

Labiano: Estudio etnográfico-histórico

I. Etnografía – Estudio inicial

M.^a PILAR OLAGÜE

1. Labiano es una pequeña población de la provincia de Navarra, se encuentra a 42° 45' de latitud norte y a 1° 33' de longitud oeste, y a una altura de 512 metros sobre el nivel del mar.

Junto con él, Mutilva Baja, Mutilva Alta, Tajonar, Zolina, Góngora, Ilundain, Laquidain y Aranguren integran el «Valle de Aranguren».

Este valle se encuentra al sureste de Pamplona, bordeado de los montes o sierras de Tajonar y de Aranguren en forma de semicírculo, y, a pesar de limitar con la capital de Navarra, pertenece a la Merindad de Sangüesa y, por lo tanto, está inscrito en el partido judicial de Aoiz.

2. Labiano limita al norte con Badostain (Valle de Egüés) y Aranguren; al este con Góngora; al sur con Cemborain (Valle de Unciti) y Andricain (Valle de Elorz); al oeste con Zolina y al suroeste con Elorz y Zulueta (ambos del Valle de Elorz).

3. Tiene una extensión de 699 Ha, 83 a. y 2 ca.; y, de éstas, figuran en Catastro como *comunales del pueblo* 28,07 Ha de labor, 78,62 Ha de pasto y 96,22 Ha de arbolado; pinos, hayas, robles y chaparros...

4. a) Nuestro pueblo está accidentado por su parte suroeste en línea suroeste-sur, por la Sierra de Tajonar, que alcanza una altitud de 757 metros para descender al sur donde comienza la Sierra de Aranguren y que sigue la línea sureste-noreste para torcer hacia el oeste.

La parte más alta de esta sierra en Labiano le corresponde a la denominada «Peña», llamada así por ser una serie de rocas sobrepuestas a modo de grandes losas, que están rodeadas de árboles y se encuentran, en un trozo, desnudas de vegetación. Este punto, culminante alcanza una altitud de 881 metros.

Ambos montes o sierras, al unirse sufren una inclinación llegando a formar un paso natural, entre el valle de Aranguren y el de Elorz, denominado «La Solla».

4. b) El agua, y por lo tanto, los grandes manantiales escasean en nuestro pueblo. Las fuentes que afloran son pocas y, además, en años de sequía, la mayoría no dan agua o muy escasa.

La fuente principal del término se halla en el casco urbano; en su pared, construida en arco, podemos leer la fecha de su edificación: 1514. A esta fuente hemos ido a buscar el agua hasta el año 1960 en que se inauguró el servicio en las casas, trayéndola de Aburdi. Años más tarde como era insuficiente su caudal, se añadió el agua de las fuentes del Hayedal y de Gorbel, hoy también escasas para el consumo actual.

Otras fuentes conocidas son: la del Batueco (hoy desaparecida, aunque es verdad que nace varios metros más arriba, agua de sabor muy sosa, pero no con el característico olor de la fuente que existía a comienzos de siglo. Su sabor soso se debe a que nace en tufa). La Comporta; la del Junqueral; la de debajo de Escoriz; la de la Revuelta; «La Fuentica»; la de Zarluz, la del Apazoco, Iturriberri, la de Solla, la del Mendegui,...

En el subsuelo sí que encontramos agua a pocos metros de profundidad en la parte del Soto. En el casco urbano existen algunos pozos que conservan siempre agua, algunos muy profundos como el de la casa del tejedor, el de la casa del cuartel, el de la abadía, y (el más importante) el de la «Fuente del Burro».

Aquí podemos destacar el «Bum-bum». Este nombre onomatopéyico se debe al ruido subterráneo que surge cuando llueve de tormenta, bien sea por el agua, bien sea por corrientes de aire, si la cantidad de agua caída es grande, esta sale del agujero a borbotones y cesa de salir al poco rato de la tormenta o terminada la lluvia.

4 c) El drenaje más importante que tiene nuestro pueblo es el río Sadar, que pasa por el término en dirección noreste-oeste. Su caudal es muy escaso, tanto que la mayor parte de los veranos se seca o lleva una mínima cantidad de agua. De menor importancia es la regata Lamiturri, que sigue un curso paralelo al Sadar.

5. Debido a que Labiano se encuentra en la Baja Montaña de Navarra y, dentro de ésta, en plena cuenca de Pamplona, tiene un clima de transición, entre la parte húmeda y la parte continental con influencia mediterránea.

La estación más lluviosa es la primavera, no por la cantidad de lluvia caída (en lo que destaca el invierno), pero, sí, por el número de días lluviosos. La estación más seca es el verano y, en parte, el otoño.

El verano es caluroso, pero no extremado, debido a que, con frecuencia, sopla el viento norte (Cierzo) amainando el calor. El invierno ofrece precipitaciones y algunas heladas que persisten hasta muy entrada la primavera.

La lluvia según algunas observaciones hechas es bastante menor que en Pamplona capital, mientras que, en los alto de la Peña, llega a ser de 900 a 1000 mm, superando la lluvia caída en Pamplona.

6. Labiano comunica con Pamplona por medio de la carretera que recorre, casi en forma de círculo, el valle. Antes lo hacía por el camino de Pamplona.

Por este mismo camino se comunicaba con Badostain y con las Mutilvas; hoy este viejo e importante camino se halla cortado por la «Balsa de la Zolina».

Con Huarte se comunica con el camino de Olaz, hoy desaparecido como tal. Comunica con Aranguren y con Ilundain por carretera, mientras que antes lo hacían por los dos caminos que conducían uno a cada pueblo y que ahora han desaparecido; con Góngora hoy lo hace por la carretera que sigue, en gran parte, el trazado del camino antiguo.

Subsisten todavía los antiguos caminos de Cemborain y Elorz-Monreal, que dan acceso a una zona de gran belleza paisajística y de gran riqueza ecológica.

7. a) Geológicamente está formado en el Cenozoico, en la Era Terciaria, en el periodo Eoceno medio y superior, en el que se formaron las margas (tufas) con niveles de areniscas calcáreas.

Al observar nuestras tierras, nos damos cuenta de la gran diferencia que existe entre ellas.

7. b) La sierra de Tajonar (que en Labiano se llama al monte de Zulumbe, de Chaparral —Chapardía—, de Arbide y de Mendegui) está formada a base de sedimentos litorales, destacando las areniscas, que son rocas formadas por granos de arena cementados entre sí. La laderas de esta parte están muy erosionadas, sus tierras son de poco fondo y, con frecuencia, afloran las losas y las piedras, que abundan. En la parte más baja, debido a la acumulación de la tierra arrastrada, es fértil y permeable.

7. c) En el monte de la parte sur, Hayedal y Aburdi, que termina en el Alto de Góngora a pocos metros de la muga que une y separa Cemborain-Góngora-Labiano, puede apreciarse el paso del Eoceno al Oligoceno. Las laderas son margas y areniscas, predominando, al comienzo (Solla y Hayedal), las areniscas, por lo que la subida al monte es suave. A partir de la mitad, avanzando hacia Góngora, comienzan a sobresalir las margas produciendo barrancos profundos y grises, a la vez que observamos pequeños llanos, a modo de terrazas, debido al fallido del terreno; a este término lo denominamos «El Cerro» o «Los Ristros». Su nombre anterior era Aldapa. Este panorama visto desde la carretera parece una escalera de grandes peldaños, rota a veces por los barrancos o cárcavas, que cada vez son muy profundos.

La subida al monte en directo se hace imposible hasta pasada la muga de Góngora.

7. d) Al norte del pueblo, así como al este y oeste a partir del casco urbano y a menos de 200 metros de éste, las tierras son llanas y mal drenadas. Debido a la cantidad de arcilla que presentan, sólo las tierras de la parte llana y cerca del río son arenosas; por lo tanto, permeables.

Las laderas que podemos contemplar desde el pueblo son margas con muy poca y escasa arena. Las tierras más al norte del término son más arcillosas y peor drenadas.

7. e) En la parte oeste, está el término denominado «Bojeral», zona rocosa a base de rocas areniscas formando losas con bancos de calcarenitas, lo que hace que el roquedo sea duro y persistente a la erosión, además de poseer una pequeña vegetación que recubre la roca.

7. f) El casco urbano del pueblo se halla situado, en su mayor parte, sobre roca en un pequeño glacis formado al fondo de las laderas de los

montes que lo bordean y en línea directa con la parte más baja de éstas, lo que origina que el bochorno, cuando sopla fuerte, penetre entre ambas sierras como un cañón, produciendo, con frecuencia, algunos daños:

8. La vegetación es la propia de esta zona de la Baja Montaña de Navarra; así, encontramos en el bosque quejigos, roble peludo, híbridos de ambos, haya, pino royo y pino laricio.

En el sotobosque hay espino albar, gurrillón o manzanicas de pastor, arce, enebro, endrino o pacharán o arañón, avellanos, ollagas, zarzas y hasta carrasca en la parte más al oeste del monte.

Por la variación tenemos un bosque mixto.

Fuera ya del arbolado encontramos helecho, espliego, tomillo, ilarraca, etc.

En cuanto a plantas herbáceas, hay fresas, hiedras, te, violetas, aros, grama, gebos, cardos, ciapes, etc.

Otros árboles que encontramos son olmos principalmente; los encontramos en el casco urbano y sus alrededores, así como en el soto, donde todavía queda algún ejemplar. Antes abundaban también los fresnos; hoy son contados los que quedan. Tenemos chopos en las orillas del río, en la Ibañeta y a la vera del camino de Pamplona. Actualmente crecen pequeños árboles (nuevas plantas) en las orillas de los caminos, que nos harán sombra dentro de unos años; asimismo, tenemos plátanos jóvenes en todo el pueblo.

Los árboles frutales son escasos, pero son muy buenas las perspectivas por las actuales plantaciones. Sobrevive sólo una viña: la de hospitalecoa, situada en Mansoain. La Filoxera, en el siglo pasado, y la Concentración Parcelaria, hace unos años, han dado al traste con las demás, que eran bastantes.

Entre los frutales existentes enumeraremos ciruelos, nogales, perales, manzanos, membrilleros, higueras, etc.

En cuanto a plantas micológicas (hongos, setas), podemos encontrarlas en el Zulumbe, Chaparral, Arbide, Solla y Hayedal, principalmente.

Es curioso observar cómo a causa de la tierra húmfera donde crecen, estas plantas tienen un verdor oscuro. Entre ellos tenemos algunos comestibles como son: boleto cetrino o bey-ondo, champiñón silvestre urdintxa o perretxiko, la pardilla o illarraca, la negrilla. Entre las venenosas esta la amanita de primavera o falsa oronja, boleto pie rojo amargo y amanita phaloides u oronja verde.

9. La fauna es variada, aunque no abundante; podemos encontrar ejemplares de: zorro, jabalí, conejo, tejón o tajudo, liebre, perdiz, codorniz (en verano), ardilla o katagorri, gato montés, ginetas, lagartos, víbora aspid, algunas culebras como la de la escalera, erizos, topos, paniquesas, caracoles (principalmente de caparazón amarillo), ranas, sapo común,...

La fauna doméstica hoy está reducida a ovejas churras y rasas, vacas suizas y frisonas, conejos, pollos, gallinas y algunas cabras. Ha desaparecido totalmente el ganado caballar, mular y asnal, así como los bueyes..., debido a la mecanización del campo.

Lo más característico es la variedad de aves que viven en nuestro bosque. Entre las rapaces, que muchas de ellas anidan en la parte más frondosa, tenemos: águila calzada, águila culebrera, milano negro, milano real, halcón común, halcón ábejero, cernícalo, alimoche, galforro, aguilucho pálido.

En primavera principalmente, además de los citados, encontramos pájaros como el cuco, tordo o estornino, zorzal o malviz, mirlo, ruiseñor, carbonero, cardelina, papirrojo o papigorri, portalanzuri o engaña pastor, pinzón o txonta, abubilla o gallico San Martín, golondrinas, alondra, avión escribano y otras.

Con frecuencia, durante todo el año o parte de él, son los cuervos, chovas y urracas o picarazas, así como algunas lechuzas.

10. a) Nuestro pueblo está habitado actualmente por unas 70 personas cuyo número se incrementa los fines de semana. Todos ellos hablan el castellano, aunque es corriene que, en nuestro vocabulario, encontremos muchas palabras del euskara.

Es un pueblo disperso, amplio y con dos núcleos urbanos llamados, uno, Labiano «El pueblo», y, otro, «Villavacoiz», comúnmente denominado «El barrio».

10. b) Las casas son de piedra, más bien bajas, con paredes gruesas de 50 a 80 cm. Constan de planta baja y 1^{er} piso; sólo hay una casa con una segunda planta: la de Albeitar.

Están separadas unas de otras, salvo aquéllas que fueron añadidas para algún miembro de la familia, entonces residente en la casa. Son generalmente grandes, miden entre 120 y 380 m². La mayoría fueron construídas o rehechas en el siglo XVII y XVIII y en ellas han vivido una, dos o más familias.

En el siglo XIX se construyó la casa de Munárriz y la de Albeitar.

En la primera mitad del siglo XX se edificaron tres casas: la de Larraya, la de los Carpinteros y la casa-granja de Ibarrola.

La Abadía o casa parroquial fue construída en el siglo XVIII, así como la ermita dedicada a San Pablo y a la reina Santa Felicia.

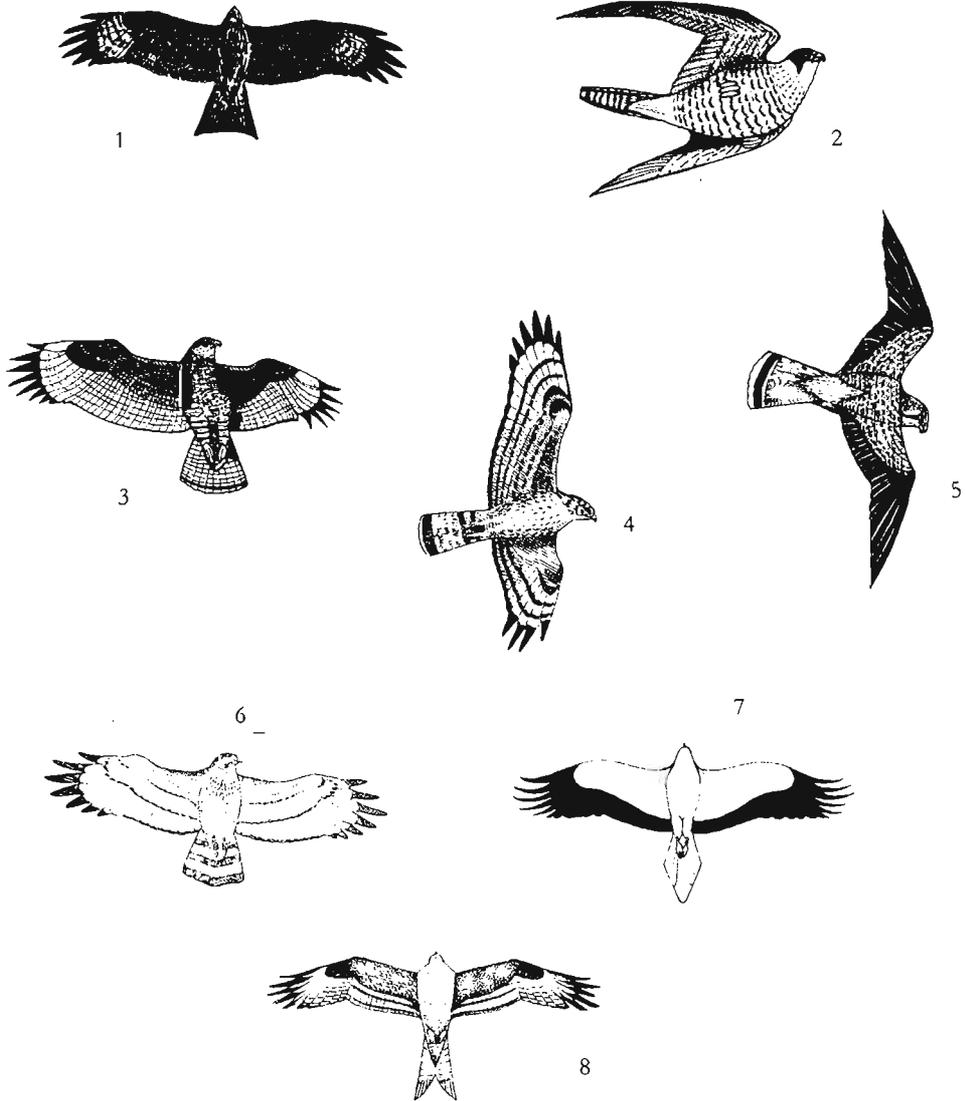
La mejor obra artística es la Iglesia Parroquial, del siglo XII, obra románica con su torre fortaleza.

Existen, entre los edificios a destacar, las torres que hacían de granero en su 1^a planta, de pajar en la 2^a, y de palomar en su 3^a planta. Tal estructura y (dos de ellas también) funciones conservan todavía la torre de Arcicoa, la de Echeverría y la de Munárriz.

Del siglo XVI (1514) tenemos una pequeña obra, o mejor, un pequeño conjunto de obras: la fuente, el ascaluz y el lavadero.

Recientemente se han construído algunos chalets, se han transformado y restaurado antiguas casas, predominando el buen gusto.

10. c) Labiano tiene dos calles paralelas con dirección norte-sur y a ambos lados están las casas, a excepción de las casas que dan principio y fin a la calle. Unas casas están orientadas al sol saliente (oriente) y otras al sol entrante (poniente). Estas dos calles se llaman «La Plaza del Concejo» y



- | | |
|------------------------|-----------------------------|
| 1. Milano negro | 2. Halcón común |
| 3. Galforro o Ratonero | 4. Halcón abejero |
| 5. Cernícalo | 6. Aguila culebrera |
| 7. Alimoche común | 8. Milano real ¹ |

1. Cfr. J. Elosegui Aldasoro y F. Pérez Ollo, *Navarra, Paseos naturalísticos I*, Caja de Ahorros de Navarra, Pamplona 1981, p. 25 y ss.

G. Bologna, *Ucelli*, Mondadori; Milano 1978, p. 30 y ss.

«La Fuente». Solamente queda alguna casa orientada al norte y alguna otra al sur.

En el barrio de Villavacoiz, las casas están diseminadas y la calle se denomina «De la Reina»; su orientación es de dos al norte y dos al sur; otras dos construcciones orientadas a poniente fueron demolidas.

10. d) La distribución de la casa se está cambiando totalmente. En aquellas que el albañil no ha entrado con su piqueta y paleta, podemos observar que tienen espaciosas habitaciones con escasa luz, debido a sus pequeñas ventanas y poca altura. También comprobamos que no existían pasillos, sino que, de una habitación se pasaba a otra. Las dependencias eran amplias y el número escaso. En la actualidad las casas constan de pasillo, el número de habitaciones es mayor y de menor tamaño. Todas estas dependencias: cocina, despensa, baño, sala y dormitorios se encuentran en la primera planta. Hoy la planta baja está dedicada a graneros y a algunos animales. Antes de llegar la mecanización del campo, los graneros estaban en la 1ª planta de la torre; y en la planta baja de la casa, los animales de labor, la bodega y los otros animales (ganado de carne).

Los tejados de las casas están distribuidos generalmente a cuatro aguas. Tienen teja amarilla, seguramente cocida en la tejería que hubo en el soto, en el término denominado «Tellería».

La pieza más importante de toda la casa es la cocina; estas casas tenían fogón: primero en el centro y, después, desplazado a un lado, que terminaba en una gran chimenea. En la cocina, que sigue siendo el espacio más acogedor, encontrábamos el fogón con el llar (cadena de hierro que colgaba de la chimenea), la plancha del fogón o subazterreco burnia, el fuelle, los zondokos (soporte para ollas), los morillos o suburnik, el asador o gerren, el soporte o txakur, los trébedes o hiruzangok, la espetera, el almirez o almeriz, el escaño (banco lateral del fogón), el armario aparador, el calentador, el brasero, el candil, la herrada, la tinaja, el molino de café, la chocolatera o xokolate untzia, la cesta o zare, la plancha y los días de la colada, la churrura, donde se colocaba la ropa blanca, por encima una tela y una capa de ceniza. Se le echaba agua por encima de la ceniza hasta que permeaba toda la ropa y caía por el colador; así, durante dos horas, aproximadamente, siempre dependía de la cantidad de ropa. Con esta agua (lejía a base de ceniza) lavaban el resto de la colada.

10. e) Las vigas del suelo y tejado eran de roble, así como las tablas del suelo; éstas eran anchas y clavadas con unos clavos hechos por los herreros largos, gruesos y con forma de pirámides cuadrangulares con cabeza redonda. Las puertas eran macizas de tablas de unos 2 cm. de grosor, las ventanas eran del mismo material, también macizas y tenían ventanillos (rectangulares de 15 x 10 a 20 x 25 aproximadamente con su pequeña puerta). En la planta baja las ventanas eran muy pequeñas y en algunas casas a modo de saeteras.

10. f) La puerta principal es amplia; generalmente, doble, y con un picaporte o klisketa.

10. g) Se alumbraban con carburo hasta el día 5 de enero de 1914 en que la Electra de San Vicente echó la luz a Labiano.

10. h) Las casas hoy se nombran, en la mayoría de los casos por el

apellido del cabeza de familia; en algunos casos por el nombre histórico, como Arzikoa, Antonena, Hospital, Salvato (rena), y, a veces, por el oficio que desempeñaban sus habitantes: herrero, tejedor, etc.

11. En la actualidad han surgido algunas edificaciones más en las cercanías del pueblo; las más importantes son: un polideportivo en Iturburu (encima de la fuente), una granja de ganado porcino en Mirizabal (Bidezabal), una granja de conejos en Mendegui (Mindegui), así como un aprisco y una bajera junto con una pequeña casa en el Pasaje (camino de Zolina), y un refugio en el camino de Monreal.

12. a) Los hombres se dedicaban a la agricultura y ganadería (ovejas); además, en las casas, criaban conejos, gallinas y cerdos principalmente. Los sábados iban a la capital a vender sus mercancías: huevos, pollos, gallinas, conejos y corderos, así como también entre semana llegaron a llevar paja y grano.

Hoy, algunos jóvenes alternan el trabajo de la fábrica y el trabajo del campo. Otros solamente este último.

Los cultivos corresponden al clima propio de la Cuenca, que es cerealista de trigo, cebada y avena en régimen de secano, y, alternativamente, de menuciales, principalmente de veza.

Antes se cultivaban siempre las tierras en el régimen de barbecho. Hoy, debido a los cereales de ciclo corto y a la abundancia de abonos, se siembran todos los años.

En cuanto a las tierras denominadas del monte hoy no se cultivan por lo costosas que son, por la gran cantidad de piedras y por su poca productividad como consecuencia de la falta de fondo.

Los cultivos de patata, maíz, habas, prácticamente han desaparecido, ya que el cereal y también algunas leguminosas han absorbido la producción agrícola por realizarse de manera extensiva.

No existe realmente regadío, a excepción de pequeñas huertas que atienden con esmero cada una de las familias.

13. Nuestro pueblo ha tenido sus costumbres peculiares, de las que nuestros mayores nos hablan con orgullo, pero que, tal vez, al menos en parte, han desaparecido. Aquí se recogen las más importantes, que iban teniendo lugar a lo largo del año y que solían ser, casi siempre a la vez, religiosas y profanas.

Siguiendo el calendario litúrgico, partimos del Adviento-Navidad. Durante el Adviento, se rezaban diariamente, en familia, «las cuarenta avemarías». El día de Nochebuena se reunía la familia para cenar. Pero antes, se procedía ritualmente a echar los troncos al fuego. Comenzaba el cabeza de familia diciendo: «Para que el Niño Dios se caliente» y echaba un tronco; luego echaba otro para San José y otro para la Virgen y, después, para él diciendo: «Salud para otro año»; a continuación colocaba cada uno de los miembros en orden cronológico. Si se encontraba algún forastero, o que no era de la familia, también lo hacía en el lugar correspondiente a su edad, no había diferencia alguna. A las doce, acudían a «misa de gallo». Al amanecer, los auroros cantaban la aurora correspondiente a ese día en los lugares de costumbre. Así lo hacían los días más destacados del año; como el día de la Patrona, cuando se moría alguno, etc...

En este día era costumbre almorzar sopas de sebo o de pastor.

13. b) El día 25 de diciembre por la tarde, después de las Vísperas o Rosario en la Iglesia, se reunían los jóvenes (mozos) en la taberna y echaban cada uno, un pequeño trozo de turrón a un vaso grande y después lo repartían de nuevo, esto era un símbolo de unión. A continuación se nombraban los mayordomos. Estos eran dos, los siguientes en edad a los del año anterior; en caso de que alguno de ellos tuviese luto (algún familiar cercano muerto en un tiempo menor de un año) le respetaban y lo hacía el siguiente.

Este nombramiento lo celebraban con un brindis de vino, cuyo vaso debían beberlo de un trago.

El día 26, a la mañana, los mozos salían por las casas, las familias les obsequiaban con txistorra, nueces, queso, etc. y por la tarde comenzaban a preparar las fiestas patronales.

El día 5 de enero, antes de cenar se echaba el reinado, que consistía en ir asignando una carta de la baraja para cada uno, primero decían: «Para Dios, para la Virgen y para San José» y a continuación comenzaban a distribuir las alrededor en orden de edad, hasta que salía el rey de espada, este sería el rey o reina por un año. A continuación con cencerros, cuberteras etc. se salía a las ventanas y balcones y se gritaba «Viva Dios, viva la Virgen y viva... que ha caído rey» (o reina).

Hoy el reinado ha quedado suplantado por el rosco.

El día 17 de enero, se celebraba la fiesta de San Antón, por lo que los animales (bueyes, caballos, etc.) no trabajaban; toda la labor de este día se hacía prescindiendo de ellos. Después de misa, uno de cada casa acudía con las caballerías al atrio de la iglesia donde aquellas eran bendecidas por el Párroco.

13. c) El día 20 de enero «Festividad de San Sebastián», se celebraba por todo lo alto. Después de Misa uno de cada casa, a poder ser el cabeza de familia si era hombre o, en su lugar, el mayor de los hijos, acudía a la Junta o Batzarre. «Eran las cuentas del pueblo». Terminadas éstas, tenían una comida de Hermandad en casa del Alcalde o en la taberna. El día 1 de febrero, al anochecer, se hacía una gran hoguera en frente de la Iglesia a la vez que se echaban a vuelo las campanas para anunciar, de víspera, «El día de la Patrona».

Estas fiestas patronales duraban 3 días (2, 3 y 4) y revestían gran solemnidad. Los parientes llegaban a todas las familias, hermanos, hijos, primos, nietos, sobrinos etc. Era una forma de reunirse los familiares más cercanos, pues, a pesar de que las distancias eran cortas, los medios de comunicación eran pocos y malos, debían hacer los viajes andando o a caballo.

Por las mañanas (en los tres días) los mayordomos y algunos jóvenes acompañaban a los músicos por el pueblo que iban tocando «las dianas».

La juventud se reunía para bailar, charlar, etc. y nuestros hombres jugaban a cartas, principalmente al ilustrado (mus), mientras que las amas de casa, preparaban exquisitas y abundantes comidas.

El tercer día la juventud acudía a la Ermita y ofrecía una misa por los difuntos.

Después de la Misa, los mozos recogían gallinas que les eran entregadas por las mozas. Con aquellas y algún cordero, preparaban la comida del 4.º día de fiestas, en casa del primer mayordomo.

El tercer día por la tarde celebraban el día de los casados. Aquellos señores nacidos en las últimas décadas del siglo pasado, salían ataviados con sus mejores galas a bailar la jota (era su único baile) y, así, concluir las fiestas.

Las mozas, al llegar estas fechas, preparaban los piperropiles que daban a los mayordomos y a algunos de sus mozos predilectos. Los piperropiles eran una especie de pastas a modo de los actuales bollos suizos.

El martes de carnaval después de comer, los mozos dirigidos por los mayordomos, salían por las casas a recoger huevos, tocino, txistorra, dinero, etc. para realizar una cena en común.

A mitades de este siglo, esta cena fue trasladada al domingo de carnaval y, en la actualidad, al sábado.

Nuestro pueblo vivía intensamente la Cuaresma: había Misa diaria muy temprana, catequesis para adultos todos los domingos de Cuaresma y todos los días para los niños. Así se preparaban para la gran fiesta de Pascua.

Todos los viernes de Cuaresma, al anochecer, en la iglesia se rezaba el Rosario y, a continuación, se cantaba el Miserere. Entonces entraban los entunicados con las cruces (mozorros) en número de 14. Iban descalzos, con su Cruz al hombro y se ponían en fila; luego, salían y recorrían el pueblo; volvían a la Iglesia y guardaban las cruces en el Monumento (edificio anexo a la Parroquia, hoy desaparecido).

El domingo de Ramos llevaban a bendecir ramos de sauce común (zumarikas). Estos los guardaban hasta el 1.º Domingo de Mayo. En este día hacían cruces, tantas como piezas tenían y alguna más. Con la vela de jueves Santo echaban 5 gotas a cada Cruz en la parte que pelaban en la madera y las repartían después por las piezas para que les librase de las malas tormentas. Siempre dejaban alguna en casa.

Existía en Labiano una cofradía denominada «De la Vera Cruz», la cual se encargaba de preparar la Procesión del jueves Santo (El Viernes Santo acudían a Pamplona). Esta procesión tenía a los cruceros o mozorros y los pasos de la «Soledad», «El Cristo alzado y dos Nazarenos», «Jesús con la cruz a cuestas» y «La oración del Huerto».

Eran portados a hombros por los hombres y jóvenes del pueblo por el siguiente itinerario: Salían de la Iglesia, por el camino del lugar, por la Ermita, por el camino Góngora, por el camino del Mocarte ancho salían a la Plaza, subían el Calvario y de allí por la fuente, por delante de casa Echeverría, por casa de Mendikoa, por las eras a la Iglesia. Este mismo trayecto hacían los entunicados todos los viernes de Cuaresma.

Desde el jueves Santo al Domingo, las campanas no sonaban. Avisaban a los actos litúrgicos los niños del pueblo con sus tabletas y carracas. Estos instrumentos de madera, muchos de ellos caseros, eran también utilizados el lunes, martes y miércoles santo en los Maitines (oración que se hacía en la Iglesia al anochecer).

Los niños, cuando recorrían el pueblo avisando a la oración del día, cantaban:

«Arca cerrada, Divino secreto, está Jesucristo cerrado con llave, con llave como un hombre muerto, muerto sin culpa y sin merecerlo» «A los oficios, a los codicios, a las trompetas y a romper las puertas».

El día de Jueves Santo era la mayor fiesta del año. Para ello adornaban la Iglesia de manera extraordinaria, colocaban un Sagrario en el lugar más propicio y junto a El, jarrones, flores, y velas. La juventud (mozos y mozas) contribuían con dos velas hermosas y dibujadas en colores que las colocaban a ambos lados del Sagrario. En este día todos, mujeres y hombres, jóvenes y niños, lucían los mejores trajes y alhajas que tenían; sacaban de las arcas (kútxas) sus trajes antiguos, peinetas, broches, gemelos, guantes, collares, pendientes, etc... para lucirlos en este gran día.

Otra costumbre era el hacer rogativas, entre ellas tenemos: el día 26 de Abril festividad de San Marcos, iban a la Ermita; el día 3 de mayo y más tarde (mitad de este siglo), el 1^{er} domingo de Mayo, al alto de Zulueta donde celebraban la festividad de «La Santa Cruz».

El día 15 de Mayo sigue todavía celebrándose la festividad de San Isidro Labrador. En este día llevan al Santo al hombro por parte del pueblo. El sábado víspera de la Trinidad, se iba en rogativa a San Juan de Zolina; después de la Misa se bajaba a almorzar a Zolina y se volvía, a continuación, en procesión al pueblo.

Las rogativas del alto de Zulueta y la de San Juan dejaron de hacerse alrededor del año 1960.

El domingo de la Trinidad los mayordomos se encargaban de ir a Gónzora a pedir ramas de fresnos, para «hacer la enramada» (arco de ramas) sobre la puerta de la Ermita, una vez que esta fue restaurada, alrededor del año 1950, ponían un arco cerca de la puerta sobre la carretera. Al día siguiente lunes, traían las ramas, hacían el arco y las jóvenes (mozas) hacían una corona de flores que la colocaban en el centro de la enramada.

Durante la mañana del lunes, llegaban al pueblo desde muy temprano, los fieles del valle con las cruces Parroquiales cantando las letanías (rogativas).

Una vez celebrada la Misa Mayor se despedían y volvían a sus pueblos. Era costumbre que antes de la Misa Mayor almorzase cada pueblo en una casa diferente del pueblo, donde dejaban sus caballerías con las alforjas y las botas de vino.

El martes de la Trinidad seguimos celebrando la festividad de Santa Felicia. En la actualidad éste es el día en que vienen en rogativa todos los pueblos del Valle en lugar del lunes.

El jueves «Día del Corpus» continuamos engalanando las calles y las casas para la Procesión que todavía se realiza (1982). Por el camino que recorre la procesión se echan principalmente juncos y en casa Izco colocan un altar con la imagen del Corazón de Jesús. Allí la Procesión hace un alto, los niños echarán flores cuando el sacerdote con la Custodia portadora del Sacramento dé la bendición a todos los asistentes.

El domingo después de la festividad del Corpus es el día de la Romería, como la llamamos. Acuden familiares, fieles devotos y otros que llegan a pasar un día tranquilo y alegre. En este día los puestos ambulantes de dulces, helados, caramelos (chocheras) son los primeros en llegar.

En víspera de San Juan, se hacían hogueras. Parece resurgir de nuevo esta costumbre. Según sus creencias, las verrugas después de saltar 3 veces la hoguera y echarse en un campo de avena desaparecían.

En el verano, hoy, la recogida de la cosecha es sencilla, pues las cosechadoras la han hecho fácil y poco costosa. Antes, el verano era la estación más dura, en la que verdaderamente se trabajaba; había que segar la mies, amontonarla y por fin trillarla en las eras día a día en las parvas que después eran aventadas para separar el grano de la paja y entrar cada uno a sus respectivos lugares. Hoy, gran parte de las cosechas van directamente del campo al almacén o a la fábrica.

Desde 1952, después del verano, el 2.º domingo de Septiembre se celebran las fiestas parroquiales en lugar de hacerlo en Febrero.

Durante los meses de mayo a septiembre, pasaban por nuestro término, por el camino llamado cañada, grandes rebaños de ovejas guiadas por chotos y algunas veces por algún borriquillo; era digno de ver cómo nuestros campesinos iban a contemplarlos y charlaban con los pastores. Les invitaban a un trago y pagaban el derecho por pasar por el término. Les cobraba el Alcalde o cualquier otro vecino en su lugar. Pagaban la guía y el tanto por ciento ¹. A nosotros de niños nos gustaba ver cuando pasaban los pastores por el pueblo, puesto que siempre había algún pastor que se desviaba. Así podíamos contemplar aquellos ejemplares extraordinarios de cencerros o esquilas que siempre llevaban las reses que iban en cabeza.

La festividad de Todos los Santos era otra de las fiestas celebradas con gran solemnidad. Al día siguiente, «Día de las almas», en la Misa ofrecían pan, cada ama de casa llevaba en un canastillo un trozo, que era entregado al celebrante en el Ofertorio. A mediodía todos los niños acudían a la puerta de la Iglesia a recoger «El Pan de las Almas». Se repartía el pan recogido entre todos los asistentes y a los niños enfermos o personas más necesitadas.

Otro de los Santos venerados por nuestro pueblo era Santa Bárbara el día 4 de Diciembre.

14. b) Nuestros labradores después del verano trabajaban en el monte cortando árboles (epaiz), para poder tener leña en el invierno y poder calentarse en el fogón.

Nuevamente después de varios años que no se hacía, han comenzado a realizar estas operaciones.

Durante todo el año, hay trabajos que se realizan en auzolán, como arreglar caminos, plantar árboles, podarlos, hacer cunetas, etc. Todas las familias del pueblo deben hacer estos trabajos gratis o casi gratis, puesto que el jornal a cobrar son dos litros de vino por día de trabajo.

15. En cuanto a las diversiones de nuestro pueblo, éstas han cambiado totalmente; sólo perviven algunas como el juego de la pelota y juegos de cartas, principalmente el mus.

El rebote fue construido el año 1906. Constaba, y consta, de frontis y de suelo de arena, hoy de cemento. Hoy se halla estropeado esperando que de un momento a otro nos lo arreglen.

1. La guía era a peseta por día y un real (0,25 pts.) por cada 100 ovejas.

Existe un frontón cubierto a pocos metros del centro, al que tienen acceso todas las personas del pueblo que deseen jugar a pelota.

Nos cuentan cómo, a principios de siglo, los hombres se reunían en Larratzko a jugar a la calva; otras veces lo hacían detrás de la antigua taberna, hoy Larratzkoa. Mientras los jóvenes jugaban a cartas o bailaban al son de las guitarras o saltaban a la soga o a las cuatro esquinas, etc., las mujeres hacían corros y su juego preferido era el truco (juego de naipes).

Alrededor de los años 1920 en adelante, los jóvenes formaban cuadrillas y comenzaron a pasear por los diferentes caminos del pueblo, pero su mejor diversión era el baile de la jota.

Desde que se hizo la carretera (1942), la juventud paseó por la carretera, hacia Góngora y viceversa. Será ya en 1960 a 1962 cuando, debido a las motos y automóviles, nuestros jóvenes salen del pueblo y buscan fuera sus diversiones preferidas. Este es uno de los fenómenos de mayor cambio que se constatan.

16. La alimentación de nuestro pueblo es la normal. Sus comidas son generalmente 5, aunque, cuando los días son cortos, se reducen a 4. La principal es la de mediodía, pero es imprescindible la de media mañana (almuerzo).

En el invierno se mata el cerdo, con el que se hace el embutido y las morcillas, y con el tocino y la carne una vez curada podrá ser el alimento de muchas ocasiones a lo largo del año.

En el campo se siembran patatas, alubias y garbanzos, que junto con la verdura de la huerta, formará el potaje de muchísimos días.

No se puede decir que haya una comida típica sino que aquí las comidas son las comunes a los pueblos de la Cuenca. Siguen haciéndose por fiestas y por la Romería los típicos rellenos; característico de la Cuenca es el cordero lechal, aprovechando su sangre, tripas y patas para hacer «los menudicos» y con la carne bien sea «asado» o en «chilindrón».

En cuanto a la bebida, podría decirse que la bebida típica era el chacolí, pero hoy no existe más que una viña por lo que ha dejado de serlo.

16. Al contemplar la vegetación de nuestro alrededor hemos nombrado varias plantas, debido a la importancia de algunas por su utilidad en cuanto a la madera o leña o por tratarse de una planta medicinal, hacemos un corto estudio de algunas de ellas.

Roble peludo o pulescente

Es un árbol que puede alcanzar de 15 a 20 metros, tronco torcido y con corteza pardo-grisácea. Su capa es bastante irregular. Sus hojas son pilosas por ambas caras cuando salen, pero solo mantienen aterciopelado el envés. Son algo lobuladas y se caen después de pasar el invierno, habiendo estado marchitas durante esta estación. Las flores masculinas son amentos colgantes que brotan en abril-mayo y las femeninas solitarias con un pedúnculo muy fuerte y corto casi sentados, cuyo fruto llamado bellota madura en el otoño.

Este tipo de árbol se nos presenta mezclado con el quejigo o chaparro, dando unos robles híbridos.

Debido a su tortuosidad, la madera es de escaso valor, sí recomendable para protección del terreno.

Lo encontramos en el monte, principalmente en Aburdi entre los pinos rojos.

Roble chaparro-quejigo

Es un roble de transición entre el roble y la encina. Las hojas se le secan en otoño, a lo largo del invierno se le van cayendo, pero llega la primavera sin habersele caído todas. No llega a alcanzar los 20 metros de altura, sin embargo su copa es alta y bastante regular. Posee un tronco derecho de corteza rugosa y gris parda. Sus hojas son coriáceas de limbo ovalado, con bordes ondulados y lóbulos pequeños. En abril florecen las flores masculinas en grupos de 4-5 en forma de amentos. Las flores femeninas separadas de éstas, darán lugar a las bellotas que madurarán en septiembre en racimo bajo las hojas.

Los encontramos en el Chaparral, Quemada y aislados por todo el monte.

En la zona del Chaparral, camino de Zulueta, podemos encontrar algún ejemplar de carrasca de la misma familia que los robles.

Tanto el roble como la encina y la carrasca tienen virtudes medicinales.

Las cortezas desmenuzadas y secas se pulverizan y este polvo resulta excelente para combatir las hemorragias nasales, e incluso repitiendo varias veces al día contra la tuberculosis.

Las cortezas desmenuzadas después de hacer decocciones sirven para lavar heridas, úlceras, sabañones, grietas de la piel y en irrigaciones contra la leucorrea, inflamaciones del útero y desarreglos menstruales.

Es muy astringente por vía interna por lo que las decocciones deben ser más suaves (sog/1). Sirve también para hacer gargarismos e incluso se le considera como febrífugo (bajar la fiebre).

En casos de caspa se recomienda hacer una mezcla de una de decocción de roble o carrasca en la proporción de una cucharada de corteza en polvo por litro de agua y dejarla reducir a la mitad, a esto añadir lo obtenido de la maceración de 3 cebollas cortadas en rodajas durante 4 días en un litro de alcohol.

Haya

Es un árbol caducifolio, alcanza hasta los 30 metros e incluso más. Primero crece despacio, pero, luego, se acelera, envejece hacia los 300 años de vida, a pesar de que para los 125 alcanza tamaño considerable. Su tronco es cilíndrico, recto, de corteza lisa y grisáceo. Florece durante los meses de abril-mayo a la vez que saca las hojas.

Sus ramas están dispuestas en planos horizontales. Son hojas ovales, enteras. En otoño adquieren una tonalidad amarillo-marronácea o bien roja oscura que a veces persisten hasta final del invierno. Las flores masculinas se agrupan en inflorescencias colgantes y las femeninas van apareadas y envueltas en una vaina que luego contendrá al fruto denominado «hayuco». Este tiene forma de prisma triangular y el viento es el que favorece la polinización. Los hayucos maduran en otoño. Se reproduce por semilla fácilmente en suelos removidos.

Lo encontramos en el Hayedal.

Olmo; zugarro; zugarroa

Es un árbol de rápido crecimiento, alcanza 25 metros y posee un tronco irregular.

La corteza es lisa en su fase juvenil y luego se cuartea. Las hojas son asimétricas en la base, de color verde oscuro y toscas, la parte inferior es más clara. Las flores son hermafroditas, aparecen antes que las hojas. El fruto es una sámara de ala ancha lo que permite la diseminación, es de color verde pálido y adquiere una tonalidad marrón antes de esparcirse a finales de junio y en el mes de julio.

Lo encontramos principalmente en el casco urbano.

Pino albar; Pino royo

Arbol conocido en nuestro pueblo por la denominación de pino. Crece hasta 30 metros de altura, su copa es irregular cuando envejece.

Las hojas son aciculadas de color verde oscuro, por parejas, y alcanzan de 3 a 6 centímetros.

Su tronco es cilíndrico y recto, de corteza grisácea en la parte inferior. Sus ramas bajas son casi horizontales, mientras que las superiores son oblicuas o ascendentes. A medida que crece va eliminando sus ramas poco iluminadas.

Las flores son unisexuales en forma de cono. Los conos masculinos amarillentos, agrupados en densas espigas que contienen gran cantidad de polen que lo disemina el viento. Los conos femeninos van solos o emparejados, primero dirigidos hacia arriba y luego hacia abajo. No se transforman en piñas hasta el año siguiente de su aparición. Florece de mayo a junio y las piñas se abren en primavera.

Con las yemas o las hojas se preparan infusiones o bien cocimiento en casos de catarro, bronquitis, tos, asma, reuma y para hacer gargarismos en caso de afecciones de garganta y de boca.

El jarabe de pino es recomendado en casos de reuma. La miel de pino en casos de afecciones respiratorias y la cerveza de pino en caso de afecciones de riñón ¹.

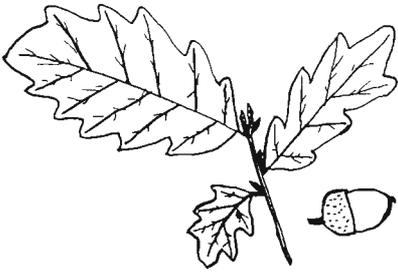
Por último, se le atribuyen virtudes excitantes al cocimiento de unas 4 yemas por litro de agua, en caso de impotencia.

Chopo; Alamo; Zumarbeltza

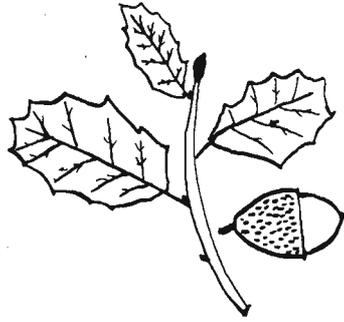
Arbol de hasta 30 metros de altura. Posee un tronco derecho, grueso, recubierto de una corteza grisácea y lisa en los primeros años y después agrietada. Crece hacia lo alto y sus ramas son delgadas. Sus hojas son dentadas y casi triangulares.

Florece muy pronto, entre enero y abril, en amentos que fructifican pronto. Se puede reproducir por semilla, pero lo más corriente es que lo haga por esqueje, estaquilla o plantón.

1. Cfr. Luis Miguel García Bona, *Navarra, Plantas medicinales*, Caja de Ahorros de Navarra, Pamplona 1981, pág. 65.



Roble peludo



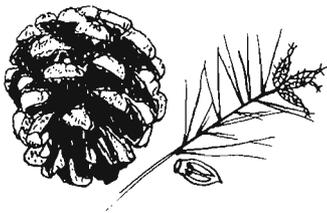
Quejigo



Haya



Olmo



Pino



Chopo

Las yemas de una infusión ordinaria (30 gr./litro) favorecen a bronquios y expulsan la mucosidad.

Se recomienda también para las afecciones de riñón, para calmar los dolores y curar las almorranas, artritis y reuma.

En la antigüedad la corteza de chopo de las ramas jóvenes se utilizó para bajar la fiebre.

Crece en la orilla del río Sadar, en las orillas del camino de Pamplona y junto a algunas acequias.

Acedera común; Tabaco; Vinagrera; Mingotxa

Hierba que alcanza hasta 1 metro de alto con tallo no ramificado. Sus hojas son aflechadas y carnosas. Flores de largos ramilletes terminales, estando las masculinas en unas plantas y las femeninas en otras. Fruto redondeado con alas, normalmente llamado tabaco. Florece en primavera y en verano.

Sus hojas tienen sabor ácido, refrescante y son un poco astringentes, por lo que son recomendables a los que padecen de inflamaciones de la boca o debilidad de encías; además contiene gran cantidad de sustancia vitamínica «C» por lo que es antiescorbútica.

Asimismo, puede usarse para cicatrizar heridas infectadas con el zumo fresco de esta planta.

En medicina popular se usa el rizoma y raíces. El agua obtenida al cocerlas purifica la sangre, es un buen laxante y es aperitiva recomendada para los que padecen acné, abscesos y en general afecciones de la piel. Estas decocciones de hojas no serán utilizadas por las personas que padecen arenillas o cálculos renales.

Como cosa curiosa tenemos que las decocciones de las hojas se utilizan para quitar manchas de tinta y óxido en la ropa.

Las encontramos en orillas de los campos, bordes de los caminos y otros lugares húmedos.

Achicoria silvestre; Txikoro

Hierba de 50 a 100 cm, con tallos ramificados y desprovistos casi totalmente de hojas pero con flores de color azul.

En esta planta tanto las raíces como las hojas contienen un principio amargo que estimula la secreción de las glándulas digestivas, por lo que favorece la digestión y abre el apetito. Además, sus infusiones son laxantes.

Una breve cocción de la raíz tiene acciones sobre el aparato urinario y es depurativa de la sangre.

Crece en los campos sin cultivos (sin cultivar) del Zulumbe, Chaparral, Arbide, Hayedal, etc, así como en las orillas de algunos caminos y en ribazos o ezpondas.

Agrimonia; Hierba bacera; Latxsiki

Hierba con grueso tallo del que todos los años brotan tallos erguidos que alcanzan hasta un metro. Estos terminan en un largo racimo de pequeñas flores amarillas que una vez secas se pegan a la ropa con facilidad.

Se utiliza para cicatrizar heridas, úlceras, abscesos, etc., y también puede usarse para gargarismos en caso de anginas y faringitis.

Para ambos casos se utiliza una cocción prolongada de hojas y tallos. La infusión de tallos y hojas es de color agradable y puede utilizarse contra las diarreas, favorece la digestión y es excelente para la ictercia y cólicos de hígado, así como para combatir la ronquera.

La encontramos en orillas de los regachos, Zarluz, orillas de los caminos, Aquermerendi, Oyanco (Monte Chiquito).

Aleluya; Celidonia menor; Korradubelarr; Ficaria

Hierba viva con hojas brillantes y de forma acorazonada y con flores amarillas de color vivo. Florece de marzo a mayo.

Contiene vitamina «C» por lo que es antiescorbútico cuando se consumen sus hojas frescas y tiernas.

Sus virtudes más conocidas son que puede utilizarse contra las diarreas por ser astringente y que sus vahos se aplican para el tratamiento de las almorranas.

Crece en las zonas verdes del casco urbano, en las orillas de los caminos como el de Ilundain y en algunos campos frescos no cultivados. Son muy abundantes cuando la primavera es lluviosa.

Aliso; Altza

Arbol de hojas caducas, corteza rugosa de color pardo, hojas con borde dentado y de color verde brillante. Las flores masculinas en amentos y las femeninas en conos de forma oval de 1 a 2 cms. Su madera es blanda. Florece de febrero a abril.

Se pueden utilizar las hojas para calmar los dolores de los pies y también para los dolores reumáticos aplicando las hojas frescas sobre las partes afectadas.

La cocción de sus cortezas se utiliza para lavar heridas, úlceras diversas, almorranas, así como también para hacer gargarismos en las afecciones de boca, anginas y fortalecer las encías.

Otra virtud importante de esta planta es que su madera, a pesar de ser blanda, es muy resistente a la putrefacción, por lo que se utiliza para hacer zuecos.

Este árbol nos puede servir de barómetro natural pues es curioso que sus hojas de un color verde claro en el envés (parte inferior) se ponen de un color blanquino (blanquecino) cuando va a llover.

Crece en las orillas de las regatas como en la del Batueco, orilla del río, Sadar, etc.

Aliaria; Hierba del ajo; Baratxuri bellar

Hierba de 40 a 80 cm. de altura con hojas acorazonadas que al aplastar huelen a ajo. Poseen unas hojas grandes con borde dentado y peciolo largo. Las flores son blancas, dispuestas en racimo terminal. Florece en primavera.

La encontramos principalmente en la Ibarrea, Etxapeas y Sanduapea (debajo de la Santa).

Es una planta que puede comerse fresca en ensalada por sus vitaminas y por favorecer a la formación y expulsión de la orina.

El jugo de la planta fresca más o menos diluido en agua hervida tiene una pequeña acción estimulante, además de favorecer a los que padecen reuma, gota, tuberculosis, asma, etc.

La planta fresca machacada o bien el jugo diluido cura las heridas y úlceras infectadas.

Amapola; Ababol; Pirripipis; Kataza; Lobelarra

Hierba anual de 20 a 60 cm., de grandes flores de 4 pétalos rojos con una mancha negra en su base. Sus tallos con pelos y hojas dentado-hendidadas. Su fruto es una cápsula cuya parte superior es un disco radiado. Florece en primavera.

Posee propiedades muy semejantes a la adormidera de la que se extrae el opio. Asimismo, debido a los alcaloides tiene aplicaciones semejantes a la morfina.

La infusión de unos pocos pétalos por taza calma la tos, alivia el asma, catarros, bronquitis y para el insomnio. Puede tomarse en forma de jarabe, añadiéndole azúcar, doble cantidad de agua y es suficiente con 1 ó 2 cucharaditas diarias.

En algunas regiones comen los brotes jóvenes antes de florecer cocidos y condimentados con aceite y como otras verduras. En este caso también mantienen su acción sedante.

Las encontramos en las orillas de los campos sembrados, ya que, por causa de los herbicidas, desaparecen de los campos de cereal donde crecían abundantemente.

Apelagoso; Amor del hortelano; Ziabelarr

Hierba anual de 10 a 50 cm. de altura; las hojas nacen de 6 a 8 alrededor del tallo en cada nudo; sus tallos se apoyan en otras plantas, pues son débiles. Sus hojas además de ser lanceoladas tienen unos pelos duros, lo que les hace que sean pegajosos. Las flores son muy pequeñas y de color blanco y nacen en los nudos, entre el tallo y las hojas. Florece a partir de mayo.

Esta planta la encontramos en las orillas de regatas, caminos, ezpondas de Zarluz, Celaya (Playa), Bidezabal, etc.

El jugo de esta la planta tiene gran cantidad de vitamina «C».

La infusión de la planta florida tiene acción sobre la orina, combate la hidropesía, así como tiene una acción astringente. Puede utilizarse para lavar heridas, úlceras, llagas, etc. Ahora bien, el jugo de la planta fresca es mucho más eficaz.

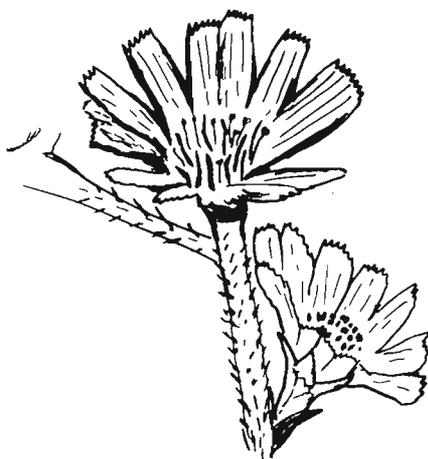
Arañonera; Endrino; Patxarán

Arbusto que llega hasta los cuatro metros. Los frutos carnosos negro-azulado son de sabor ácido y áspero. Sus hojas son pequeñas y el tallo tiene salientes espinosos y puntiagudos. Sus flores son blancas y olorosas.

Las flores se utilizan para hacer infusiones, las cuales tienen virtudes laxantes, además de aumentar y favorecer la expulsión de orina.



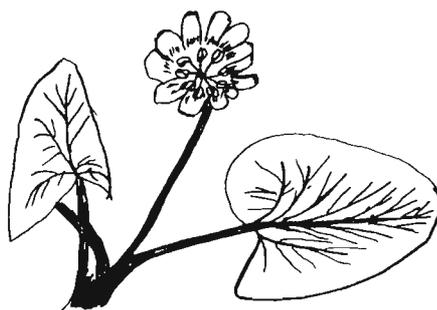
Acedera común



Achicoria



Agrimonia



Aleluya



Aliaria



Aliso

Lo más utilizado de esta planta es el fruto. Consumido en fresco es muy astringente. También puede prepararse con ellos un jarabe. No deben estar muy maduros. Este preparado tiene una acción estomacal y astringente.

En nuestro pueblo preparamos, con el fruto de esta planta y añís, el característico «pacharán». Este es el licor navarro por excelencia.

El procedimiento más antiguo era macerar los pacharanes en alcohol o aguardiente durante unas dos semanas y añadirle agua azucarada. Después de reposar unos días estaba listo para servirse.

Aro; Llave del año; Sugartaburu; Iñaztorr (comida de culebras)

Hierba vivaz con grueso tubérculo de forma oblonga característica por su flor parecida a las calas. Sus frutos son unas bayas rojas que se agrupan al final del tallo. Sus hojas son grandes folios con peciolo. Crece en los lugares algo sombríos y húmedos como en el camino del lugar, camino del mocarte, Etxapeas, etc.

Sus gruesos rizomas y raíces pueden consumirse tras varias decocciones para eliminar totalmente el principio tóxico y puede utilizarse para cicatrizar quemaduras, heridas, úlceras, eliminar callos, verrugas y sabañones.

No puede usarse por vía interna sin indicación médica por su *toxicidad*.

Avellano; Urraitz

Es un arbusto que alcanza hasta los 6 metros de altura con ramas rectas y lisas de color gris brillante con las que hacían las varas (aga o pertica). Las flores salen antes que las hojas, las masculinas son largos amentos y las femeninas están agrupadas de 2 a 5. Florecen entre enero y abril.

El agua de cocción de las cortezas se usa contra las diarreas y para cortar hemorragias.

La infusión de sus hojas aumenta la secreción y la excreción de la orina, también sirve para lavar heridas y úlceras.

Antiguamente su usaba la infusión de hojas para fortalecer y embellecer el cutis.

Sus amentos se consideran con virtudes de hacer sudar y quitar la fiebre.

Su fruto, la avellana, es muy nutritiva y digestiva, un poco hipertensora.

Encontramos avellanos en las Avellaneras, (punto de intersección entre Auzalarz, Balsazulo y Mencheque), Apazoco y, además, por ser un arbusto del sotobosque lo encontramos por todo él.

Berro; Mastuerzo acuático; Berroa; Erradabelar

Hierba perenne de tallos carnosos y hojas carnosas de color verde brillante divididas y terminadas en una impar. Sus flores son blancas, pequeñas y agrupadas en racimos. Sus frutos son unas vainas en silícuas. Florecen de mayo a septiembre.

Contiene vitaminas A, D, E y C. Tiene un sabor un poco picante, es un buen alimento para luchar contra la avitaminosis (falta de vitaminas) y el escorbuto. Se puede comer fresca, cocida o frita, pero siempre antes de sacar la flor.

El jugo puede utilizarse también como dimétrico y depurativo de la sangre a la vez que por sus vitaminas proporciona defensas al organismo para luchar contra la bronquitis, tuberculosis, lombrices, para bajar la fiebre, fortalecer las encías, para desintoxicar a los fumadores y, mezclado con un poco de colonia, se puede aplicar en fricciones para evitar la caída del cabello y hacer desaparecer la caspa.

No se deben consumir los berros donde acuda a beber agua el ganado, ya que puede ser transmisor de la duela del hígado.

Crecen en la regata de la fuente del Burro, en Recashar, cerca del puente del río, etc.

Bolsa de pastor; Pan y quesillo; Txorrontela

Hierba anual de 10 a 50 cm. con frutos triangulares en racimo. Las hojas del tallo son sentadas y abrazadas y con pequeñas lengüetas en la parte de unión al tallo. Tienen unas pequeñas flores blancas. Florece desde abril hasta el invierno.

Tiene entre otros compuestos vitamina «C», por lo que es antiescorbútica.

La encontramos dentro del pueblo en eras y trozos sin cultivar, así como en las orillas de los caminos.

En la medicina popular se usa para disminuir los flujos sanguíneos de la menstruación. Sus infusiones son también adecuadas a personas con arenillas en los riñones y en los casos de descomposición.

Brezo; Brezina; Iñarra o Añarra

Es un arbusto de 30 a 100 cm. con ramas finas y hojas dispuestas en 4 filas. Las flores dispuestas en racimos de color rosa pálido. Florece durante todo el verano desde mediados de julio.

Lo encontramos en la Quemada, Chaparral, Arbide y Zulumbe principalmente, incluso podemos ver algún ejemplar en los barrancos de la Revuelta, y del Arenal.

Su infusión puede tomarse para el tratamiento de diarreas, aumenta la producción de orina y actúa como desinfectante de las vías urinarias. También ejerce acción curativa sobre las afecciones de la piel, acné, reuma y diversas afecciones renales.

Boj; Ezpela

Arbusto denso que crece de 0,5 a 3 metros y muy ramificado. Sus hojas brillantes y coriáceas de forma oval. Sus flores son unisexuales. La madera es muy dura. Fruto en cápsula. Florece de marzo a abril.

Lo encontramos principalmente en el término denominado bojeral; asimismo, forma parte del sotobosque de todo el monte y los más altos se encuentran en el Hayedal y debajo de la Peña.

Para sus usos medicinales podemos aprovechar sus hojas, realizando unas decocciones muy prolongadas, y éstas se pueden usar para evitar la caída del cabello y hacer desaparecer la caspa.

Las decocciones de la corteza se han usado contra el reuma y la sífilis.



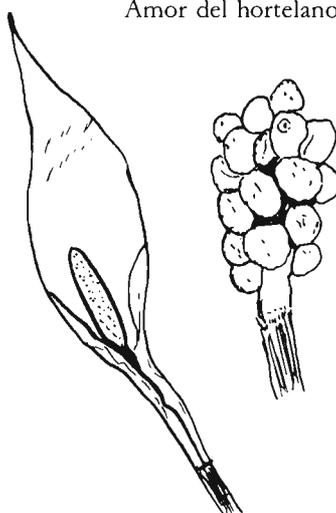
Amapola



Amor del hortelano



Arañonera



Aro



Avellano



Berro

Debemos tener cuidado con las decocciones tomadas por vía interna por ser una planta *tóxica* en dosis elevadas.

Correhuela mayor; Campanilla mayor; Ezkerretzuri

Hierba vivaz, trepadora o rastrera, sus tallos son finos y retorcidos y sus flores blancas en forma de campanillas de 4 a 6 cm. Las hojas son grandes, alternas de forma aflechada.

La podemos encontrar en los lugares húmedos como orillas de regatas, huertos, y lugares sombríos de todo el término.

Su acción es laxante y purgante muy adecuado para el tratamiento contra el estreñimiento, para hacer la digestión y para eliminar los gases. Para esto se hacen infusiones de hojas o de toda la planta, más o menos concentradas, en una proporción de 5 a 10 gr. de hojas secas por litro y la cantidad es de cuatro tazas por día.

Cardencha; Peine; Kardaberatxa; (Espanta gatos)

Planta bianual que alcanza más de un metro de altura; posee un tallo derecho con estrías y pinchos, huecos en el centro.

Sus hojas son grandes y opuestas. En el nervio central del envés poseen pinchos. Se unen al tallo formando un embudo (aguabenditeras) donde se acumula el agua.

Las flores están agrupadas en cabezas terminadas de color rosa fuerte, acompañadas de pelos casi punzantes. Florece de junio a septiembre.

Son plantas que se utilizaron para cardar la lana y su tallo hueco era utilizado para inflar las vegigas cuando hacían la matanza del cerdo y después llenarlas de manteca.

Las raíces usadas por su acción de aumentar la secreción y excreción de orina, además de poseer la virtud de aumentar el sudor, también tiene propiedades sobre las afecciones de la piel, acné, eczemas, etc.

Los encontramos en campos abandonados y regatas de todo el término.

Cardo estrellado; Calcitraba; Lubeazun

Planta bianual de 40 a 60 cm. de altura con tallos muy ramificados y numerosos, cabezuelas con espinas. Sus flores son tubulares de color púrpura, rodeadas de brácteas espinosas. Florece en julio y agosto.

Los podemos encontrar dentro del casco urbano, en orillas de los caminos, en campos llecros, principalmente en la Solla.

Sus tallos y sus flores se utilizan para preparar infusiones, es recomendado tomar una taza en ayunas y otra antes de acostarse a los diabéticos para así reducir el azúcar.

Las tisanas azucaradas tienen acción sobre la fiebre para hacer que ésta baje y sobre los riñones.

Cardo mariano; Astacardo; Cardo lechero; Maria'ren Khardia

Cardo bianual de gran tamaño, reconocible por sus hojas coriáceas y hendidas con espinas en los bordes. Sus tallos son gruesos, erguidos y con hojas sentadas. Sus flores en las terminaciones de los tallos son tubulares y

de color púrpura, casi cubiertas con brácteas terminadas en grandes espinas. Florece a partir de mayo.

Esta planta carece de sustancias tóxicas a dosis ordinarias.

Los frutos molidos y cocidos en una proporción de 30 g/litro puede tomarse una cucharada de agua para elevar la tensión en caso de hemorragia, especialmente los derivados de la menstruación.

Además, esta planta estimula la producción de orina y descongestiona el hígado.

Se pueden consumir las hojas frescas sin espinas en ensalada o cocidas, también los capullos antes de abrirse como las alcachofas, a los que tanto se parecen, e incluso se recomienda el jugo de la planta fresca.

Las encontramos en el Chaparral, Arbide y Solla principalmente.

Clemátide; Hierba de las llagas; Ayenbelarr

Es una planta trepadora que crece en árboles y arbustos. Sus tallos son sarmentosos y forman las lianas que podemos encontrar en el monte y en algunos matorrales. Sus hojas son bastante grandes compuestas por 5 folios y sus flores son de color blanco que cuando maduran dan unos frutos unidos que tienen un apéndice plumoso. Florece en verano.

Esta planta fue usada en la antigüedad por los pordioseros; se aplicaban sus hojas frescas sobre la cara y mano produciéndoles enrojecimiento e hinchazón, acentuando así el aspecto lamentable.

La planta seca pierde las virtudes antes citadas.

En la actualidad se utiliza en dosis pequeñísimas debido a que se aplica a los efectos que produce como son: enrojecimiento y ampollas en la piel (acción rubefaciente y vesicante).

Se considera a esta planta como eliminadora de agentes infecciosos, impidiendo el crecimiento de bacterias y mohos, pero sus cocciones no se utilizan por vía interna por su alta *toxicidad*.

Cola de caballo; Equiseto mayor; Estañubelarra

Es planta criptógama, es decir, planta sin flor. Posee tallo cilíndrico, hueco y áspero; llega a alcanzar hasta 1 metro de altitud. Posee unas ramitas a modo de hilos anudados en los nudos, de aquí que reciba el nombre de cola de caballo.

Contiene gran cantidad de ácido silícico, por lo que perjudica el estómago del ganado que consume esta planta.

Se utilizan los tallos y ramas secas. El agua en la que se ha cocido esta planta tiene acciones depurativas de la sangre, a la vez que corta las hemorragias; asimismo, aumenta la formación y expulsión de la orina.

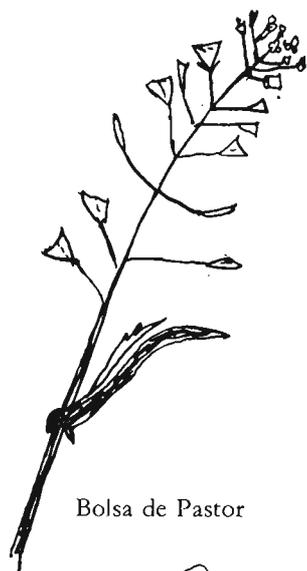
Puede utilizarse como astringente el cocimiento de esta planta.

Abunda en la orilla del río, principalmente en el arenal.

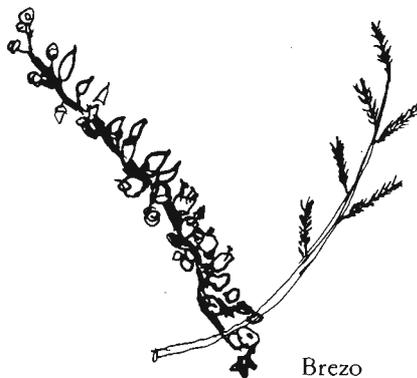
En la antigüedad fue usada como estropajo para abrillantar el cobre.

Consuelda menor

Hierba vivaz de 20 a 60 cm., cubierta de pelo áspero, tallo fino, simple



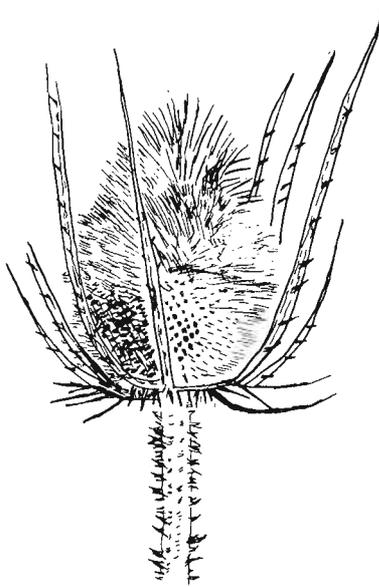
Bolsa de Pastor



Brezo



Boj



Cardencha



Correhuela



Cardo estrellado

o ramificado en lo alto. Hojas alternas de forma algo ovalada. Las inferiores de mayor tamaño y las superiores algo rugosas.

Las flores son amarillas en grupos terminales. Tienen la corola tubular y el cáliz con 5 sépalos. Florecen de abril a julio.

La decocción del rizoma o la infusión muy concentrada después de haberse dejado macerar unas horas se usa para lavar las heridas o quemaduras; asimismo, puede aplicarse como cataplasma la pulpa de sus raíces o rizoma, que tiene la propiedad de estimular las divisiones celulares, por lo que regenera el tejido estropeado por heridas o quemaduras.

Para uso interno se prepara una decocción mucho más suave tomando de 2 a 4 cucharaditas al día contra cualquier hemorragia interna, en especial hemorragias de matriz, úlceras estomacales y hemorragias de pulmón.

Tienen también acción astringente por lo que puede tomarse en caso de diarreas. Además, se usa para hacer gargarismos contra las afecciones de boca, faringitis y anginas.

Crece en las orillas de regatas, como la de la Fuente del Burro, en el Hayedal y en la regata de las Ibarreas, etc.

Diente de león; Amargón; Galkidea; Meonas

Hierba carente de tallo, pero de cepa gruesa con hojas dispuestas en forma de roseta.

Sus hojas son alargadas, profundamente hendidas y de sabor amargo.

Sus flores amarillas solitarias que nacen en lo alto de un péndulo cilíndrico y hueco que al cortar desprenden una leche blanca, por lo que vulgarmente las llamamos meonas.

Fruto en ovoide con pelusas. Al madurar forman un globo blanco que al soplar se deshace.

Florece de marzo a septiembre.

Las hojas de estas plantas son muy amargas recién salidas, pero que después, a lo largo de la primavera y verano, pueden consumirse en ensalada; son muy ricas en vitamina «C». Los principios amargos son los que llevan la acción estimulante sobre el aparato digestivo incluyendo la bilis.

Se recomienda el consumo a los que padecen afecciones cutáneas y renales, ya que estimula también la orina.

Los capullos florales antes de abrirse se preparan con vinagre y sal y se consumen como las aceitunas.

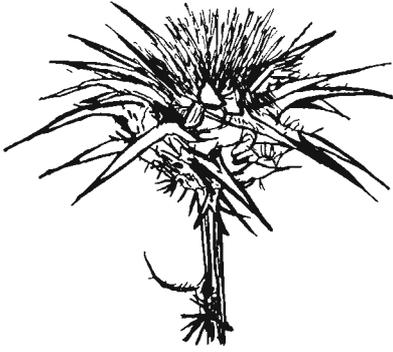
Durante el resto del año puede aprovecharse toda la planta tomando la decocción de ésta (60 g/litro).

La encontramos en las orillas de los regachos y en los lugares frescos del casco urbano.

Draba; Mastuerzo bárbaro

Planta de 30 a 40 cm. de altura con tallos llenos de hojas aflechadas y flores llanas tienen forma de corazón oprimido. Las hojas tienen sabor picante y amargo al final. Florecen en primavera.

Contiene vitamina «C» por lo que es antiescorbútica; si se consume en fresco, es un depurativo de la sangre y favorece la eliminación de la orina.



Cardo mariano



Clemátide



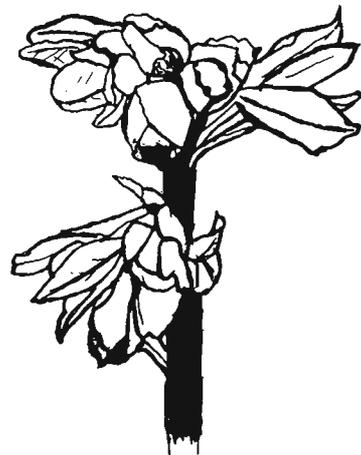
Consuelda menor



Diente de león



Draba



Eléboro

Lo podemos encontrar en los bordes de los caminos, en los campos sin cultivar y alrededores del pueblo.

Eléboro fétido; Osabada pupubelarr

Es una planta perenne de 20 a 80 cm. Tiene un tallo con hojas duras y segmentadas, se parece a las de las palmeras. Sus flores de color verde, formando ramilletes terminales. Florece de enero a abril.

Su rizoma se utilizaba antiguamente contra las úlceras de la piel y como anestésico. Por vía interna se usa como tónico cardiaco pero no debe usarse en medicina casera por ser muy tóxico. En animales se usa como purgante en caso de mucha urgencia. Lo podemos encontrar en Ardoy (Bojeral), Zulumbe, principalmente.

Enebro; Ginebro; Larraon; Ipurua

Arbusto perenne de 1 a 3 metros de altura. Su forma generalmente es cónica y algunas veces baja y achatada. Sus hojas aciculadas son perennes y muy punzantes. Florecen en primavera con flores unisexuales. Sus flores femeninas se transforman en frutos, pequeñas bayas redondeadas y verdosas que sólo maduran al tercer año y son de color negro azulado en unas clases y rojizas en otras.

Los frutos se suelen tomar en infusiones, o bien, si puede soportar su amargura se puede tomar en frescos de 5 a 6 por día. Estos mejoran la gastritis, la expulsión de gases. Puede también hacerse macerando granos durante unos 10 días en vino, aproximadamente 60 por litro, para endulzarlo puede echarse un poco de jarabe. Esta bebida se considera propia para el reumatismo, hipotensión, afecciones renales y regulador de las reglas menstruales.

Para luchar contra la calvicie se usa la tintura obtenida por decocciones de las cortezas y haciéndola frotar en las partes afectadas.

Al quemar los enebros se obtiene un humo purificante del ambiente, alejando las epidemias y utilizándolos para aromatizar los jamones.

Los encontramos en la zona de Aldapa (los cerros) y en todo el sotobosque del monte.

Espliego; Lavanda; Belarrrxeta

Planta aromática de 30 a 80 cm. de altura. Sus tallos son grisáceos de tallo leñoso y hojas blanquecinas y de forma oblonga.

Sus flores son de color violeta y están agrupadas en forma de espiga terminal.

Antiguamente se utilizaba para perfumar los baños.

Se utiliza para lavar heridas, en el baño como relajante de la fatiga y calmante del dolor reumático y tiene una acción sedante.

Por vía interna es un estimulante, aumenta la producción de orina, y facilita la digestión, abre el apetito, desconggestiona el hígado y estimula la producción del sudor.

Las ramas de espliego entre la ropa alejan la polilla y los insectos a la vez que perfuman la ropa.

Las encontramos en Aldapa (los cerros) y el Apazoco, en el Arenal, principalmente.

Fresal; Marrubi; Gorri

Pequeñas hierbas con hojas trifoliadas y tallos rastreros con flores blancas. Sus frutos son carnosos, aromáticos de color rojizo y dulces. Florece en primavera y sus frutos maduran al comenzar el verano.

Sus frutos contienen «A» y «C» por lo que son recomendadas para los baños e infecciones cutáneas.

Los rizomas y las raíces se usan para hacer decocciones, las cuales tienen propiedades astringentes y de aumentar la cantidad de orina y favorecer su expulsión. También pueden usarse para males de garganta, como faringitis, inflamaciones de boca, etc., incluso alivia el reuma, cálculos renales, infecciones de la piel, úlceras, etc., y en el uso externo cura las llagas que se lavan con el agua obtenida en la cocción.

La infusión de las hojas puede tomarse como café o té para levantar el ánimo y combatir la depresión.

Crece en los descampados del monte como en la denominada «la línea», en la Quemada, en la Peña, etc.

Fresno; Lizarra

Arbol de corteza gris y algo agrietada con hojas compuestas de 3 a 6 hojas de forma oval. Sus ramas son grisáceas.

Las flores aparecen antes que las hojas. Sus flores unisexuales y común de cáliz y corola. Sus frutos son sámaras.

Florece de abril a mayo y antes de comenzar el verano ya tiene los frutos maduros.

Esta planta, tan abundante en Zarluz, en las orillas de la regata lindante con Góngora, hoy casi ha desaparecido.

Puede utilizarse en infusión sus hojas como laxantes, y con una infusión más concentrada contra la reuma articular, la gota, cálculos renales, e incluso, para rejuvenecer.

El mascar las hojas como si fuesen chiclés, fortalece las encías y mejora el aliento.

Fumaria; Capa de reina; Negakin

Hierba con tallos ramificados y hojas divididas. Flores pequeñas de color rosa o púrpura. Estos salen en forma de racimos que producen un fruto esférico de color negro.

Es una planta a la que se ha considerado como tóxica estomacal, algo laxante, aumenta la secreción y expulsión de la orina, también es cardiotónica por lo que se indica para las personas que sufren de hipertensión.

Vive en las orillas de los caminos, orillas de campos sembrados de cereal y barbechos.

Galdarrón; Grumada; Gatuña; Balomaga

Planta de tallos erguidos de 20 a 50 cm., con largas espinas y hojas tri-

foliadas. Sus flores son de color rosado, de la familia de los papilionáceas por lo que su fruto una legumbre muy pequeña. Florece de junio a agosto.

Sus raíces por infusión en agua hirviendo después de endulzarla con azúcar o con miel es recomendada para aquellas afecciones del aparato urinario como son los cólicos, cálculos, enfriamientos de vejiga, etc. Si sus raíces son bien cocidas resultan menos eficaces en el aparato urinario pero aumentan sus acciones aperitivas y estomacales.

Las encontramos en ribazos y ezpondas, lugares donde predomina las piedras, campos abandonados, principalmente Zulumbe, en campos del Arenal, etc.

Gayuba; Otsamats; uva de oro

Mata rastrera que puede llegar a cubrir zonas considerables de terreno, sus hojas coriáceas, perennes de forma oval y de sabor amargo. Florece durante la primavera. Sus flores son de color rosa y tienen forma de campana estrecha.

Las encontramos en el camino de Aburdi y en el Hayedal.

La cocción de las hojas en una proporción de 15 a 60 gramos por litro son un buen remedio para cualquier afección de las vías urinarias, cálculos, arenillas, etc. Es también útil en las afecciones respiratorias, bronquitis, catarros, tos, así como diarreas y disenterias.

Los extractos de hojas se utilizan para el curtido de pieles por su alto contenido en taninos.

Hierba cana; Suzón; Zornabelarr; Txoribelarr

Hierba de unos 20 cm., o algo más, tallo muy ramificado desde la base. Sus hojas son carnosas, sin peciolo y muy divididas en varios lóbulos dentados. Al final de los tallos están las flores cubiertas por una fila de brácteas y en la base otra fila de brácteas pequeñas. Las flores son todas tubulares de color amarillo. Cuando madura el fruto se abre la cabezuela y forma una esfera blanca como pelusas de algodón. Florece durante todo el año.

El jugo de esta planta es eficaz para cortar los flujos que se producen después de la menstruación y después de los partos, así como para calmar los dolores. Se toma de 1 a 3 gramos diarios comenzando unos días antes del ciclo.

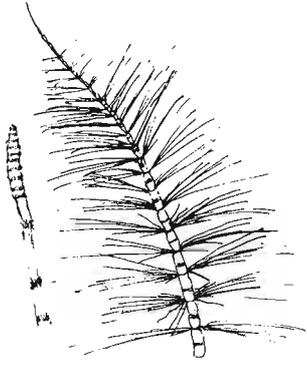
Es recomendable para mujeres nerviosas y anémicas. Esta planta contiene varios alcaloides, los cuales tomados puros son muy tóxicos y paralizan el sistema nervioso central, no así tomándolos en conjunto con otros jugos que contiene la planta fresca.

La encontramos en los barbechos y en los campos sin cultivar de todo el término, en el Hayedal, Zulumbe, etc.

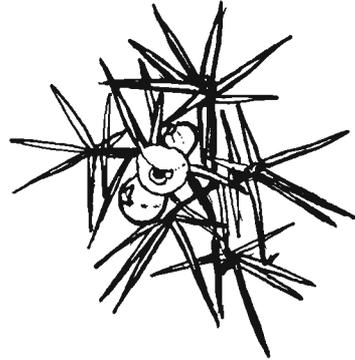
Hiedra; Untz; Untzaostoa

Enredadera de hojas perennes, oscuras, palmicidas con 3 a 5 lóbulos y coriáceas. Su tallo puede llegar a ser grueso. Posee raíces aéreas en sus nudos. Las flores son de color verde. Se agrupan en forma de umbela. Sus frutos son bayas de color negrozco.

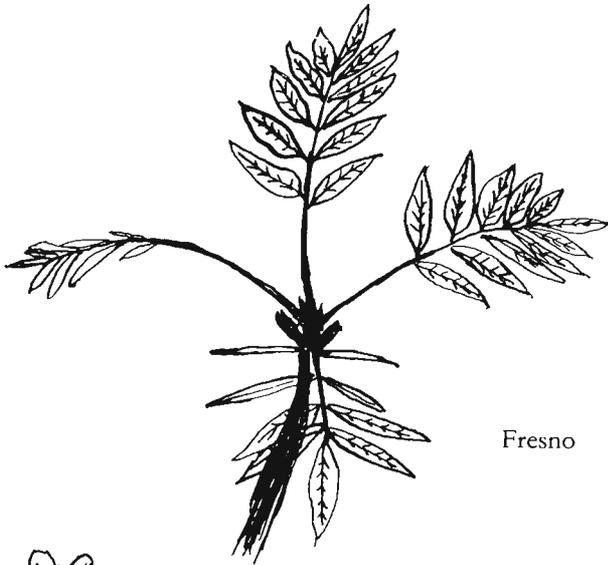
Florece de septiembre a octubre.



Equiseto



Enebro



Fresno



Espiego



Fresal

Crece en los viejos muros, alrededor de muchos árboles como el olmo (zugarro), principalmente.

Sus principales virtudes son: en pequeñas cantidades hipertensora, y en mayor cantidad, hipertensora. No se debe usar sin consulta médica por resultar *tóxica* al ingerirla.

Los frutos resultan tóxicos y si los ingerimos nos producen diarreas, cólicos, vómitos, etc.

Las hojas maceradas en vinagre durante un día sirven para hacer las cataplasmas, principalmente para los callos.

Las hojas secas cocidas se pueden usar para lavar heridas, llagas, etc., e incluso para friccionar el cabello y darle brillo y color.

La infusión concentrada de las hojas dejada durante una noche en el agua cocida sirve para limpiar la ropa negra y azul oscura.

Lapa; Bardana; Lampazo; Pegotes; Lapatz; Monas

Planta bianual que durante el 1^{er} año no echa más que unas grandes hojas de forma oval. El 2.^o año crece un tallo herbáceo grueso hasta de 1 metro. Las flores son globosas, cubiertas de púas que se enganchan fácilmente en la ropa. Florece en verano.

Crece dentro del casco urbano, principalmente.

Con las hojas frescas y machacadas, o bien con las hojas cocidas en leche se preparan cataplasmas para cicatrizar heridas y llagas y también para las almorranas.

Las raíces hervidas con sal tienen una acción depuradora de la sangre, por lo que es propio para las personas que padecen acné, tumores, diviesos así como para el reuma, sífilis, gota, artritis, etc.

La cantidad recomendable es de 60 gramos de raíz fresca por litro de agua o si es seca la mitad.

Este agua o bien las raíces cocidas y machacadas pueden servir para friccionar el cuero cabelludo para que salga el pelo donde falta.

Llanten mayor; Bildotzmihi

Hierba carente de tallo, hojas con nerviaciones paralelas; sus formas difieren según la clase, todos ellos parten de un centro formado por una roseta como base de la que parte un fino y largo pedúnculo, terminando en una espiga cilíndrica formada por flores diminutas más o menos espesas con largos estambres. Sus frutos son cápsulas muy pequeñas. Florece a partir de mayo.

Desde muy antiguo las hojas de estas plantas son usadas contra las afecciones respiratorias, catarros, asma, bronquitis, tuberculosis. Para esto se cuecen las hojas y se toman 2 ó 3 tazas diarias.

Este mismo cocimiento se puede utilizar contra las diarreas, para hacer gargarismos en caso de inflamaciones de boca y garganta. También se le considera depurativa de la sangre e incluso contra las afecciones de los ojos.

Las hojas son utilizadas como cataplasmas para cicatrizar heridas, llagas, úlceras e incluso para reducir hemorragias.

Los frutos son un verdadero manjar para los pajarillos de pasa y son tan curativas para ellos como para las personas.

Los encontramos en las orillas de los caminos y orillas de los terrenos verdes del casco urbano.

Malva; Zigiña

Hierba de 30 a 50 cm. de altura, cubierta de pelos y con flores grandes de 5 pétalos de color violáceo y con los nervios más oscuros. Sus hojas son palminervias con 5 lóbulos dentados. El fruto está compuesto de varios carpelos dispuestos a modo de gajos de naranja, son conocidos por nombres de quesitos y de botones.

Flores de junio a septiembre.

Sus hojas pueden comerse bien en ensalada crudas o cocidas, son muy digestivas y combaten el estreñimiento y malas digestiones.

Las hojas frescas y machacadas se pueden utilizar como cataplasmas para la cicatrización de heridas, para madurar y curar diversos granos e incluso llagas infectadas.

Las flores secas y mezcladas con hojas se usan en infusiones para combatir la faringitis, bronquitis, asma y otras afecciones respiratorias.

Con una dieta adecuada y tomando de 2 a 3 tazas de una infusión de hojas de malva es una buena ayuda contra la obesidad.

Los encontramos en algunos terrenos abandonados alrededor del pueblo y dentro de él.

Malvavisco; Zigiboilla

Planta que crece hasta un metro, sus tallos son erguidos con hojas blanquísimas y grandes flores en las axilas de las hojas terminales. Posee una gruesa raíz de la que brotan todas los años los tallos. Sus flores son blanquísimas o blanco-rosado. Su fruto orbicular, los llamados vulgarmente botones como los de la malva.

Se encuentra en algunas regatas y lugares húmedos, donde hay tierra bien abonada con estiércol.

Las decocciones de las raíces secas endulzadas con azúcar o miel se pueden tomar 2 ó 3 tazas para combatir la tos, el estreñimiento, regula la función de los intestinos y facilita las evacuaciones aliviando las almorranas.

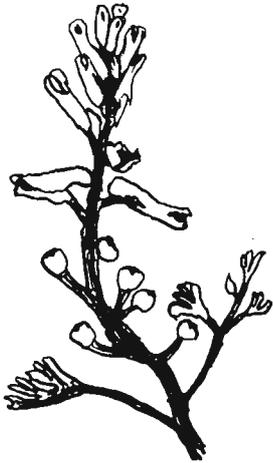
En gargarismos puede usarse para las anginas o en caso de inflamaciones de boca.

Las raíces bien lavadas y limpias es bueno que las muerdan los niños en época de dentición pues les fortalece las encías y alivia sus dolores.

Las hojas frescas partidas o bien hervidas en un poco de agua pueden usarse como cataplasmas para curar y hacer supurar diviesos (granos), panadizos, quemaduras, etc.

Manzanicas de pastor; Espino albar; Majuelo; Elorri; Gurrillón

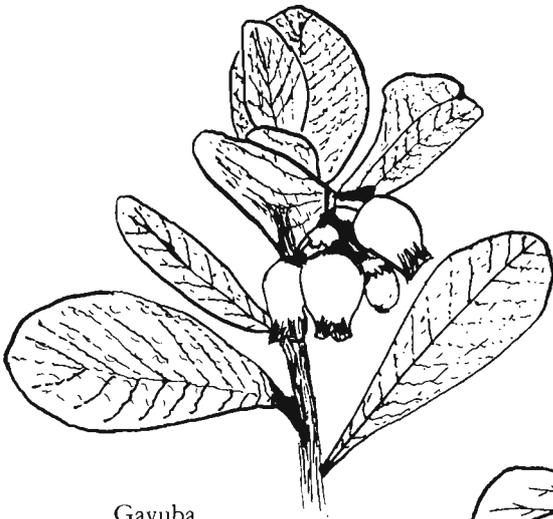
Es un arbusto ramificado y con espinas leñosas. Flores blancas en gru-



Fumaria



Galdarrón



Gayuba



Hierba cana



Hiedra

po. El fruto es una bolita roja con uno o varios huesos, depende de la variedad. Sus flores son de un perfume suave y sus hojas son lobuladas profundamente. En la variedad que tiene un sólo hueso tiene las hojas con lóbulos más profundos.

Las flores se utilizan para regular el tono cardiaco y sistema circulatorio así como en el tratamiento de la tos.

A las personas que padecen algún tipo de afección relacionada con el sistema nervioso o circulatorio se les recomienda tomar un par de infusiones por día.

Para el insomnio es conveniente tomar una infusión cargada antes de acostarse.

Las manzanas de pastor son ricas en vitaminas y pueden consumirse en frescas.

Encontramos en el sotobosque y en setos y matorrales de todo el término.

Manzanilla fina; camomila romana; Bitxilora

Hierba aromática con hojas divididas en segmentos lineales cortos y acabados en punta. No sobrepasa de los 20 cm. de altura. Las flores son parecidas a las margaritas que al madurarse orientan hacia abajo. Florece en verano. Crece principalmente en lugares húmedos como es en el Vivero.

Se usa en forma de infusión y ésta tiene acción sedante sobre el sistema nervioso, es muy buena para cualquier trastorno digestivo, bien sea para los dolores y espasmos intestinales así como para cortar los vómitos, favorece la digestión y elimina los gases del aparato digestivo.

Por su acción sedante actúa sobre los dolores de cabeza, neuralgias, cólicos hepáticos.

Puede usarse para lavar los ojos en caso de conjuntivitis o irritaciones. Esto se hace con un algodón.

Las flores hervidas en aceite al baño María se pueden utilizar para frotar en lugares localizados en caso de reuma articular.

La manzanilla hoy todavía se utiliza para aclarar el cabello rubio o castaño.

Margarita menor; Maya; Ostaiske (Bitxi)

Hierba de pequeño tamaño con hojas en roseta basal pegadas al suelo. Sus hojas son algo carnosas con un sólo nervio.

La flor tiene forma de sol, con el centro formado por numerosos carpelos tubulares amarillos y bordeados de pétalos blancos, algunos terminados en alguna pinta roja, Florece gran parte del año principalmente a partir de pasados los rigurosos fríos del invierno.

Las encontramos principalmente en todas las zonas verdes del casco urbano.

Las hojas frescas y machacadas sirven para preparar cataplasmas como cicatrizantes de heridas y llagas.

Sus hojas pueden consumirse cocidas como cualquier otra verdura u

hortaliza. El agua en el que se ha cocido se puede utilizar para hacer gargarismos en los casos de inflamaciones de garganta, amigdalitis y faringitis.

La infusión bastante concentrada de 40 a 50 gramos de flores por litro de agua facilita la tos y es un buen alivio en caso de bronquitis. También favorece la secreción y excreción de orina actuando en los casos de cálculos renales, edemas e hidropesía.

Es curioso que esta planta se consideró abortiva hasta el siglo XVIII por lo que estuvo prohibido su uso.

Marrubio; Lekugi

Hierba vivaz de 30 a 80 cm. de altura cubierta de una especie de polvo blanco y con tallos cuadrangulares, cubiertos por hojas opuestas.

Las flores son pequeñas y blancas que se agrupan en la base de las hojas alrededor del tallo.

Es una planta que despide un olor característico.

Florece a partir de mayo.

Es una planta no apropiada para usarla con agua por lo que se debe macerar en vino, ramas floridas y secas. Este vino de marrubio se usa en caso de anemia, inapetencia, males digestivos, cólicos biliares etc., también se recomienda para favorecer la menstruación y bajar la fiebre en casos infecciosos.

La cantidad para usar en la maceración es de unos 50 gramos por litro.

La infusión de esta planta puede usarse para lavar heridas y hacerlas cicatrizar.

Es recomendable contra las enfermedades de la piel, los baños hechos en agua en la que se ha cocido 200 gramos de esta planta por litro, así mismo puede aplicarse en la caída del cabello.

Crece en los bordes de los caminos, campos sin cultivar y orillas del pueblo.

Melisa; Hoja de limón; Totonjil; Garraiska

Hierba de 30 a 80 cm., se parece a las ortigas pero tiene un olor a limón. Sus hojas son opuestas con bordes festoneados. Sus flores son blancas, formando grupos. Florece a partir de mayo.

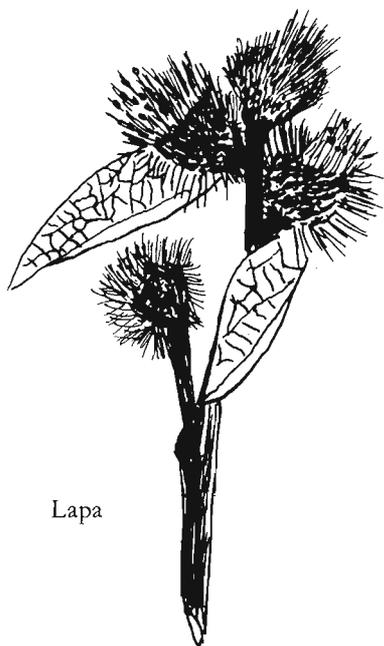
Se puede utilizar en infusiones para favorecer las digestiones difíciles, acidez de estómago y también para combatir afecciones del sistema nervioso como dolores de cabeza, histerismo, ansiedad, por tener una acción sedante y tónica estomacal.

La encontramos en orillas de huertas, algunos regadíos y en algunos trozos de la orilla del río.

Menta de burro; Mentastro; Astamenda

Planta vivaz de 30 a 80 cm., con tallos cuadrangulares y pelosos. Sus hojas son opuestas de forma redondeada con borde dentado.

Sus flores forman espiga o espigas terminales de color blanco o rosado y con la corola tubular. Toda la planta ofrece un olor fuerte y poco agrada-



Lapa



Llanten



Malva



Malvavisco



Manzanicas de pastor



Manzanilla

ble. Florecen de julio en adelante. Algunos tienen olor mentolado por lo que se denomina la planta hierba-buena.

En farmacia se usa la esencia de menta por destilación. En la forma casera puede utilizarse en infusiones en agua no muy caliente para abrir el apetito, favorecer la digestión, eliminar los aires, descongestionar el hígado, facilitar el sueño y relajar el sistema nervioso.

La planta fresca sirve para condimentar platos con lo que favorece la digestión y para utilizar como cataplasma en caso de picaduras de insectos u ortigas.

La encontramos en las orillas de los regachos y donde tiene cerca el agua.

Milenrama; Milhojas; Millorri

Hierba de 30 a 60 cm. de altura. Sus flores son cabezuelas como margaritas agrupadas a su vez en densos corimbos. Tienen pétalos blancos y un perfume complejo, algo parecido a la manzanilla.

Florece durante el verano.

Su principal uso es externo para limpiar y cicatrizar heridas, cortar las hemorragias e incluso actúa sobre los nervios, como calmante del dolor y provoca un descenso de la presión sanguínea y actúa sobre las almorranas disminuyendo su volumen y calmando el dolor que producen.

Para su uso se procede a una infusión de hojas y flores más o menos concentrada según sea para lavar heridas, o una infusión normal para tomarla, o más concentrada para tratar las almorranas.

La infusión tomada abre el apetito, favorece la digestión, elimina los gases intestinales, descongestiona el hígado regula las reglas menstruales y en irrigaciones combate las hemorragias de matriz.

Sus hojas cocidas para la infusión y aun mejor las hojas frescas cocidas sirven de cataplasmas.

Abundan en las orillas de la carretera, camino de Ilundain, camino de Pamplona, camino San Martín, Monte Chiquito y en muchos de los ribazos (ezpondas).

Orégano; Oregain

Hierba de 30 a 80 cm., con tallos erguidos y poco ramificados. Sus hojas son de forma oval y opuesta en el tallo. Sus flores bilabiadas de color rosado formando grupos terminales, sus sépalos son unas hojitas rojizas y brácteas.

Florece durante el verano.

Es una planta aromática que se utiliza para condimentos, salsas y platos.

Es apreciada en Medicina popular porque sus infusiones, que se preparan con la planta florida y seca (sin que se caliente demasiado para no evaporarse la esencia), tomadas después de la comida favorecen la digestión, eliminan las mucosidades, calman la tos, los espasmos del asma y los dolores menstruales.

La planta seca y pulverizada produce el estornudo por lo que descongestiona las vías respiratorias.

Un cocimiento breve pero muy concentrado puede usarse para fricciones o como cataplasma en caso de dolores locales, reumáticos, etc.

En Farmacia se vende el aceite de orégano obtenido por destilación. Este tiene propiedades sedantes y calmantes muy acentuadas.

Lo encontramos en la Solla, Hayedal principalmente.

Ortiga mayor; Achunes; Asuinzuriya

Hierba que alcanza hasta un metro, cubierta de pelos que al rozar con la piel producen un escozor intenso. Hojas dentadas y opuestas a lo largo del tallo. Flores en racimo que salen de las axilas de las hojas.

Son eficaces contra el reuma, pasando las ortigas por la parte afectada.

El zumo de ortigas disminuye las hemorragias internas y externas. Pero su principal virtud es que es un buen depurativo de la sangre y por su acción diurética es recomendable a las personas que padecen acné, eczema y afecciones de la piel e incluso recomendado a los diabéticos.

La mejor forma de aprovechar sus virtudes es comiéndolas en ensalada después de hervirlas o cocerlas como cualquier otra verdura, además se debe tomar el agua que es tan importante como la planta.

Crecen en los rincones y lugares de todo el pueblo en los que no se pisa y hay humedad.

Pimpinela menor; Gaitun

Hierba perenne o bianual, crece alrededor de 30 cm., o algo más. Sus hojas son largas compuestas y con terminación impar.

Sus flores forman grupos compactos al final del pedúnculo. Las flores femeninas son más altas que las masculinas, estas contienen de 20 a 30 estambres y tienen corola. Florecen a partir de mayo.

En medicina popular se usa el cocimiento de las raíces por su poder astringente para combatir diarreas y disenteria, además se usa para hacer gargarismos contra las afecciones de boca y garganta.

Con las hojas frescas se preparan cataplasmas para curar y cicatrizar heridas, quemaduras y diviesos.

Las infusiones de raíces y hojas son recomendadas para eliminar cálculos del riñón, cortar hemorragias internas, favorecer las digestiones y expulsar los aires.

Además las hojas jóvenes se pueden comer frescas en ensalada como las achicorias y los berros.

Lo encontramos en la orilla de la carretera principalmente en las partes más frescas, en los caminos del Hayedal, San Martín, Solla, etc.

Prímula; Primavera; Panza-burro; Ostorika

Hierba de 10 a 30 cm. con hojas en roseta basal y flores amarillas, agrupadas en umbela. Las flores son un cáliz tubular y corola formando un tubo con un ensanchamiento formando 5 lóbulos. Tienen un sabor agradable. Florece de marzo a junio.

El rizoma se usa para infusiones contra la tos, los catarros, favorecen las digestiones y es diurético.

Por cocimiento, mermando hasta el tercio se obtiene un líquido propio para calmar el dolor, favorecer la circulación sanguínea, tratamiento de las almorranas, gota, reuma articular, etc.

Las flores tienen una acción sedante por lo que se pueden tomar como la manzanilla en casos de palpitaciones, histerismo y artritis.

Las hojas frescas y tiernas pueden comerse en ensalada, cocidas o fritas teniendo una acción un poco depurativa de la sangre.

Las encontramos en los terrenos verdes de las Echapeas, Hayedal y Solla principalmente.

Rosal silvestre; Tapaculos; Sapalearra; Astolarrosa

Arbusto espinoso de 1 a 3 metros de altura, con flores olorosas blancas o algo rosadas con 5 pétalos y 5 sépalos. Las hojas son compuestas de 5 a 7 folios. Los tallos espinosos, sus espinas son duras, curvas con base triangular. Los frutos son rojos brillantes y dentro contienen las semillas con unos pelitos irritantes. Florecen a partir de mayo.

Los frutos contienen vitamina «C» por lo que son buenos para combatir el escorbuto, también se consideran eficaces contra la tenia.

Antiguamente se le atribuían propiedades contra la rabia, de ahí el nombre de «Rosa canina».

Hoy se le conoce como astringente para lo cual se usa el cocimiento durante un tiempo prolongado de raíces, hojas y frutos.

La infusión de los pétalos de sus rosas es recomendada para los catarros de los niños, así como para hacer gargarismos en las afecciones de garganta y para lavarse los ojos en caso de conjuntivitis.

Para las picaduras de insectos, urticaria y quemaduras se prepara un vinagre con pétalos frescos macerados al sol durante dos semanas.

Con los frutos se prepara el licor de escaramujo, similar a la preparación del pacharán.

Lo encontramos en ribazos, debajo del monte, y en setos de todo el término.

Salicaria; Arroyuela

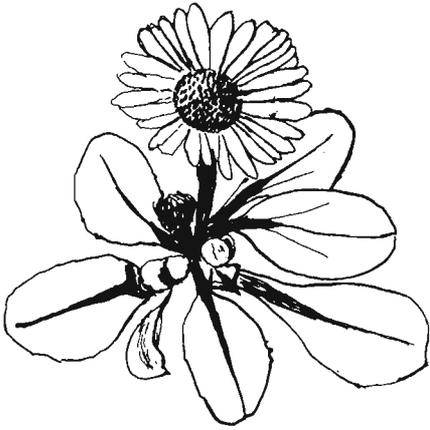
Es una planta de 50 cm. a un metro de altura con tallo cilíndrico cubierto de pelos punzantes. Hojas lanceoladas y sentadas con flores en forma de espiga en la parte final del tallo. Florece a partir de julio.

Las hojas frescas machacadas pueden usarse para curar y cicatrizar heridas.

Posee propiedades astringentes por lo que puede prepararse principalmente para los niños con jarabe concentrado de infusión de esta planta con azúcar, o bien, se puede comer los tallos hervidos para cortar las diarreas.

En caso de hemorragias nasales puede introducirse unas hojitas de esta planta en la nariz y también una infusión concentrada de las hojas corta las hemorragias de las heridas.

Crece en las orillas de algunos regachos y del río.



Margarita



Marrubio



Melisa



Menta de burro



Milenrama



Orégano

Sauce blanco; Saraxa; Zumarica

Son árboles o arbustos de tallos lisos y ramas flexibles y brillantes. Sus hojas son lanceadas, blanquecinas por el envés y con borde serrado. Las flores aparecen antes o a la vez que las hojas. Son unisexuales. Las masculinas en amentos con dos estambres y desnudas. Las femeninas también en amentos de estilo corto. Florecen a finales de febrero.

Esta planta desde la antigüedad hasta el descubrimiento de la aspirina, fue usada contra todo tipo infeccioso que producía fiebre como contra el paludismo, fiebres intestinales, etc.

Se ha seguido utilizando como sedante en casos de reuma, insomio, nerviosismo, etc., para esto se toman tres tacitas del cocimiento obtenido de 60 gramos/litro de cortezas desmenuzadas o pulverizadas. Este cocimiento puede utilizarse para lavar heridas, úlceras y para irrigaciones en caso de leucorrea.

Los encontramos en las orillas del río.

Tomillo; Ezkai; Erlebelarr

Mata aromática que llega hasta 30 cm. aproximadamente, con tallo leñoso muy ramificado, hojas muy pequeñas y estrechas con los bordes vueltos hacia abajo por lo que parecen más estrechos. Toda la planta es de color blanquecino, a veces sus raíces parecen estar retorcidas sobre la superficie. Las flores se agrupan en cabezuelas redondeadas, con corola bilabiada de color rosa o blanca. Las flores nacen junto a las últimas hojas, Florece en primavera.

La planta florida se usa como condimento de muchos platos así como el romero, orégano, etc.

Para usos medicinales se utiliza la planta florida y seca con la que se preparan infusiones. Estas, tomadas antes de las comidas abren el apetito, favorecen la digestión y tomándose en ayunas elimina las lombrices.

También puede tomarse a lo largo del día en caso de afecciones respiratorias como bronquitis, tos, convulsiones, etc., para hacer gargarismos e incluso lavar heridas y llagas.

Con una infusión muy concentrada de tomillo se preparan baños, los cuales son muy sedantes para niños, personas nerviosas. En Farmacia podemos comprar el timol puro para añadir al agua de baño.

Los encontramos en los cerros, Arenal y Amansoain principalmente.

Sombrello; Ombligo de Venus; Begarribelrr

Hierba vivaz que crece en los muros. Sus hojas son carnosas, redondeadas y de color verde brillante y en forma de embudo, las cuales parten de un rizoma en forma de tubérculo. Al llegar la primavera echa unos tallos de hojas diminutas y numerosas flores pequeñas y blancas.

Hasta hace pocos años nuestros abuelos hacían con ellos los llamados «ceratos» que usaban para curar heridas.

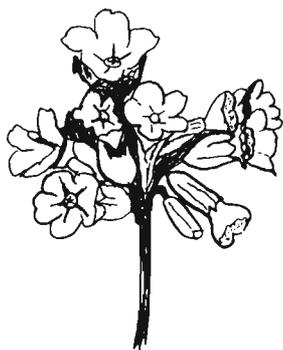
El jugo de estas hojas se recomienda como bebida refrescante y para el anormal acumulación de suero en cualquier cavidad del cuerpo (hidropesía).



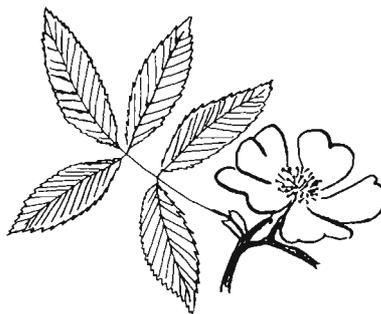
Ortiga



Pimpinela



Prímula



Rosal silvestre



Salicaria



Sauce blanco

Crece en paredes y muros abandonados de todo el pueblo.

Violeta; Viola olorosa; Bioletalora

Hierba vivaz de pequeño tamaño —de 10 a 12 cm.— que carece de tallo; sus flores son irregulares, de color morado y de un perfume suave. Sus hojas tienen largo peciolo, así como las flores poseen largos pedúnculos y en su terminación crece una flor. Florece de marzo a mayo.

Las raíces y rizomas, por sus componentes, tienen acciones purgantes. Cocidos 40 gramos de esta planta seca en un litro de agua produce vómitos y diarreas, por lo que es recomendado tomarlo muy caliente en caso de intoxicación.

Con las flores secas se preparan infusiones (20 g./litro) que tienen una acción sobre las vías respiratorias, por lo que tomadas con azúcar antes de acostarse combaten los catarros y gripes aliviando el aparato respiratorio y produciendo sudor.

El perfume de violeta se puede obtener al quemar con la plancha las flores secas y conservadas en frascos herméticos. Al quemarse la flor produce un suave aroma.

La encontramos alrededor de la Iglesia, camino del Lugar y en las Etxapeas, principalmente.

Vulneraria

Hierba de tallos tendidos, es una planta muy variable según donde viva. Sus hojas son compuestas con una terminal de mayor tamaño; generalmente tiene de 3 a 5 hojas cada una. Sus flores son amarillas y a veces blancas y rojizas; tienen 5 pétalos desiguales. Su fruto es en legumbre. Florece de mayo a agosto.

Puede utilizarse la infusión de la planta, bien sea en flor o seca, para lavar heridas, grietas y quemaduras.

Con las plantas frescas machacadas pueden hacerse cataplasmas y aplicarlas a la zona afectada.

La infusión bebida purifica la sangre y es recomendable a los que padecen estreñimiento, acné y otras afecciones cutáneas.

Las encontramos en la Solla, Hayedal, Zulumbe, Quemada, etc.

Zarzal; Mata de moras; Elorrilarr

Son arbustos con tallos sarmentosos de espinas curvas. Las hojas tienen 3 ó 5 folios con un nervio en la parte del envés lleno de pequeñas espinas. Sus flores son blancas, pequeñas agrupadas en racimos.

Su fruto es carnoso compuesto de muchos frutos pequeños. Florece en verano y madura al terminar el verano o bien comienzos de otoño.

Sus frutos maduros, llamados moras por su color, contienen vitamina «C», por lo que son antiescorbúticos y muy adecuados para los diabéticos.

En Medicina popular se usan los brotes tiernos, que hervidos pueden comerse como espárragos en casos de diarrea, y frescos es bueno masticarlos para fortalecer las encías.

Con los brotes jóvenes secos se preparan unas decocciones para utilizar-



Tomillo



Sombbrero



Violeta



Vulneraria



Zarzal

los en casos de afecciones de boca y garganta, haciendo gargarismos. Se utiliza también para lavar y limpiar heridas y úlceras, e incluso en caso de almorranas, a las que se les disminuye de volumen.

Con las moras puede prepararse un jarabe fácil de tomar en casos de diarreas, aunque es menos eficiente, e incluso puede hacerse el licor de moras, macerando estas en anís o aguardiente durante 15 días.

Las encontramos en la orilla del monte, en setos, orilla de regatas, río, etc.

Bibliografía

- G. Bologna. «*Guía de aves*». Editorial Grijalbo. Barcelona, 1981. Título original «*Uccelli*». Traducido y adaptado por Serrano y F. Vallespinos de la 1.ª Edición de Arnoldo Mondadori Editore. Milán, 1978.
- F. Bianchini y A. Carrara Pantano. «*Guía de plantas y flores*». Editorial Grijalbo. Barcelona 1975. Título original «*Il tuttoverde*». Traducida por F. Vallespinos. Arnoldo Mondadori Editore. Milán, 1974.
- P. Lanzara y M. Pizzeti. «*Guía de árboles*». Editorial Grijalbo, Barcelona, 1979. Título original «*Alberi*». Traducido por M. Serrano y F. Vallespinos de la 1.ª Edición de Arnoldo Mondadori Editore. Milán, 1977.
- A. Floristán. Director. L. Azpilicueta y J. M. Domench. Colaboradores. «*Itinerarios por Navarra. Zona Media y Ribera*». Editorial Salvat, S.A. de Ediciones y Caja de Ahorros de Navarra, Pamplona, 1978.
- J. Elósegui Aldasoro y F. Pérez Ollo. «*Navarra. Paseos naturalísticos I*». Editado por Caja de Ahorros de Navarra, Pamplona 1981.
- J. Elósegui Aldasoro y F. Pérez Ollo. «*Navarra. Paseos naturalísticos II*». Caja de Ahorros de Navarra, Pamplona, 1982.
- L.M. García Bona. «*Navarra, Plantas medicinales*». Caja de Ahorros de Navarra, Pamplona, 1981.
- J. Elósegui Aldasoro, P. Guerendiain Castañón, F. Pérez Ollo y F. Redón Huici. «*Navarra. Guía ecológica y paisajística*». Caja de Ahorros de Navarra, Pamplona, 1980.
- Archivo del Ayuntamiento del Valle de Aranguren.

