizio cercò di utilizzare questo lattice per produrre scarpe impermeabili, poi come adesivo per dentiere ma queste sue nuove idee fallirono. A questo punto Adams spianò il lattice con il mattarello, vi aggiunse zucchero, lo tagliò a pezzetti e lo mise in vendita in un negozio di dolci. Il successo fu immediato e nacque così la Gomma da masticare.

