

YA M'UI XA HÑO

RA HEM'I XAHNATE

**GA HOHU YA  
'RANI**

**Döta xeni 2**



**IMPULSO**  
Guanajuato

**Gobierno del Estado de Guanajuato**

# Miguel Márquez Márquez

Ra Ts'utp'i ra xeni hai Nt'at'i 2012-2018

GUANAJUATO SEGURO  
Lic. Antonio Salvador García López

CALIDAD DE VIDA  
Lic. Diego Sinhue Rodríguez Vallejo

ECONOMÍA PARA LAS PERSONAS  
Lic. Guillermo Romero Pacheco

GUANAJUATO EDUCADO  
Ing. Eusebio Vega Pérez

Lic. Diego Sinhue Rodríguez Vallejo  
Secretario de Desarrollo Social y Humano

MVZ. José Gerardo Morales Moncada  
Encargado de Despacho de la Subsecretaría  
de Administración e Inversión

Lic. Miguel Ángel Morales Abonce  
Director del Fortalecimiento de Capacidades  
para el Desarrollo Humano

Sra. María Eugenia Carreño de Márquez  
Presidenta de DIF Estatal

Ing. Fortino Hernández Becerra  
Encargado de Despacho de la Subsecretaría  
de Planeación y Operación para la Organización

Lic. Víctor Edmundo López Muñoz  
Coordinador de Atención a Grupos  
Vulnerables

Lic. Martín Aurelio Diego Rodríguez  
Director de Comunicación Social

Nuna n'a he'mi xa nthoki pa da ja da te ra födi në ra m'ui ya jö'i. Xa gü't'i gatho ya jö'i me Nt'at'i.  
Nuna he'm'i ra meti ts'utp'i me Nt'at'i. Da tsa gi k'o'ts'i m'u gi noni to'o bi hoki nuna he'm'i njabu  
m'u ya jö'i da hoki nu'u ya m'efi tuua pa da hogi ra m'ui.

D. R. RA NDÖ TS'UTP'I NT'AT'I ®

ISBN: HA DI NTHOKI

Proyecto  
Parque de Innovación De La Salle Bajío  
Material  
Rodolfo Guerrero García, Universidad De La Salle Bajío  
Gráficos e Imágenes  
Manuel González Zavala, Universidad De La Salle Bajío

Diseño de Cubiertas  
Alfonso Ayala  
vector graphics by vectr3000.com  
Impresora Marvel, S.A. de C.V.  
Impreso en León Guanajuato  
2013

[www.guanajuato.gob.mx](http://www.guanajuato.gob.mx)  
[www.desarrollosocial.gob.mx](http://www.desarrollosocial.gob.mx)

N ' A T S ' U T P ' I  
GE TSA RA M'UI YA JÖ'I.

Dönchu'iu në döme'iu:

Nuna m'efi ma ga peje, pödi ge ya jö'i mayhoni. Di ñ'emeje ge m'u da mfaxte ya jö'i da tsa da ha n'a ts'utp'i xa hño ge hoki xa ndunthi ya m'efi xa da hogi. Nuna m'efi pa ga m'uiju xa hño, di ha ya m'efi pa da hapi da nfats'i ya jö'i, da munzi në da hyopi da uat'i gatho, habu da ts'a da ñö gatho n'at'a donxu, në döme ne da nja ra födi.

Goge'i gi hapi da te ma xenihaiju honge xti maha m'et'o, goge'i gi hakagihe ga mpefije xa hño pa da hogi ri m'ui. Ri nfats'i ge mahyoni. 'Ragan'a m'efi di ha ts'utp'i në ya jö'i, ge'ä ra ts'edi m'efi habu di nfatsiju ma da ha ga pe'su ya hnini di te.

Honge njabu, di xi'i ge di johya gi ode nuya m'efi di ha da te në da xü ri födi, nuna m'efi ge ma da zixkagiju da hogi ma m'uiju, ri mengu, në ri hnini, nuju da mengu nt'at'iju xa te ma hmöndaseju, ma ts'ediju në ma nt'umbiju.

Nuna hem'i ge gi hño ha ri 'ye ma da zixkagiju ma gat'iju ha n'a ñ'uu habu ma ga 'yongi ma fëniju pa ga pöju to'ogiju në hanja di m'uju, hanja ga hoju ya 'rani pa da xu ma teju, hanja ga u'thu ya jö'i da mponi habu di m'uju, hingi pumhni ge mahyoni gi hoki ya fëni pa gi hapi da te ri m'ui në njabu da hogi ra nfödi ri mengu ne ri hnihni.

Nubya ma ga nduiju n'a 'ra'yo nfödi, ma ga mpefiju ndunthi pa ga hafu da hogi ma hniniju në ma m'uiju. Xka juaju nuna ñ'uu ma ga hëthu ra nxofo ma ts'ediju, ma gi juadi, ma gi poni ngu n'a jö'i di ütate ra m'efi di hapi da te ne da xu ya nfödi, habu ma gi hñëti ra nxofo ha ri mengu ne ha ri hnini.

Habu ha ya jö'i di hoki ya 'ra'yo fëni, di mpefi, njabu ma ga hokiju nuna Nt'at'i ge gatho di nehu, ge di tsa ra nthogi ya jö'i, njabu ga ehñu, ge ra johya në ra m'efi gatho. Di xi'i gi johya ge'ä xka mpefi, jamödi ri m'efi gi umbi Nt'at'i pa hinda nja ya bë, pa da nja ya nt'eke në da te, da nja ya böjö, njabu ma xa hño, n'a Nt'at'i xa johya nge'ä xa hño ya ra m'ui.



Miguel Márquez Márquez.  
Ra ts'utp'i xeni hai Nt'at'i

## Ra ndui nuna m'efi.

Xta pödiju ge da jö'iju hiñ'otho ma n'a ngugiu në di muuiju ndunthi. Nubya ma ga nuhu teme ma da haju ga teu.

Ga hëthu ge di muui ra m'et'o ngese ya jö'i: ma menguju. Ma ga mpefiju pa ga tsohñu ga hau da te 'ran'a jö'i m'ui ha mengu, njabu ra hee ma xeni hajju da nja ra nzaki, ya jö'i da mefi ra m'efi në da te.

Ga hau da njabu.



## ¿Hanja di juahnu nö'ö di möhñu ha ma menguju?

### Teme nuna

#### m'efi:

Ja xa ndunthi hanja ga juahnu nö'ö di möhñu ga peju, 'ra ma xa hño, 'ra hina. Thogi ge hñaxtho n'at'a di juahnu nö'ö di möhñu ga peju.

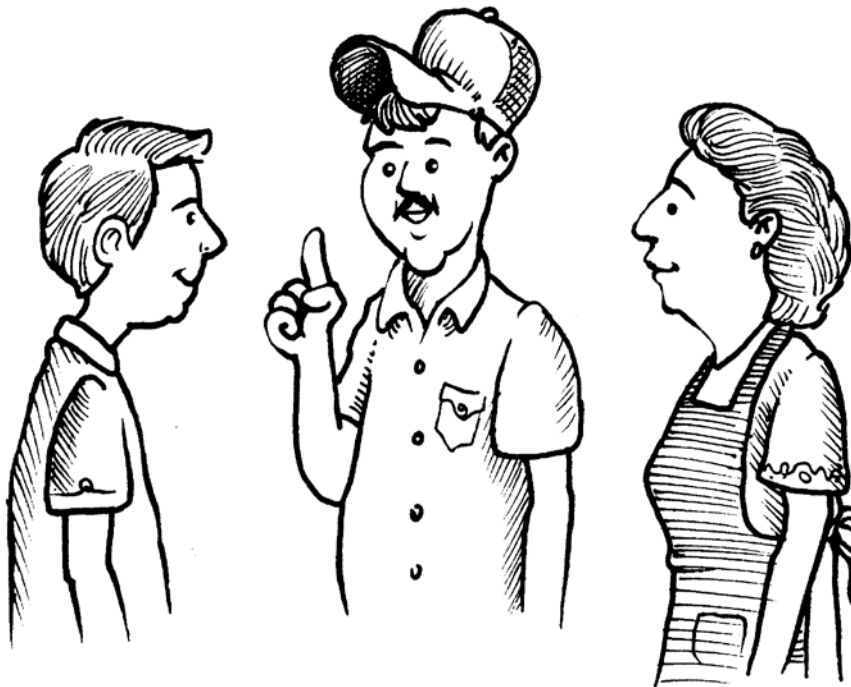
Ha nuna xeni m'efi ma ga 'yongi ma fëniju hanja di juahnu nö'ö di möhñu ga peju në hanja di ts'oni hanja di juahnu ma menguju.

### Teme në pa yo'ä nuna xeni m'efi:

Nu'u ya jö'i teni ya jö'i ge 'rato, ga hëthu teme pefi' 'raman'a, ndana ra hño në teme di m'epi.


### Hanja nepi ga njau në tema hoga m'ui ma ga pödiju:

Da nfats'i ya jö'i, da m'ets'i t'ëkë, da m'efi ra m'efi, da hñëti ra ts'oki, da hyopi ngu nja nu'u ma 'ra në da dini to'o di nts'ixkui.




### Fëni mahyoni:

- ◆ Da tsa ga hoju ma xa hño nu'u di möhñu ga peju ha ma menguju në ha ma hniniu.
- ◆ 'Raman'agiu ha ma m'efiu.
- ◆ 'Raman'agiu ma m'efiu n'a'tai ma 'ra.
- ◆ Mahyoni ga hëthu xa hño ndana nu'u di möu da tsa ga möhñu gatho në ndana honsegihu.

 Ra xoge ma da dura: 90 ya t'upa.

# Ha ra nduiua m'efi.

## 0. Ma ga bëniju:

 Ra xoge ma da dura: 20 ya t'upa.

### Gi uni ri m'engu: "Ya hñëda 'ragan'añö ra njöt'i".

Pa gi ndui gi 'yapi ya jö'i da bëni ¿Ndana m'engu bi ts'okui ha xeni m'efi bi thogi? Da ñö gathu ngu ne'u 'raman'a pa da xëni ra m'engu'u "tema hñëda bi juahni".



- ◆ ¿Habü bi tsä ga kupa?
- ◆ ¿Teme ga tsau nge'ä ga kupaju ma n'a hñëda?
- ◆ ¿Teme himbi tsä ga pefi?
- ◆ ¿Ga apabiü ma 'ra, nu'u m'ui ha ri menguju da poni ra hñëda? ¿yo'ä?

## 1. Ra m'et'o xeni: Ra födi ma m'ui.

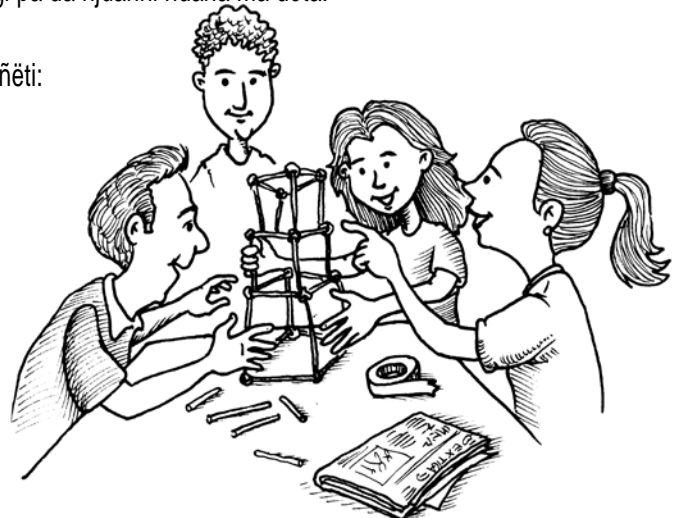
### M'efi:

N'a döta m'am'i.

### Ma gi haua:

Nubya ma ga hëthu hanja di joou në da jau ya m'efi ha ma mëguju në hanja di juahnu nu'u di möhñu.

- ◆ Gi 'yapi ya jö'i da hoki ya hmunts'i dega gonjö'i ta 'ratonjö'i. M'ü 'yoni ya jö'i n'at'a ra mengu da munts'i'ü ha n'a hmunts'i.
- ◆ 'Raman'a hmunts'i gi umbi hem'i, ya t'o, xii m'e't'e. Mahyoni: gi hekui n'at'a gathu nu'u ma da kupa.
- ◆ Gi 'yapi da hoki m'am'i xa döta ngu da tsä, da m'aise në hinda daji pa da njuahni ndana ma döta.
- ◆ Gi umbi 15 ya t'upa da uadi.
- ◆ Xahnate da hñëti teme pefi ya hmunts'i, nuya nt'ani da maxa'i gi hñëti:
  - ¿Gathu di mpefi?
  - ¿Ja jö'i hindi mpefi, honda hëthatho nu'u ma 'ra?, ¿Yo'ä di habü?, ¿Di uegese ua nu'u ma 'ra hindi hopi da mpefi?
  - To'o xipi nu'u ma 'ra teme da mefi, ¿Di üti ñ'uu ra hmunts'i ua di xipi teme da mefi?
- ◆ Xta thege ora, da t'udi ya m'am'i, da nteni në da njuahni ndana ma döta pa da ntöte.



## 2. Ra yoho xeni: 'Yongi ri fëni.

- ◆ Nubya, ya bi hmö ndana hmunts'i bi döhö, njauabya ma ga jau da mpefi ma fëniyu, njani pa ga pöhu, hanja nuya hmunts'i bi mpefi. Ko ra nfats'i gatho nu'u ya jö'i mi 'yo ha ya hmunts'i, xahnate di gu'ti 'ñü në, da hmö teme bi thëti. Mahyoni ga bëhñu hanja ya jö'i bi juahni teme da mēfi.
- ◆ ¿Hanja bi mpefi nö'ö hmunts'i bi ntöte? ¿Teme bi hoki xa hño, në teme m'ēpi da hoki xa hño?  
¿Ndana hmunts'i ga hētiju, xa mi johya ha ra m'ēfi?, ¿yo'ä?, ¿Ndana ra ts'edi në teme m'ēpi ha ra m'ēfi?
- ◆ ¿To'o mi xipi nu'u ma 'ra teme da mēfi?,  
¿Hanja bi t'ëts'i nuna jö'i pa da gu'ti ñ'uu?
- ◆ ¿Teme ra n'at'a nö'ö da peju nuua në nö'ö di peju ha ma menguju?
- ◆ ¿N'at'a hanja di mö teme ga pefiju ha ma hninihu?  
Di hogi? ¿Habu höö në habu hina?
- ◆ Gi 'yapi ya jö'i da 'yongi ra fëni në da dini yoho ya fëni pada hogi nu'u mö da mēfi ha ra hnini mina ha ra mengu.

## 3. Rahñuuxeni: Gi pefi.

- ◆ Pa ga hëthu hanja ga hogiju, da hege ya jö'i pa da nja ya hmunts'i dega goho mina kut'anjō'i 'raman'a.
- ◆ Teme ri za ga peju pa da hogi nu'u di mö ga peju ha ma menguju në ha ma hniniyu.
- ◆ Made ya jö'i ma da nfëni ra hnini në nö'ö ma n'a made ra mengu.
- ◆ Da mö'u hanja bi goi ra fëni ha 'ran'a hmunts'i.



Ma ga apa'iju ge pa nö'ö ma n'a hmunts'i ua höu n'a m'engu habu ua nfats'iju nu'u n'at'a ra mengu.

Ha m'engu ma gi juahnü n'a hñuni, ge xa mahyoni pa ge'a'iju nge'ä hñö ya födi mina nge'ä di thoki n'a pa num'u mahyoni. Pëts'i te gi juahnü n'a hñuni në pa nö'ö ma n'a xeni m'ēfi pëts'i te ua höu habu da zudi pa gi tsathu gatho nu'u 'youa.

Njaua ha nö'ö ma n'a xeni m'ēfi ma ga ntsits'iju në ga ñüniju ñuniju gatho.

## Pa gi pödi ma ts'ü...

HANJA ÑÖ YA JÖ'I HA YA HMUNTS'I. (Garrison&Loredo Hernández,2002,págs.316-318).

Ja n'a nfödi hanja gi tingi ra ndo'yo n'a hmunts'i, gi hñëti xa hño hanja di ñö'ü: Gi hñëti to'o di nzofa ma n'a jö'i në tengu ra ndunthi di habü.

Ma jeya 1951 Harold Leavitt bi hoki n'a m'ëfi pa bi mö hanja ñö ya jö'i. Bi umbi 'ran'a hem'i mi tu ya ñ'año nt'ohni kut'a ra jö'i n'a hmunts'i. Leavitt bi ñ'ëi'ü mbo ha n'a nguu në bi hapi da mefi n'a nu'ü hñuu födi xpi ñ'ëhë hai. Ha k'oi n'a punto ge n'a jö'i në n'a nt'oñ'u ge n'a ñ'uu pa da ñö. Ha m'ëfi'ä ya jö'i mi tsa da ñö ko nu'ü ya jö'i timba ra ñ'uu.



Bi boni mahyoni ha nuna m'ëfi ge ya jö'i mi mpefi ha n'a "nsandi" ge'ü mi dura ndunthi pa da hoki m'ëfi bi t'api, ge'ü mi johyanë.

Ha nuna hmunts'i gatho ya jö'i mi pehni në mi hñi ndunthi ya ts'ohni në ra m'ëfa n'a de ge'ü mi tini hanja ra hogi. Ya jö'i bi mpefi ha "nthët'i", gatho mi pempit'ü tsi tuki ya nts'ohni jö'i mi o madetho, ge'ä mi tini hanja da hogi nuna m'ëfi në mi xipi nu'ü ma 'ra. Nuna hmunts'i bi huadi nguxta në nu'ü ya jö'i mi 'yo thi nthët'i hinga mi timbi ra nkui nuna m'ëfi.

Mi uadi nuna m'ëfi, bi t'api ya jö'i da mö to'o ge'ä jö'i mi gut'i ñ'uu. Ra jö'i nthët'i, mi ëna'ü ge nö'ö mi o madetho ge'ä jö'i mi gut'i ñ'uu. Ha nsandi made jö'i bi ñ'ëna hindi pödi to'o gut'i ñ'uu, në nu'ü ma 'ra hinga n'at'a jö'i mi noni. Födi bi boni ge ha n'a m'ëfi ne honda n'a m'ëfi xa hño da mpefi ngu ra m'ëfi nthët'i në ra m'ëfi nsandi pa ra hmunts'i ya m'ui.

Hem'i nthöi:

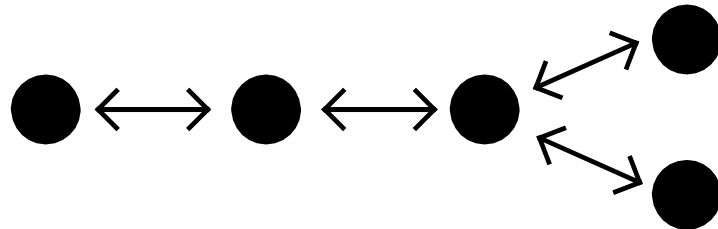
Garrison, M., & Loredo Hernández, O. (2002). *Psicología. México, México: McGraw-Hill Interamericana Editores, S.A. de C.V.*



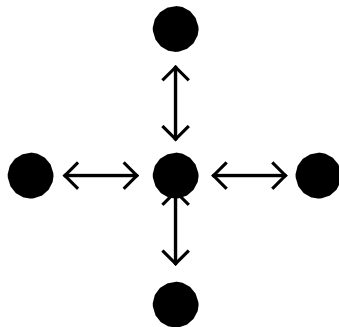
njuni



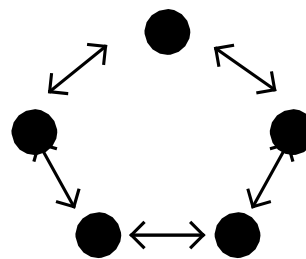
“ në ”



Nthët'i



Nsandi



### Hangu ya ngut'a jö'i ja:

- **Jö'i teni ya jö'i:** Da tsä da ñöui ya hmunts'a jö'i, di hapi te da za pa da hñopi da ñ'uti ñ'uu, da mo'ä nõ'ö mongi ya jö'i, da gohni ha hmunts'i në da mēfi ya m'ēfi pa da zōni habu ne da zōni'ū.

Ya jö'i teni ya jö'i gogehya:

- **Ngut'a jö'i ne ge ya jö'i da mēfi nõ'ö mö :** Nuna jö'i honi da huati ya m'ēfi, njabu di 'yet'i gatho ngu ne'ä.
- **Ngut'a jö'i ne da goi xa hño ko gatho:** Nuna jö'i honi da mēfi nõ'ö ëna gatho ya jö'i, ne da m'ui xa hño ko gatho.
- **Ngut'a jö'i ge boka:** Nuna jö'i honi da tese, honi m'et'o da mui xa hño në ra m'ēfi ra hmunts'i.
- **Ngut'a jö'i ge honse:** Nuna jö'i di mpefise në tsä da hase gatho, di mpefi honse.
- **Ngut'a jö'i xa mēfi:** Nuna jö'i xa ne ra m'ēfi, xa mēfi.

## Ga hët'i ge höö di muui ndunthi ma mengu.

### Teme nuna m'efi:

¿To'ogiu?, ¿To'o m'ui ha ma menguju?, ¿Teme n'at'agiu?

Gatho nuya n'ani xa hñei ga thödiju. M'ui di ga nohñu ma menguju.

Pa ga thödiju n'a tuki ga mohñu teme di tsiu. Hñuni di uinjü, n'a ngö, ndunthi ya hoga bëni xa di muui ha ma m'uiju.

Ngu da jö'iju hñuni ma m'uiju, në nuju da më m'ondaju hñuni pa ga tsathu ya jö'i, xiju to'ogiu.

Ha nuna xeni m'efi ma ga möhñu to'ogiu në ma ga hëthu ge di muuiju ndunthi ngu da më M'ondaju. Ga tsathu nu'u ma 'ra ma hñuniju.



### Teme në pa yo'ä nuna xeni m'efi:

Ga pöju ra ts'edi në teme pe'ts'i ma menguju, di pöju ge di muui në ga pedejü ya m'ede, teme ra më'ä në n'a mohi hñuni.


Ga pe'su n'a m'efi pa da te to'ogiju ha ma menguju në ga pe'sfu n'a nsepi.

### Hanja nepi ga njau në tema hoga m'ui ma ga pödiju:

Ga ühñu nö'ö pe'su, ga pödiju xa thogi ge njabu xa thogi ma m'uiju, t'ëké në gi ots'e nu'u 'ra.


### Fëni mahyoni:

- ▶ Gatho ya mengu ge n'año
- ▶ Ma hñunijü xiju habu xti ñ'eheju ga ñuniju në ga tsatiju.
- ▶ Di hafu ra ngö ma muiju ra dümüi në ra johya.
- ▶ Di hñegeju ma m'uiju ko nu'u ma 'ra ha ma hñuniju hyaxtho në no'o di hoju ha ya ngö.

 Ra xoge ma da dura: 90 ya t'upa.

# Ha ra nduiua m'efi.

## 0. Ma ga bēniju:

 Ra xoge ma da dura: 10 ya t'upa.

## Gi uni ri m'engu.

Xahnate da 'yapi ya jō'i da bēni ra m'engu pa ge'ä da dödi nuya nt'ani.

Ga bēhñu xeni m'efi bi thogi, pa ge'ä ma ga möhñu hanja da jau ma m'enguju.

- ◆ ¿Gi bēhñu ndanä ri m'enguju?
- ◆ ¿Ja höu ri m'enguju?

Nuya nt'ani pa gatho ya jō'i në gi hyopi da ñö 'raman'a ngu ne'u. Honda yoho mina hñuu ya jō'i da ñö ha 'ran'a nt'ani.

## 1. Ra m'et'o xeni: Ra födi ma m'ui.

### M'efi:

N'a hoga hñuni.

### Ma gi haua:

- ◆ Pa nuna hmunts'i ma ga jau, xa hño ga mpaxu ga honhñu n'a döta mexa, pa da tsa ga exu gatho ya mohi ko gatho ya hñuni, nu'u mada hñöxi gatho ya tsi mengu.
- ◆ Nuna hmunts'i ge n'a ngö pa gi 'yongi ri fēni.
- ◆ Da ts'ogi gatho ya mohi hñuni ha mexa, pa gatho da hñēti. Mahyoni gi xipi ge ma ga tsifu ra nkui nuya hñuni në ma ga pöju habu xpi ñ'ehē.
- ◆ 'Ra n'a mengu ma ga xifu da uni ra hñuni.  
To'o ba hö ra thut'i, ge'ä da xit'i në da heke, da sü ge gatho da zudi ra mohi mödi n'a tsi tuki. Gi bēhñu ge nö'ö mahyoni ge ga ntsathu, ga
- ◆ tsafu ra nkui në ga pöfu ra födi'ä.  
Mahyoni gi xipi ge ra ndunthi hinga ge'ä mahyoni, nge'ä 'ran'a mengu ba hö ngu bi zudi ra böjö.
- ◆ Nuya nt'ani da tsa da maxa'i pa gi nōni ri hñuni:

- ◆ ¿Ndana hñuni ua hö gi tsatje?
- ◆ ¿Teme ra mē'ä?
- ◆ ¿Yo'ä ga juahnü'ä?
- ◆ ¿Hamu gi tsiu'ä?



- ▶ ¿Yo'á mahyoni ha ma menguju?
- ▶ ¿Tema födi umbi ma menguju?
- ▶ ¿Tema m'ede ga pedeju di noni hñuni'á?

- ▶ Ngu ga ñuhñu ga oxu m'ede'á.
- ▶ Gi sü ge ya mengu da juadi da heke, da üdi në da pede ra m'ede. Gi tom'i da juadi n'a mengu pa gi xipi ma n'a mengu pede ra m'ede në da heke ra hñuni.
- ▶ Ra m'efa m'u da tsa, ya jö'i da tsa da ja ya nt'ani.



## 2. Ra yoho xeni: 'Yongi ri fëni.

Nö'ö ma hñuniju goge'á di xikagiju 'ra m'ui ma menguhu, di ñuniju, di hafu ngö dümüi në johya. Ja 'ra ya pa di behñu ha ma m'uiju ngu: ra m'ui n'a lele, ngu ra xixtee, ngu to'o di thokuabi ra ngö dega ta jeya, ngö ge'á ha to'o gi tom'i, mabxua, ra ngö hnini në ndöte.

Di hoju ya m'ge në di behñu ma jö'iju xa dü pa ge'á di hoju ya hñuni mi tsi'á xa kui.

Honge ga tsathu ya jö'i ma hñuniju njabu di ühñu ma m'uiju. Gi 'yapi ya jö'i da 'yut'i ra fëni nö'ö da pejuua.

Ha ra maa nuya m'efi gi sü ge gatho ya jö'i da ñö, hindi neu ge gatho ya jö'i da dödi ya nt'ani.

Nt'ani pa gi 'yongi ri fëni ge nuya.



## 3. Hñuuxeni: Gi pefi.

- ▶ Pa da uadi gi 'yapi ya jö'i da munzi nu'u n'at'a ra mengu.
- ▶ M'u n'a jö'i 'yose gi 'yapi da mpese në da ñö nongi gatho ra mengu.
- ▶

Ma gi haua:Ma menguhu, ngu n'a döta hmunts'a m'efi, ndunthi ge'u hmunts'i ja n'a ra hmö, ge mö to'o'u. Nfëni n'a tuki ndana hmö ëna to'o xa majöni ri hmunts'i.

Gi hopi da nfëni n'a tuki në xta uadi gi 'yapi da mö ndana hmö bi hoki pa mö to'o ra mengu.

#### 4. Ra goho xeni: Ra nkot'i.

Nubya pa ga huaju gi 'yapabi gatho da mö teme tsa'u ha n'a hmö, në da ma'u. Mahyoni da ñö gatho mödi da mengi da mö teme biu mö nu'u m'et'o.

Gi xipi ge pa nö'ö ma n'a xeni m'efi ma ga ñöu de ma menguju në hanja da tsa ga hau da hogi ma nxadi födiju, ma nt'otheju, ma m'efiju në nö'ö böjö di töhöju.

**Hingi pumhni:** Gi nzofa pa nö'ö ma n'a xeni m'efi n'a ts'utp'i ngunt'udi mengu ha ri hnini, pa da hñöts'i ra m'efi në da mats'i ya jö'i. Mu gi ne gi nzofa, gi xipi ya jö'i, gi 'yani teme mö'u, m'u ya jö'i enä ge höö gi nzofa, m'u hina, hina.

#### Pa gi pödi ma ts'u...

*Njaua di jaje ma ngöje, jeya ko jeya:  
NUJE DI THËKAGIHE, NGE'Ä JA MA  
HÑÜNIHE, DA ME M'ONDAJE NË JA  
NDUNTHI MA HOGA M'UJE.  
José N. Iturriaga (Iturriaga, 2007).*



#### Ra hñüni M'onda: Go gehya mä m'uje.

Ra hñüni M'onda, në hanja di nts'i ya nkui, hyaxtho di hmö—Ge ya hñüni ndunthi ra m'ui ge tsoni ma yabu de hñunitho, ha gekua kut'i ra nt'eme nijö, ya m'oe, në pe'ts'i xa ndunthi ya jeya xa thogi, ya ntebe jeya, ya m'o jeya, ge ha nuna ntebe jeya XXI ha xa zokua.

Nuna m'ui thogi ha ra ntonzi ya m'ui në ra ntonzi ya m'ot'i, nëki ma xa hño num'u ja n'a 'ra'yo m'ui në ndöte, ha m'ot'i në ha nxofa. Ra hñuni ya me m'onda

Ra hñüni m'onda pe'ts'i ra tede ha nu'u ya m'et'o jö'i, bi thöskui ya mbohö maham'u, ge xa te në nuya pa m'uputho hinga honda ha ya nfuts'i në ya hüöi, ha ya nguu në ya mexa, hina ha ya nijö në ya nt'aginë, ha ya nzudi, ha ya m'oe, ha ya xadi, ha ra m'ui ya me hnini, ge ya ñuhu mina hinga ñuhu. Ma hñunije xa zohö nge'ä ndunthi ya m'ui xa nthönzi ra m'ui ra hnini ne ya mengu.

Ra hñüni M'onda n'a hño pets'i gatho ya jö'i, ge'ä hño xa munzi ra jö'i ya hnini. Hñuni m'onda ge'ä mö to'ogiju (ngu ra thuhu ya hnini) Num'u bi döpi ya mbohö më España M'onda ma jeya 1521, franciscanoBernardinode

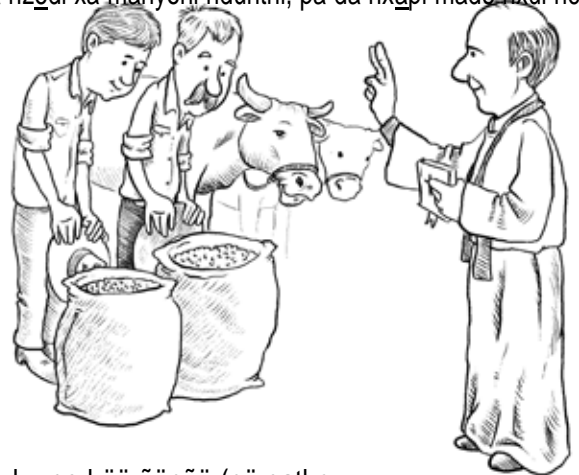
Sahagún bi ndui bi hapi ya ntani ya tsi xita ñuhu ge bi m'ui'u mote num'u hinga mi tsoho ya mbohō; njabu bi goo ndunthi ya födi ma nxa m'edi. Njabu di pödiyu ge gatho ha ya ñutjö mi japa ya m'oe ra döta nt'agi ra Ajö ya Ndeschna.

Nu'u ya hñüni pa m'oe maham'u ge mi ya nzedi ge mi thoki ko ya dethö, xa mi ha ndunthi ha ya m'oe në ha ya ngö mi njapi gatho nu'u ya jö'i mi xa dü ha nö'ö jeya bi thogi.

Nuna nt'ot'i mö ya nthogi-, bi mö ge xa mahyoni nuya ya m'efi, nge'ä nuua M'onda ya jö'i di hoki ra ngö dega ra pa ya ndöte, ya jö'i di hoki ra m'oe ha ra ngü, në ha ba nt'agi ra mengu nö'ö bi dü, njabunë ya nzedi xa mahyoni ndunthi, pa da nxapi made nxüi në da nts'i, njauanë xa hño ga pöju ge jeya ko jeya di njapa ya ngö ya ndöte.

Nubya nuya ya hoga ngö dega ra pa ya ndöte, di ja ya ñömpo në ya ñuhunë, xa hño di nja ya ngö në gatho ya hnini di mpespa ntëke, njabu gatho ya jö'i ja ra böjö mina hyoya di ja ra ngö dega ra pa ya ndöte, në njaua gatho M'onda di ts'i ra nseidi.

Num'u ra pa Da Isidro Labrador di nja ya ngö ha ya t'uko hnini, di nja ya mixa, ya nda di t'espi njöpi pa da hogi m'ot'i, ya ndamhni në di njapi njöpi pa hinda tui ra ua, në njabu da ja ra ts'edi pa da mpot'i ha ya hüöi, pa da nja teme ga xofoju.



Nuua M'onda di pesu ngu 'rato ya 'ret'a ma yoho ya hmunts'i dega ya ñuhu ge höö ñönñö (në gatho tsu ret'a ma hñü ya millon dega ya me M'onda, nö'ö 'ret'a ma yoho % dega gatho), xa tseidi ya nfödi de maham'u. Ngü nu'u ya ñuhu ra thühü ya huicholes, ra m'ui di pat'i ha hñü ya ts'ö, dega dethö, dega fantho, në dega xamu nu ja ha t'oho (ja ra m'ini në m'ai ha t'oho). Di Mongi Fernando Benítez, N'a nö'ö ma döta fëniyu de ma ñuhuju enä: "Ge bi zoho pa pa ga nxofoju, Nö'ö chamán ge di heki në di tseki ya thö, ge hñö ra pañu xa t'edi, në di ndui di ja xadi pa da ja ya ngö. Nö'ö tsi majö ñuhu, në gatho ya jö'i 'yo ha ngö di zoni dega ñ'u në nuni chamán di mö;

*Pungagithoje, ma tsi nönö'ije, pe ge ya bi hmö, pa n'a ñuhu da te: pe'ts'i teme gi tü nu'i.*



Ya tzotziles ha hnini, pe'ts'i tsi tuki tobe mi xekui ra ts'ai ya t'uko lele, në mi ts'ogi ha n'a thö, njabu nö'ö dethö mi xa ñü ya ji, njabu go mi pot'i ya dada, pa njaua hinxä juadi nuna ra nfödi ya hnini. Ya ñuhu nu'u di zudi nuni ha Papantla, në nu'u m'ui ha ma 'ra ya hnini, ngu ya totonacos, di hot'e ngo ra hñuni, në njabu zudi jö'i kö'i mahets'i pa ra hño ya döme. Ha ya Nahuas dega altiplanodi nxadi made nxüi, në di pespi nt'ëke ya dethö, num'u tobe hindi pot'i, në njabu nuya ya ñuhu di api nseki ts'i hai pa da mpot'i ya dethö, në pa da te xa ento ya m'ai dethö. Ha 'ra ya m'ui nuni Morelos, di ts'ogi 'ra ya jöo, ha made hüöi, pa njabu da npidi zithü, në hinda xaxi nxofo. Nuya Gehya ho ge ra hoga nfödi nu'u ma m'et'o jö'iju xa mi ya ñuhu.

Nu'u ya mixtecos mi ho n'a koli, në mi japi da dugi 'ra ji, nuni ha mi m'ui m'ot'i, pa njabu xa hogi ra nsaki hai, në ko ra ts'edi tsi dada, xa te ma xa nsunda ya m'ot'i. Ya tepehuas mi hete ya thö, mi xapi made nxüi, në ra m'efa mi ja ya nkui. Ya tarahumaras në ma 'ra ya hnini ge mi ya ñuhu, num'u mi tsiki n'a ra dehe, m'et'o mi poni n'a ra t'uko 'ye, në mi hüöt'i ha ya goho hmö xihmaj, (hyandi, mahyandi, 'randi në mote), në mi pongi hai. Nuya ya nfödi mi ja ya tarahumara, ge mi api tsi dada, xa mabi xa hño gatho ya jö'i ha xihmaj.

Gatho nuya ya nfödi di tsixkagije ha fixhem'i xa njöpi dega ya maya. Nö'ö Popol Vuh, ha gekua mö ge gatho ya jö'i, nu'u bi m'ui ha ma 'ra ya döta hnini de haj M'onda, ge tsi dada bi hyoki ya jö'i ko ya dethö: "Honse juni dega dethö bi ñut'i ha ra ngö, nu'u ma m'et'o dadaju." Ha nuni Códice Chimalpopoca da tsa ga hëthu xa hño, ge ra m'efi ya Ndeschna ko ya Maya ge xa n'at'atho. "Në nö'ö dethö, ge n'a hoga nda...go gehna ma hñüniyu ge tsi dada bi mets'i nuni ha ra ngu ya Tonacatépetl, ge mi thüp'inë, toho dega ma ngoju..."

Xa hño ga xi'a'ijü në gi pöju, ge ya Ndeschna mi hoki ra Ajö ko ya dethö, në ma 'ra ya nda nu'u mi ja ha ra m'ui, në njabu mi tangi ha ya nda, ra ji nu'u ya jö'i mi xa hyo nuni ha ra nijö'u. Mi ja 'ra pa mi ja'u ya xadi, pe ge m'et'o mi thëti ha n'a ra do mi hüts'i ya pa, në njaua höö mi tsa da xadiya, në n'andi ya maja mi pumhni ge mi ya majö, në mi üni 'ra ya tsi xeni ngö, 'ra n'a ya jö'i nu'u mi m'ui ha ra hnini, në njaua mi ja xa majöni nö'ö mi Mongi frayDiego Duran: në "Nuna majö mi yopi ko gatho ya jö'i nu mi m'ui ha hnini, nuya mi yopi ge mi ya döta ñ'ohö, ya t'uko ñ'ohö, ya döta donxu, ya t'uko donxu, ya chu, ya xita, ya t'ulo böts'i, ya t'ulo nxutsi, në njani mi thöni ya ehya gatho ya jö'i, ge mi xpa pëhni ts'i dada hñesu, njaua në ya jö'i xa mi zoni në mi tsü, në gatho mi hñëtasee në mi ënä ya, ge mi tsipa ra ngo në ra ndo'yo tsi dada hñesu".

## **Xa ja ya hño, hoga m'ui, në ya hoga hñüni nuua M'onda.**

Ra hñüni M'onda di ngespi nt'ëke në di nfödi po ma 'ra ya hyoka hñüni me ma 'ra hnini, ge xa kui ra hñüni M'onda nuua ha xihmaj. Nuya ya hñüni pe'ts'i ra ya hmö ge xa ma jöni, në ge nuua ha ma M'ondaju ja yoho ya hoga fëni ge xa ja ra nsü: Ngu M'onda hiñ'otho yoho, ma hajje ge pe'ts'i xa ndunthi ya nk'ami, në xa ja xa ndunthi ra m'ui ko ra m'ui, në njabu xa di nekatho M'onda hanja pe'ts'i xa ndunthi ra hñüni në ra nkui.

Pöjubia ge ma döta hniniyu M'onda, m'ui ha ra ngoho m'ede, dega nu'u ya döta hnini, ge xa ja ra nkui, nuua ha ma xihmajju, njabunë töte nge'ä pe'ts'i xa ndunthi ra nk'ami, në xa ndunthi ra zu'uë, ge di 'yo ha ya haj. (Nu'u ya hnini xa pe'ts'i ndunthi ra zu'uë, ge hnini Brasil, hnini Colombia në hnini Indonësia).



Ko nu'u xa ndunthi ya nk'ami, në xa ndunthi ya zu'uë, xa ndunthi ya t'uko hnini, në ya döta hnini, bi xogi ya fëni pa da thoki xa ndunthi ya nkui, ya hñüni në ya nts'i.

Hñëtibya, M'onda go gehna döta hnini m'ui ha ra yoho m'ede xihmaj, ge xa pe'ts'i ndunthi ya nk'ami ko ya hoga m'ui ge ja ra m'ui (në di m'efa de nö'ö hnini ra thühü India). Nuna m'ede pöni nge'ä M'onda, pe'ts'i xa ndunthi ra hmö di ñöhñö, në xa di zedi honge hinxä m'edi ra hñö, në nuya ya hmö go gehya di umbi ra nyoho m'ede M'onda, nuua ha xihmaj: Në di t'ënanë, ge nuna hnini tobe pe'ts'i ra m'et'o hmö, ge ñöhñö, ge njaua höö da tsa da mets'i xa hño, ra m'ui, në njaua hyaxtho da tsa da thëti ge go gehna. Nuya ya nthogi, gehya ra m'efi ya mingu, ya hnini, në ge ra thühü, ya hoga feni xa m'ets'i, nuya di möhñu ge ya xa xadi, ge ya hnëi, ge ya thühü, ge ya hñüni, në gatho gehya, ge ra m'ets'i n'a döta hnini. (Nubya pöju, ge nö'ö hnini ra thühü India, pe'ts'i 'rato ya 'ret'a ma kut'a ya hñö dega ñuhu, ge tobe di te, në ge di thü'p'i ya hñö dega ñuhu, pe ge hinga ya dialecto. Pöjunë ge, nuua ha Ma M'ondaju di pesu, 'rato ya 'ret'a ko ma yoho ya hmö dega ñöhñö, në pöjunë ge ra m'efa xpi f'ëhë n'a döta hnini ra thühü China ge pe'ts'inë, kut'a ya 'ret'a ma goho ya hmö dega ñöhñö).



## Dethö në ra nxu ya hñuni: Hüöi.

Nuua ha ra haji ya ñuhu, ja ya döta müji, ha m'ukua n'a döta nda, ya de maham'u ge di mpespi nt'ëke: ge ra thühü dethö, ha ge nuna nda, bi m'uisse ha ya m'andi, në ha ya t'ohu, nuni ha mi tsa da te, mi ja dehe, në ra m'efa bi mpot'i, ha ya hüöi. Nubya pödi ge nö'ö teocintle, ge tobe ja, në de mahamu ha nö'ö jeya hñöto m'o, bi m'ot'i, në bi bongi n'a hoga dethö, ha nubya go ge'ä ma hñunijubya, gatho nuju da ñuhuju.

Nuna nda gehna xa tohni ma m'ujju, ko ra ts'edinë tsi dada, në ra ts'edi ya haji. Në nuni ha ra jeya XXI, nö'ö dethö ha nuua M'onda bi thëti, ngu xadi, ngu ra thühü ya xadi, ngu ra ñ'eme ya jö'i, ngu ra hnëhë dö fixhem'i, ngu ya nthogi, ngu ra hmö ya xita ya bi dü, ngu ya ngö di nja jeya ko jeya në njabu ngu ra te ya jö'i. Nö'ö dethö di thëtinë, ngu ra nthogi n'a m'ui, ngu ya böjö, ngu ya nsunda m'endi, në ngu ya hoga hñuni hihñabu da thini, nge'ä ra meti tsi dadanë ma metijunë. Njauabia xa hño ga pöju, ge ya dethö, ya nda, go ra meti ya haji dega m'ot'i, në go ra metinë, ya m'ui, në ya m'ui, nuua ha ma hajju M'onda.

Nu'u ya dethö di teui ra dethöui ha haji xa nfuts'i, pa njabu da ntsithe m'ai dethö. Nuya ya theka haji di nja ha hüöi, në ha di teua ma 'ra ya nk'ami di nts'i, ngu ya k'ani në ts'udk'ani, njabunë da tsa da teua Hñöto ya 'ret'a ya nk'ami mina ya paxi di nts'i, pa gi pöju, da tsa da m'ot'ia ya ju, ya ñ'i në ya müü.

Nubya hñehmots'u, ge ra mengu ya juu hindi koi, nixi ya ñ'i në hindi koi, ge bi ndum'i bi m'ot'i pa da ts'i, nuua ha ra haji M'onda, në nuya ya nda pe'ts'i ku'ta m'o ya jeya ge di m'ot'i në di nxofo pa da zi ya jö'i.

Ha hüöi ge xa ne ndunthi ya m'efi, hinga ngu ha ya t'ohu, në ha ya m'andi: Xa majöni nja ngu ra tede n'a jö'i, ge xa xa hñëi. Njauanë gatho nuya ya nfödi dega hüöi, pe'ts'i ndunthi ya jeya ge bi nëki. Nubya xa di o n'a, ko ya paxi, hanja di fots'e'u ko gatho ra nkui ya haji, në ya hoga hñuni tingi ya nk'ami ha m'ot'i, njaua ha ya nfuts'i, di thönts'i ya haji, pa ya paxi, në ya nk'ami da dingi ya nkui, në njabu da te tsi döta ma hüöiju. Di ojenë hanja de mahamu ya jö'i di mpot'i pa da dingi ya nts'i. Nuua ha hñü ya hñüni, ge di m'et'o dethö, ge xpi ñ'epu ju, në ra m'efa ge ñ'i, pe ge höö di pöje ge Nö'ö hüöi ma dadahe, nge'ä xa di uni ndunthi ya m'ot'i, në gekua poni ma 'ra ya paxi di nts'i. Nö'ö ñ'ibia hinga n'a hñüni'a ha ma hajju M'onda, ge ñ'i di umbabitho ra nkui hñüni, në di faxatho dethö, në ju pa da tsa da nts'i xa hño. Nuna nts'i ra thühü ñ'i, bi ntungi ra nts'i, ha nuni ya döta hnini, bi m'ui haji de M'onda, në gehni ñ'i, bi thöts'i ha n'a ngu dega nt'üdi, pa ba nxëni ra hño di japi ya jö'i, në bi nt'op'a ra nduinë, ha ya döta hnini mi m'ot'i, në mi nxofo.





## Ra hyoka hñüni ya hnini M'onda.

Nö'ö M'onda pe'ts'i xa ndunthi ya hnini, ha di thoki ya hñüni, ya hñüni go ra me'ti nuya ya hai, ha n'a nts'i hñüni xa di nekatho ha mengu, moske hinda hmö ra thühü: Nuya ya nts'i ge ya thühü dethö, ju në ñ'i, nuya hñü ya nts'i, ge di födi gatho ha ra xihmaj M'onda. Ya m'ui ge ra hyoka hñüni Monda, ge xa mi ja ra ehya pa mi m'ui ha Nö'ö jeya XXI, moske nuya hyoka hñüni mi ja ra 'yu, dega nu'u ya m'et'o jö'i, mi pödi da hyoki hñüni mahamu. Honge nubya gatho ya hyoka hñüni, në pe'ts'i ts'i tuki ge bi m'ui, honge di pöju ge nu'u ya m'et'o hyoka hñüni, pe'ts'i ya ndunthi ya jeya ge bi m'ui'u. Ha nubya ya hyoka hñüni da ts'a ga pöju, ha pe'ts'i ndunthi ua ts'i tuki ge di ja'u hñüni.



Nuua ma möhñu ra ts'i nö'ö arroz ko nö'ö trigo ge xa mahyoni ha ma m'uiju ra thühü M'onda, nuya yoho ya nda, ge ra thühü arroz në trigo, xa di nts'i ua xa xa hño. Mahamu xa mi ja ra ehya ra hñüni ya ñuhu, pe ge ra m'efa bi nthönts'i ya hñüni, në ya hñüni. Ha nubya hñethu xa hño ge nö'ö dethö, goge'a ra hñüni ya ñuhu de mahamu, në nkabu hñethunë, ge nubya ma paubya, ra hñüni gatho, në xa ndunthi ya me M'onda, ge ya dethö, ngu nu'u ma m'et'o jö'iju bi m'ui nuua ha ya hai, di m'ujubia. Hñëtiju ge di tsiju xa ndunthi ya dethö, në di tsiju ma tsi tuki trigo, në mödi di tsiju ma tsi ndunthi ya ju, pe ge ma di tsiju tobe ma ndunthi arroz.

## Hñëti hinxa m'edi ya hyoka hñüni ya me M'onda: Ra nte ra m'ui xihmaj.

Hñëti hinxa m'edi ya hyoka hñüni, ya me M'onda.

Nubya, pe'ts'i teme ga pöju ge bi zohobya, ra nte ra m'ui xihmaj, në ge ba thö xa ndunthi ya nts'i, pe ge hingi ho, pa ya tede ma ndo'yoju, në nubya ha ya taj xa xa mödi, në honse mada ts'ongagiju ma m'uiju. Nuya ya hñüni hingi ho ge ya thuhme ko ngo dega doru xpi ñ'ehë ha ya döta denda, ge ya thuhme xa pet'i di ñ'oui gexo xa nt'axi, gexo xa nk'axti, ya xeni ngo në nuna ma n'a hñüni ge n'a maka thuhme ko n'a maka ngo, ngu ra ñ'i 'yo, në gatho nuya 'ra'yo nts'i, xa ja ha ya döta hnini. Gatho nu'u ya jö'i di pe'ts'i ya böjö, go di tsi'u hamu ne, pe ge ya böts'i höö di opi ya dada nuya ya hñüni hingi ho, në ya dada höö di tambi ya böts'i, nkabunë ya dada di tambi ya böts'i, ya nt'eni dega ya hyote, nu'u poni ha ya thëta bojö (tv), në nkaua ya bötsi di ñ'eni, në xa di tsi nuya ya hñüni hingi ho pa ra m'ui. Moske ko ya 'ra'yo födi ja xa ndunthi ya 'ra'yo hñüni, xpi ñ'ehë ha ma n'andi, ma 'ra ya hnini, pe ge ma jö'iju me M'onda, xa ne da zi, 'ra tsi ju, ra tsi ñ'i në ya hme dega dethö. Xa hñonë ga hëthu haka bi zoni ra hñüni M'onda nuni ha Döta hnini ra thühü Ri 'Randi, nu'u hñü ya 'ret'a ya millon, dega ya jö'i me M'onda bi m'ui ri 'Randi, go bi hñöts'i'u ya nfödi, pa da thoki ya hñüni. Pöju ge nuni Ri'randi, bi ja xa ndunthi ya denda, habu di m'a xa ndunthi ya hñüni me M'onda, në nuua ha denda di m'a ya kuxhme, ya xeni hme dega dethö, pe ge nuya hme xa hñüni, në nuya ya hñüni di t'umbi ngu ra nyoho hñüni ma di ts'i nuua ri 'randi, ra m'efa di ts'i ya ngüxinë dega papa.

Nuya ya 'ra'yo m'ui xa ja ndunthi ra ts'edi (ge ya mbohö di honi hanka da dö ma ndunthi ya böjö), Nuju höö da ts'a ga ntunkuiju 'ra'yo m'ui, ko ma nfödiju dega ya m'ui di pesu nuua ha ma M'ondaju. Di möhñe ge ra nkui ra hñüni M'onda xa ja ra tsedi, habu gatho da ma në da m'ui.



Nö'ö José N. Iturriaga (M'onda D. F., Jeya; N'a m'o, guto ntebe, goho ya 'ret'a, ma 'rato). Me M'onda, ge xa pödi da hoki ya m'efi ha nuna ngü nt'üdi ra thühü UNAM, në di o't'i ra nthogi ya m'uj, ha nuna ngü nt'üdi ra thühü Universidad Iberoamericana. Nuna ñ'ohq me M'onda, bi ndö dega ya nxü böjö, në pödi ya m'efi, në ya m'uj ya ñuhu, nuna döme pödinë, ra m'efi ma ndöts'utpiju M'onda, ha di mpefi pa ga pe'su n'a hoga nk'ami, në ya hoga ndöhi ha ma m'ujju. Nuna jö'i bi 'yot'i n'ate ma guto ya fixhem'i, pa ga nëhëju, në nuya ya nt'ot'i, di mongi 'ra ya hmö, ya me M'onda. Nö'ö jeya n'a m'o, guto ntebe, hñöto ya 'ret'a ma hñöto, nuna döme bi döhö nö'ö; Premio Internacional Malcolm Lowry del INBA, nge'ä bi hyoki n'a m'efi mi mongi; 'ra ya jö'i mi 'yo nuua M'onda, pe ge mi ya mengu, ha ma 'ra ya döta hnini; në nuni ha jeya; Yoho m'o ma hñü; nuna döme bi döhö në nö'ö; Premio Internacional Slow Food (ha döta hnini Italia) nge'ä mi ja da födi ra hñüni M'onda, nkabunë bi ungi 'ra ya nfödi, pa xa te në xa nfödi ma ts'u ra hñüni ya me M'onda, nkabunë bi mongi ra m'uj, në ra m'uj m'onda.

#### Referencias

\* Iturriaga, J. N. (2007). Nu'u ya me n'añö hnini, di hëkagiju, po ma hñüniju, në ma m'ujju. (UNAM, Ed.) Recuperado el 20 de noviembre

de 2013, de Revistas UNAM: <http://www.revistas.unam.mx/index.php/archipelago/article/view/1994>.

## Teme ma n'a di peju ha ma menguju: Ra nxadi födi ma menguju.

### Teme nuna m'efi:

Nuna go gehna ma hñü hmunts'iju, dega ra 'rato ya hmunts'a m'efi, nkabu ha nuna ma hoga m'efiju, ge ha nuna hmunts'i ma ga ñöje dega ya mengu. Ha 'ra n'a ya hmunts'i, ma ga hëthe në ma ga ñöje dega ya mengu.

Ha nuna hmunts'i ra kut'a, ma ga hohñe hanka ga tihñe, ya hoga hmö, pa da ts'a ga peje n'a m'efi, mina da ts'a ga möhñe, nuna höö ma ga pefi, mina ma ga pehe.

Ha hmunts'i ra 'rato ma ga mpeje dega hanka di thëti ya mengu, në hanka da t'ena, nuyü go ri mengu, nge'ä di pödi da hyoki ya hoga hñüni xa kui.

Nuni ha ra hmunts'i ra yoto, në ta ha ra hmunts'i ra 'ret'a, ma ga tihñüni, hanka di jau da mpefi ma fëniyu, në ha ga tihñü ua në, ra ya m'efi da zixkagiju ga pöju, xa ndunthi ya m'efi dega ya mengu, në nkabu ma ga tihñüua në, hanja ya mengu di hoki ya m'ui, ko ra nfats'i ya hoga nt'üdi, ya hoga m'ui pa hinga hñëniyunë, ya hoga m'ui pa ga pöju xa hño nu'u ra nt'üdi ma dadaju, në ra nt'üdi ma ngunt'üdiju, nkabunë hanja ga tihñü n'a hoga m'efi, në hanja da xü ma böjöju.

Ha nuna hmunts'i ma ga ñöju dega ya hoga nt'üdi. Ma ga nujunë hanja di pesfu nt'ëke ya nt'üdi, në hanja di hëthu ya m'efi, nuju seü, në nkabu nuju da döta jö'iju, hanja di hëthu ya m'efi, pa ma metsiju, në pa ma nxutsiju.

¿Teme di möhñü, ge gatho pe'ts'i teme da ma, ha ya ngü nt'üdi, ya nxütsi, ya metsi, mina to'o da tsatho?



### Teme në pa yo'ä nuna xeni m'efi:

Ga möhñü hanja di hëthu ya nxadi födi, teme di pe'sü, në tema nxadi haju m'edi.

## Hanja nepi ga njau në tema hoga m'ui ma ga pödiju:

'Yode, hñëti te gi pese, höö da tsa gi tsudi nö'ö gi në, xoki ri fëni pa da tsa gi pödi ya 'ra'yo nfödi, ge pa ge'ä xkua ehë.

### Fëni mahyoni:

- ◆ Ngunt'udi hyaxtho mahyoni .
- ◆ Gathogiu da tsa ga maha ngunt'udi
- ◆ ¿ Teme da tsa ga peju pa ga juhuu ndunthi thöhö ngunt'udi nge'ä da tsa ga maha?  
Ha ma m'uiju hyaxtho ha teme ga di pödiju, hihñabu di heju ga pödiu.



Ra xoge ma da dura: 90 ya t'upa.

## Ha ra nduiua m'efi.

### 0. Ma ga bëniju:



Ra xoge ma da dura: 10 ya t'upa.

### Ga hoju m'ede mahietho.

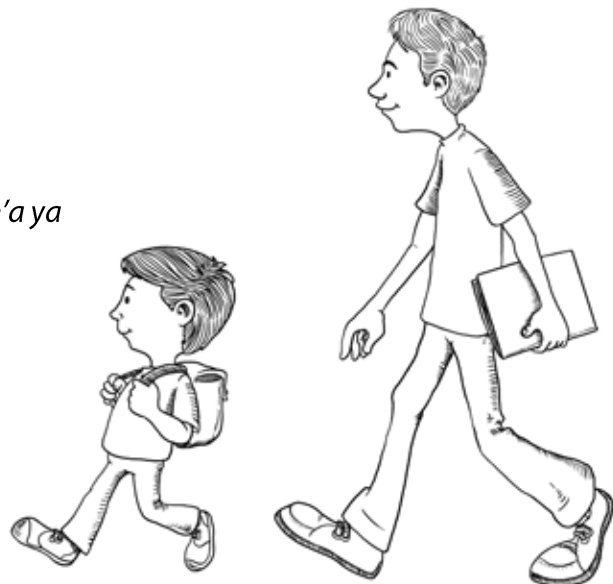
Ha nuna m'efi ma ga bññu teme da peju ha nö'ö ma n'a hmunts'i bi thogi, në nkaua ma ga toju m'ede

#### Ma gi haua:

- ◆ Nö'ö xahnate da dum'i ya m'efi, në da xipi gatho, ge da bëni nö'ö hmunts'i ya bi thogi, në da xipi gatho ge da mpats'ibia, pa da pede m'ede.
- ◆ Nö'ö xahnate da nduj ko n'a hmö mi ënä: **MI JA N'A PA...**
- ◆ Ra m'efa hinkonto da ñö, pa da tsa da thoki m'ede, ko 'ra ya t'uko hmö. Xa mahyoni ge gatho da mpefi.
- ◆ Nubya da juadi m'ede ko nuna hmö ge ënä: **BI UADI.**

#### \*GI HAUAJU:

- \* Gi 'yafu nu'u di mpefi, ge da mongi 'ra ya hmö hingi ma, pa ge gatho da tsa da mpefi.
- \* M'u da m'e'aju n'a xa mahyoni, nö'ö ri xahnateju, hyaxtho di gut'i ra ñü nö'ö m'ede, në di teti 'ra ma n'a ya hmö, num'u hinza da juadi.
- \* Ga süju ge gatho da mpefi, pa da thoki m'ede.



# 1. Ra m'et'o xeni: Ra födi ma m'ui.

## M'efi:

¿ Ga maḥa ha ngunt'udi?

- ◆ Nö'ö mefi mada dödi ra fixhem'i dega m'efi, pa nkabu da 'yot'i ra hmö ya ntani; Maḥa ha ngunt'üdi? Da hñeti xa hño ge mada dödi ko gatho, në njabu da hñeti në nu'u xpi ñ'ëhë n'at'a de ra ngu. M'u ja ndunthi ya jö'i n'at'a ra mengu, da tsa da dödi ngu n'a mengu.

Ra thuhu gatho ri mengu.	¿Gi pödi gi nēhē në gi ñ'ofō?	¿Ga ma ngunt'udi ua tobe gi pa?	¿Ndana jeya ga tsoni?	¿Di gusta'i ua mi gusta'i gi nxadi?	¿Gi ne gi pengi gi nxadi?	M'ü hingi nxadi, ¿Yo'a ya hingi nxadi?

Nubya da juadi nuna m'efi, di oje gi mpaxu, në gi nēhēju n'at'a, hanja ga thööju ra hmö, ya ntani.

## \* GI HAUAJU:

Ga xi'a'iju ge nö'ö xahnate, xa hñöxi n'a nxidi, në xa k'ots'i nö'ö m'efi, pa njabu ma da ts'a da mö, hanja mada thoki m'efi, në hanja mada dödi ra hmö ya nt'ani.

# 2. Ra yoho xeni: 'Yongi ri fëni.

- ◆ Pa ha nuna ra yoho xeni, da hege nö'ö hmunts'i dega goho ya tsi xeni hmunts'i. Në da t'umbi 'ra ya t'uko hmunts'i, 'ran'a ya nt'ot'i ko 'ra ya nt'ani, ra m'efa da t'api da m'epi ha ra hmunts'i, ko nuya ya ntani, në njabu gatho da m'epi, në nubya ko ya m'efi da zongi ha n'a hmö.

- ◆ 1. ¿Ndana hëti mahyoni ma hniniju në ma menguju, m'efi ua nxadi?, ¿Yo'ä?
- ◆ 2. T'ena ge gatho pëtsi te da ma ha ngunt'udi, metsi në nxutsi. Ha ma hniniju në ha ma menguju, ¿To'o hingi hëi tsa da ma ha nguu nt'udi, ya metsi ua ya nxutsi?, ¿Yo'ä?
- ◆ 3. Ya tsi döta jö'i m'ui ha ma hniniju:
  - a. ¿Di ne ga maḥa ngu nt'udi?
  - b. ¿Da tsa ga hau?
  - c. ¿Teme hukagju?
- ◆ 4. ¿Teme faxkagiju ngunt'udi?



- ◆ Nubya ga huaju nuna m'efi, n'a jö'i nu'u o ha 'ra n'a hmunts'i, da nëhë, në da ungi nö'ö ra hmö gatho hmunts'i bi goi.
- ◆ Xa mahyoni ge nö'ö xahnate, da 'yo da 'yo't'i ya hoga hmö, nu'u ma xa xa hño, pa ge 'ra m'efa, da thoki n'a nt'ot'i xa mahyoni dega gatho, nuya hoga hmo, bi hmö.

### 3. Raxeni hñuu: Gi pefi.

Di nsoje gatho ge da ñö, pa njabu ga thöju ko 'ra ya hoga hmö, dega nuya ya ntani xpi ñ'ekua.

- ◆ ¿Hanja da tsä da 'raju thöhö ngunt'udi?
- ◆ ¿Teme da tsä ga pefiju pa ma metsiju në ma nxutsiju hyaxtho da ma ngunt'udi?
- ◆ Nuju da döta jö'iju; Pa yo'ä di ne ga mahä ha ngunt'udi?

### 4. Ra uadi

- ◆ Di afe gatho nu'u 'yo nuua ha hmunts'i, ge da 'yongi ha ra fëni n'a m'efi, ge höö da tsä da hoki ha ngu dega nt'üdi, në ge höö ya da tsä da dum'i da m'efi, pe ge ya da dum'i.
- ◆ Süju hinkonto da m'edi, di xi'a'iju gatho, ge gi möhñu xa nts'edi, nö'ö ri m'efiju, ga möhñu ge magi jau, ha ngunt'üdi. Di t'apa'ijunë, ge gi 'yothu ha fixhem'i nö'ö m'efi ga möhñu, 'yot'i ha nö'ö hem'i dega m'efi.
- ◆ Ga juajubia gatho n'at'a, në ga ma ga xi'a'ihe, ge pa nö'ö ma n'a hmunts'i, ma ga jaju da m'efi ma fënijü, dega hanja da tsä ga jau, pa hinda nja ya hñëni, ha ma menguju, në ha ma hniniju.

## Teme ma n'a di peju ha ma menguju: Ra nzaki ma menguju.

### Teme nuna m'efi:

¿Teme nö'ö hoga m'ui pa hingi hñeni?, ¿Hanja gi tingi hoga m'ui, pa hingi hñeni? Ngu mongi nö'ö hmunts'i dega xihmaj (OMS):

"Nö'ö hoga m'ui goge'ä num'u hinda hñengi ri ndo'yo, ri fëni,ri m'ui,në hinga honse da zu'i nda hñeni".  
M'u da tsa ga tihñu, n'a ma döta në hoga nsakiju, në hinga hñeniju ge xa hño, goge'ä pe'ts'i teme ga tihñu në ga jau, gatho nuju da jö'ju, moske higa n'at'a ma jiju, ma xadiju, ma fënijü, në njabu ma böjöju." (OMS, Jeya: Yoho m'o, ret'a ma hñü). Nuna hmö dega ya hoga m'ui bi ñ'ut'i, në bi nt'ot'i, pa ga nehëju nö'ö ra pa; yoto, dega ra goho nzönö, dega jeya; N'a m'o, guto ntebe, goho ya 'ret'a ma Hñötonë de gem'u hinkonto xa poni nuya ya hmö.

Nubya ga mohñu dega ma n'añö,hinga ga ehñu në ga möju ge ko hinga hñeniju. Ge xa hño ga hmömbiju da hogi ma m'uiju, pa njabu ga pe'su ya hoga m'ui, në ya hoga m'ui, në nka ni hinga hñeniju gatho nuju ja n'a menguju, në ja n'a ma hniniju.

Hñetibia,nuni ha jeyayoho m'o guto, nö'ö hmunts'i dega ra tede ndunthi ya jö'i, në nö'ö Hoga op'a ma sü ya jö'i, nuua haj Nt'at'i, bi mö xa ndunthi, ya hoga fëni hanja ga pesu gatho n'a hoga m'ui, pa ga teju xa xa hño, në hinga hñeniju (CortezVázquez, Yoho m'o, 'ret'a ma n'a),nuya ya hoga hmö di xi'a'ije ge Mongi mbohó, Go gehya nuya hüxkua, de ra n'a, ta ha ra guto m'ede.

Pa da hogi ya hoga m'ui:

1. Ge nu'u ya menguda zongi ha ngu dega nt'othe, da nt'othe ko nu'u ya ñ'ëthi jani.
2. Ge nu'u ya menguda zongi ha ngu dega nt'othe, da thüxi ha hem'i pa hinda njop'i ñ'ëthi.
3. Ge nu'u ya menguda zongi ha ngu dega nt'othe, da t'umbi xa hño ya nfödi, pa hinda hñeni, në njabu da süse ra hoga m'ui.
4. Ge ya jö'i nu'u ne ra hñëda, pa da tsa da mpefi, në da nehë hem'i, da uat'i ha ngu dega nt'üdi.



5. Nu'u ya mengu, m'u pe'ts'i n'a ra jö'i di hñeni, da uat'i ha ngu dega nt'othe, pa da nt'ümbi n'a ra nfats'i.
6. Ge gatho ya menguda t'umbi nt'othe ha ta ts'i, da nxipi da sü ra tsi, Njabunë da m'ehni, ha ngu dega t'othe, n'a pa de n'a jeya pa da nxëmba ra ts'i.
7. Ge gatho ya mengu to'o nëtho, da t'umba 'ra ya hoga hmö, pa hinda göxi ra ñöya, ko ndunthi ya ntuhni ja.
8. Ge ya jö'i nu'u ja ra mengu di hñeni, da nfats'i pa da sü ra hñeni, në njabu da t'umbi 'ra ya hoga hmö pa da ñ'othe, mina da t'umbi ya ñ'ëthi.
9. Ge gatho nu'u ya xita pe'ts'i; 'Rato ya 'ret'a ya jeya, da t'umbi ma ndunthi nt'othe, pa da thëti teme ja nuya ya tsi xita, në ya tsi chu.

Gatho nuya ya hmö da mohñu m'et'o, hinxpi hñ'èhè ha m'efi dega ya hmunts'i,pe ge nö'ö xahnate di gut'i ñ'ü, da tsa da ndui da mpefi ha ya hmunts'i, në njabu da tsa da hñëti to'o në nfats'i, pa da ts'ixi da nt'othe ha ngu dega nt'othe.

Ha nuna hmunts'i mada nja ya m'efi, dega hanja ya jö'i da tsa da mets'i n'a hoga m'ui,në ma ga hëthu uanë, hanja ya jö'i hinda gut'i ndunthi ya böjö pa da sü ra hoga m'ui.

Nubya di ñöje dega nuya ya hmö:

- Ga hoju xa hño nuni ha di m'uiju, nge'ä ha gekua di jau ma hoga hmunts'iju ko ma menguju.
- Ga tsoju xa nt'axi, në ga jou gatho nu m'ui ha ma nguju.
- Ga süju xa hño ya nxütsi, ya metsi, në ya döta jö'i ge ya xita.
- Ga ñuhñu ko ma menguju.



### Teme në pa yo'ä nuna xeni m'efi:

Ga hëthu teme da tsada maxkagiju ga hoju n'a ma hoga m'uiju, në njabu ga pesü n'a m'ui xa nt'axi ha ma nguju, pa da tsa ga ñöju ko ma menguju, njauanë da n'at'a ha ma hniniju.


### Hanja nepi ga njau në tema hoga m'ui ma ga pödiju:

Hyoki ya hoga m'ui, pödi gi 'yode,fats'i to'o ne nfats'i, hñëti te gi pefi ha xa hño, pödi gi mpefi ko ri hmunts'i, pödi gi ne (Sü ri ñ'oui), pödi gi tsogi ha mi m'ui nö'ö ga pendi, xuki xa hño nö'ö ga pendi, pa da t'axki, në pödi gi nsofo ma 'ra ya jö'i.

### Fëni mahyoni:

- ◆ Da tsa ga m'ui ha n'a nguu xa njoo në xa nt'axi.
- ◆ Gathogiju pëts'i te ga pë'su n'a tsi ts'öt'i ha nguu.
- ◆ Gathogiju pë'ts'i te ga nsüseju, ga süu ya t'uko bötsi në ya tsi xita në ya chu.
- ◆ Ga ntsits'iju xa hño ha ma nguju di hajju ga johyaju në da nja ma nzakiju.




 Ra xoge ma da dura: 90 ya t'upa.



# Ha ra nduiua m'efi.

## 0. Ma ga bëniju:

 Ra xoge ma da dura: 10 ya t'upa.

## Ga nfaxu ga toju n'a m'ede.

Ra m'efi ya jö'ibya ge da bëni xeni m'efi bi thogi në da mö teme tsä num'u bi me ra m'efi pa da te ra nfödi xadi.

### Ma gi haua:

- ◆ Xahnate da ndui në da fi'ani to'o ne da mö teme xa m'efi.
- ◆ Gi xipi gatho n'a nsepi nu'u ya bi ndui në 'yapi nu'u ma 'ra da mö hamu ma da ndui ra m'efi.

## 1. Ra m'eto xeni: Ra födi ma m'ui.

### M'efi:

¿Hanja di m'uju?

### Ma gi haua:

- ◆ M'et'o: Gi 'yapi ya jö'i ge ha ra hem'i da hokua ra nk'oi ra nguu. Mahyoni hanja ra nguu hinga ra ts'unganza nk'oi.
- ◆ Yoho. Ha ya hmunts'i (gonjö'i ta 'ratonjö'i) 'raman'a da üdi ra nguu, da mö hanja ra nguu në hanja m'ui'u ko ra mengu.
- ◆ Hñuu: Gi mpeju. M'u tsi tuki ya jö'i da thogi da m'efi n'agitho gatho ya jö'i.
- ◆ Pa da uadi xahnate ko ra nfats'i ya jö'i da guki n'a t'uko födi.



## 2. Ra yoho xeni: 'Yongi ri fëni.

### M'efi: ¿Hanja di m'uiju?

M'et'o: Ha ri hem'i m'efiju ñu'su nuna xithe.

¿Hanja di nja ha nguu ha ma m'efi?		
Ya m'efi	¿Hanja di nja?	¿Hanja di ne ga nja?
Ga joo nu'u di kupa.		
Ya nsuki.		
Ra ts'ot'i 'ran'a jö'i.		
¿Hanja di süu ya nxuts'i në ya mets'i?		
¿Hanja di süu ya xita në ya chu?		
¿Ham'u gi munts'iju gatho pa gi ñöu në gi ñuniju?		
¿Tengu gatho nu'u ya hñuni ha nguu ?  ¿Gi ñuhñu gatho ua 'raman'a ñuni num'u da tsä?		
¿Teme gi mö de ya süteñ'ëthi?		
Ra nt'axigi, ¿Teme ge'ä?		
¿Teme gi mö nu'u ga thödi?		

Yoho: Xahnate da 'yapi to'o ne da mö teme bi dödi ha xithe.

Hñuu: Gi 'yapi ya jö'i da hyoni ha ra hem'i m'efi ya fëni pa gi bëni në da ñö'u yo'ä mahyoni'u pa da nja ma nzakiju.

### 3. Ra hñuuxeni: Gi pefi.

Ha nuna xeni m'efi ri m'efiju ma gi hau ko ri menguju. Ma gi ñu'su nuna xithe në ma gi peju nguxhmö nö'ö da boni.

Teme da tsa ga pefiju pa hogi ma nzakiju.		
Ya m'efi	¿Teme tsa ga hau xa hño? Mahyoni ga mö teme di ne ga poni në teme da tsa ga pefi ko nu'u di pe'ts'i- mina ndanä ge'u da tsa ga tsudi ngxuta.	¿Ham'u ma ga pefiju?
¿Hanja xa njoo në hanja ra m'efi nguu? ¿Da tsa teme ga peju pa nëki ma xa hño?		
¿Da tsa ga heju nguu pa gatho da mets'i n'a tsi ts'öfi? ¿Hanja da tsa ga hekeju nguu pa gatho da ñ'o ha ra xenise?		
¿Teme da tsa ga peju pa da nëki ma xa nt'axi ma nguju?		
Ya xeni pe'ts'i te ga süu ge: xeni pa da ñ'öhö (dada në nönö, t'ixü në t'u xa uege) xeni pa hñuni, xeni pa nxadi födi.		
¿Hanja xa njoo në hanja ra m'efi nguu? ¿Da tsa teme ga peju pa nëki ma xa hño?		
¿Teme da tsa ga peju pa ga süju xa hño ya metsi në ya nxutsi?		
¿Teme da tsa ga peju pa ga süju xa hño ya tsi xita në ya tsi chu?		
¿Da tsa ga hohñu ga munziju pa ga ñöu në ga ñuniju n'at'a ha mengu?, ¿Ndana'u?		
¿Teme da tsa ga pefiju pa ga honiju ga ñuniju n'at'a?		
¿Gathogiu xa t'aju nsühñethi?, ¿T'o'o nu'u m'edi?, ¿Teme da tsa ga peju pa gatho da me'ts'i?		
¿Teme da tsa ga peju pa hyaxtho ga 'you xa nt'axi?		

¿Xta thogi n'a mina yoho ra hñoto ya pa, teme xta pefiju?, ¿Teme di tsau nge'ä da peju ya 'ra'yo m'efi?



### **Pa gi pödi ma ts'u...**

Nuna pa xahnate di apa'ije gi nëpi ya jö'i n'a födi da tsa gi tini ha döt'edi:

<http://www.actapediatrica.com/index.php/secciones/nutricion-infantil/item/689-lacomidaen-familiaalgom%C3%A1s-que-comer-juntos#.UpKvOoGFBD8>

Ha nuna nt'o'ti ya böhmio Moreno në Galiano, di xikagiju ge m'u di ñunim'ēju ma menguju da tsa da maxju da nja ma ts'ediju nge'ä di ñuniju në ga ñou njabu ga ntsits'iju xa hño pa ge'ä ma nzakiju da m'ui xa hño. Xki juadi gi nëhe ma gi ñ'enä ga ñuhñu gatho hinte ne böjö në faxju ndunthi pa ga nhoga jö'iju në ga johyajü.

Nubya mukua ra xeni mahyoni nuna nt'o'ti:

**Ga ñuniui ma menguju: Teme di töhöju njabu (Moreno & Galiano Segovia, 2006).**

Tsi xeni:

Ma menguju ütju teme pe'ts'i te da zi ya bötsi në da hogi ra fëni pa da juahni nu'u xa hño da zi. Njabu da döhö ma 'ra. Ya mahamu, ga hüju ha mexa ga ñuhñu di hajü ga ñou në ga ntsits'iju. Njabu honda ga ñuniju n'at'a di ja da te to'ogiu në di pödjü hanja pe'ts'i te ga njau. Pa ya döta nxutsi në ya döta metsi mahyoni da njabu.

Ya böhmio 'yo nt'ani xiju ge majöni m'u ga ñum'ejü ma menguju njabu di tsiu ma ndunthi ya zuza, ya paxi, ya nda në nu'u hño kalsio, njabu hints'u di tsiu ya thut'i nixi ya refresko.

Di faxjunë, ga pödiyu ga ñuniju xa hño në hogi teme di möhñu në hanja di ñöu.

Ma n'a xa thëti ge, nu'u ñuniui ra mengu tsi tuki jö'i'u tagi ha funda 'yui, tindo, mina da nogose, hints'u tagi nge'ä hüjui ra mengu ha mexa di ñuniui honge di pabi xa hño ha ngunt'udi.

Ngetho da pödiyu ra hño hñuni ha mengu, ga xifu ya jö'i da habu n'a dö't'a ts'edi'ä pa da hogi ra nzaki gatho ya jö'i, da hogi ra hñuni ra bötsi në ra döta nxutsi në metsi, da tsä da göt'i nu'u xa noho në da te xa döta ra födi ya ngunt'udi në ra m'ui ya jö'i.



**Bibliografía:**

Cortez Vázquez, F. (2011). *Ra nxëni m'efi nuna m'efi "Contigo Vamos por Más". Guanajuato.*

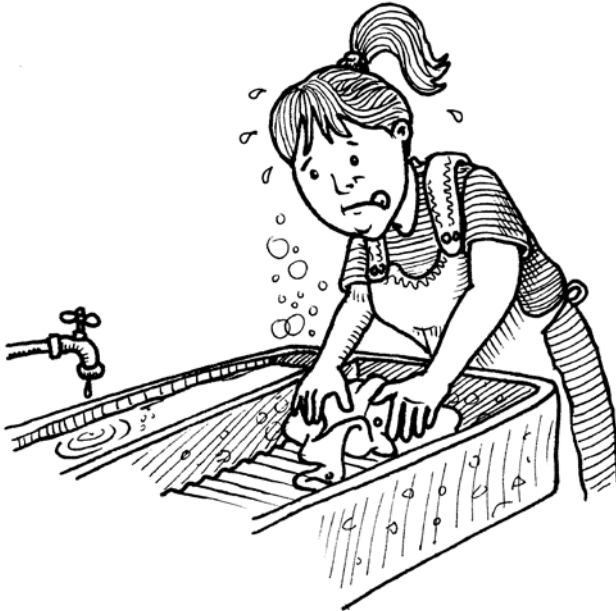
Moreno, V. J., & Galiano Segovia, M. (2006). *Ga ñuniui ma menguju: Teme di töhöju njabu. Acta Pediátrica, 64(11), 554-558.*

Organización Mundial de la Salud. (2013). *Organización Mundial de la Salud. Recuperado el 19 de noviembre de 2013, de <http://apps.who.int/gb/bd/PDF/bd47/SP/constitucion-sp.pdf>*

## Teme ma n'a di peju ha ma menguju: Ya m'efi në mengu.

### Teme nuna m'efi:

Nduthi habu di m'uiju ya jö'i tini ha m'efi böjö pa da nja te da zi. Njaua, nduthi ya jö'i hëti m'efi honda pa da me'ts'i böjö, në njabu di m'edi ra muui ya m'efi hindi uni böjö, ngu m'efi di nja ha nguu; në njabu t'ëna "da nja ri m'efi" gte'ä mahyini mödi hindi ja'i gi johya.



N'andi xa hñëi ga hëthu m'efi ge ma da 'raju ma johyaju në ma teu ngu jö'i.

Ha nuna xeni m'efi ma ga nuu nuna fëni ge m'efi da tsa da 'raju böjö, ts'edi në ma johyaju pa ga teu.

Ma ga nohñunë ra muui m'efi ja ha nguu mödi hindi "njüt'i ko böjö" ne m'efi ngu ma m'efiju.

### Teme në pa yo'ä nuna xeni m'efi:


Gi hñëti ge xa di muui m'efi në ge'ä da maxa'i gi tese, da te ri mengu në ri hnini.

### Hanja nepi ga njau në tema hoga m'ui ma ga pödiju:

Ga jöjö'i, ga pëts'i t'ëk'ë, ga hnese, ga uni njamödi, ga hñëtase në ga hëti nu'u ma 'ra. Ga muui ma m'efi në ra m'efi nu'u ma 'ra. Ga ha ma m'efi, ga mö ge ma ga pëfi, ga nfaxte, ga njohya, ga timba ra nkui ma m'efi.


### Fëni mahyoni:

- ◆ N'a hoga m'efi di m'e'spi t'ëke.
- ◆ Gatho ya m'efi ga hëthu mahyoni.
- ◆ N'at'a ra muui m'efi "di njüt'i" në m'efi hindi "njüt'i".
- ◆ M'efi ge pa ga teu në ga johyaju.
- ◆ M'efi ja ha nguu, ra m'efi gatho nu'u m'uhni.

 Ra xoge ma da dura: 90 ya t'upa.

# Ha ra nduiua m'efi.

## 0. Ma ga bëniju:

 Ra xoge ma da dura: 15 ya t'upa.

## Gi uni ri m'engu:

**“Teme da tsa ga poniju pa ga pesu nzaki”.**

Xahrate da 'yapi ya jö'i da bëni ra m'engu në da xëni pa ge'ä da dödi nuya nt'ani:

Bëhñu xeni m'efi bi thogi, ga möhñu hanja da jau ma m'enguju.

- ▶ ¿Gi bëhñu ndana m'engu?
- ▶ ¿Tema fëni, tema m'efi da hau ha m'engu?
- ▶ ¿Teme nö'ö xa hñëi?
- ▶ ¿Teme höö bi hogi?

Nuya nt'ani pa gatho ya jö'i në gi hyopi da ñö to'o ne.

## 1. Ra m'et'o xeni: Ra födi ma m'ui.



### Nt'ani:

M'ui në m'efi.

### Pa ga nduiju:

Thödise nuya t'ani:

- ▶ ¿Teme ri m'efi?
- ▶ ¿Yo'ä da huahni nuna m'efi?
- ▶ ¿Teme di gustagi ha ma m'efi?
- ▶ ¿Teme hindi gustagi ha ma m'efi?
- ▶ ¿Teme di ne ga poni ha ma m'efi?, ¿Yo'ä?
- ▶ ¿Teme da tsa ga poni ha ma m'efi?
- ▶ ¿Hanja di faxkagi ma m'efi ga johyaga?

Ha ya hmunts'i dega hñunjö'i gi xipi da üdi teme bi dödi. Ra m'efa, m'u da züdi, gi 'yapi nu'u ñö da mongi ra födise në teme xa bödi ha nuna m'efi.

## M'efi m'edi:

Hñu'ts'i nuna xithe në gi noni gatho ri mengu.

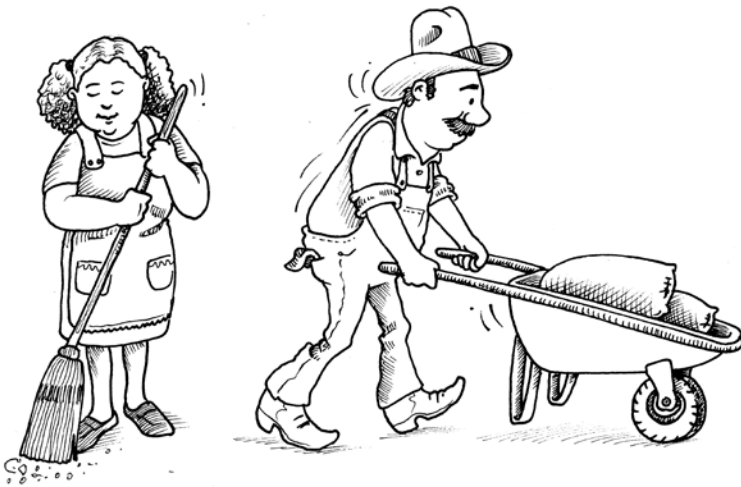
Kupa n'a n'uu pa gi noni 'ran'a ri mengu.	¿Teme ra m'efi?	¿Teme di mönga de ra m'efi?

## 2. Ra yoho xeni: 'Yongi ri fëni.

- ▶ Gi heke ya t'uko hmunts'i në gi 'yapi da mö teme bi dödi pa da nu'u tema fëni ma da boni pa da goi në ra m'efa da xipi gatho ya jö'i.
- ▶ Num'u xahnate hëti da tsä da ja nuya nt'ani:

- ▶ ¿Ga nohñu ya m'efi di pefiju ha nguu ngu m'efi? Mou yo'ä.
- ▶ ¿Ga nohñu gatho nu'u m'ui ha nguu ua ha to'o bi m'edi?

Gi ju nö'ö bi mö ya jö'i "Pa gi pödi ma ts'u", gi fats'i da 'yongi ra fëni ya jö'i.



## 3. Rahñuuxeni: Gi pefi.

**Ya m'ehni: ya nfats'i ha nguu.**

Habu xka muskui ri mengu, hoki nuna m'efi habu gi umfu ra m'efi gatho ha nguu. Gatho nu'u m'ui ha nguu, da nja ra m'efi nxutsi, metsi, ya tsi xita në ya chu ngu da tsä ra ts'edi, ra jeya, ra nzaki në teme di gustabi. Mahyoni ga pe'sfu t'ëke nuna m'ehni: "Gatho pe'ts'i te da nfats'i".



Gi xipi num'u xta uadi ra m'engu da ja ge'ä ma da üni ha nö'ö ma n'a xeni m'efi.

<p><b>Ra jö'i mengu.</b> (Kupa n'a ñ'uu pa gi noni 'ran'a ri mengu).</p>	<p><b>M'ehni: 'Yo't'i temera m'ä</b></p>	<p><b>Xta thogi hñöto ya pa,</b> <b>¿Bi nja 'ra'yo m'efi?,</b> <b>¿Teme gi mö nge'ä ga nfaxte?,</b> <b>¿Teme gi tsa?,</b> <b>¿Ma gi nfaxte?</b></p>

Pa da juadi gi bëmbi hamu nö'ö ma n'a hmunts'i në gi xipi ge ha gehni ma ga ñöu de ra böjö ma menguju

**Pa gi pödi ma ts'u...**

**M'efi në ma tesega:**

Ga tsa di töte, di te në di mpefi.

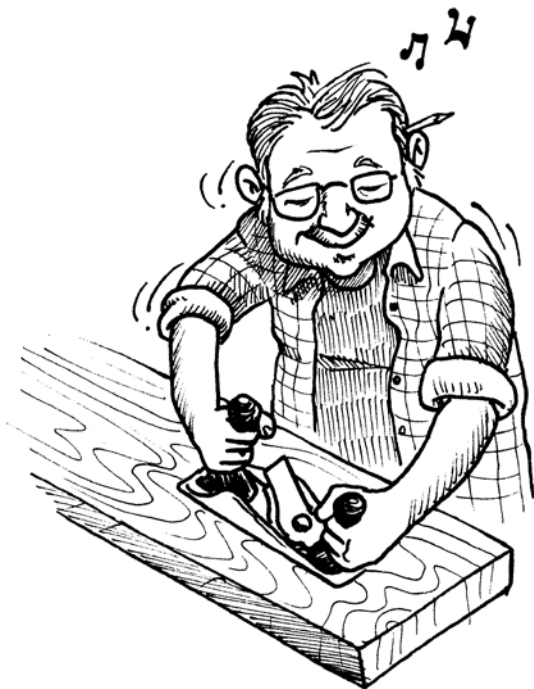
Gi tsa gi töte ngu m'efi, ge'u mahyoni ha n'a m'ui. Maslow, Rogers, McClelland në ma 'ra, xa ñ'ëna ge gi tsa gi ntöte ge'ä timba ra nkui ri m'efinë ge'ä xa mahyoni nge'ä di umbi ra ts'edi ri ndo'yo në nu'u tsa jö'i pa da zoni habu ne në xa ñ'ëna ge'ä ra ts'okibya ra nfats'i jö'i, m'efi në hmunts'a m'efi. Hinga honda ge'ä, pe ya döta jö'i ha m'efi tini yo'ä pe'ts'i te da m'ui në tsa ngu töte.

Di ne ga möhñe m'efi ngu n'a nxot'i, üngi 'ra'yo fëni në mahyoni pa ya jö'i. Di utsaje m'efi ge di kadi'i ge di ha'i gi m'edi, ge di ho ra ts'edi ri fëni, në ya hoga fëni pets'i ya jö'i, hopa ra nkui ri m'efi, ra 'ra'yo t'ot'e ri fëni në ra m'efi ri m'efi.

M'et'o, m'efi xa ge'ä pa ya jö'i, di mö ge, m'efi hapi jö'i da nteui xihmaj, mahëts'i. Maslow bi ñ'ëna: " M'efi hinga pa gi m'ese de ge'i, ge n'a 'ra'yo ts'edi ge ne da ntsixkui xihmaj në nu'u ma 'ra.



PeterDrucker xa mö ge jö'i te ge'ä di nëki ra hmëpyasë ha ra m'ëfi, honi ra m'ëfise në timbi ra nkui ra m'ëfi, ge m'eza, ge n'a dōta böhmio mina n'a memt'a. Di ha ra m'ëfi në ma ndunthi. M'ëfi, hindi ts'oni jö'i. Ga mpefiju ge ga hmoniju në ga umfu ra ñ'uu ma ts'ediju, ma ndo'yoju, nu'u di tsau në ma fënijü. Honge gi mpefi, ra nzaki ri m'ui ge di ha'i gi te.



M'ëfi di haki ga mpödisë. Ndana ma m'ëfi, ra hño, ra nkui di umbi njubu ga pödi to'ogi, teme xiki teme di pëfi, yo'ä di pëfi, pa yo'ä di pëfi, to'o di mpejui. Njabunë, m'ëfi di haju ga m'uiju ge hinga honda m'ëfi habu di töju böjö, hina, ma 'ra m'ëfi nxü böjö ha ya hmunts'a m'ëfi. M'ëfinë di haju ga thödibiü ya jö'i, nge'ä di m'um'eju ya jö'i në pe'ts'i te ga nfats'iju, pa ma m'ëfiju da hapi xa hño ma 'ra.

M'ëfi pa ga teü në ga njö'iju majöni. Honge ma hamu bi t'ëna ge ya jö'iju mi da homofaber. ErichFromm bi mö ge ha yoho hanja da te ya jö'i: m'ëfi në hñoni hmödi. Nö'ö pe'ts'i te ga peju ge ga hoeju mina ga ts'oniju. Honge di möhñe ge jö'i te honi da hogi ra m'ëfi hindi ju'ti ra m'ui pa da ts'oni. (Casares Arrangoiz & Siliceo Aguilar, 2013, págs. 24- 25).

### **Ga ñ'ëxase ma mëfi ha ma m'ui.**

M'ü hindi ntuhni ma m'uiju në ma m'ëfiju njabu höö ge di teü në ha ra nzaki ma fënijü. M'ëfi në 'ra'yo fëni pa ga pohñu xihmai 'raju n'a dōta ëhya në hingo ge'ä gatho. Nu'u honda m'ëfi ra m'ëfi di hñëni ra fëni në tsä hindi m'ui xa hño. Da tsä ga hëthu ha ya jö'i ge gatho ra m'ui mi honi da ndö, mi mpefi ndunthi mina mi mpefi ha nijö. Di nkadise ge hinda tsä da ñöui xa hño nu'u mpejui'ä.

Di politisa mina di ëna ge ra hño hoki ya jö'i tsi dada xa habu, ya födinë, m'uinë. Di nkadise; honda pödi da ñ'ëna nö'ö ëmë ra fëni ngu hoda ge'ä födi ja. Gekua di tihñu ra ts'oki ya födi nge'ä nu'u jö'i ne da hñëti gatho ge pöni ha n'a fëntho: di sikolojisa, di hapa ra m'ede, di sientifisa, di o'p'a ndunthi fëni.

Ra födi Abraham Maslow ge ya jö'i ha ra tese<sub>u</sub> tini ya döta ehya ha ra mengu. Di hoo në di xa hño hëti hanja te ra bötsi. Di hoo ora'ä di hmödi'ü. Pödi da ntsixkui ya jö'i; di hoo ya paxi, ya t'ohö, ya dehe në ra zu'uë, di hoo ya hño födi hoki ya jö'i, di hoo ya födi, në ma 'ra. Ra hmödiui ra m'ehñö mina ra döme di tini ya 'ra'yo hmödi ha ra m'ui. Ha ma m'uise, ha ma menguju në ha ra m'ui ya jö'i ha gehni di tihñunë hanja ga teu. Ya jö'i kut'i ha ya m'uj, ha ya jö'i në m'u ha gehni hinga ra nguu, hinga ma da m'ui xa hño. Ma nthogiju, ma födiju, teme di neu, hanja di njau, hanja di ne ga tsayaju në ga hñejuiju nu'u ma 'ra ge'u ma da hyoju ga tihñu hanja da hñudi xa hño ma m'uiju.

M'u di hneu ma ga tihñu hanja da zokagiju ra hño m'ui. To'o majöni hnese ma da dini ya jö'i to'o ne ge'u da mats'i da mehni ha n'a hoga ñ'u pa da hoki hanja nja'ä, da umbi ya hoga födi ngu ne ra m'ui'ä.

Pa gi tini ri nguse ne ts'edi ngu pa gi tini ri nguu ha m'efi. Ga hëthü ge ya jö'i xa te hindi utsa ya jö'i nge'ä n'año ra ji, ra t'ëmë, ra fëni èxa ts'utp'i, ra hai, honi xa hño to'o ñ'oui ra hmodiui në ra nfats'i ha m'efi.

Ra juahni honi hanja nja ya jö'i, hangu di muui ya jö'i në m'u da tsa da ntiniui jö'i në da dini ya 'ra'yo ntsits'i di hoo.

“Ga tihñu ra nguu ma m'uiju da tsa ha ma födiseju hinga ha ya nfixhem'i, nö'ö di neju ge ga timpu ra nkui ma m'uiju.” (Casares Arrangoiz&SiliceoAguilar,2013, págs.52-53).

Hem'i nthöi:

Casares Arrangoiz, D., & Siliceo Aguilar, A. (2013). *Planeación de vida y carrera*. México: Limusa.



## Teme ma n'a di peju ha ma menguju.

### Teme nuna m'efi:

Pa ga pöju teme ma böjöju në ra böjö ma menguju, pe'ts'i te ga hëthu hanja di ntsixm'ēju böjö.

T'ëna hyaxtho ge pa da nja ma böjöju, pe'ts'i te ga "töju ma ndunthi böjö" në njabu da tsa ga tahñu nu'u haju m'edi. Njabu di pat'athou, në n'andi xa hñei ga pohñu.

Ha nuna xeni m'efi ma ga hëthu hanja di ntsixmeju böjö ¿hangu di tsogagiu?, ¿Hangu böjö gi ne gi hñö pa gi johya?

Ha nuna xeni m'efi ma ga nëhëju n'a m'ede pa ga 'yongi ma fëniju, ha gehni ma hëthu hanja di ntsixm'ēju böjö.



### Teme në pa yo'ä nuna xeni m'efi:

Ga o'p'a ma fëniju hanja di nsixm'ēju böjö hanja di ntsits'i ko ma johyaju në ma hoga m'uiju.

### Hanja nepi ga njau në tema hoga m'ui ma ga pödiyu:

Ga pe'ts'i t'ëk'ë, ga hnese, ga hñëtase, ga ümbi muui ma johya në ra johya ma 'ra, ga xot'i.

### Fëni mahyoni:


- ◆ Böjö hinga hyaxtho di ha'i gi johya.
- ◆ Hanja di ntsits'im'e böjö töpi ra mahyoni böjöse.



Ra xoge ma da dura: 90 ya t'upa.

## Ha ra nduiua m'efi.

## 0. Ma ga bēniju:

 Ra xoge ma da dura: 15 ya t'upa.

### Gi uni ri m'engu: "Gi nfats'i ha ri mengu'.

Xahnate da xipi ya jō'i da bēni ndana ra m'engu nē da xēni ko nuya nt'ani:

Ga bēhñu xeni m'efi bi thogi, ga ēhñu hanja da hau ma m'enguju.

- ▶ ¿Gi bēhñu ndana ri m'enguju?
- ▶ ¿Tema fēni mina tema m'efi da hoju?
- ▶ ¿Bi tsa ga hau bi mpefi gatho ya jō'i m'ui ha mengu?
- ▶ ¿Teme himbi boni xa hño?
- ▶ ¿Teme hōö bi boni xa hño?

Nuya nt'ani pa gatho ya jō'i nē da tsa da ñö to'o ne.

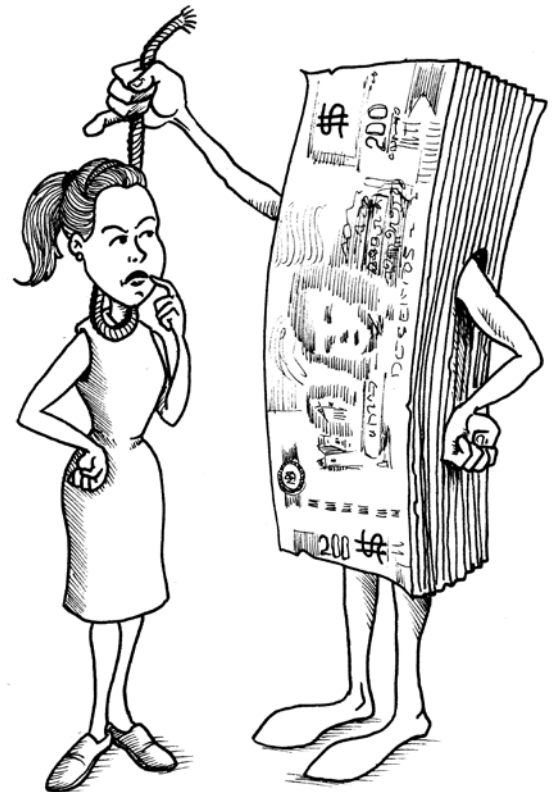
## 1. Ra m'et'o xeni: Ra födi ma m'ui.

Ko nuna nt'ani ga nduju nuna m'efi, da tsa da dödi to'o ne nē gathogiu ga 'yongi ma fēnijū.

- ▶ ¿Teme nö'ö böjö pa gekagiju?

Ngu ñö ya jō'i, gi 'yothu nu'u mahyoni ha n'a döta hem'i ge ra m'efa ma gi kupaju.

Num'u gatho ya bi ñö, gi nēhējubya tsi 'ra,ats'u nē xa hño nuna m'ede.



## M'ede: "Ra nsandi guto ya 'ret'a ma guto'?"

(Bucay, 2005, págs. 148-154).

Mi ha n'a pa n'a ndö xa mi tü ra mui ge mi pe'ts'i n'a m'ego, ge ngu gatho ya m'ego ja ra Ndö tü ra mui, ge'ä m'ego xa mi johya.

Gatho ya xudi mi hösipi ra nzibxüdi në mi aha ndö pa ge'ä mi tupabi ya thuhu. N'a döta thede mi nëki ha ra m'ui ge hinga mi kue ge mi johya.

N'a pa bi nzofo ndö:

- M'ego – Bi ñ'ëmbi - ¿Teme gi ögi?

- ¿Teme di ögi, ndö?

- ¿Hanja gi ha pa gi njohya?

- Hinte di ögi, ndö.

- Yo gi kadigi, m'ego. Xta mönda xa nxekua ra ñö nu'u ma tsi tuki kadigi.

- Hindi kadi'i, ndö, hinte di ögi.

- ¿Yo'ä hyaxtho gi johya?, ¿hëë?, ¿yo'ä?

- ndö, hinte di haki ga tü ma mui. Ma ndö di hopki ga pepi. Ja ma m'ehñö në ma bötsi ge m'ui ha nguu xka 'raki, gi hetkagije në gi gi uingagije në nu'i n'andi gi 'raje 'ra ya böjö pa ga tahñe teme di neje.

- ¿Yo'ä hinga johya?

- M'ui hingi xiki nubya teme gi ögi, ma ga mönda da nxeki ri ñö – bi ñ'ëna ndö- Hinkonto da tsa da johya ko nu'u gi ëna.

- Ndö, di xi'i ge hinte di ögi. Xa di ne ga hot'a'i, hiñ'otho teme di ögi...

- Ri ma. ¡Ri ma mina ma ga nzofo to'o da got'a'i !

M'ego bi nthede, bi nts'om'i në bi boni.

Ndö bi nogo. Himbi bödi yo'ä ra m'ego xa mi johya, njabu mi kupa ya dutu hinga 'ra'yo në tsi nu'u ya hñuni pombi ya jö'i.

Mi hñëë, bi nzofo ra böhmiö në bi xipi teme mi xa mefi mi n'itho.

- ¿Yo'ä johya'ä?

- Ah, ndö, nö'ö thogi ge nge'ä ri m'ego 'yo thi nsandi.

- ¿Thi nsandi?

- Höö, njabu.

- ¿Goge'ä di hapi da johya?

- Hina, ndö, goge'ä hindi hopi da ha ra kue.

- Xahmö da pödi, m'ui gi o mbo nsandi da ha'i gi ha ri kue.

- Höö ge njabu.

- Xi ma m'ego hindi oo.

- Höö njabu, hindi oo.

- Xi hanja bi boni.

- ¡Hinxä ñut'!

- ¿Teme ra më'ä nö'ö nsandi?

- Ra nsandi guto ya 'ret'a ma guto.

- Majöni hinda tsa ga pödi.

- Pa gi pödi pe'ts'i te ga üta'i habu thogi

- ¿Hanja?

- Ga hafu da ñut'i ri m'ego ha nsandi.

- Nde, ma ga hapi da ñut'i.

- Hina, ndö, hinkonto da tsa da ñut'i ko ts'edi.

- Ma ga kadijum'u.

- Hina, ndö. M'ui ga üthu, ma da ñut'ase.

- ¿Xi ge'ä hinga ma da bödi ge ma da thege ra johya?



- Höö, ma da bödi.
- Hinga ma da ñu't'im'u.
- Hinga ma da tsa da ñ'ëna ge hina.
- ¿Gi ëna ge ma da bödi ge ma da m'edi ra johya pa da ñu't'i ha nsandi në mödi njabu ,a da ñu't'i në hinga ma da tsa da boni?
- Xa njabu. Ndö, ¿Gi ne gi m'edi n'a ri hoga m'ego honda pa gi pödi teme nö'ö nsandi?
- Höö.
- Ndem'u, nuna nxui ma ga thogi ga hoñä'i. Gi ueke n'a buxa böjö, gi 'yut'i guto 'ret'a ma guto ya böjö dega oro. iguto 'ret'a ma guto!
- ¿Nde? ¿Ga tsixi ya ndogu pa da sügagi?
- Honda buxa böjö xti nxui. Ndö.
- Ga nteu xti nxuim'u.



Bi njabu. Ge'ä nxui, böhmiö bi thogi honi ndö. Yoho'u di nkuxkiitho bi thogi made ha m'atha në bi ñ'öni'u ha ra hyo ra nguu m'ego. Bi do'm'i'u bi hyats'i. Mbo ha nguu m'ego bi tsoge m'et'o yoho, döme böhmiö bi gu buxa në bi zokui n'a hem'i mi ëna:  
 NUYA HYO RI METI. GE RI THÖHÖ NGE'Ä GA HOGA JÖ'I.  
 JOHYA NË HINKONTO GI XIPI GE GA TINI.  
 Nuna hem'i bi thöt'i ha tüt'i në bi zogi ha ra goxti m'ego, bi 'rondi në bi ñ'öni.

Mi boni m'ego, böhmiö në ndö mi sütho mote teme mi thogi. M'ego bi dini buxa, bi nëhë hem'i, bi hüöt'i buxa në mi 'yode bi nzuni bi bidi, bi gu buxa bi mit'i ha ra tiñö, bi hñëti ge hinkonto bi hñëti në bi ñu't'i ha ra nguu.

Thi bi t'ode hanja bi jot'i goxti, në bi uat'i'u pa da hñëti. Mego bi tömi nu'u mi m'ui ha mexa, hoda yoho bi zogi.

Bi hñudi në bi 'yoni gatho ha mexa.

Ra da hinga mi ëmë nö'ö mi hëti.

¡Mi n'a t'oho böjö dega oro!

Ge'ä ge hinga mi xa dat'i nixi n'a böjö ngu'ä, mi pe'ts'i n'a t'oho pa ge'äse.

M'ego mi dondi, mi munzi, mi konzi në mi hapi da huengi ha ra ñot'i yoho. Mi joo në mi xani, mi toke.

Njabu mi ñ'ëni në mi ñ'ëni mi ha ya hmunts'i dega 'ret'a: n'a hmunts'i 'ret'a, yoho hmunts'i 'ret'a, hñuu hmunts'i 'ret'a, goho, kut'a, 'rato...,në mi munts'i 'ret'a, n'ate, hñuu 'ret'a, goho 'ret'a, ngudmi, 'rato 'ret'a..., ta bi juati nö'ö hmunts'i mi m'edi: iguto 'ret'a ma guto!

Ra da bi hñëxti mexa m'et'o, mi honi ma n'a böjö. Ha hai në ra m'efa ha buxa.

"Hinga majöni", bi ñ'ëna ra fëni. Bi hñëti ge n'a hmunts'a böjö mi nëki ma tsi t'uko. – Ha to'o bi bëki – bi mafi -, ¡bi bëki, ra jö'i nts'o!

Ma n'aki bi hyoni ha mexa, ha hai, ha mexa, ha ra dutu, bi xani ra buxa, bi hmöni gatho, pe hinte bi dini.

Mañö mexa, mi thedetho, n'a t'oho mi huengi ge mi ëmbi guto ya 'ret'a ma guto böjö dega oro, "honda g-uto ya 'ret'a ma guto".

"Guto ya 'ret'a ma guto böjö. Ndunthi böjö'ä", bi ñ'ëna. Pe m'eki n'a böjö.

Guto ya 'ret'a ma guto m'epi – bi ñ'ëna. N'a nthebe di xoge, guto ya 'ret'a ma guto hina.

Ndö në ra böhmiö mi hëtattho. Ra da m'ego hinga mi n'at'a, mi xa muxti ra dë, mi xa mëgi ra hmii, ra da bi nt'uko bi muxti

në ra ne mi pite, mi 'ro'ts'e ra ts'ii.

M'ego bi mets'i ra böjö në bi hñani pa da hñeti ge hinkonto mi hëti, bi ñ'ögi ra buxa made ha ya zaa. Bi gu hem'i në nt'o't'i në bi hñudi mi hoki ya uenda.

¿Hangu ya pa mi pe'ts'i te da munzi pa da zote böjö mi m'epi pa n'a ntebe?

Gatho ra pa ma m'ui mi ense.

Mi handi da mpefi ndunthi pa da munzi. Ra m'efa hinda nepi ga mpefi.

M'u ga pe'ts'i n'a nthebe, da tsa ya hinga mpefi. To'o pe'ts'i n'a nthebe, n'a jö'i'ä ge ha ra hño.

Ko n'a nthebe ya böjö da tsa ga m'ui.

Bi guki uenda. M'u da mpefi në da me'ts'i në ma n'a tuki böjö, xta thogi 'ret'a ma n'a mina yoho ya jeya da tsa da munzi.

"Ret'a ma yoho ya jeya ndunthi'ä", bi ñ'ëna.

Da tsa ga api ma m'ehñö da mpefi n'a tuki. Njabunë, ha ra nguu ndö mi poni xti kut'a ndee, da tsa ga mpefi ri xüi në ga jo't'i ma n'a tuki böjö.



Bi ha ra uenda: M'u ga thönzi ra böjö ma m'ehñö, xta thogi yoto ya jeya ga munzi böjö'ä.

¿N dunthi jeya'ä! .

Da tsa ga höxi ha hnini ya hñuni pongi m'u xüi në ga pa pa da t'aki 'ra böjö.

M'u ga ñuni tsi tuki, da bongi hñuni pa ga pa...

Ga pa... ga pa...

Nu'u pa mi xa pa. ¿Yo'ä mi ne ndunthi dutu pa tse?

¿Pa yo'ä mi ne yoho ya zexti?

Ma nxa za xa ñ'u, goho njeya njabu da tsa da dai böjö m'epi pa da zote n'a nthebe.

Ndö në bohmiö, bi mengi ha ra nguu'u.

Ra m'ego ndö mi xa ñut'i ha ra nsandi guto ya 'ret'a ma guto...

Nu'u ya zönö bi thogi, bi mefi nö'ö bi ñ'ëna ma da mefi.

N'a xudi, m'ego bi ñut'i di ts'ati goxti ha ra nguu ndö, mi xa mëgi ra hmii në mi ha ra kue.

- ¿Teme gi ha? - Bi 'yani ndö johya.

Hinte di ha, hinte di ha.

Hinga pe'ts'i ndunthi, ngi thede, ngi tuhu gatho pa.

Di ha ma m'efi, ¿ua hina? ¿Teme ne ma ndö, da dengaginë?

Himbi thogi ndunthi ndö bi güi ra m'ego.

Hinga mi tsa xa hño ge ra m'ego hyaxtho mi ha ra kue.







## 2. Ra yoho xeni: 'Yongi ri fëni.

Gi thödijü ha hmunts'i, nuya nt'ani:

- ◊ ¿Teme bi handi nuna m'ede?
- ◊ ¿Teme gi mö?
- ◊ ¿Gi handi majöni ra nsandi 99?
- ◊ ¿Da tsa gi mohñu ma 'ra nthogi habu xta taju ha ra nsandi 99?
- ◊ ¿Gi handi n'at'a gi ñ'ëna höö në nö'ö ma n'a gi hñopitho?
- ◊ ¿Yo'ä hinga n'at'a?

Ma hyoni ge xahnate da 'yo't'i ya fëni mahyoni (Da tsa da ja ha n'a döta hem'i), pa xta uadi da tsa da juki n'a t'uko fëni. Xahnate da tsa da ja ma 'ra ya nt'ani. Xta uadi da guki n'a t'uko fëni.



## 3. Rahñuuxeni: Gi pefi.

Gi 'yapi ya jö'i da munts'i dega kut'anjö'i mina 'ratonjö'i në ha n'a döta hem'i da hñuts'i ya hño pe'ts'i ra hnini, "ma guto ya 'ret'a ma guto böjö dega oro". Da 'yongi ra fëni hanja da tsa da jukua ra hño ge'u.

Gi xifu gatho ya jö'i tema fëni bi boni ra m'efa.

Pa da uadi gi 'yapi nēhē nuna n'ō't'i:

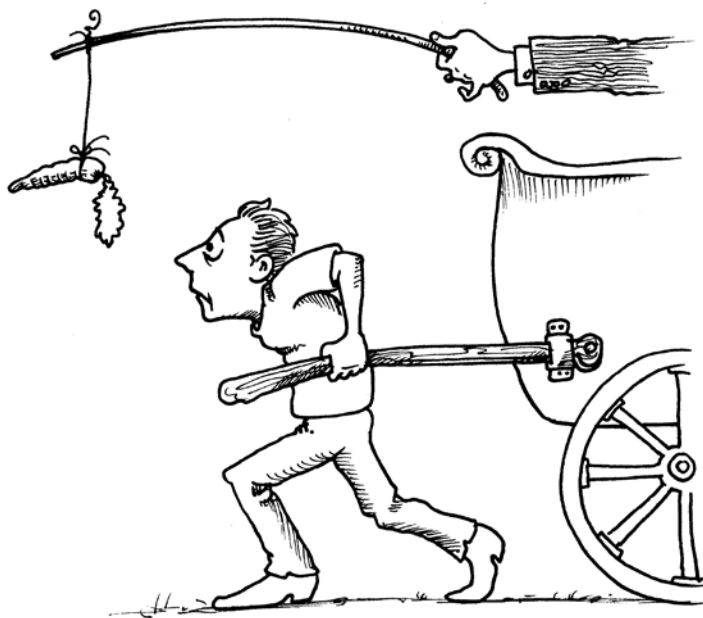
Teme da ha  
M'ū ŋot'i da zo ha ma m'ujū  
nē ga pōdijū,ngu da xixju tsethe,  
Ge ma guto ya 'ret'a ma guto böjö  
Gatho ge'ū ma hñou,  
Hinte di m'ekagijū,  
Hinkonto bi hñongagijū,

Hinga ma xa hño ra nsandi  
N'a ntebe nē guto ya 'ret'a,  
Ge n'a fēni di kadigijū,  
N'a sanoria 'randi geju  
Pa ga nyaneju,  
Pa ga juthu mbubjö,  
Xa zaju, xta nkueu,  
Nixi ma johyajū.

N'a kate fēni pa hñaxtho ga juthu  
Nē gatho da n'at'atho...  
; Hinda ŋ'otho ra uadi, da njabu<sub>u</sub>tho!  
; Tema mponi ga hēthu m'ū ga johyajū njabu<sub>u</sub> ko  
nu'ū böjö di pe'su!

Yo gi m'edi... Gi hñudi gi johya ko ri guto ya 'ret'a ma guto hindi ne da mö ge ya hinga ma gi pefi nu'ū gi ne. Hinga gi ŋ'ēna ge gi pe'ts'i gatho né hinte ma gi pefi.  
Nge'ā gi ŋ'ēna da njabu<sub>u</sub> n'a'ā nē gi hñopitho hinte gi pefi ma n'a'ā.

(Bucay, 2005, pág. 155).



Pa da juadi gi xipi ya jō'i da ēhē ha nō'ō ma n'a xeni m'efi nē gi ŋ'ēmbi da johya nge'ā bi huati'ū nuna dōta xeni.

Nuna hem'i xa nt'axi pa gi 'yo't'i ri fëni.

Nuna hem'i xa nt'axi pa gi 'yo't'i ri fëni.

Nuna hem'i xa nt'axi pa gi 'yo't'i ri fëni.

**Colaboradores**

**Coordinación General de Comunicación Social**

**Instituto de la Mujer Guanajuatense**

**Instituto de la Juventud Guanajuatense**

**Instituto Guanajuatense para las Personas con Discapacidad**

**De la Secretaría de Desarrollo Social y Humano**

**Ginzofo;**

**Secretaría de Desarrollo Social y Humano**

**Paseo de la Presa Número 99-101**

**Guanajuato, Gto. C.P. 36000**

**Teléfono 01 800 3377 948**

**(01 472) 7223 453**

**(01 473) 735 3626 al 31**



# MI IMPULSO

"Nuna m'efi hinkonto ra meti, hingo xa mombi nu'u ya hmunzi ne da ñ'ëxi ndö.  
Hinda tsa da nkupa m'u hinga ma da maxi ya jö'i da te".



Este material fue impreso en:  
Impresora Marvel, S.A. de C.V.  
con tintas de procedencia vegetal base soya, y papel reciclado.

Bld. La Merced No. 2209, Fracc. Portales de San Sebastián,  
Teléfonos (01 477) 470 85 22, 470 85 23  
León, Guanajuato, México. C.P. 37450

[www.impresoramarvel.com](http://www.impresoramarvel.com)





Paseo de la Preso No 103 Col. Centro  
Guanajuato, Gto.

[www.desarrollosocial.guanajuato.gob.mx](http://www.desarrollosocial.guanajuato.gob.mx)



<http://portalsocial.guanajuato.gob.mx>

**Gobierno del Estado de Guanajuato**