

Duik in het Curaçaose erfgoed

Genezen met de tradities  
van je voorouders

### Inhoud van lesbrief voor Middelbaar Onderwijs

- Les 1. Yerbero. Genezen met kruiden
  - Les 2. Airu. Genezen met energie
  - Les 3. Partera. Babyzorg voor en na de geboorte
  - Les 4. Skibidó di kolibrí. Genezen met gebed
- Literatuur  
Colofon  
Verantwoording



NATIONAL  
ARCHAEOLOGICAL  
ANTHROPOLOGICAL  
MEMORY MANAGEMENT  
(NAAM)



United Nations  
Educational, Scientific and  
Cultural Organization

## Genezen met de tradities van je voorouders

### Les 1. Yerbero. Genezen met kruiden

#### leerdoelen

- ◆ Je leert wat een yerbero en een kurioso zijn.
- ◆ Je hoort over eeuwenoude kennis van geneeskrachtige kruiden.
- ◆ Je hoort hoe de kòpdó di sla te werk gaat.



#### begrippen

##### yerbero

Een traditionele genezer die vooral kruiden gebruikt om iemand beter te maken.

##### kurioso

Een genezer die traditionele middelen gebruikt. Een genezer wordt ook wel kuradó genoemd. Een sanadó is een genezer die mensen energetisch behandelt.

##### het virus

Een virus heeft levende cellen van een plant of dier nodig om te leven en zich daar te voort te planten. Hiermee maken ze de gastheer/vrouw ziek.

##### het ritueel

Een ritueel heeft een belangrijke betekenis voor de mensen die het uitvoeren. De serie bewegingen en woorden worden vaak al eeuwenlang zo uitgevoerd. Je voelt de betekenis beter dan dat je het kunt omschrijven.

##### mondi

De mondi is natuurgebied op Curaçao, met bomen, struiken en rotsen. Hier kan het vee voedsel zoeken. Ook worden er wilde vruchten en kruiden verzameld en hout gesprokkeld.

##### kunuku

Kunuku is landbouwgrond. De kunuku was eeuwenlang de belangrijkste bron van voedsel op Curaçao.

##### de etnobotanie

Etnobotanie is de studie die onderzoekt hoe mensen ('etno') allerlei planten en bomen ('botanie') gebruiken. Dat is meestal voor voeding en voor geneeskunde, maar ook wel voor gereedschap, bouw materiaal en kleding.

##### spiritueel

Persoonlijke ervaringen die je op zielsniveau voelt. Deze ervaringen zijn anders dan alledaagse ervaringen.

##### energetisch

Je lichaam is stoffelijk, dat is het deel dat je ziet en voelt. Maar op een dieper niveau bestaat het lichaam uit energie. Deze energie stroomt door het lichaam en ook daar buiten en is zo energetisch verbonden met de omgeving.

##### de kwakzalver

Iemand die zich voordoeft als een genezer maar dit eigenlijk niet is.



### Je lichaam

Wat een wonderbaarlijk mechanisme is je lichaam! Heb je daar wel eens bij stil gestaan? Als je een wondje hebt, komt er een korstje op en na een paar dagen is het wondje weer genezen. Een **virus** maakt je ziek en na een paar dagen ben je weer fit. **Je lichaam kan zichzelf heel goed genezen.** Maar soms raakt het systeem verstoord. Dan heeft je lichaam hulp nodig bij het genezen. Waarschijnlijk ga je dan naar de dokter.

### Als er geen dokter is

**Vroeger waren er niet veel dokters.** Of je had **niet genoeg geld** om een dokter te betalen. De meeste mensen kenden toen **zelf middeltjes** om een **kwaal te genezen.** Ze zochten een bepaald kruid in de natuur en maakten daar een drankje of zalfje van! Maar er waren ook echte specialisten op het gebied van genezen. Die mensen werden **kurioso** genoemd. Kurioso betekent ongeveer 'genezer'. Een kurioso die vooral kruiden gebruikt voor de behandelingen wordt **yerbero** genoemd.

### Dinah Veeris en Den Paradera

Dit is Dinah Veeris. Dinah is de bekendste yerbero op Curaçao. Samen met de yerbero Baba is Dinah in 1991 begonnen met de aanleg een kruidentuin op Curaçao. Die tuin heet Den Paradera. Misschien ben je daar zelfs wel eens geweest! Den Paradera heeft een **botanische** tuin vol met geneeskrachtige planten. Daar maken Dinah en haar team thee, olie, zalf en zeep van allerlei soorten kruiden. Die kun je in haar winkels kopen. Ook heeft zij haar kennis over kruiden in twee boeken opgeschreven.



Den Paradera



De boeken van Dinah Veeris

### De yerbero aan het werk

De yerbero kent **planten die genezing brengen** voor een bepaalde ziekte of verwonding. Sommige planten moeten op de huid gesmeerd worden en anderen bijvoorbeeld opgedronken. Zo'n kruiden-genezer weet welke planten gekookt of juist fijn gestampt moeten worden. Vaak wordt de behandeling gecombineerd met **gebeden en rituelen**. Want de yerbero wil de patiënt **zowel lichamelijk als spiritueel genezen!**



**Dinah Veeris vertelt:** Rond 1900 vond het Curaçaose gouvernement dat iedereen naar een dokter moest gaan die aan een universiteit had gestudeerd. Alle traditionele genezers waren in hun ogen **kwakzalvers** die niet te vertrouwen waren! Ook **de katholieke kerk** vond het niet goed dat je zo'n genezer opzocht. Want **bij de genezing werden rituelen gebruikt** voor de spirituele genezing van de patiënt. Maar die rituelen waren niet katholiek. Daarom vond de kerk deze manier van genezing **heidens**. En dat mocht niet! Als een kurioso of yerbero toch doorging met mensen genezing bieden, kon hij of zij zelfs **de politie** aan de deur krijgen! Toch bleven veel genezers werken. In het geheim.



Dinah Veeris in den Paradera

Baba leerde mij ook om **bij een boom te gaan zitten en te luisteren** naar wat deze boom mij te vertellen heeft. Eerst hoorde ik niks! Maar steeds beter leerde ik me af te stemmen op de boom. Want als ik zit en luister, worden **onze energieën met elkaar verbonden**. Na jaren van oefenen kan ik nu de boodschappen van de bomen en planten begrijpen. Soms vraagt iemand mij om hulp en weet ik niet direct welk kruid het beste zou helpen. Dan ga ik de kruidentuin in en luister ik naar het advies van de kruiden zelf. Ze geven mij wijze boodschappen over genezing!



**Wij mensen zijn deel van de natuur. We putten daar onze kracht uit.**

Groentes zijn onze voeding en kruiden ons medicijn. We staan niet boven de natuur zoals veel mensen wel denken! Daarom wil ik mensen leren hoe bijzonder planten zijn. En ook hoe simpel het is om de kruiden in je eigen tuin te laten groeien. Kruiden tegen hoofdpijn, slapeloosheid, hoge bloeddruk en kruiden om je lichaam te reinigen en ga zo maar door. De natuur is zo rijk!

### EHBO uit de natuur

Ben je wel eens **verbrand** door de zon of door een gloeiend hete barbecue? Dan zou de niet in jouw tuin mogen ontbreken! Het is een heel bekende plant op Curaçao. Je kent hem vast! Je breekt een puntje van de aloë vera af en smeert het slijm op de verbrande plek. En aloë vera werkt ook goed tegen de jeuk die je na een wespensteek nog dagenlang voelt!



Aloë vera



**Hoe kun je iemand spiritueel genezen, denk je?**

### Eeuwenoude kennis

Veel van de bekendste yerberos en kuriosos van Curaçao zijn nu heel oud of al overleden. Steeds meer traditionele kennis over de planten raakt daardoor verloren! Gelukkig heeft Dinah Veeris deze mannen en vrouwen jarenlang naar hun kennis gevraagd. Samen met de yerberos en kuriosos liep ze door **de mondi** en over **de kunuku**. Daar wezen zij Dinah kruiden aan die geneeskrachtig zijn. Ze deden haar voor hoe ze die kruiden gebruikten om mensen beter te maken. Ook vertelden ze haar dat iemand **pas helemaal kan genezen als de persoon ook energetisch weer in balans is**.

**Weetje:** Wanneer vroeger bleek dat een kind veel kennis van kruiden had, dan noemden de mensen hem of haar 'e ta sabi'. Mensen hadden respect voor zo'n kind!



**Ken jij geneeskrachtige planten?**

### Alledaagse kennis van de kunuku

Als je een **kunuku** bezoekt, zal de kunukero (de landbouwer) je vast een paar geneeskrachtige planten aanwijzen. Iedere kunukero kent er wel een paar! Luister maar:



Moringa

Melinda Rosalia-Statia heeft een kunuku aan de Kaya Sabanabaka. Zij eet de blaadjes en witte bloemen van de **moringa** boom en maakt thee van de bladeren. De moringa helpt haar tegen hooikoorts en werkt als antibiotica.



Kalebas

Silvinio Cijntje bij Barber vertelt hoe de **kalebas** een medicijn tegen verkoudheid is. Je kookt de inhoud van een rijpe kalebas met honing tot een 'stropi' en drinkt die op.



Rubi pushi



Kolo koninchi

Wendel Alberto in Flip wijst de '**rab'i pushi**' (kattenstaart) aan. Van de bladeren en paarse bloemen maak je thee. Deze is goed voor je nieren en helpt tegen suikerziekte en tegen hoge bloeddruk.

Thee van de grote lichtgroene bladeren van de '**kol'e konènchi**' reinigt je nieren en lever.

### Wat een onzin, die geneeskrachtige kruiden!

Misschien denk je nu wel: 'Ik vind het allemaal onzin, die kruiden. Een geneesmiddel haal ik bij de apotheek en niet uit de tuin!' En daarin heb je gelijk. Want als je pijn of koorts hebt, dan helpt een aspirientje. Maar wist je dat de oudste vorm van **aspirine** uit de bast van een **wilg** (een boom uit koudere klimaten) is gemaakt? En wat dacht je van kinine, het eerste medicijn dat we hadden tegen malaria? Dat werd gemaakt van de **kina-boom** uit de bossen in Midden- en Zuid-Amerika! Zo ontdekken wetenschappers steeds meer geneesmiddelen van planten en bomen! Deze studie wordt '**etnobotanie**' genoemd. Die wetenschappers krijgen hun kennis van kruidengezeters die in die bossen wonen. Want zij kennen de werking al lang!

### Kòpdó di sla

**Kòp sla** is een oude geneestrategie waarvoor je een klein kalebasje nodig hebt. Je kunt hiermee een bloeddoorlopen, zere plek behandelen die ontstaan is na een flinke slag ('sla' in het Papiaments). Je zaagt het kalebasje open en maakt het van binnen goed schoon. Met een vlam van bijvoorbeeld een kaarsje verwarm je het kalebasje. Daarna zet je hem snel op de zere plek. Door afkoeling zuigt het kalebasje zich vacuüm. Dat brengt het bloed in beweging en trekt de pijn weg. Dit proces heet 'kòp sla'. De persoon die de behandeling uitvoert, is de kòpdó di sla. Het woordje 'kòp' komt waarschijnlijk van 'kopje', in dit geval een klein kalebasje. Ook kun je een ontsteking (steenpuist) onder de huid behandelen. Indien nodig, prik of snijd je net voor de behandeling in de puist. Je giet alcohol in het kalebasje en laat deze branden. Dit ontsmet en verwarmt het kalebasje. Als de vlam gedoofd is, zet je hem snel op de puist. De huid wordt door de warmte in het kalebasje gezogen. Het vuile bloed van de puist loopt door het sneetje naar buiten. Even later valt de kalebas weer van de huid af.



Kòpdó di sla

## Wil je meer weten?

**M** Je kunt de kruidentuin 'Den Paradera' van Dinah Veeris bezoeken. Het ligt op Bándariba, Seru Grandi, kavel 105a. Bel 7675608.

❖ Meer informatie over het werk van Dinah Veeris vind je op haar website [www.dinahveeris.com](http://www.dinahveeris.com).

❖ Op YouTube vind je het interview met Dinah Veeris: 'Kruiden als spiegel voor de mens' uit de serie 'Overweeg een Leven in Vrijheid' van Roland van Reenen.

❖ In de Openbare Bibliotheek op Scharloo vind je de twee boeken van Dinah Veeris vol met geneeskrachtige planten: 'Afrikantje en 99 andere kruiden' en 'Van amandel tot Zjozjoli'.

❖ Hier vind je ook het boekje 'Nos mata- i palunan. Onze Planten en bomen'. Daarin staat ook een aantal geneeskrachtige planten van Curaçao.

❖ Op de website <http://sambumbu.com/> vind je beschrijvingen over Curaçaose geneestrادات die pater Brenneker in de tweede helft van de 20e eeuw heeft verzameld.

## Opdracht 1.

### Welke geneeskrachtige planten ken jij?

- ◆ Vraag je ouders, familie of buren of zij geneeskrachtige kruiden en planten kennen. Misschien heb je ze wel in je eigen tuin staan!
- ◆ Schrijf de naam op en vertel hoe de plant gebruikt wordt. Droog een takje tussen oude kranten met een gewicht erop. Of maak een foto of tekening van de plant.
- ◆ Neem je beschrijving mee naar school en maak samen met je klasgenoten een muurkrant van al deze geneeskrachtige planten!

### Plusopdracht 1. Op zoek naar geneeskrachtige kruiden van Curaçao.

Je gaat een onderzoek doen naar planten met geneeskrachtige werking! Kijk in Dinah Veeris' boeken naar de foto's van de planten. Je vindt de boeken in de Openbare Bibliotheek op Scharloo.

- ◆ Welke planten ken jij van Curaçao? Kies een plant uit.
- ◆ Schrijf de naam op en zoek dan de beschrijving van de plant op.
- ◆ Tegen welke pijn of ziekte kun je deze plant gebruiken?
- ◆ Hoe pas je de plant toe?
- ◆ Hoe ziet de plant er uit? Maak er een tekening of een foto van.



## Les 2. Airu. Genezen met energie

### Leerdoelen

- ◆ Je leert wat airu is.
- ◆ Je hoort hoe de verstoring van airu iemand ziek kan maken.
- ◆ Je hoort hoe een energetische genezer de balans van airu herstelt.



## begrippen

### airu

Airu is de energie die iedere persoon uitstraalt. Ook planten, bomen, dieren en mineralen stralen airu uit. Airu is ook de naam van de behandeling waarbij de energie weer in balans gebracht wordt.

### de gave

Een talent waarmee je geboren bent.

### het mineraal

Vaste, harde stof die door processen in de aarde zijn gevormd.

### mentaal

Dit heeft met je denken te maken.

### intuïtief

Gevoelsmatig iets weten of doen.

### voorvoelen

Iets aanvoelen net voordat het echt gebeurt.

### de cyclus

Een periode waarin een aantal gebeurtenissen worden ervaren. Zo'n periode wordt daarna in een vergelijkbaar patroon herhaald.

### blessing

Een blessing is een zegening. Dat is een ritueel gebaar waarbij je jezelf of een andere persoon spiritueel iets goeds toewenst.



Geneeskrachtige natuur van Curaçao

## Genezen met energie

In de vorige les heb je al gehoord dat de traditionele Curaçaose genezing niet alleen gebruik maakt van kruiden. Want er is ook **genezing op spiritueel niveau nodig**. Deze spirituele manier van genezen **werkt met de energie die elk lichaam uitstraalt**. Deze energie wordt op Curaçao **airu** genoemd. De airu kan verstoord zijn. Dan wordt een mens ziek. Een energetische genezer brengt deze **airu weer in balans**. De airu geneestradiatie wordt al vele generaties lang toegepast op Curaçao!

**Weetje:** Airu betekent 'lucht' in het Papiaments. Het woord is ontstaan uit het Spaanse woord 'aire' (lucht) en het Arawakse woord 'juri of jura' (dat wind betekent). Maar met airu wordt ook de energie bedoeld die iedere persoon, plant, boom, dier en **mineraal** uitstraalt. Ook de manier van genezen met energie wordt airu genoemd.

Richenel 'Muz' Ansano is energetisch genezer. Hij kan de airu aanvoelen van mensen, maar ook van bomen, planten, dieren en mineralen. Dat aanvoelen is een **gave** waarmee hij is geboren, net als zijn moeder. Hij heeft zijn gave verder getraind om mensen te helpen genezen. In deze les vertelt Muz ons hoe hij dat doet.



Richenel 'Muz' Ansano

## Ziek zijn van emotie

Volgens Muz hebben **de meeste ziektes** die mensen krijgen **een emotionele oorzaak**. Zo'n emotie is vaak een **groot verdriet, schrik of angst** die iemand ooit heeft meegemaakt. Maar de meeste dokters kijken niet naar deze emotionele oorzaak van je ziekte. Dokters behandelen het zieke lichaamsdeel en geven je medicijnen mee. Vaak ben je dan van je pijnklachten af. Maar soms kan de dokter niets vinden of helpen de medicijnen niet. De pijn blijft. Of komt terug.

## Energetisch genezen

De mensen die bij Muz voor een behandeling komen, hebben vaak pijn waar de dokters geen oorzaak voor kunnen vinden. Dat kan **pijn zijn aan hun hoofd, arm of been**. Ook diabetes-patiënten weten hem te vinden, en mensen die bijvoorbeeld lijden onder een **depressie of angsten**. Opvallend is dat **deze klachten vaak van generatie op generatie overgaan**: jouw moeder heeft dezelfde pijn in haar arm als jij, en haar vader had die pijn ook. De ervaring heeft Muz geleerd dat de pijn pas weg zal gaan, als je je bewust wordt van de reden voor die pijn in jouw familie. Want de reden speelt zich af op energetisch niveau. Niet in die arm zelf!



Soms droom ik twee of drie dagen van tevoren welke energiebron de juiste vibratie aan mijn patiënt zal geven. Meestal is dat een bepaalde boom. Dan gaan we naar die plek toe, zodat de **energieën van de patiënt, de boom en van mij samen kunnen komen**. Op dat moment voel of hoor ik een boodschap voor de patiënt. De boodschap heeft een diepe wijsheid in zich. **En die wijsheid vormt de sleutel tot de genezing**. Genezing komt wanneer de reden van de schrik of angst bekend wordt. Want dan kan de energiebalans weer hersteld worden. Ook als die verstoring van de airu al veel eerder bij jouw (voor)ouder is gebeurd!



Muz geeft een behandeling in de natuur

## Een energetische behandeling

Maar hoe breng je nu energie terug in balans? Je ziet energie niet en kunt het ook niet vastpakken! Muz doet het zo: "Eerst vraag ik wanneer de klacht is begonnen en wat gezondheid voor mijn patiënt betekent. Ik luister ook goed naar h<sup>o</sup>e hij of zij vertelt en wat iemand voelt en denkt. Ondertussen voel ik de energie van de patiënt aan. Er is dan een wisselwerking tussen onze airus."

**Weetje:** Belangrijk is dat de totale energie van een ziek persoon weer in balans gebracht wordt. Dus niet alleen de energie van je lichaam, maar ook de energie van je **mentale** staat en de energie van de plek waar je leeft!.





## De natuur helpt een handje

Soms heeft Muz **de hulp van de natuur nodig om zijn patiënt te genezen**. De energie van een plant of een boom kan nodig zijn om de balans te helpen herstellen. Soms werkt de energie van een bepaald dier of van een mineraal in de grond het best voor iemand. **Die keuze hangt af van de trilling van jouw energie en die van de natuurbron**. Als die met elkaar overeenstemmen, dan wordt jouw airu versterkt! De meest krachtige plekken vindt Muz in het Christoffel park, op de Seru Neger, in Den Dunki en Rooi Rincon. Maar zijn favoriete plek is bij een wayaká-boom op de Seru Kommandant bij Santa Cruz.

? Ken jij ook zo'n plek die heel goed voelt voor jou?

**Weetje:** Heel krachtige bomen op Curaçao zijn de wayaká, de tamarein, de indju en de kapokboom. De wayaká en kapok zijn in Zuid-Amerika en op veel Caribische eilanden zelfs bekend als heilige bomen! De wayaká helpt je ook om je dromen helder te krijgen.



Wayaká



Tamarijn



Kapokboom



Indju

## Respect voor bomen

Het is nog maar twee generaties geleden dat **grote bomen op Curaçao gewoonweg niet gekapt werden**. Zo'n grote boom is een oud wezen, die behandel je met respect! Mensen waren ervan overtuigd dat na het kappen van een boom binnen een paar weken iemand zou sterven. Als een boom op het erf dan toch gekapt moest worden, dan plantte je direct een nieuwe boom. Maar met de industrialisatie van Curaçao zijn we dit respect kwijt geraakt. Bomen moeten plaats maken voor wegebouw. Nieuwbouwwijken worden helemaal kaal geschraapt en veel mensen planten geen bomen meer in hun tuin.



Grote boom in een tuin

## 'Er is iets'

Veel mensen voelen **intuïtief** aan dat 'er iets is'. Bijvoorbeeld een plek die onprettig voelt. Sommige mensen zien kleuren die anderen niet zien, of **voorvoelen** dat er iets gebeuren gaat. Bijvoorbeeld dat iemand binnenkort zal overlijden. **Veel mensen zijn bang voor zo'n gave**. Als je zoiets meemaakt, dan zegt je familie, school of kerk vaak dat het niet goed is om dat te voelen! Omdat het anders dan anders is. Een vader of moeder schrikt vaak omdat zij hetzelfde hebben meegemaakt!

### Kan ik airu beter leren voelen?

Maar wat doe je **als je deze gave hebt en toch verder wilt ontwikkelen**? Muz raadt de volgende stappen aan:

1. Spreek voor jezelf uit: 'Ik wil dit leren. Ik onderdruk mijn gevoel niet langer!'
2. Let dan op ervaringen die op je pad komen. Jouw wens om te leren creëert deze ervaringen!
3. Beleef die ervaringen heel bewust: Wat voel je? Wat zie je? Wat hoor je?
4. Observeer daarna wat er nu anders is in de wereld dan je eerder had gedacht. Het kan goed zijn dat je hier geen woorden voor kunt vinden, maar het wel voelt of ineens weet.
5. Herhaal deze **cyclus** van stappen steeds weer!



Muz in contact met een boom



Je zult merken dat je **mensen gaat ontmoeten** die jouw ervaringen herkennen. Deze personen zullen je verder kunnen helpen. Ga ook veel de natuur in en observeer de groei van planten. Dit zal je veel over de cyclus van het leven leren!

### Zo houd je je airu in balans!

- . Begin je dag met je **maag verwarmen**: drink bijvoorbeeld kruidenthee.
- . Zorg dat je goed met andere mensen omgaat. **Duidelijk met elkaar praten** is daarbij belangrijk. En daarvoor is mondhygiëne weer belangrijk: goed je tanden poetsen dus!
- . Zorg ook dat je goed **met de spirituele wereld** omgaat. Voor jou kan dat God zijn, maar het kan ook een andere spirituele manier zijn.
- . Geef jezelf ook **blessings**. Gebruik daarbij een gebaar, bijvoorbeeld het kruisteken of een eigen gebaar. Dit gebaar versterkt je blessing.
- . Ga onder een boom zitten die goed voor je voelt. Voel de energie van die **boom**. Jullie airus zullen elkaar versterken!



Ooit zal deze kiem een grote boom zijn

## Wil je meer weten?



Als je meer wilt weten Richenel 'Muz' Ansano's manier van genezen, kijk dan naar deze film op YouTube: *“Curaçao als laboratorium van hoe je met de natuur kunt leven”* van Roland van Reenen.



Als je wilt, kun je een consult met Muz Ansano doen. Je kunt contact met hem opnemen via telefoonnummer 511-9873, of via e-mail richenel.ansano@gmail.com. Kinderen hebben toestemming nodig van hun ouder(s) of verzorger(s).

## Opdracht 1.

### Ervaar de bomen met al je zintuigen!

Let eens op de bomen in de buurt waar je woont.

- ◆ Welke boom voelt het prettigst voor jou? Welke voelt het minst prettig? Let gewoon eens op wat je voelt. Voelen doe je het beste met je buik of met je hart terwijl je langzaam langs of onder verschillende bomen door wandelt.
- ◆ Gebruik dan je ogen: hoe zien de basten van de verschillende bomen er uit?
- ◆ Gebruik ook je handen: betast de verschillende basten. Hoe voelen ze aan?
- ◆ Gebruik ook je neus: hoe ruiken die basten en de bomen?

Vertel elkaar over jullie ervaringen!

## Opdracht 2.

### Kweek je eigen boompje.

Bomen maken zaden waaruit nieuwe boompjes kunnen groeien. Dat kan een grote pit van een mango zijn, of kleine zaadjes die als droge bonen aan een boom hangen.

- ◆ Zoek een zaad uit en plant deze in een potje met zwarte aarde.
- ◆ Zet deze in de schaduw.
- ◆ Zorg ervoor dat de grond niet uitdroogt. Geef je boomzaadje dus regelmatig water.
- ◆ Observeer hoe je plantje groeit! Vergelijk de groei van jullie plantjes!



## Les 3. Partera. Babyzorg voor en na de geboorte

### Leerdoelen

- ◆ Je leert over verschillende Curaçaose tradities rond de bevalling.
- ◆ Je hoort over ervaringen van vroedvrouwen op Curaçao.
- ◆ Je hoort over oyada en de bescherming door kontra's en blauwsel.



## begrippen

### partera

Een vroedvrouw. Een partera wordt ook wel 'frumu' genoemd in het Papiaments. Dit is een vrouw (en soms een man) die opgeleid is om een vrouw veilig door haar zwangerschap, bevalling en de eerste weken daarna te helpen.

### de kraamkliniek

Het gebouw waar vrouwen hun baby kunnen krijgen als ze niet thuis of in het ziekenhuis willen of kunnen bevallen. Er is weinig medische apparatuur in de kraamkliniek, maar wel zijn er vroedvrouwen en verpleegkundigen aanwezig.

### de foetus

Een ongeboren kind.

### de bevalling

Het geboorteprocés. De geboorte van de baby.

### sodó

Een stoombad met kruiden.

### de baarmoeder

De baarmoeder is een holle spier onder in een vrouwenbuik. De baby groeit in een zak ('vlies') met vruchtwater in de baarmoeder. De baarmoeder rekt met de baby mee.

### de placenta

De placenta is een soort vleesklomp in de baarmoeder. Hieruit haalt de baby zijn voedingsstoffen en zuurstof die de moeder via haar bloed aanvoert.

### de navelstreng

Een koord met bloedvaten die de baby verbindt met de placenta en de baarmoeder. Via de navelstreng krijgt de baby voedingsstoffen en zuurstof binnen. Het litteken van de navelstreng is je navel.

### blauwsel

Blauwsel wordt gebruikt om witte was een fris witte kleur te geven. Blauwsel wordt ook gebruikt als middel om baby's mee te beschermen.



Moeder met pasgeboren baby

Deze les gaat over baby's! **Baby's van nu en baby's van vroeger.** Want baby's zijn natuurlijk van alle tijden. **Op Curaçao worden elk jaar zo'n 2000 baby's geboren.** Jij bent waarschijnlijk in een ziekenhuis of in een **kraamkliniek** geboren. Vroeger kwamen de meeste baby's thuis ter wereld. Als er geen dokter was, dan werd de moeder geholpen door een vrouw die veel ervaring met **bevallingen** had. Deze vrouwen worden op Curaçao **partera** of **frumu** genoemd. Nu heeft een partera een medische opleiding gehad.

Agnes en Sita zijn allebei **partera**. Ze hebben bij de geboorte van heel veel Curaçaose kinderen geholpen! Misschien wel bij jou, of bij je ouders! **Agnes Cobelens** is al 28 jaar vroedvrouw op Curaçao. Ze heeft veel geleerd van **Sita Bernardina**. Sita heeft maar liefst 55 jaar lang kinderen op de wereld gezet, soms wel 150 baby's per jaar!



Agnes Cobelens en Sita Bernardina

### Partera wordt een medisch beroep

David Ricardo **Capriles** was arts op Curaçao in de 19e eeuw. Hij vond dat de gezondheidszorg veel beter moest. Er gingen te veel mensen dood! Hij had helemaal geen goede woorden over voor de Afrikaanse tradities van de **parteras!** Rond 1900 mochten alleen nog vroedvrouwen werken die een medische opleiding hadden gevolgd.

## Vroedvrouwen en zorg voor moeder en kind

Als partera hebben Agnes en Sita heel wat **Curaçaose middeltjes voor de gezondheid van moeder en kind** leren kennen! Het zijn middeltjes die zij tijdens hun opleiding tot vroedvrouw in Nederland niet tegen zijn gekomen. Blijkbaar zijn ze in de loop der eeuwen op Curaçao ontwikkeld. Of misschien zijn ze wel uit het **oude Afrika of Europa** meegenomen! Agnes probeert altijd de logica achter die tradities te vinden. Sommige tradities zijn verstandig, terwijl andere niet zo verstandig blijken zijn. Daarin adviseert Agnes de ouders dan ook. Over die typisch Curaçaose middeltjes bij zwangerschappen hoor je meer in deze les!

### Hoe ligt de baby in de buik?

**De bevalling** is natuurlijk een spannende gebeurtenis voor moeder en kind. Licht het kindje wel goed in de buik? Vaak hebben Agnes en Sita gezien dat hoogzwangere vrouwen **een reep gedraaide stof om hun buik dragen**. Deze reep stof wordt ook nog wel tijdens bevalling gedragen. De zwangere vrouw zegt dat het helpt om het kindje met het hoofdje naar beneden te laten liggen, zodat de bevalling normaal kan verlopen.



De reep stof kan het kindje in **de baarmoeder** niet van houding doen veranderen. Maar het is ook niet schadelijk voor moeder of kind. Het is vast al een heel oud gebruik!

### Snel lopen



Als een vrouw zo'n 30 weken zwanger is, krijgt ze vaak het advies van haar moeder of grootmoeder om te gaan lopen. Want: "lopen helpt om de bevalling voorspoedig te laten verlopen." Maar we zijn nu gewend om te sporten. Als hoogzwangere vrouwen gaan lopen, dan gaan ze vaak in snel tempo een flinke afstand lopen, een power walk! Maar daardoor kan een bevalling op gang worden gebracht! Dat kindje wordt dan vaak weken te vroeg geboren. En dat kan heel gevaarlijk voor het kindje zijn! Lopen is heel goed, als je het maar rustig aan doet en niet te ver loopt!



Een zwangere vrouw

### De kip en het ei

De kip speelde vroeger een belangrijke rol bij de geboorte! Na de bevalling kreeg de moeder elke dag een kom **kippensoep**. Die kip was weken voor de bevalling al apart gehouden van de andere kippen. Ze had speciaal voer te eten gekregen zodat ze een krachtig soepje zou opleveren!



Vroeger moest de moeder kort voor de bevalling een **ei rauw doorslikken**. Het ei gaf haar kracht om de bevalling te doorstaan. Bij Boka Sami werd een krachtige **vissoep** voor de bevalling gegeten!

**Weetje:** De meeste ouders bewaren **de navelstreng** waarmee het kindje in de buik met de moeder was verbonden. Soms wordt **de placenta** in de tuin begraven. Vaak strooien de ouders wat zout op de placenta voordat de aarde er overheen gaat. Ook wordt er wel een boompje op de placenta geplant.

### 'Sodó' voor de moeder

Vroeger gingen vrouwen die dichtbij de zee woonden na de bevalling wel in de zee baden. Want het zoute zeewater werkt desinfecterend. Ook namen vrouwen na de bevalling een **sodó**. Een sodó is een **kruidenstoombad**. In een teil wordt kokend heet water met kruiden gedaan. De vrouw hurkt boven het stoombad zodat de stoom en de kruiden de vagina en baarmoeder kunnen reinigen.



Op Curaçao wordt dit kruidenstoombad nog steeds veel toegepast. Maar ongevaarlijk is het niet, want **de hete stoom kan het slijmvlies** van de vagina beschadigen. Dat slijmvlies is juist zo belangrijk om infecties tegen te gaan. Voorzichtig dus!



Pasgeboren baby met een stukje navelstreng

**Weetje:** Veel vrouwen drinken in de week na de bevalling **kruidenthee** om het lichaam te reinigen. Meestal worden de kruiden basora pretu, mampuritu, en karawara gekozen.

### 'Dehel di beibi' en slappe thee

Dehel di beibi betekent dat de pasgeboren baby geel ziet. De gele kleur wordt sterker als de baby **uitgedroogd** raakt. Dat komt overal ter wereld voor. Dit kan gebeuren als de moederborst te weinig melk aanmaakt. De partera loste dat vroeger wel op door de baby slappe thee van yerb'e hole of van tanchi te laten drinken. Moeders doen dat nog steeds wel. Agnes heeft zich lang afgevraagd waarom baby's vroeger slappe thee voorgeschreven kregen.

**?** Waarom zou je de thee niet aan de moeder geven zodat zij meer melk kan aanmaken?

### Horen onder water

Wist je dat een **foetus** van 10 weken al oren heeft? Een foetus van 20 weken kan in de baarmoeder al geluiden horen! Een ongeboren baby hoort dus de stemmen van de moeder en andere mensen in haar omgeving. Na de geboorte herkent de baby deze stemmen!



Echo-foto van een 12 weken oude foetus

### Bescherm je baby tegen 'oyada'

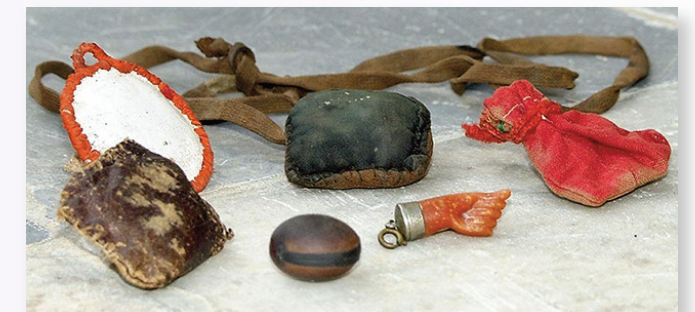
Een mooi gebruik op Curaçao is om je pasgeboren kind te beschermen tegen het kwaad. Je kind is **toch het liefste wat je hebt! Op Curaçao geloven veel mensen in oyada, het boze oog.** Vooral baby's zouden gevoelig voor oyada zijn. Want, zeggen die mensen, oyada wordt overgebracht door de 'harde ogen' van iemand die je baby bewondert. Dat **gebeurt meestal niet expres.** Iedereen kan een kwaad oog bezitten, zelfs de ouders en vooral de moeder! Om te genezen krijgt het kindje onder andere kruidenthee te drinken of wordt het in water met blauwsel erin gebaad.

### Kontra

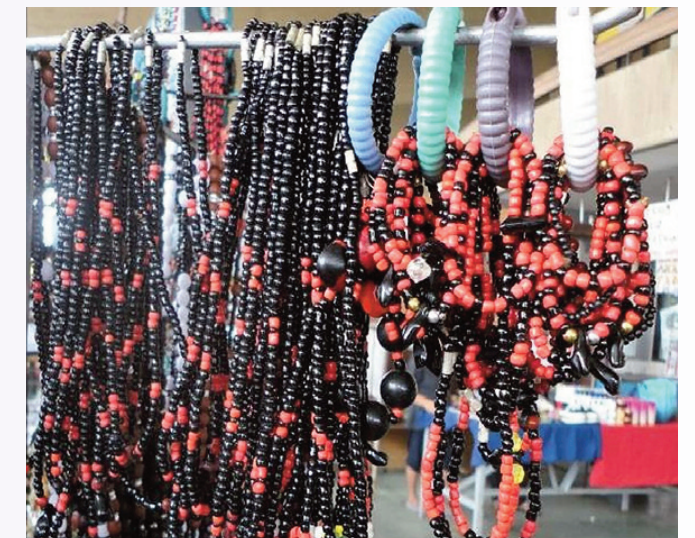
Een **kontra** is een talisman. Een talisman moet **de eigenaar een lang leven, geluk of liefde brengen.** Dat is een heel oude traditie uit Afrika. De kontra wordt ook aan pasgeboren kinderen gegeven, om het tegen de oyada te beschermen. Zo'n talisman is bijvoorbeeld kettinkje of armbandje met een hangertje eraan. Dat hangertje heeft vaak de vorm van een vuist dat het kwaad moet tegenhouden. De baby krijgt ook wel een kettinkje of armbandje om van zwarte en rode kralen ter bescherming. Kleine, rode bonchi makurá-zaden en grote, donkerbruine djuku-zaden worden ook nog steeds gebruikt.



Blauwsel en djuku



Kontra's en een hangertje van een vuistje



Kontra kralenkettingen op de Ronde Markt



Borstvoeding in het logo van Fundashon Lechi di Mama Korsou

### Blauwsel

Heb je wel eens een **vlek of een kruisje van helderblauwe verfpoeder** op een pasgeboren baby gezien? Vaak zit die blauwe kleur onder de voetjes, op de onderrug, op de borst of boven op het hoofdje. Dit wordt met blauwsel gedaan. Dit 'blou' dient ook om het kindje tegen het kwaad te beschermen.



Vroeger gebruikten bijna alle moeders blou om hun baby's te beschermen! Blou wordt nog steeds veel gebruikt.



**Ken jij ook Curaçaose beschermmiddelen tegen de oyada?**

**Weetje:** Vroeger kwamen vrouwen de eerste weken na de bevalling bijna niet buiten, vooral niet in het donker. Want dan waait de harde avondwind. Door deze **mal airu** kan de moeder te veel afkoelen en ziek worden, zeker in combinatie met **serena**, het vocht in de lucht. Ook werden vroeger de huizen zoveel mogelijk gesloten. Dat was omdat het binnen in die oude huisjes zo tochtte!

### Schoon, schoner, schoonst!

Agnes en Sita hebben vaak gezien dat ouders of andere verzorgers veel zeep, crème, olie en poeder gebruiken. Zo wordt de baby lekker schoon! Of toch niet?



Overdadige hygiëne is helemaal niet zo goed voor je baby! De babyhuid heeft van nature talg. Talg zorgt voor een zachte huid. Olie is dus niet nodig. Te veel zeep doodt juist belangrijke bacteriën in de huid! Die bacteriën krijgt de baby bij de geboorte mee van de moeder. En die bacteriën heeft de baby juist hard nodig voor zijn weerstand tegen ziektes!



Pasgeboren baby krijgt een badje

### Wil je meer weten?



Je kunt nog veel meer lezen over de oude tradities van de zwangerschap, bevalling en kraamzorg in het Papiamentstalige boekje van Elis Juliana *'Matrimonio i parto'* (1988). Je vindt het boekje in de Mongui Maduro Library en op NAAM.



Nicolaas van Meeteren beschrijft de tradities rond de geboorte (hoofdstuk 5) en de oyada (hoofdstuk 6) in zijn boek *'Volkskunde van Curaçao'* (1947). Je kunt het boek lezen in de Mongui Maduro Library.



Marijke Schweitz schreef een paar voorlichtingsbrochures over voeding tijdens de zwangerschap, over de bevalling en nazorg en over babyverzorging. Stichting Neutrale Wijkverpleging Curaçao. Je vindt de boekjes bij NAAM.

### Opdracht 1.

#### Alles over baby's!

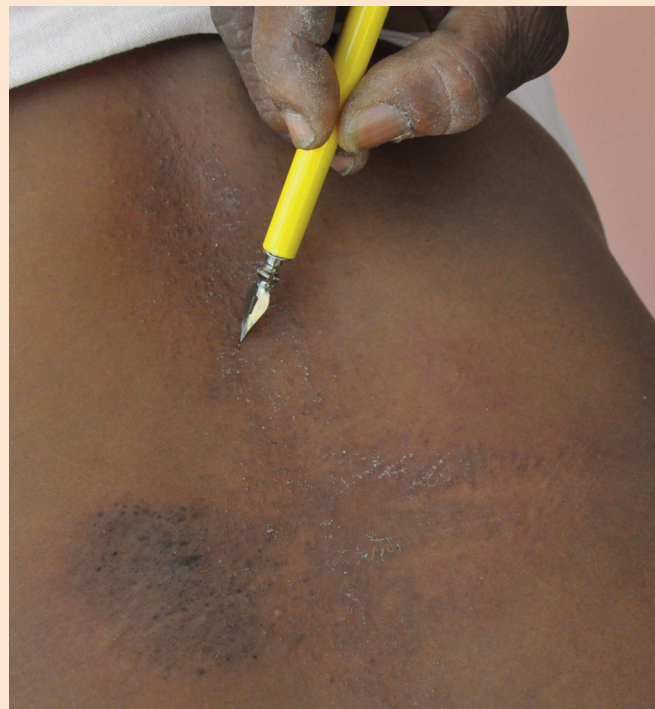
**Vraag je ouders, grootouders of andere mensen in jouw omgeving naar tradities die met zwangerschap en baby's te maken hebben.**

- ◆ Kennen zij het advies van gaan lopen? Ei of vissoep eten? De oyada?
- ◆ Kennen zij meer tradities die je niet in de les hebt gehoord? Schrijf daar een klein verhaaltje over en maak er een tekeningetje bij.
- ◆ Samen met je klas maak je een boekje over traditionele kraamzorg!

## Les 4. Skibidó di kolibrí. Genezen met gebed

### Leerdoelen

- ◆ Je leert bij welke ziekte de skibidó di kolibrí een behandeling geeft.
- ◆ Je hoort hoe de behandeling wordt uitgevoerd.
- ◆ Je hoort hoe gebeden bij een behandeling worden gebruikt.



### begrippen

#### skibidó di kolibrí

Skibidó di kolibrí betekent letterlijk een 'slang-schrijver'. Skibi kolibrí is de naam voor een traditionele manier van genezen van gordelroos. Je vindt deze traditie op Curaçao, Aruba, Bonaire en in Venezuela.

#### kolebra

'Kolibrí' is afgeleid van het woord voor slang. Het Papiamentse woord voor slang is 'kolebra'. De naam 'kolibrí' komt waarschijnlijk uit Venezuela. Daar heet gordelroos "culebrilla" (kleine slang).

#### de kroontjespen

Een ouderwetse pen met een metalen punt. Die punt moest in een potje met inkt gestopt worden voordat je ermee kon schrijven.

#### zuiveren

Schoon maken.

#### de zenuw

Een zenuw bestaat uit dunne vezels. De zenuw draagt prikkels over tussen het centraal zenuwstelsel en bijvoorbeeld een spier of de huid. Dankzij de zenuwprikkel kun je de spier bewegen of een aanraking voelen.

#### het ruggenmerg

Het centrale zenuwstelsel dat door je ruggengraat heen gaat. Het brengt zenuwprikkels over van je hersenen naar je hele lichaam.

#### het aftreksel

Je krijgt een aftreksel als je heet water over kruiden heen giet en even laat trekken. Dan wordt de geneeskrachtige werking van de kruiden door het water opgenomen.



Hier zie je **Nelson Tremus**. Hij schrijft met een ouderwetse **kroontjespen op de huid** van iemand die ziek is. Maar waarom zou hij dat doen?! En wat voor ziekte is dit? Deze laatste les over Curaçaose geneestradiities neemt ons mee naar de "kolibrí!"

### Ziek van puistjes

Je ziet dat de huid van de persoon die behandeld wordt er niet gezond uitziet. Er zijn donkere vlekken te zien met pukkeltjes daarin. En wat je waarschijnlijk ook opvalt, is dat de vlekken in een groep bij elkaar liggen. Ze zijn niet over de hele rug verspreid.

? Weet jij welke ziekte deze persoon heeft?



## Gordel van pukkeltjes

Wat je op de foto ziet is een ziekte die we gordelroos noemen. In die naam hoor je 'gordel'. Een gordel is een stevige band die je om je middel kunt dragen. Want kenmerkend voor gordelroos is dat je puistjes krijgt die als een band bij elkaar liggen. Meestal vind je die band op je buik of rug. Maar de huiduitslag kan ook op je arm, been of zelfs in je gezicht komen! Maar het is altijd maar op één van die plekken, dus niet op meerdere tegelijk. De puistjes jeuken en doen pijn, net als de huid rondom. Vaak heb je er koorts bij.



Nelson Tremus

Nelson Tremus behandelt mensen die gordelroos hebben. Dat doet hij op een traditionele manier die **skibi kolibrí** genoemd wordt. De persoon die de behandeling geeft, noemen we een **skibidó di kolibrí**. Nelson heeft de traditie geleerd van zijn oudoom. Deze man zag dat Nelson geïnteresseerd was en liet hem meekijken bij zijn behandelingen. Nelson voelde dat hij het ook kon en zo is hij al jong begonnen met 'kolibrí schrijven'.

## Gordelroos en waterpokken

Met gordelroos liggen de puistjes heel opvallend in een band bij elkaar. Ze komen nergens anders voor op je lichaam. Dat komt omdat **dat stukje huid met een zenuw in je ruggenmerg is** verbonden. Als je gordelroos hebt, is die zenuw ontstoken. De ontsteking voel je in de zenuwuiteindes in je huid! De zenuwontsteking wordt veroorzaakt door een **virus** van een kinderziekte die jij waarschijnlijk al hebt gehad: **de waterpokken!** De waterpokken gaan na een dag of tien weer over, maar het virus blijft 'slapend' in je lichaam achter. Want het virus verstopt zich in bepaalde zenuwcellen in je ruggenmerg. Dit virus kan (heel veel) jaren later weer wakker worden en gordelroos geven. Meestal gebeurt dat als je weerstand verminderd is, omdat je bijvoorbeeld een andere ziekte hebt. Oudere mensen krijgen het dan ook vaker dan kinderen.



Nelson Tremus vertelt hoe de ziekte gordelroos verloopt:

**“In de eerste fase krijg je koorts en pijnlijke puistjes.** Je huid wordt daar rood. Deze puistjes 'kruipen' over de huid: **in een paar uur tijd heb je er een paar centimeter puistjes bij!** Dit kruipen lijkt wel op de slingerende beweging van een slang. Dat heeft dan ook de Papiamentse naam aan de ziekte gegeven: **kolibrí is een kolebra, oftewel een slang!**”

**Weetje:** Als je waterpokken hebt, heb je verspreid over je hele lichaam kleine rode pukkeltjes. De pukkeltjes jeuken en je hebt koorts.



## Het verloop van gordelroos

Meestal blijft de gordelroos bij deze fase. Maar het kan zijn dat er verslechtering optreedt. Dan worden de puistjes groter en vormen ze samen blaren. Dat is de tweede fase. Als die blaren openbarsten, kan de ziekte gevaarlijk worden, vanwege infectie van de wond. Dat is de derde fase.



Nelson vertelt dat de **vierde fase** betekent dat de kolibrí alsmaar verder beweegt. “Dan ga je dood. Want het is te pijnlijk!”

## Ziek van gordelroos

De dokter kan je niet genezen van gordelroos. **Er bestaat geen medicijn tegen deze ziekte.** Je lichaam moet het virus dus zelf bestrijden. De dokter kan je paracetamol tegen de pijn voorschrijven, een zalf om de puistjes te laten indrogen en soms nog een virus-remmend middel. Gordelroos gaat meestal na twee of drie weken over. Heel soms blijven mensen lang last van pijn in de huid houden. Maar daarna krijg je nooit meer gordelroos. Toch komt het wel voor dat iemand sterft, terwijl hij of zij aan gordelroos lijdt. Maar die persoon sterft dan aan een andere ziekte die er al was, of omdat het lichaam al heel zwak was.

## Nelson biedt hulp

Het is natuurlijk heel frustrerend dat je gordelroos geduldig moet uitzielen. Sommige mensen hebben echt veel pijn! Dan kan Nelson hulp bieden. Hij helpt mensen met gordelroos door skibi kolibrí toe te passen. Deze methode wordt al generaties lang op Curaçao gebruikt! Er zijn nog maar een paar mensen die deze methode toepassen. We weten niet waar deze traditie vandaan komt. Maar wel dat hij ook op Bonaire en Aruba en in Venezuela voorkomt.



Nelson behandelt een patiënt

**Weetje:** Sommige mensen denken dat je inkt nodig hebt bij het kolibrí schrijven, omdat er vroeger met de kroontjespen en met inkt op papier geschreven werd. Maar inkt is juist niet goed volgens Nelson!

## Kolibrí schrijven

Nelsons instrumenten zijn een kroontjespen, alcoholdoekjes om de pen mee te ontsmetten en steriele handschoenen. **De behandeling bestaat uit drie onderdelen:**

### 1. Schrijven

Nelson zet de kroontjespen zachtjes op de puistjes of blaas en gaat... schrijven! **Dit schrijven in de aangetaste gebieden stopt de beweging van de 'sling'**, vertelt Nelson. Maar fijn is dit schrijven natuurlijk niet voor de patiënt. Juist heel erg pijnlijk! De hele behandeling duurt 10 tot 15 minuten, afhankelijk van hoe groot het gebied van de puistjes is. Als het een kleine plek is, bijvoorbeeld op een onderarm, dan is hij in twee minuten al klaar.

### 2. Bidden

**Belangrijker nog dan het schrijven, zijn de heiligen Jezus, Maria en Josef**, vertelt Nelson. Want het zijn deze namen die hij schrijft, terwijl hij telkens zachtjes deze namen uitspreekt. Het belangrijkste bij de genezing van gordelroos is dat hij **voelt hoe hij met deze heiligen verbonden is**.



“Direct na de behandeling is de pijn weg. De puistjes zullen indrogen tot droge, zwarte puntjes. Sommige mensen hebben na vier dagen nog pijn in een paar plekjes: daar zijn dan nog een paar puistjes 'levend'. Die zijn nog niet ingedroogd. Daar schrijf en bid ik dan opnieuw in.”

### 3. Drankje

Tenslotte moet de patiënt nog een drankje drinken. **Dat drankje wordt gemaakt van bladeren van de flor di sanger-plant.** Dit is een struik met kleine, groene blaadjes en met bloemetjes die eerst wit zijn en in de dagen daarna geel tot oranje kleuren. Elke dag giet je kokend water over drie grote blaadjes of vier kleinere blaadjes in een kopje. Je laat de bladeren een halve minuut trekken en haalt ze dan uit het water. Het lichtgroene **aftreksel** van de flor di sanger moet je warm en zonder suiker drinken. Dit doe je zeven dagen lang. Volgens Nelson helpt deze plant om je bloed te **zuiveren**.



“De genezing van gordelroos komt niet van mij, maar van Jezus, Maria en Josef. De heiligen werken door mij. Dat voel ik. Het gaat om het vertrouwen in de heiligen. Als de patiënt dat ook vertrouwen voelt, dan komt de genezing.”

## En, een rijk man geworden?

Nee, Nelson zal niet rijk worden van zijn werk als genezer. Want hij vraagt geen geld voor de behandeling. “Als ik geld zou aannemen, zou de ziekte bij mij komen! En dat wil ik natuurlijk niet. De beloning die ik krijg, is het voelen van de hulp van de heiligen tijdens de behandeling!”



Flor di sanger

## Wil je meer weten?



Als je Nelson Tremus wilt ontmoeten: vraag dan naar hem in Boka Samí (Sint Michiel). Nelson is niet alleen skibidó di kolibrí. Hij traint ook jongeren in het biljartspel op wereldniveau, geeft muziekles op de bas, quarta en gitaar, en organiseert zeilraces met microboten.



In Dinah Veeris boek 'Afrikantje en 99 andere kruiden' lees je meer over de flor di sangerplant.

## Opdracht 1.

### Genezen met gebed. Wat vind jij daarvan? Ga de discussie aan in de klas.

- ◆ Ben je voorstander van gebedsgenezing of juist niet?
- ◆ Waarom wel of niet?

### Plusopdracht. Wat is eigenlijk een virus? Waarin verschilt het van een bacterie?

- ◆ Zoek het antwoord op in je biologieboek of zoek op het internet met zoektermen 'virus en bacterie'.
- ◆ Presenteer je bevindingen in een rapport en presenteer dit aan de klas.

*Flor di sanger*



## Literatuur

Allen, Rose Mary (1989), *Plataforma nr. 6*. Over vijf kwalificaties van ziektes in traditionele, Curaçaose geneeskunst.

Boer, de Bart A. (1996), *Nos mata- i palunan. Onze Planten en bomen. Our plants and trees. Curaçao, Bonaire, Aruba*. Stichting Dierenbescherming Curaçao.

Brenneker, Pater. *Sambumbu* serie. Ook op: <http://sambumbu.com/>. Met duizenden anekdotes van over het vroegere leven van Curaçao, waaronder beschrijvingen van geneestradiities.

‘California School of Herbal Studies’ in de Verenigde Staten is waar Dinah Veeris een deel van haar opleiding volgde.

Cobelens, Agnes (2017), een artikel over 65 jaar kraamgeschiedenis sinds de eerste Kraamkliniek in 1952 op Curaçao werd geopend: op <http://www.knipselkrant-Curaçao.com/ingezonden-65-jaar-geleden/>.

Evenhuis, Ellen (1998), *Bonaire, daar ligt mijn navel! Een antropologische studie naar zwangerschap, geboorte en postnatale gebruiken*. Universiteit van Amsterdam.

Fundashon Lechi di Mama Korsou. *Lechi di baka ta pa yu di baka. I Lechi di mama ta pa yu di mama*. Curaçao.

Juliana, Elis (1988), *'Matrimonio i parto'*, Reports of AINAA No. 5. Curaçao.

Ledeboer, Filine en Judice, *'Back to the roots'*, DVD

Meeteren, van, Nicolaas (1947), *Volkskunde van Curaçao*, Drukkerij Scherpenheuvel, Curaçao

Reenen, Roland van (2016), *'Overweeg een Leven in Vrijheid'*, aflevering “Curaçao als laboratorium van hoe je met de natuur kunt leven” met Richenel 'Muz' Ansano en aflevering “Kruiden als spiegel voor de mens” met Dinah Veeris. Op YouTube.

*Revista Kas di Kultura nr 1* (2006, 27). Hierin een opsomming van literatuur over kruiden van Curaçao.

Santen, van, Laura (2013), *Een beetje van mijn vroedvrouw, en een beetje van mijn moeder. Een Antropologisch Onderzoek naar de Praktijken en Ervaringen Rondom Zwangerschap en Geboorte van Zwangere Vrouwen en Jonge Moeders op Curaçao*. Universiteit van Amsterdam

Schweitz, Marijke, *Alimentashon durante embaraso*. Voorlichtingsbrochure van Stichting Neutrale Wijkverpleging, Curaçao

Schweitz, Marijke, *Despues di parto*. Voorlichtingsbrochure van Stichting Neutrale Wijkverpleging, Curaçao

Schweitz, Marijke, *Kuido di beibi*. Voorlichtingsbrochure van Stichting Neutrale Wijkverpleging, Curaçao

Vlasblom, Rob (2012) *'Vaginale stoombaden: een gevaarlijke of heilzame traditie?'*, <https://www.soaaid.nl/nl/item/seksoa-article/vaginale-stoombaden-een-gevaarlijke-heilzame-traditie>

Veeris, Dinah (2006), *'Afrikantje' en 99 andere kruiden: Dinah Veeris, kruidenvrouw van Curaçao, deelt haar kennis en ervaringen omtrent kruiden*. Triangel Publicaties, Den Haag

Veeris, Dinah (1999), *Van amandel tot Zjozjoli. De geneeskrachtige werking en historische achtergronden van kruiden van de Nederlandse Antillen en Aruba*. Triangel Publicaties, Den Haag

Zanen van, G.E. (1969), David Ricardo Capriles, *student-geneesheer-schrijver Curaçao 1837-1902*. Assen

## Colofon

**Tekst en projectcoördinatie:**  
Wynne Minkes

**Grafische vormgeving:**  
Ariadne Faries

**Illustraties:**  
Ilse Koster (Island Illustrations),  
tenzij anders vermeld.

**Vertaling Papiaments:**  
Merly Augusta

**Foto's:**  
Wynne Minkes, tenzij anders vermeld.

**Redactie:**  
Esther Mietes (D7 archeologie).

**Digitale ondersteuning:**  
Rianne Hellings (Kuki+Ko)

**Financiering:**  
UNESCO,  
Prins Bernhard Cultuurfonds Caribisch Gebied en  
NAAM

© Stichting NAAM

## Met dank aan

Dinah Veeris (kruidengenezeres, eigenaar van kruidentuin Den Paradera op Bandáriba)

Richenel 'Muz' Ansano (energetisch genezer van de airu traditie en antropoloog)

Agnes Cobelens (vroedvrouw op Curaçao)

Sita Bernardina (voormalig vroedvrouw op Curaçao)

Nelson Tremus (skibidó di kolibrí, behandelaar van gordelroos)

Ieteke Witteveen (antropologe)

Rose Mary Allen (antropologe)

Jeanne Henriquez (directeur Museum Kas di Pal'i Maishi)

Merly Augusta (Docent Papiamentu, zangeres Curaçaose volksliedjes, lid van Grupo Trinchera)

## Verantwoording

**Voorpagina:** Foto Seru Bientu van Ariadne Faries

### Les 1. Yerbero. Genezen met kruiden

Foto's in achtergrond van Ariadne Faries (pagina 2, 12)

Foto's van Dinah Veeris en van de Kòpdó di sla zijn van de poster *'UNESCO and Cultural Heritage'*.

Informatie over e ta sabí-kind, het citaat over *'De natuur is zo rijk!'* en het citaat over het leren afstemmen op bomen komen uit het interview met Dinah Veeris door Roland van Reenen (2016), serie *'Overweeg een Leven in Vrijheid'*.

Informatie over kwakzalvers en politieoptreden komt van Dinah Veeris in de DVD *'Back to the roots'* van Filine en Judice Ledeboer.

Informatie over de behandelmethode van de kòpdó di sla komt van Dinah Veeris en Eveline Velthuijsen.

### Les 2. Airu. Genezen met energie

Illustratie van energiewisseling door Stellar Tsang.

Informatie over het niet kappen van grote bomen komt uit het interview met Richenel 'Muz' Ansano door Roland van Reenen (2016), serie *'Overweeg een Leven in Vrijheid'*.

### Les 3. Partera. Babyzorg voor en na de geboorte

De informatie over Capriles' oordeel over 19e eeuwse vroedvrouwen komt uit G.E. van Zanen (1969). *'David Ricardo Capriles, student-geneesheer-schrijver Curaçao 1837-1902'*.

Informatie over sodó komt uit Vlasblom (2012).

Borstvoeding, oude logo van Fundashon Lechi di Mama Korsou, ter promotie van borstvoeding.

Echo-foto van een 12-weeken oude foetus. (Foto Irene Meulenberg).

Zwangere vrouw en pasgeboren baby (foto's van Marlène Brave).

Informatie over theekruiden en foto van kontra-kralenketting (Laura van Santen, 2013, 51).

Informatie over het woord 'oyada' komt uit Meeteren (1947, 175)

Kontra en blauwsel (Foto van *'UNESCO and Cultural Heritage'* poster).

Kontra en de hanger van een vuistje (Foto van NAAM).

Informatie over de mal airu en serena komt van Elis Juliana (1988), van Meeteren (1947) en Laura van Santen (2013).

### Les 4. Skibidó di Kolibrí. Genezen met gebed

Foto's Nelson Tremus in behandeling met kroontjespen (*'UNESCO and Cultural Heritage'* poster).

Informatie over gebieden waar de traditie van skibi kolibrí voorkomt, is van Richenel Ansano.