

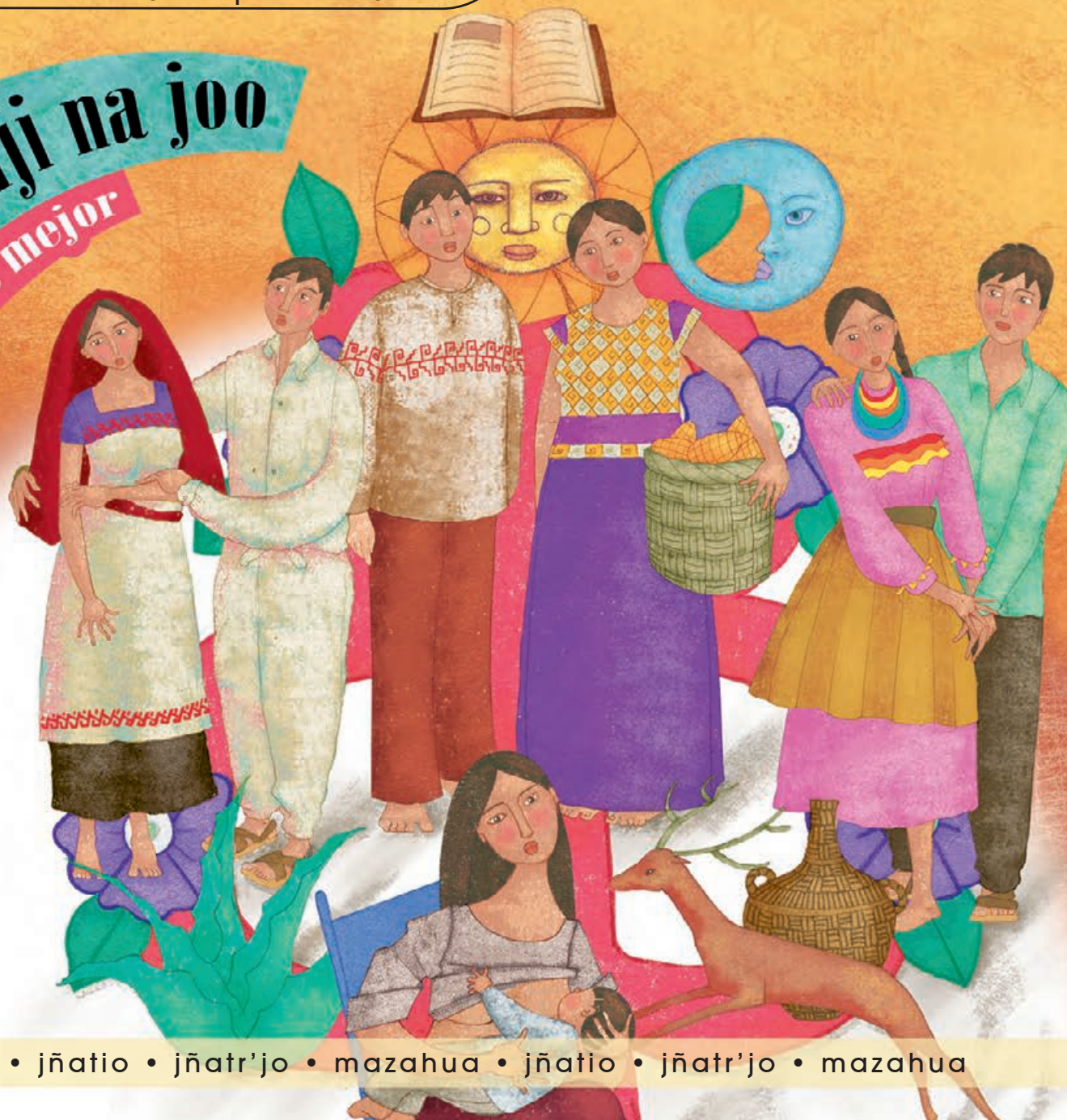
Nu xiskuama yo otr'u ra mboxk'uji

Manual de primeros auxilios

MEVYT
Modelo
Educación
para la Vida
y el Trabajo

MIB
MEVyT Indígena
Bilingüe

Ra mimiji na joo
Vivamos mejor



mazahua • jñatio • jñatr'jo • mazahua • jñatio • jñatr'jo • mazahua



MEVYT
Modelo
Educación
para la Vida
y el Trabajo



Créditos a la presente edición

Coordinación académica
Sara Elena Mendoza Ortega
Juan Antonio Durán Mendieta

Adaptación de contenidos al mazahua
José Dolores Juárez Guadalupe
Grisell Aniceto Ventura

Revisión técnica
Juan Antonio Durán Mendieta
María Dolores Rivera Torres
Liv Kony Vergara Romaní

Revisores lingüísticos
Porfirio Esquivel Hernández
Antonio López Marín

Colaboración
Melior Chávez Ruiz
Víctor Fabián Ruiz Rosales

Coordinación gráfica
y cuidado de la edición
Greta Sánchez Muñoz
Adriana Barraza Hernández

Revisión editorial
Eliseo Brena Becerril

Diseño portada
Ricardo Figueroa Cisneros

Ilustración de portada
Alma Rosa Pacheco Marcos

Diagramación
José Luis Guadarrama

Fotografía
Melior Chávez Ruiz

Agradecemos a las autoridades y personal del Instituto Nacional para la Educación de los Adultos, Delegación Estado de México, y a los y las integrantes de los círculos de estudio de la zona mazahua por su participación.

Reconocimiento primigenio: El contenido de este módulo tiene como antecedente los materiales producidos en la primera edición, cuyos créditos son:

Coordinación académica: Ana Deltoro Martínez. Autoría: Bertha Sola Valdéz, Jorge Luis Pérez Santos, Mirna Vara aguirre. Asesoría pedagógica: Rafael Camacho Solís. Corrección de estilo: Lourdes Alcalá. Coordinación gráfica y cuidado de la edición: Greta Sánchez Muñoz. Diseño gráfico: Francisco Vital. Ilustración: Verónica Cuadra.

Vivamos mejor. Mazahua. MIB. Manual de primeros auxilios. D.R. © Instituto Nacional para la Educación de los Adultos, INEA. Francisco Márquez 160 Col. Condesa, México, D.F., C.P. 06140. Primera edición 2005.

Esta obra es propiedad intelectual de sus autores y autoras y los derechos de publicación han sido legalmente transferidos al INEA. Prohibida su reproducción parcial o total por cualquier medio, sin autorización escrita de su legítimo titular de derechos.

ISBN Obra completa, *Modelo Educación para la Vida y el Trabajo*: 970-23-0274-9

ISBN *MEyT Indígena Bilingüe*: 970-23-0191-2

ISBN *Vivamos mejor*. Mazahua. MIB. Manual de primeros auxilios. *Ra mimiji na joo*. Yo Jñiñi Jñatra'jo. MIB. Un xiskuama yo otr'ra mboxk'ji: 970-23-0636-1

Impreso en México.

Yo b'ɤb'ɤ ba

	Yo injña nu zopɤ	4
	Nu k'o ra mamaji	6
	Nujio ra xits'iji	8
	Ri ñuu d'adyi na joo nunu jo nrrogɤ	10
1	Yo xotr'kjii	17
2	Dya kja tsos'ɤ injñɤɤ	27
3	Dya pjɤb'i inmɤb'ɤ	33
4	Dya mbeñe	38
5	Ts'ɤntr'ɤ	43
6	S'ojñeche ñeje ɤnzero	54
7	Yo zâtr'â	70
8	Yo zak'ɤ ñeje yo pɤk'ɤts'ɤ yo uii	80
9	Uágɤ, mokɤ ñeje yo tsɤnxɤ	93
10	Dyanrra xotr'ɤ	105
11	Na joo ri pârà nujio	112
12	Nunu jangorgi ñɤnɤ nu jo nrrogɤ	115
A	Nu jangorgi ts'apɤ nu dyepjad'ɤ	122
B	Nu jangorgi bob'ɤ nu ɤpaja o paja	131
C	Nu jangorgi jñɤ'ɤ nu ɤmpaja	136
D	Pjeko ri pesi kja nu ts'ijuarɤ nujio otr'ɤ ra mboxk'ɤji	147
E	Yo nrre naño xiskuama	

YO INJÑAA NU ZOPJØ

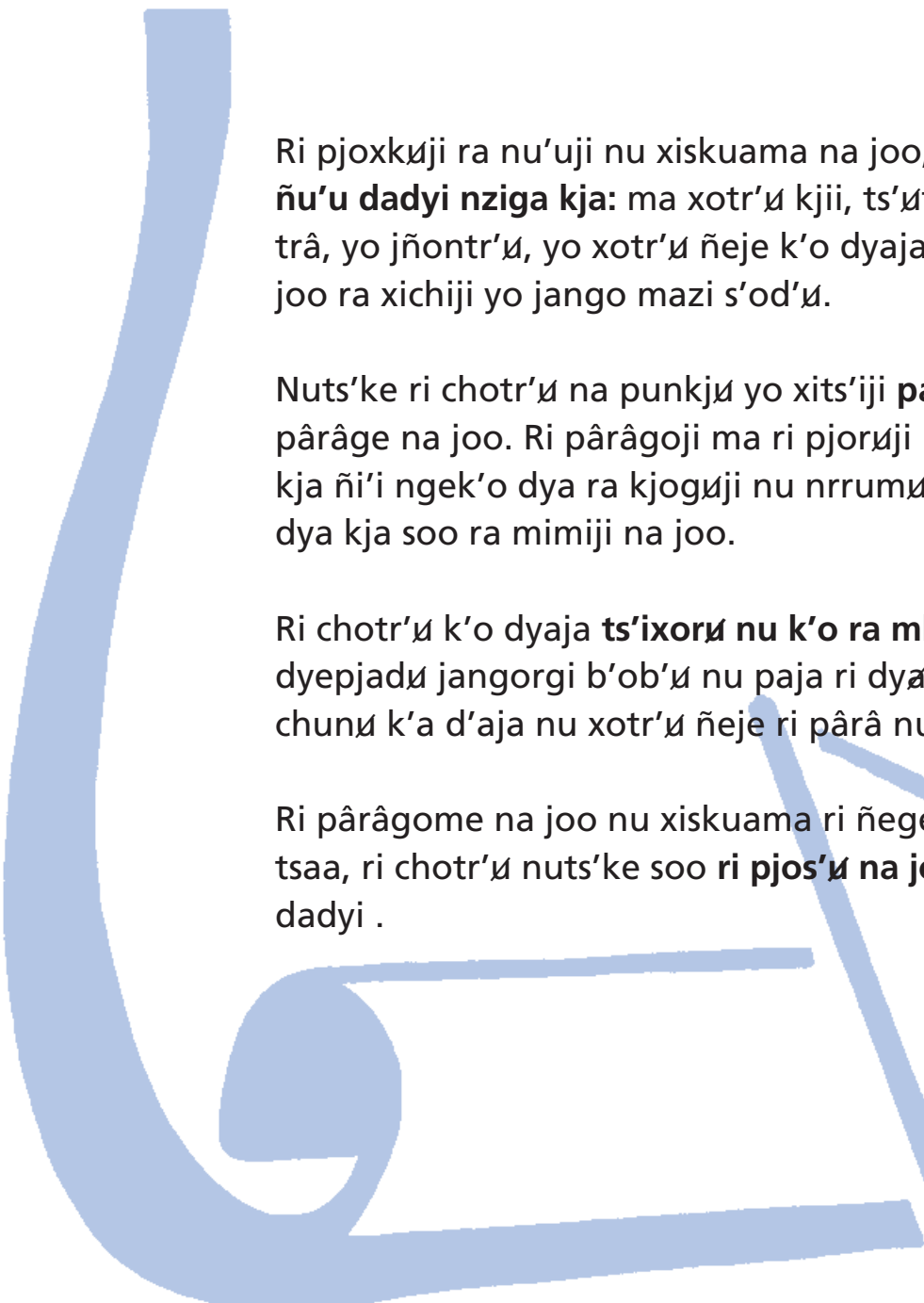
N

u xiskuama nu otr'Ø ra mboxkØji, ngeje nu jango ra nu'uji, jo dyætr'æ yo ntee k'o pâra na joo nu ts'ixorØ, nu xiskuama dya ga s'ezhi soo ri pâra dadyi jangorgi pjos'Ø dadyi ma ne jiod'Ø.

Yo nrrumØ ngeje yo kjogØ d'adyi yo dya gi teb'e k'o ga zØrØ ga kjogØ, ri **para pjek'o ri tsaa ma ra kjogØ d'adyi nu nrrumØ ñeje nu jangorgi ts'apØ na joo**, ri pjos'Ø nunu jo kjogØ nrrumØ ngek'o dya ra nrrûû dya ra ts'apØ na kjuânâ ngek'o dya ra zØjmØ nu jango jo sod'Ø.

Ma ri pjos'Ø k'a d'aja ntee nu k'o jo kjogØ nrrumØ nee k'a ri pâra na joo k'o ri tsaa dya tenxe yo ntee soo ra tsaji, **ra pjos'Øji dadyi ma ga kjogØ nu nrrumØ**.

Na joo ri mbeñe **nujio gi kja** ngek'o ri tsa'a na joo ri pjos'Ø nu kjogØ nrrumØ, ri meya jango ga kja na nojo nu s'omb'Ø.



Ri pjoxkɔji ra nu'uji nu xiskuama na joo, xits'i jangorgi ñu'u **nu sod'ɔ k'a ri ñu'u dadyi nziga kja**: ma xotr'ɔ kjii, ts'ɔtr'ɔ, ma gi sii sojñeche, ɔnzero, yo zâ-trâ, yo jñontr'ɔ, yo xotr'ɔ ñeje k'o dyaja nrreze k'o re nu'u nu ɔtr'ɔ ntee. Na joo ra xichiji yo jango mazi s'od'ɔ.

Nuts'ke ri chotr'ɔ na punkjɔ yo xits'iji **pa dya ra kjogɔ nrrumɔ** nujio ya gi pârange na joo. Ri pârangeji ma ri pjorɔji na joo kja nu ngumɔ, kja nu b'ɛpi o kja ñi'i ngek'o dya ra kjogɔji nu nrrumɔ. Nujio xits'iji dya nee ra mama k'a dya kja soo ra mimiji na joo.

Ri chotr'ɔ k'o dyaja **ts'ixorɔ nu k'o ra mboxk'ɔ** na joo nziga kja: ri pâra ri tsaa dyepjadɔ jangorgi b'ob'ɔ nu paja ri dyɔtr'ɔ d'aja ts'ingama, ri pâra jangorgi chunɔ k'a d'aja nu xotr'ɔ ñeje ri pâra nu k'o pes'i nu ts'ijuarɔ yo otr'ɔ ra kjaji.

Ri pâragome na joo nu xiskuama ri ñege na joo ma ri kjuarɔ ri zopjɔ ñeje ri tsaa, ri chotr'ɔ nuts'ke soo **ri pjos'ɔ na joo yo otr'ɔ ri kjaji** nujio mazi kjogɔ dadyi .

Ngek'o:
Nu e tr'angumu ñeje tr'ajñiñi
nuk'o para yo tr'ante.

Nu k'o ra mamaji

Nujio nrrumɔ ngeje yo pjenrre kjogɔ d'adyi,
ma dya gi teb'e nujio sonk'ɔ yo dyaja k'o
b'ɔb'ɔ kja inzero nu jo kjogɔ nrrumɔ.

Nziga kja yo nrrumɔ yo kjogɔ ma dya gi teb'e ñeje
k'o ra zɔrɔ, na joo ri pârâge pjek'o ri tsaa ma ga
kjogɔ ga kjanu ñeje jangorgi ts'arɔ na joo.

Nu jango mazi kjogɔ yo, ngeje kja nu tr'jii, kja
nrrenzɔmɔ, kja ngosib'i, kja kjinsñi'i, kja ñi'i ñeje kja
nu b'ɛpji.

Nujio xits'iji zongxiji nu k'o na joo ra meyaji k'o ra kjaji pa dya ra kjogxiji nu nrrumx, nziga kjaa ma kjogx ya ri pâtr'o pjek'o ri tsaa d'adyi, pa ri pjox'x pa dya ra nrrûu nu kjogx nrrumx ri ñu'utr'o ya ri jyezi ma ra sãjã nu ætr'æ ntee.

Na joo ri mbeñe yo ntee k'o sãtr'æ kja nu ngungijeme k'o nrra kjaa, dya jextr'o ma ga kjogx nu nrrumx, ngeje ma dya pjox'xji na joo ngek'o mazi ga tsakjuânâ.

**Mi parage
k'o...**

Nu kjæ 1996 kja inb'onroji nujio s'onk'x inzero ma ga kjogx nu nrrumx **yo mazi otr'x tuu ngeje yo ts'itr'i**, yo kja tr'ii ñeje yo ts'itr'atr'ii ñeje nu **d'aja nzi-yo nziga tenxeji**.

Fuente: Mortalidad 1996.
Dirección General de
Estadística e Informática,
SSA.

Nujio ri ne'eji

1

Ri mamaji yo gi
pârâji yo otr'ɔ
ra mboxk'ɔji.

2

Ri jizhi jangorgi tsaa d'adyi na joo
ngek'o soo ri ñu'u d'adyi nu jan-
go kjogɔ nrrumɔ, ngek'o dya ra
nrrûû ñeje dyanrrarga ɔ'ɔ ñeje nu
jango s'omb'ɔ ra jogɔtr'o dyanrra
ra tsakjuânâ.

3

Ri xipji jangorga nu'u
nu kjogɔ nrrumɔ ma
dya ngarɔ jo nu'uji
dadyi.

4

Ri jizhi k'o xe dyaja zo dya ri ngeje yo
otr'ɔ pjosɔji nujio soo ra mbos'ɔ yo ntee
k'o sodye nziga kja: yo b'ɔb'ɔ nu paja,
ra ñuji na joo nu empaja

5

Ri xipji k'o dyaja jangorga ts'apɔ ma ra nrrunɔji nu kjo-
gɔ nrrumɔ ñeje yo jñeche k'o
ri pes'i nu ts'ijuarɔ nu otr'ɔ
pjos'ɔ.

6

Ri jiod'ɔ k'o xe dyaja
jangorgi ts'apɔ ngek'o ri
xotr'pɔ ngek'o dya xe ra
kjogɔ yo nrrumɔ.

Ri para jangorgi pjos'ɔ k'a d'aja ntee k'a kjogɔ
nrrumɔ o jango s'ombɔ ri tsaa na joo ñeje yo ra
kjaji ko inñoji.

Mbeñe k'o...



Ma pjek'o kjogɔ d'adyi na
joo ri para jango b'ɔb'ɔ
k'a d'aja nu ætr'æ ntee.

Ri opjɔ a nrrɔb'ɔ nu xis-
kuama nu jango b'ɔb'ɔ
nu ætr'æ ntee nu ngun-
gijeme ñeje k'o xe dyaja
nziga kja nu mbɔntr'ezi
nu kuatr'ɔ mbangrosi yo
zib'ipji yo mbɔntr'ezi yo
tûsɔ yo sodye ñeje k'o xe
dyaja nu k'o soo ri dyotɔ
ra mboxk'ɔ ma ne jiod'ɔ o
ma soo ri chunɔ d'adyi nu
kjogɔ nrrumɔ.

1

Ñu'u na joo d'adyi nu kjogø nrrumø

- Ri unø injñøø a nee ko intee.
- Nujio ri tsaa pa ri pjos'ø yo
kjogø d'adyi.





Ne chûû otr'w ri pjos'w, nujio gi **pjos'w na joo d'adyi** k'a d'aja ntee k'o ya kjogw nrrumw.

Nujio otr'w ri pjos'w, pjos'w ra nu'uji d'adyi yo pjen-rre kjogw pa dya ra nrrûûji dyanrrarga w'w ngek'o dyanrra ra ts'apw na kjuana.

Yo re ts'aa d'adyi pa dya ra nrruu nu kjogw nrrumw.



1

Chânsb'a nu nrrogw o ts'wmpw tenxe yo dya ga joo pa dya ra mbotr'w nziga kjaa: yo pjænæ yo yeb'i, s'ib'i kja nrrañi. Ma dyanrra kjakjuana dyagi ñwnw.

1



2

Ma dya kja tr'ũmbeñe nu
kjogũ nrrumũ, nu'u ma xe
tr'ũmbeñetr'o ga kjaba:

Jñanra kjo xe ts'os'ũtr'o in-
jñũ, kjo xe ñũnũ inchimi. K'o
xe dyaja jangorgi ts'arũ ngeje
ri kuatũ inñidye a xiñu nu kjo-
gũ nrrumũ ngek'o ri soo kjo xe
pedye nrrâma.

Jiod'ũ kjo xe d'ak'ũ inñikji. Ri
penchi k'o inñidye nrre kja nu
nrrodye k'a b'echi b'ũntr'o kja
inñee.

Ma gi jũũ nu edyi paa pezhe
jango nzĩ ga d'ak'ũ k'a d'aja
ts'iedyi. Pesk'a ra d'ak'ũ k'o
jñinte nziga d'aja ts'iedyi kja
nu tr'antee, mazi 100 k'a d'aja
ts'itr'i. Ma dya gi soo k'a d'ak'ũ
soo ra nrrũũ.



Ma xe tr'umbeñe nu kjogw nrrumw dyonw pjek'o ts'aa ñeje jango ga ts'aa. Jango ga chûû jango b'wb'w, jâ nzii kjæ edyi kjok'o ra ngosuji k'o jo kjogw ma dya dyeje, dyonw yo ntee k'o jñanrra nu nrrumw pjek'o jo kjogw.

3

Jñanrra nujio jo s'omb'w nu jo kja nrrumw: nu xotr'kjii nu xotr'w jñontr'w, zâtr'â ts'wtr'w k'o xe dyaja ngek'o ra nu'uji na joo jangorga kjaa.



4

Yets'pi ra ts'os'w na joo injñw nu kjogw nrrumw chajna yo ntee k'o b'æchi munrrotr'ogi dya gi yepe k'o ra xichi yo dyaja ntee, ma iyo dya kja gi pâra pjek'o ri ts'aa.



1

jiod'ʉ kjoko
ra mb'oxk'ʉ



5

Dyotʉ k'a d'aja ntee ra jiod'ʉ
nu ætr'æ ntee k'a ra mb'os'ʉ
nuts'ke xe ri ñu'utr'o, jiotʉ nu
kjogʉ nrrumʉ.

6

Dyok'ʉ o xʉpk'ʉ inb'itu k'o
b'ʉb'ʉ a dyizi kja inchimi
ñeje kja inximatr'â nu kjogʉ
nrrumʉ.

7

Ma dyanrra kjakjuana nu kjo-
gʉ nrrumʉ sotr'o ra nzhod'ʉ, ri
pench'b'i kja inximatr'â ngek'o
ra chʉjʉ kja nuts'k'e.

Ma dya kja ga zezhi o ma ya
jʉnrrû chunʉ na joo ngek'o
dya ra ñʉn'ʉ o ra nrrogʉ.
(ñu'u kja nu xii 115 jangorgi
ñʉn'ʉ nu nrrogʉ.



8

Dya ri unw jñonw ñeje nrraje nu kjogw nrrumw. Ma me nee nrraje jextr'o k'a ri porjw inxine k'o nrraje.

9

Dya pje gi kjarw ma dya gi nee pjek'o ra ts'aa nu kjogw nrrumw.

10

Ri xaja na joo ma jango ga sots'w.

Mbeñe k'o...

Pa ri soo ri unw yo otr'w ra pjoxk'wji na joo ra xits'iji:

↘ Dya pjek'o ri ts'aa ngek'o ri ñomw d'adyi.

↘ Dya pjek'o ra ts'aa ma gi sũu o gi mbii, jiod'w kjoko ra mboxk'w ñeje ri chãns'ã na jê'ê.

↘ Ri dyorw ra mboxk'w nu ætr'æ ntee.

1

Yo xits'iji

Ri ts'ana d'aja ts'ixiskuama nu jango kuar'ũ inchũ'ũ jango gi b'ũb'ũ ñeje yo dyaja ntee k'o ra matr'i d'adyi ma pjek'o ra kjogũ.

Ri ma xipji yo arkate ma gi janrra ra kjogũ d'aja nrrumũ ñeje ma dya pjek'o soo ri tsaa.

Ri jñũũ tenxe yo ne jiod'ũ ngek'o ra soo ri pɛrpi na joo.

Ri dyæræ yo ra xits'i yo arkate ma ya gi pâràji ra kjogũ nrrumũ.

Ri ts'saji kja ingumũji o kja nu ngunxorũ yo ya xits'iji nziga d'aja tsixorũ, nujio ra mb'oxk'ũ ri ts'aa na joo d'adyi. Nrre ri xits'iji ri jichi yo inb'edyi ra tsaa yo otr'ũ ra mboxk'ũ ñeje ra ngâjâji nu xiskuama, nujio nrrumũ dya ñets'e jingo ra kjogũ.

.

2

YO XOTR'KJII

- Ma ñets'e xotr'ɯ a mboo
- Ri jok'ɯ yo kjogɯ d'adyi
- Ma ya kjogɯ d'adyi
- Yo xits'iji ri ts'aa pa dya ra xotr'ɯ





Nu xiskuama yo otr'ɔ ra mboxk'ɔji

Xotr'kjii ngeje ma pedye o b'ezhi nu kjii soo ra xotr'ɔ a mboo kja inzero, dya ñets'ê o ra xotr'ɔ a xes'e nu ma ñetsê.

Soo ri pâtr'o ma xotr'ɔ a mboo ma jo mbærɔji na zezhi a ñii o a mbeme.

Nijio xotr'ɔ a mboo ngeje yo mbærɔji ñeje nu jango s'od'ɔ.

Ma gi mbeñe kjo xotr'ɔ a mboo ma ya ne kjogɔ nu nrrumɔ b'ɔb'ɔ k'a d'aja o na punkjɔ yo ñets'e:

- ▣ Ma dyab'tr'o k'a nzho'ɔ, k'a pedye na zezhi o ko kjii.
- ▣ Ma me na ɔɔ a ñii
- ▣ Dya kja soo ra tr'ɔmbeñe
- ▣ Nrre naño na nojo yo ints'ib'orø (yo na potr'ɔ a nzho) ma gi chets'pi

- ▣ Ya me k'atr'ɔ
- ▣ Na jotr'ɔ inxinzero ñeje me jɛb'ɔ nrreje
- ▣ Dya kja tr'ɔmbeñe
- ▣ Ma pojo ko kjii
- ▣ Dadyi ga porɔ o b'ɔd'ɔ
- ▣ Pedye kjii o nreje k'a na jiaja a nzôô



2

Yo otr'ɔ ra mboxk'ɔ pa ri jok'ɔ yo kjogɔ d'adyi.



Ma gi pârà o gi mbeñe xotr'ɔ a mboo dyotɔ nu ætr'æ ntee ra mboxk'ɔ nrreze k'arge sɔjæ ri tsaa nujio:

1

Ñu'u nu kjogɔ nrrumɔ kjo xe tr'ɔmbeñetr'o, xe ts'os'ɔtr'o injñɔ ñeje kjo xe d'akɔtr'o nu inñikjii. Ma dyakja ts'os'ɔ injñɔ ni xe ri d'ak'ɔ inñikjii unɔ jñɔ a nee ko intee jiod'ɔ pjeko ri ts'aa pa ra nzhogɔ.(ñuu kja nu xii 33)

2

Ri ts'øb'ɔtr'o dya ri jyezi ra nanga nu ntee, ri pos'ɔ na joo ya ri jyezi ra soya. Ri ts'ompɔ a ñii nu kjogɔ nrrumɔ ngeko ra ngɔs'ɔ na joo injñɔ o juanch'ârgi pasb'ɔ nu a ñii ya ri jmôsb'ɔ k'a dyarga mee nziga kja k'a d'aja pâjnâ o k'o xe dyaja.





3

Dya ri unʔ jñonʔ ñeje nrreje
ma nee nrreje popjʔ inxine ko
nrreje.



4

Ma ne jiod'ʔ re ñʔnʔ nu ntee,
jiod'ʔ kjoko ra mb'oxk'ʔ,
ri ts'aa na joo. (jñânrrâ
kja nu xii 115. jangorgi ñʔnʔ
nu kjogʔ nrrumʔ)

Ma xotr'ʔ kjii a mboo jiod'ʔ nu ʔtr'ʔ ntee ngek'o ra mboxk'ʔ d'adyi:



1

B'ʔb'ʔ nu kjii re s'ichi nu jango
xotr'ʔ ko d'aja b'itu k'a na jia-
ja. Ma ya jiʔ'ʔ kjii nu b'itu dya
gi kjʔmpʔ, ts'âsb'â k'a xe d'aja
a xes'e dya gi tsôtʔ k'a gi s'ichi.



2

Ma ngeje kja nu madye o kja nu tr'ankji ma gi pârâ dya b'ɥb'ɥ d'aja nrrodye k'a jo uatr'ɥ (jñontr'ɥ), pas'ɥ ga ma a jens'ê.

Ma xe xotr'ɥtr'o nu ntee dya b'ɥb'ɥ ko nujio gi tsapɥge, ma kjaɥ na kjuana s'ich'b'i na zezhi, **jextr'o ma gi para ri ts'aa na joo** ma dyarga kjanu dya ra jogɥ.

3

Ma ngeje a xiñu, ri ts'apɥ ra mimi nu ntee, dya gi kob'ɥ. S'ich'b'i a xiñu ko inñidyie k'a ra zætr'ɥ a nzho k'a ra mezhe 3 o 5 ts'iedyi nu paa ma dya b'ob'ɥ nu xotr'ɥ pjotr'pɥ a xiñu k'a nrre ts'ib'itu o ts'ixidyo mazi xe ri s'ich'itr'o.



4

Ma ngeje a mbeme, dya ri jiezi ra nanga ri jmôsb'ũ k'a na jes'e a ngaa. Ma ya mbedye inxêpjo dya gi kâtr'b'â na yeje, ri tsôb'ũ ko d'aja b'itu k'a na jyaja ri porjũ ko nrreje k'a na jøtr'ũ (ri porjũ ko nrreje k'a jo b'anũ), tsomũ ko nu b'itu dya ri jiutr'ũ, dya pjek'o ri unũ ra zii (jñonũ o nrreje) ma pjeko pjo'o kja inzero dya gi kjærk'ũ o ri ts'øtr'b'ũ.



5

Ma ne jiod'ũ ri ññũ nu ntee, dyorũ k'a ra mb'oxk'ũji ñeje ri tsaa na joo (ñuu kja nuxii 115 jangorga ññũji nu kjogũ nrromũ).

2

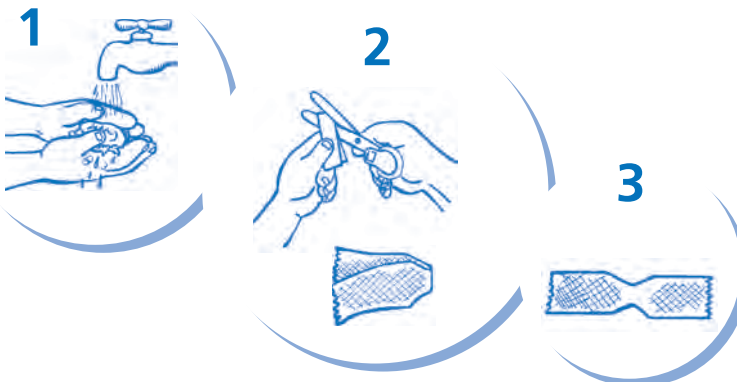
Ma ya gi jokx nu kjogx d'adyi, xe ri tsaa nujio:

A Ma je xotr'x a ñii, ri s'ichitr'o nu jango xotr'x ma ra b'øb'x ya ri jyezi, ri ts'øb'xtr'o nu ntee dya ra ñxn, dya ri jyezi ra ijî ñeje dya pjeko ri unx ra zii (jñonx o nrreje) ri cheb'e ra ne nu'u nu xtr'x ntee.

B Ma dya ga nojo nu xotr'x a ñii ñeje dyanrra ga jee, kuatr'px yo n'xjm'x k'o na mpee ngek'o ra tsââ.




N'xjm'x





Mb'êne k'o...




Ma ri jyutrb'x, ne k'a:

 Nu xotr'x je ri b'xb'x kja inmadye o kja intr'ânkji.

 Ri tsâsb'â a xes'e k'a d'aja b'itu k'a na maja ñeje na mb'xtr'x ri xinch'b'i k'o yeje ya ri chujm.

 Dya ri ts'âjâ ts'xtr'ñungx, kjximi tr'æzi ñeje kjximi b'itu pa re jyutr'x.

 Ri ts'ônpx nziga ts'icha ts'iedyi paa. Ma dya b'øb'x nu xotr'x, jyutr'x na yeje.



- C** Ma pjek'o pjo'o dya ri ts'uk'ɔ dya gi s'ich'b'i nu jango xotr'ɔ.
- D** Nu xotr'ɔ jo tsapɔ ko nu zapjɔ, s'ich'i nu tr'ogɔ nu jango je ngichi ñeje nu jango ge mbedye, dya gi kjɔk'ɔ dange ra tsapɔ na kjuana nu pjeko tsaa.



Jñanrra na joo

Nu padya na joo ri pjorɔ ma gi chempibi intsii k'a d'aja ntee, ma ri tsaa soo ra muk'ɔji k'a d'aja ngijeme. Ma xotr'ɔ indye'e nziga kjaa : ma gi okɔ, ma xəs'ɔ inxinzere pjotɔ indye'e d'aja xiskuama mbuxa ma dyab'e gi pjos'ɔ nu ntee k'a xotr'ɔ o ma jiyo diotɔ k'a d'aja ntee k'a ra s'ichi nu jango xotr'ɔ.

2

Yo ri tsaa pa dya ra xotr'ũ ngeje yo:

- ◇ Ri pjoꝛũ ngek'o dya ri ñũngũ ñeje dya kjok'o ra yab'k'ũ
- ◇ Dya ri enmb'e yo tr'edyi ñeje k'o xe dyaja yo okũ
- ◇ Ri jñũ'ũ na joo yo dyaja yo pes'i na s'ũ'ũ ñeje yo okũ
- ◇ Ri pjoꝛũ yo ts'itr'i ñeje yo ts'ita, dya ra nzhod'ũji nu jango jǽǽ nzhexito, tr'edyi.
- ◇ Ri ts'its'i nzhexito kja nu ngumũ
- ◇ Ri jñanrrâ jangorgi ts'ogũ kja nu ñi'i nu jango kjogũ nu mb'ũntr'ezi.



Mbeñe K'o...



Nujio na joo ma pedye
na punkjũ kjii ri b'øb'ũ
nu xotr'ũ ri s'ich'i ko
inñe'e nu jango s'ombũ.



Ma dya tsos'x injñx'x

- Ri ñu'u pjenga
- Ri unx injñx'x ko inte'e



M

a me kjogũ na punkjũ nrrumũ yo ntee ngek'o dya soo ra tsos'ũ injĩũũ.

Ma d'aja nu ntee dya tsos'ũ injĩũũ k'o 4 o 5 ts'iedyi, soo ra nrrũ'ũ.

Nu unũ injĩũũ ko intee soo ri unũ ma gi pârâ dya kja tsos'ũ injĩũũ nu ntee.

Pa ri para kjo xe tsos'ũtr'o injĩũ'ũ nu ntee:

- Jñanrra kjo xe tes'e o d'agũ inchimi o kuatr'pũ injĩdye a xiñu so'o kjo xe pedye nrrajma.
- Kuatr'pũ k'a d'aja juẽs'i o jñeje a xiñu nu pjeko jo ts'aa kjo xe tsos'ũtr'o injĩũũ.





- Kuatr'pɔ int's'ô a xiñu nu pjeko ts'aa pa re dyɛɛ ñeje ri soo kjo xe pedye injñw'w.
- Pjatr'pɔ k'a d'aja ts'ixiskuama k'a dyaga pizhi a xiñu nu pjeko jo ts'aa ngek'o ri jñanrra kjo jñomɔ.



Yo otr'w ra mboxk'w pa ri jokw yo kjogw d'adyi



1

Tsob'w ya re ñɛsb'ɛ ga ma a jens'e nu ntee



2

Ma ya gi tsompũ a ñi'i
pjomb'gũ tenxe k'o dya ga joo
k'o jã'ã a ne'e: k'apo, ôrojo,
jñonũ o yo naño zib'i.



3

ts'apũ a ñi'i ga maa a nrrũb'ũ
ngek'o ra ts'ũtr'ũ na joo a dyizi.



4

tsôb'ũ a xiñu nu ntee ko inñi-
dye, xopk'ũ a nee ma ne jiod'ũ
tsâsb'â a xes'e d'aja ts'inbayo o
b'itu k'a na jiaja.

5

Ts'ws'w na punkjw nrrâma ya
ri kumatw inte'e a nee nu pjeko
ts'aa ya ri juipji na zezhi.

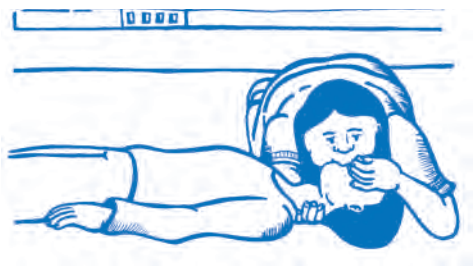


Nujio ts'imbane ñeje yo ts'itr'i
yo kja ts'ike dyagi kjôb'w a
xiñu ko inñidye, ngek'o a ne'e
nu ntee k'a unw nu jñw ra
ngotr'pw a ne'e ñeje a xiñu nu
ts'imbane.



Ma unwji na joo nu jñw, inchi-
mi nu ntee soo ra ngins'i. Ma ra
ngins'i, jiezi ra mbedye nu nrrâ-
ma k'a gi juipji.





6

Yepe ri t'sɔs'ɔ nrrâma ya ri unɔ na yeje jñɔ nu pjeko ts'aa, nujio ri yepe, ma ngeje tr'ante ri yepe k'o 15 ts'iedyi nupaa (nziga nziyo ts'ikits'iedyi).

Ma nu pjeko ts'aa ngeje ts'itr'i, mazi ri yepe ri unɔ jñɔ d'adyi.

7

Xe unɔtr'o injñɔ ko intee, ri cheb'e ma ra sɔjɔ nu ɔtr'ɔ ntee k'a ra mboxk'ɔ o ma ts'os'ɔ t'sje injñɔ nu pjeko ts'aa.



Ts'ijñaa

Nujio gi unɔ injñɔ ko inte'e dya so'o ri tsaa, jextr'o yo mama 1, 2 y 3, ngek'o ri xits'iji re meyaji ngek'o ri tsaji ma ne jionkji. Jextr'o ma gi pârà na joo ma k'a dya kja tsos'ɔ injñɔ nu ntee, unɔ injñɔ ko inte'e.



Ma dya kja d'ak'x inñikjii o xe pjøb'i inmxb'x

- Pa ri jokx nu kjogx d'adyi
- Nu dyab'e ødyi tsicha kjøø
- Yo ødyi tsicha kjøø ñeje yo tr'ante



Dyǎǎ

Ma ya ga jiezi ra tsos'ʉ injñʉ, dya kja d'ak'ʉ inñikji o dya kja pjeb'i inmɔb'ʉ, soo ri mbeñe k'a b'ɔb'ʉ k'a b'ɔnkjɔsjñʉ, jiod'ʉ pjeko ri tsaa pa ra nzhogʉ.

Yo otr'ʉ ra mboxk'ʉ pa ri jokʉ yo kjogʉ d'adyi.



1

Dyotʉ ra mboxk'ʉ nu ǎtr'ǎ ntee.

2

pjɔtʉ yo ri ts'aa ngek'o ra nzhogʉ ri unʉ injñʉ ko inte'e ya ri tsenmbe nziga kja bâ :



Ma ngeje k'a d'aja ts'itr'i k'a dyab'e sotx ts'icha kjæ:



1 _____
tsob'x ra pins'i ga maa jens'e
nu jango na jiad'x ñeje na
me'e.



2 _____
unx jñux ko inte'e.



3 _____
Pasb'x a xætr'x nu ts'itr'i ko
d'aja inñe'e, nu k'a xe d'aja
kuatr'pæ yo inñidye a nrree kja
inchimi.



4

Ri s'ich'b'i ko inñidye inzhodye ga ma'a na nii ya ri tsôtx d'adyi, yepe k'o nziyo nrre ri d'aja ts'ikits'iedyi, ri jiezi ma ra d'ak'x inñikjii o ra tsos'x in-jñx.



5

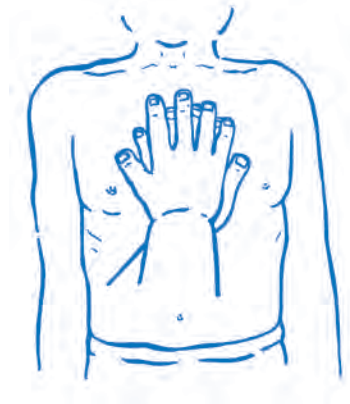
chûtr'px ma gi unx injñx ko inte'e ñeje nu gi tsenmbe, ma ri tsenmbe ko nziyo unx k'a d'aja injñx ko inte'e.

Ma ya kjogx k'o ts'ich'a kjæ nu ts'itr'i o ngeje d'aja tr'ante:



1

Ri unx injñx ko inte'e ma iyo jiod'x k'a xe d'aja ntee k'a ra ngenmbe ma gi b'xnts'eje ri ts'aa nziga yejui.



2

Ñes'e inb'ædye b'erra a nrree kja inchimi nu pjeko ts'aa ya ri jiasb'æ nu injodye ri s'ib'i na zezhi kja inchimi a xes'e kja inzhodye ya ri tsôtæ d'adyi, yepe d'adyi k'o nziyo, ri jiezi ma ra mb'æræ ra ts'os'x injñæx o ra d'akx inñikjii.



3

Ri chutr'pæ nu ts'os'x injñæx ko intee ko nu tsenmbe. Nziga nziyo ri tsenmbe ri unx injñæx ko intee.

Ri mbeñe k'o...

Nziga d'aja k'a gi tsenmbe ri unx k'a d'aja injñæx ko inte'e.





Ma b'ezhi inpjeñe

- Pa ri jokɔ yo kjogɔ d'adyi
- Ma ya gi jokɔ yo kjogɔ d'adyi





Ma dya kja tr'umbeñe nu tee, **ma dya kjaa para** pjek'o kjaa o ya b'ezhi inpjeñe. ya b'ezhi inpjeñe o ya dya tr'umbeñe ma ga kjanu ngeje ma kjoko mb'arar na zezhi a ñii, jo zii s'oreje ts'utr'u, unzero k'o ñeche ma sodye inm'ub'u, ts'utr'u, ma b'ezhi jñon'u, b'ub'u d'aja ntee k'o tsos'utr'o injñu, dya pjeko tr'juru, dya tr'umbeñe.

Ya b'ezhi inpjeñe o dya kja pate nu ma:

- ❑ Ma gi zopju dya kja tr'juru, ma ri ñanu o ri pench'i.
- ❑ Nu tsos'u injñu dadyi o ok'utr'o.
- ❑ Dyanrra d'ak'u inñikjii o dadyitr'o.
- ❑ Me jəb'ar nrreje a nzhee; a jmii, nujio a dyee me na jotr'u ñeje me jəb'ar nrreje.
- ❑ Exi ñetsetr'o ya me k'axtr'u.



Pa ri tsaa dadyi nu otr'ʉ pjoxk'ʉ.



1

Ma nu pjek'o kjogʉ pjek'o
ya mbas'ʉ a dyizi, ts'apʉ ra
pjongʉ ngek'o ra soo ra tsos'ʉ
injñʉ jñanrra kja inxii 43 nu
xiskuama nu ts'ʉtr'ʉ).

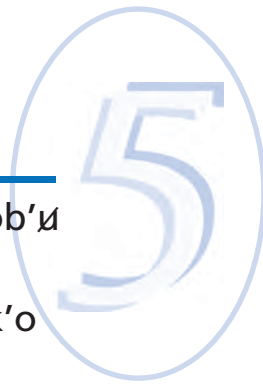
2

Ma dya kja kjʉs'ʉ injñʉ unʉ
jñʉ ko intee ko a nee da-
dyi jiod'ʉ nu ætr'ʉ ntee ra
mboxk'ʉ.



3

Ma dya kja d'akʉ inmʉb'ʉ o
inñikjii jiod'ʉ pjek'o ri tsaa pa
ra nzhogʉ.



4

Ma xotr'x intsii ts'apx ra b'ob'x
dadyi tsâsb'â k'a d'aja b'itu
nu jango xotr'x ya ri s'ich'i k'o
indye'e.



5

Xupk'x inb'itu; tsøb'xtr'o dya
ri ñññ, nu ma ne jiod'x soo ri
ñññ.



6

Nu ma na zhok'x ñech'b'e a
jñii ngek'o dya ra ts'xtr'x.

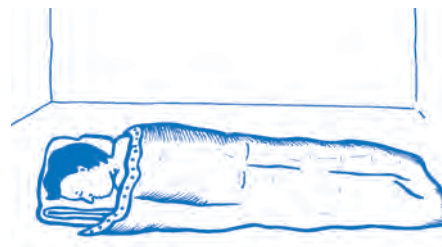
7

Pasb'x k'a ts'ike a ngaa.

5

**Ma ya gi kjuarɔ nujio kjogɔ dadyi,
tsaa nujio :**

- A** Dya ri unɔ jñonɔ nu kjogɔ nrrumɔ o nrreje ri cheb'e ma ra nzhogɔ na joo.
- B** Dya gi jezi ra xotr'ɔ, jies'etr'o ko d'aja b'itu, d'aja nrraxidyo, b'itu o k'o xe dyaja.
- C** Ma jɛnrrû ko nu k'a dya ñonɔ, ma ra nzhogɔ unɔ jñonɔ k'o na ôô.
- D** Dya gi châkui ri tsob'ɔ nu tee, jiezi ra ts'os'ɔ na joo injñɔ.





Ts'ɤtr'ɤ

- Yo jitsi
- Nujio jo mbas'ɤ
- Poo nrreje kja injiojo
- Yo ch'ok'ɤ, kichi kja injiojo



N

e chũũ ts'ũtr'ũ ma dya soo gi kjũs'ũ
o ma dya gi kjũs'ũ injĩũũ, ngeje
ma pjek'o tsotũ nu jango ne ngichi
nrrâma o ma dyanrra soo ri ts'ũs'ũ
injĩũũ, ma ga kjanu ngeje ma:

- **M agi kjũs'ũ injĩũũ s'oñeche** nziga kja: injĩũũ nu tr'esi'bi, nu me patr'ũ, inb'ipji nu tr'eme o zaa nu jango k'ôtr'ũ o inb'ipji nu mbũntr'ezi.
- **Ma pjek'o ne mbas'ũ kja indyizi** nziga kja ts'irojo, mb'exo, jñonũ, nrrodye, ts'ũrmape.
- **Nrreje o chok'ũ k'a kichi kja injiojo.**
- **Ma tech'k'e indyizi**, dya jezi ra ngich'i mrrama kja injiojo.
- **Ma pjek'o gi kjom'ũ inxiñu ñeje inte'e o** ts'ũtr'mape.



Ma ñets'e ri ts'ut'v

- ▣ Ma ya k'ângâ inxiinzero, kja inxine ñeje kja inxojo.
- ▣ Ma dya kjus'v na joo injñv soo ra b'ezhi inpjeñe.
- ▣ Ma châkui ñeje ma dya ga joo ga zo'o.



Ma gi ts'ut'v ko injñv s'oñeche ñeje b'ipji.

Pa ri ts'aa d'adyi nu otr'v ra mboxk'v.



1

Ma pes'i benrrana nu ngumv
xok'v.

Dyagi tr'jvtrv yo'o



2

B'empatr'ũ a jomũ ko nu tee o yo ntee k'o gi kârâji, ngek'o ri ts'ũs'ũji na joo nrrama. Nu nrrama k'a me joxtr'o ñeje nu na joo je b'ũb'ũ a jomũ.



3

Ma soo tsâs'â k'a d'aja b'itu k'a na k'aa kja inxiñu.



4

Ma b'ũb'ũ k'a d'aja k'a pjek'o ya kjogũ pjongũji, ri tsaji k'a ra ngũs'ũ nrrama.



5

Ma dya tsos'ut na joo injñut tsob'ut ri pinsb'i ri ts'utrb'ut a ñii ga ma a nrrub'ut, chotr'ut a nrree k'a d'aja b'itu ya ri tsâsb'â kja injiojo ngek'o ra jiezi ra ngich'i kja injiojo.



6

Xupk'ut tenxe imb'itu k'a s'ich'b'i inzero nu kjogut nrrumut.



7

Ma dya tsos'ut injñut unut ko intee d'adyi. Ma dya kja tsos'ut injñut ñeje ma dya kjaa d'akut inñikjii jiod'ut pjeko ri tsaa ngek'o ra nzhogut. (Ñuu kja nu xii 33, kja nu xiskuama).



8

Jiod'ɔ nu ætr'æ ntee k'a ra
mboxk'ɔ

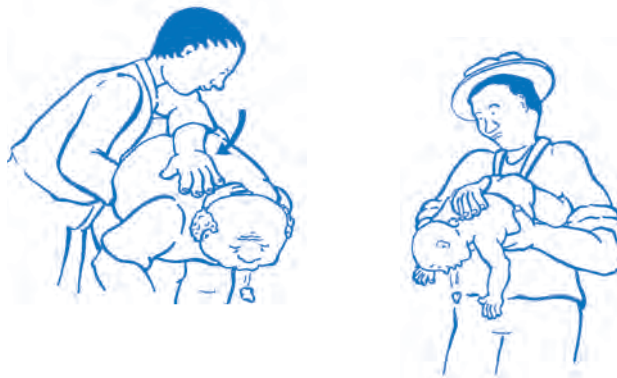
Nu ts'ɔtr'ɔ ma pjeko pjas'ɔ

Pa ri ts'aa d'adyi nu otr'ɔ pjosk'ɔ



1

Ri b'øb'ɔ a nrrɔb'ɔ nu ntee,
ri s'ichb'i ko d'aja indye'e, ko
nu d'aja ri pætr'pæ na zezhi
a xætr'ɔ dya gi pjotɔ inñidye
d'ange ma zi ri chɔtɔ k'a pjo'o.



2

Ma ya gi ts'apɯ yo xits'i a nrrɯb'ɯ dya pjongɯ, chotr'b'ɯ kja inximatrâ ya ri yab'ɯ a xɯtr'ɯ.

Ma ngeje ts'itr'i ri jñech'b'e ya ri juanch'argi pætr'pæ a xɯtr'ɯ.

3

Ma ya gi tsapɯ tenxe yo xits'i a nrrɯb'ɯ dya pedye nu pjo'o b'øb'ɯ a nrrɯb'ɯ nu ntee nziga yeje inmadye ri s'ich'b'i a mbe-me ñeje inchimi. Yeye na yeje ngek'o ra pjongɯ nu pjo'o. Ma ga kjanu pjos'ɯ ra pjongɯ nu nrrama kja injiojo ngek'o ra mbos'ɯ ra pjongɯ nu pjo'o.



4

Ma dya soo ra pjongɯ dyan-rro soo ra tsos'ɯ injñɯ, ri unɯ injñɯ ko inte'e.



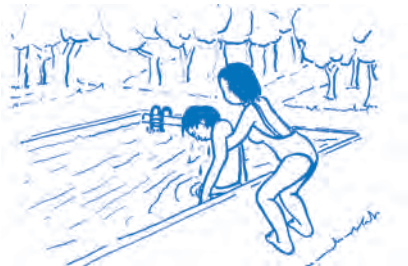
**Ma ya gi jokɔ nu kjogɔ d'adyi,
tsaa nujo:**

A Ma ya ne mbedye nu pjo'o cheb'e ra tsos'ɔ na joo injɔnɔ nu ntee.

B Dyonɔ nu ætr'æ ntee ma ne jiod'ɔ.

Ma gi tsɔtr'ɔ ko nu nrreje kja injiojo (nu tsɔtr'ɔ)

Pa ri tsaa d'adyi nu otr'ɔ ra mboxk'ɔ.



1

Tsɔb'ɔ nu ntee kja nu nrreje (tr'ata nrreje,
nrrareje ñeje k'o xe dyaja)
Ma dya gi pârâ re tsɔmpɔ, matr'ɔ k'a daja
ntee k'a ra ngɔs'ɔ o pænmbæ k'a d'aja tr'ɔmɔ.
Dya gi rresga.

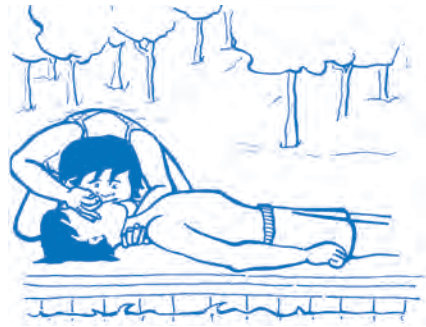
2

Pjomb'ngɔ nu nrreje kja injiojo nziga kja ba:
Tsapɔ ra b'empatr'ɔ nu ntee ko a ñi'i a nan-
garɔ.



3

Pasb'w k'a ts'ike nu ja mbeme
ya ri s'ib'i ko nu jomw .
Yepe na yeje ngek'o ra pjongw
nu nrreje.



Ma dya tsos'w injñw unw
d'adyi injñw ko intee ma iyo
jiod'w pjek'o ri tsaa ngek'o ra
nzhogw.

Ma ya ga mbwv ga tsos'w injñw nu ntee:

A Dya gi xos'w pos'w na joo ngek'o ra nzhogw.

B Dyovw ra mboxk'w nu ætr'æ ntee o sidyi kja nu ngungijeme.

Nu tsɔtr'ɔ ma nzhok'ɔ yo kich'i kja injiojo.

D'aja nu paa soo ra tsɔtr'ɔ d'aja ntee ma ga nzhok'ɔ kja nu ngich'i kja injiojo.



1

Tsapɔ ra b'empatr'ɔ nu ntee.

2

Dyotɔ ra mboxk'ɔ nu ɔtr'ɔ ntee.

3

Ma dya tsos'ɔ injɔnɔ nu ntee unɔ injɔnɔ d'adyi ko intee ma iyo jiod'ɔ pjeko ri tsaa ngek'o ra nzhogɔ (ɔnu kja nu xii 33 nu xiskuama).



Pa dya ra ts'ut'xji ri tsaa yo:

◇ Ri jichi yo ts'itr'ii dya pjek'o ra pjotx a nee, dya ra jña a o ra nrreñe ma na ñonx o na sii nrreje o sii yo jñonx xijomx.

◇ Dya ri jiets'pi yo ts'ikits'itr'ii yo ts'ut'xmbuxa nujio soo ra pjotx a ñii ya ro ts'ut'x. Dya ri jiets'pi ra eñeji ko nrre-chô, ts'imerajo, ts'ut'xmape, boto, mbexo ñeje ko xe dyaja ts'ikitsaja ko soo ra mbas'x. Nujio ts'itr'atr'ii na joo ri jichi jangorga tsapxji tenxe yo.

◇ Dya ri jiezi d'ats'eje nu ts'imbane nu sii ins'iba, o nu jango po'o nrreje ma eñe kja nu nrrareje o kja meje.

◇ Dya ri jiets'pi yo ntee k'a dya pjechi ra ts'ut'xmpx o ma tñi, ma sii s'oñeche nu jango po'o nrreje, nrrareje, ñeje nu jango xichiji nrreje.

◇ Dya ri jiets'pi ra juib'i a ñii yo ts'itr'ii

kja nrreje, ts'ut'xmbuxa, yo ôtr'omechi, kja yo xijomx nrrexix o k'o xe dyaja ko ra soo ra ts'ut'x.

◇ Ri ñempje yo ts'imbane ma gi kob'x ngek'o dya ra ts'ut'x ma nzhok'x.

Mbeñe k'o...



Dya gi châna ñuu nu pjek'o tsaa pjembeje ko ne ts'ut'x.



S'oñeche ñeje nu ÷nzero.

- Ma ga zii yo jñon÷ yo dya kja ga joo.
- Ma ga zii nu lulu sosa ñeje nu s'oñeche ixteje.
- Ma chebi yo naño s'oñeche.



Y

o s'õeche ñeje yo Ẁnzero ri soo ma
gi sii o ma ga chebi yo naño s'õeche
soora pjætɔ ko nuijio:



- ▣ Ma gi sii na punkjɔ **yo jñeche** o ma dya xits'i
nu ætr'æ ntee.
- ▣ Ma gi chebi **nu s'õeche** yo dya ga jo ga
tsakɔ nziga kja: injñeche yo pjiño, bona,
injñeche yo uii, injñeche yo ngôô, ixteje o nu
lulu sosa, o yo naño pjiño yo dya ga joo.
- ▣ Maa gi sii **s'oreje** yo dya ga joo nziga kjaa
inzheje yo mbɔntr'ezi ñeje k'o xe dyaja.
- ▣ Ma gi sii **yo jñonɔ** yo dya kja ga joo, yo
s'opjiño ñeje s'okjojo.

Nu ʋnzero ko yo ñeche

Ngeje ma:

- Ma na ʋʋ inpeme.
- Ma ba enje inch'iji
- Ma xotr'ũ intee.
- Ma ga mbexk'e b'os'ũ soo ri b'ezhi inpjeñe.



Pa ri ts'aa d'adyi nu otr'ũ pjoxx'ũ.



1

Tsapũ ra nzhokũ nu ntee ma
xe b'ũb'ũtr'o soo ri unũ pareje
ko ôô.



2

Dya ri jiezi ra ñnjî nu ntee.



*Ma yi gi jokø nu kjogø d'adyi,
tsaa nujo :*

- A** Unø ra zii na punkjø ôxnreje ngek'o dyaptr'o k'a ra ma pilu ngek'o ra pjongø nu jñeche.
- B** Jiod'ø nu jñeche k'o jo zii nu ntee ya ri diotø nu ætr'æ ntee ra mboxk'ø.



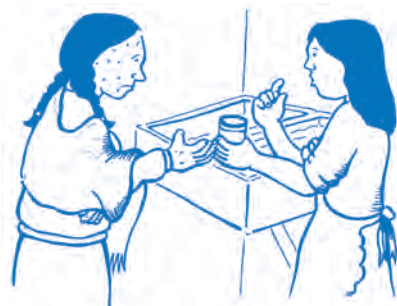
Ma gi sii injñeche yo pjiño o injñeche yo ngoo

Ngeje ma:

- Gi s'oo
- Xinch'i inñii
- Ba enje inch'îî
- Gi nee nrreje
- Ga mb'ich'i
- Ga jiǎb'ǎ nrreje ñeje na jotr'ʉ inzero.



Pa ri tsaa d'adyi nu otr'ʉ ra mboxk'ʉ



1

Tsapʉ ra nzhokʉ nu ntee ma
xe b'ʉb'ʉtr'o.



2

Sidyi d'adyi kja nu ngungijeme
nu b'echi b'ðntr'o.

7

*Ma ya gi jokð nu kjogð d'adyi, tsaa nu-
jio:*

- A** Unð k'o jñii muru ko nrreje; unð na punkjð nrreje
o b'aa.
- B** Unð ra zii nu tr'eme, ma dya gi pes'i dya gi ætr'æ
o ri jiod'ð.



Mi para ge...

Nu tr'eme soo ri chotr'x kja nu nguñeche o soo ri dyatr'x ga kjaba:

- 1 Tsapx ra moxtr'x nu tr'øxtr'ômech'i tsapx ra mbezhi tr'eme.
- 2 tsuxn nu tr'ômech'i k'a jo zâtr'â ngek'o ra mbezhi xijomx.
- 3 k'a d'aja xalo ko b'oreje pjiño chanmba nu xijomx, chûtr'p k'o yeje tsijuaañi nu b'axijomx.



Ma gi sii yo jñonx k'o dya kja ga joo o ma gi sii yo s'opjiño o yo s'okjojo.

Ngeje ma:

- ☐ Nzhokx
- ☐ Xinch'i a ñii
- ☐ S'oo
- ☐ K'os'x xâxâ
- ☐ Na xux inpeme
- ☐ Unx paja
- ☐ Unx d'iji ñeje tr'îî



Pa ri tsaa d'adyi nu otr'ð ra mboxk'ð



1

Tsapð ra nzhokð d'adyi ma xe
tr'ðmbeñetr'o nu ntee.



2

Ma dya kja tr'ðmbeñe nu ntee
sidyi d'adyi kja nu ngungijeme.

7

Ma ya gi jokø nu kjogø d'adyi tsaa nujio:

- A** Ri tsob'ø nu ntee dya ri jiezi ra înjî, ri unø ra zii na punkjø nrreje.
- B** Ma ñuu nu ætrr'æ ntee ngek'o ra xits'i pjeko ri tsaa o ra dyak'ø jñeche k'o ri sii.



Ma gi sii yo lulu sosa o ixteje.

Ngeje ma:

- ☐ Ra zâtr'â a ñønø a ne'e
- ☐ ngijñi ñeje a dyizi.
- ☐ Na øø a mbeme





Pa ri tsaa d'adyi nu otr'ð ra mboxk'ð



1

Dya ri tsapð ra nzhokð, ma ri yepe re tsaa ra zâtr'â nu ntee

ngungijeme



2

Sidyi d'adyi nu ntee kja nu ngungijeme

Ma gi sii inreje yo mbũntr'ezi, paré ñeje yo nrre naño jñeche

Ngeje ma:

- ▣ Ich'i a dyizi
- ▣ S'oo
- ▣ Unũ ch'okũ ñeje tr'eje



Pa ri tsaa d'adyi nu otr'ũ ra mboxk'ũ



1

Dya ri tsapũ ra nzhokũ, nujio s'oñeche dya ga joo ga tsapũ yo jiojo.



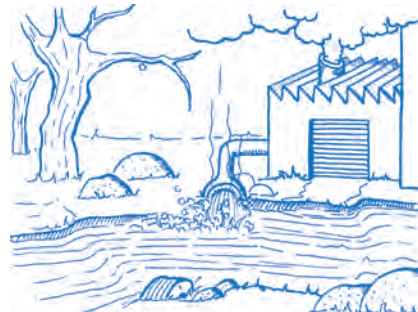
2

Jiod'÷ ra mboxk'÷ nu ðtr'ð ntee o ma iyo sidyi kja nu ngungijeme.



Nujio soo ra tsaa ma b'echi b'÷ntr'o yo s'oñeche yo na s'oo:

D'aja ntee soo ra zodye ma b'echi b'÷ntr'o nu jango b'÷b'÷ injñeche yo pjiño;ma ra b'ich'i kja tr'ata nrreje, o kja nrrareje k'a na pox÷ o ma b'echi b'÷ntr'o yo s'opjiño.



Ngeje ma:

- Zǎrǎ
- Na xâma
- K'os'ũ ts'ixâxâ
- K'os'ũ xâxâ
- Yo zũtr'ũ
- Pjǎntr'ǎ
- Na ỹỹ inñii
- Xinch'i inñii ñeje ma s'oo
- Soo paja.



Pa ri tsaa d'adyi nu otr'ũ ra mboxk'ũ



1

Ri ts'otr'b'ũ inb'itu



2

Pech'e na joo nu jango jo
s'od'ɣ o ri xatɣ ko na punkjɣ
nrreje ko xabo.

7

*Ma ya gi jokɣ nu kjogɣ d'adyi,
tsaa nujo:*

A Jiod'ɣ ra mboxk'ɣ nu ætr'æ ntee ma ne
jiod'ɣ.

B Dyɣsb'ɣ nu tr'oxijomɣ nu jiæɣ na joo,
xijomɣ nrrech'ô o xijomɣ kjɣ ngek'o dyan-
rrarga xama.

C Jieche inb'itu k'a na jiaja.



7

Nujio s'oñeche yo dya ga joo ga tsak'ũ o yo ʋnzero dya ra kjogũ ma ra kjaji yo:

- ◇ Dya ri sogũ jñeche, s'oñeche, injñeche yo pjiño, yo bona , yo ixteje, yo ne mb'ech'eji o yo nrre naño s'oñeche k'o ra soo pench'i yo ts'itr'i.
- ◇ Ri jñusb'ũ inch'uu yo s'oñeche ri kuaťũ d'aja ñiximo ngek'o ra mbârâji tenxeji pjeko mbeje
- ◇ Dya ri xich'i s'oñeche kja yo xito
- ◇ Ri sii yo jñonũ k'o na joo k'o dyarga xîi o k'o ya kjogũ.





- ◇ Dya ri sii yo jñonɔ yo ba enje kja nu xibote, yo b'ɛns'ɔ o ma potr'ɔ
- ◇ Ri pjongɔ yo jñonɔ kja yo xibote ma ya gi xos'ɔ.
- ◇ Dya ri chomɔ yo paré yo dyaga joo.
- ◇ Ri ñu'u ma dyab'e kjogɔ inpa k'a na joo yo jñeche ma dyab'e gi sii.
- ◇ Ri pârà na joo yo s'okjojo ñeje yo k'ampjiño yo dya ga joo ri sii.
- ◇ Dya gi poch'ɔ yo s'oñeche kja yo nrrareje, tr'ata nrrareje, yo meje ñeje nu tr'ata nrreje ri tsos'ɔ nu arkate kjoko kjaa.
- ◇ Dya ri tsapɔ ra nzhokɔ ma jo zii ixteje, yo lulu sosa, yo inrreje yo mb'ɔntr'ezi o yo nrre naño s'oñeche.





Yo zatr'a

- Kja yo choo
- Ko nu tr'ezibi
- Ko yo ixteje o yo nrre naño s'oñeche
- Pa dya ra kjogx yo zâtr'â.





Y o zâtr'â ngeje **yo s'omb'ũ** inxinzero, tsũtr'ñinge o yo nrrodye, ko nu sibi, ma b'anũ nu nrreje (pareje o nu acete); nujio tr'ezi yo na mpaa, tr'ezi sibi ñeje yo dyaja s'oñeche yo b'ũb'ũ na punkjũ kja jiarũ.

Yo zâtr'â xõkũji (jango ga kja na nojo o na jêê) **ko jñii otr'ũ**:

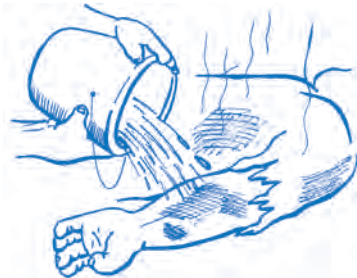
- ▣ **Yo otr'ũ** ngeje yo dya nrra s'omb'ũ, yo ts'ike, na ỹỹ, me zãrã ñeje me mbagũ.
- ▣ **Yepe otr'ũ** ngeje yo mazi na nojo ñeje na jêê, pjezhiji yo zũtr'ũ nujio me na ỹỹ.
- ▣ **Jñipi otr'ũ** nujio me na zezhi soo ra somb'ũ inxinzero, tsũtr'ñinge, ñikjii, binzero ñeje yo inrrodye, b'ũb'ũ ko dyaja ko sogũ seña. Soo ra jñets'e k'o tr'eme ko na potr'ũ o na tr'oxũ, me na ỹỹ soo ra b'ezhi inpjeñe. Nziga kjaa ma ga zâkâ ko nu tr'esibi.

Pa ri tsaa d'adyi nu otr'ɔ ra mboxk'ɔ.



1

Ma na nojo o na jêê nu zâtr'â,
jiod'ɔ ra mboxk'ɔ d'adyi nu
ætr'æ ntee.



2

Xisb'i d'adyi nrreje k'a na jotr'ɔ
nu jango jo zâtr'â ngek'o ra
jotr'ɔ o ra u'eñe nu ɔzæɔ dya
gi xætr'ɔ nujo zætr'ɔ.



3

Nu jo zâtr'â ngeje jñipi otr'ɔ
ma xe tr'ɔmbeñetr'o unɔ na
punkjɔ nrreje ngek'o dya ra
dyotr'ɔ.



4

Ma dya tsos'x injñx nu ntee
unx injñx.

5

Ma dya kja tsos'x injñx o dya
d'akx inñikjii a dyee jiod'x pje-
ko ri tsaa ngeko ra nzhogx.

Ma jo zatr'a a nzhoo:



Xisb'i na punkjx nrreje ya ri
ts'ôb'x a nzhoo ko d'aja b'itu
k'a na jiaja.

Ma nu zatr'a ngeje ko nu tr'esibi:



1

Dya gi penchi nu ntee ma xe kuatr'ɔtr'o kja nu tr'esibi.

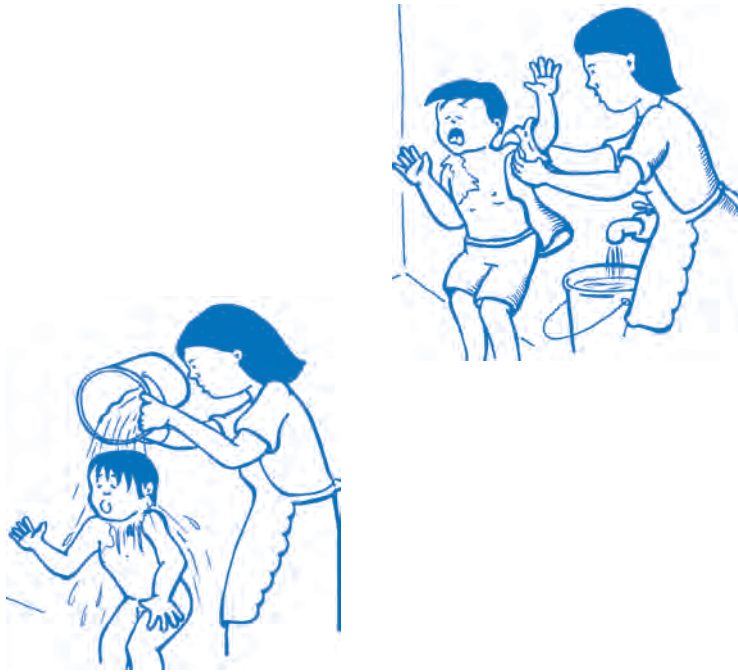


2

Ts'ɔk'ɔ nu tr'esibi ma dya soo b'ɔb'ɔ nu jango na dyod'ɔ nziga kjaa: b'itu, xiskuama o nrraxiche k'a na dyod'ɔ ya ri tsɔsɔ nu ntee nu jango b'ɔb'ɔ nu tr'esibi ko d'aja zaa o nrraxiche, dya gi b'ɔb'ɔ a jomɔ ma na k'aa o ma gi je'e b'itu k'a na k'aa.



Ma jo zatr'a ko nu ixteje o ko xe dyaja:



1

Ts'otrb'x inb'itu.

2

Pechb'e d'adyi nu jango jo
zâtr'â ko na punkjx nrreje.

*Ma ya gi jok'x nu kjogx d'adyi
tsaa nujio:*

Ma nu zatr'a ngeje nu otr'x:

A Dya gi xisb'i acete, manrrega, o ko xe dyaja.



Ma nu zatr'a ngeje nu yepe :

A Dya gi xatr'ɔ nujio zatr'ɔ.

B Ma gi soo unɔ jñeche k'a ra b'ɔb'ɔ.



Ma nu zatr'a ngeje jñipi :

A Tsobɔ nu ntee ya ri ts'ɔb'ɔ nu jango jo zâtr'â ko d'aja b'itu k'a na jiaja ri popjɔ ko nrreje k'a jo b'anɔ. Dya ri jiezi ra dyotr'ɔ yo b'itu ma ya gi tunɔji kja nu ngungijeme.

B Ma soo ri ts'orb'ɔ inb'itu dya ri jñɔmb'ɔ, ma nu kjogɔ nrrumɔ kuatr'ɔ kja inzero yo b'itu dya gi kjɔmpɔ, dyok'ɔ nu b'itu kja inñɔnɔ nu jango zâtr'â.



- C** Xe ri xisb'i nrreje nu jango jo zâtr'â soo ri tsapɔ k'o d'aja k'ab'itu k'a na jiaja o ts'ike, ts'ikergi xisb'i nu nrreje. Ma xe tr'ɔmbeñetr'o ri unɔ ra zii ko yeje xalo nrreje o ôxteje k'a unɔ kja nu ngungijeme.

1



Ñɔs'ɔ tenxe yo ki'i kja
nu ts'imape xiskuama
ko d'aja xalo nrreje k'a
b'anɔ.

2



Chamba.

3



Unɔ ra zii, dyanrra ga jotr'ɔ
o jango ga kjaa.

Pa dya ra kjogũ yo zatr'a na joo ri tsaa nujio:

- ◇ Dya ri sogũ yo ne nrrũtr'ũji sibi, yo'o ko zãrã o yo nrreje yo mbũntr'ezi ngek'o dya ra nrrũũ yo ts'itr'ii.
- ◇ Dya ri jiets'pi yo ts'itr'ii ra ngich'i kja ngosibi o ra nrrãtr'ã ma na ãtr'ãji yo jñonũ, yo sãb'ã jerge nrrũ'ũ a mboo nu jango ne penchi.
- ◇ Jergi jiãs'ã a nrrũb'ũ nu s'ãb'ã ko nrreje k'a na b'anũ.
- ◇ Dya ri jiets'pi yo ts'itr'ii ra nrrãtr'ã kja sibi o yo tr'ezi yo na mpaã k'o b'ũb'ũ kja jomũ, jiod'ũ pje-ko ri xinch'bi a ñnũ.
- ◇ Ri sii o ri chunũ na joo k'o xe dyaja k'o na pa'a.
- ◇ Ri potr'pũ yo tr'esibi yo dya kja ga joo ri pos'ũ yo ñets'etr'o ri ts'omũ nu jango gi tũtũ.





- ◇ Ma gi ñu k'a d'aja tr'esibi, nu jango gi tût, otr' ri ts'uk' nu tr'esibi.
- ◇ Dya ri jiezi kja jiar k'a na punkj pa'a ma dya pjeko gi kjom.
- ◇ Ri ñuu kjo dya ga mpa'a nu nrreje, ma re xat yo ts'itr'ii.
- ◇ Ri pes'i yo xito k'o ba enje yo ixteje ñeje k'o dyaja k'o na s'oo ngek'o dya ra soo ra nrrû'ûji yo ntee k'o dya pâra jangorga ts'apji ma ri tsaji ri tsaji na joo.
- ◇ Ma ri xisb'i nrreje kja yo zâtr'â ngeje yo mazi na joo.





Yo zak'ɥ ñeje yo mbɥk'ɥts'ɥ yo uii.

- Ma sak'ɥ nu k'imi k'a pes'i s'oñeche
- Nu k'imi k'a dya pes'i s'oñeche
- Yo xe dyaja uii k'a pes'i s'oñeche
- Yo dyoo, mixi ñeje k'o xe dyaja nu k'o pes'i songo
- Pa dya ra zak'ɥ ñeje ra mbɥk'ɥts'ɥ yo uii.





Yo zak'ɥji ñeje yo ra mbɥk'ɥts'ɥ ngeje yo sonk'ɥ kja inxinzero ma jo zak'ɥ yo nrre naño uii.

Yo zak'ɥ dyanrre chetr'jui nujio nrre naño yo uii, b'ɥb'ɥ k'o dyaja yo dya ga joo ko ne jiod'ɥ ra nu'u nu ætr'æ ntee, nziga kja ma ga zak'ɥ yo dyoo, mixi, ngôô, ts'imiñi soo ra mbes'i songo; nziga kjaa ma pɥk'ɥts'ɥ yo k'imi k'o pes'i ins'oñeche.

Nrro ga kjatr'ku yo pɥk'ɥts'ɥ yo ts'ikits'imørø k'o pes'i s'oñeche nziga kjaa: yo ngɥnɥ, yo kjogɥ, yo mexe o yo tr'atamexe tenxe nujio dya ga joo me na s'o'oji, ra nu'uji jangorga kjapɥji nujio.

Ma ga mbũk'ũts'ũ yo k'imi k'o pes'i ins'oñeche:

Ñu'u jango ga kjaa k'a sak'ũ kja inxinzero, ma pes'i s'oñeche nu k'imi sogũ k'o yeje ñi'i ts'ipotr'ũ nu k'o yeje na jêê k'o ñets'e ko yo masib'i.

Ngeje ma:

- Me zərər nziga kjaa ma ga zâtr'â
- Nzhokũ
- Jǣngomũ a nzhoo
- Ba enje inch'îî
- Me jǣb'ǣ nrreje
- Me dyeb'i a nziñi
- Dya kja jñaa na joo ni ra tsos'ũ injñũũ



Pa ri tsaa d'adyi nu otr'w ra mboxk'w



1

Tsob'w nu ntee dya ri jiezi ra ñwnw ngek'o dya ra ngichi d'adyi kja inzero ins'oñeche nu k'imi.



2

Ri pench'i nu jango jo zaa ga ma a jomw inzero.



3

Ri jiwt'r'w k'o d'aja b'itu a xes'e nu jango jo zapw dya ri jiwt'r'w na zezhi ngek'o dyanrra ra xotr'w ri xwpk'w nziga sotw ko yencho ts'iedyi nu pa'a.



4

k'o d'aja tr'edyi o ko xe dyaja
k'o soo ri dyokɔ, dyokɔ nzi-
ga kjaa gronsi nu jango zaa.
Dyanrrarga nojo k'a edyi d'aja
nrre ts'iedyi k'a na maja ñeje
dyanrrarga jêê.



5

Jiezi ra mbedye tenxe nu kjii,
dya ra mezhe 15 edyi pa'a, dya
gi kjɔsb'ɔ ko intee ma gi pes'i
s'apjɔ o ma xotr'ɔ intee.



***Ma ya gi jokw nu kjogw d'adyi tsaa
nujio :***

- A** Pos'w see k'a d'aja b'itu o ts'wtr'mape k'a na jiaja jñwsb'w nu jango jo zapw.
- B** Ma gi pes'i k'a indyee nu ôxteje ya ri ts'apw dyiepja-dw nu jango jo zaa.
- C** Jiod'w ra mboxk'w d'adyi nu ætr'æ ntee.



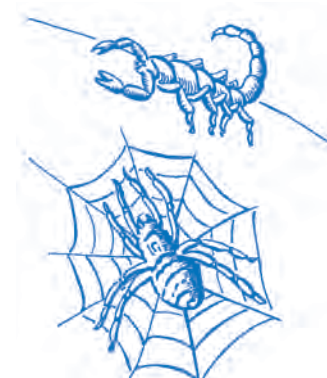
Nu zak'w nu k'imi k'a dya pes'i s'oñeche

Nu jango sak'w jextr'o ra ñets'e a z'ib'i nu k'imi, me na ww nu jango jo zak'w dya ra ñets'e ko xe dyaja. Pech'e ko nrreje ñeje xabo, jñwspw see ñeje ri pes'i na jiaja nu jango jo xotr'w.



Ma pɔk'ɔts'ɔ yo uii k'o pes'i s'oñeche

Ma pɔk'ɔts'ɔ yo mexe ñeje yo tr'atamexe k'o pes'i s'oñeche dya ga jo'oji, mazi ma ngeje kja inñii, a jmii o kja indyizi.



Ngeje ma :

- ❑ Me na ɔɔ ñeje me gi soo ga nzhod'ɔ ts'iuui
- ❑ Me dyeb'i a nziñi
- ❑ Dya soo ri kjɔs'ɔ injñɔ ñeje ri jña.
- ❑ Me s'oo
- ❑ Unɔ ch'ok'ɔ ñeje me mb'ich'i



Pa ri tsaa d'adyi nu otr'ɔ ra mboxk'ɔ



1

Tsob'ɔ nu ntee dya ri jiezi ra ñɔnɔ.



2

Ri pench'i a jomɔ kja inzero nu jango jo zak'ɔ nu k'imi.



3

Ma nu zak'ɔ ngeje kja indyee o inkuaa, inmadyee o intr'ankjii, jiɔtr'b'ɔ k'o d'aja ts'ib'itu a xes'e nu jango jo zak'ɔ, dya ri jiɔtr'b'ɔ na punkjɔ.



4

Jiod'x d'adyi nu ætr'x ntee
ngek'o ra mboxk'x ñeje ra
jñxsb'x jñeche.

5

Jñxsb'x see nu jango jo zak'x
nu k'imi.

*Ma ya gi jokx nu kjogx d'adyi
tsaa nujo:*

- A** Tsapx k'a d'aja dyepjadx kja intr'ankjii, ma gi
pes'i nu ôxteje jñeche.
- B** Ma jo pux'xst'x d'aja nguxn o yo kjogx tsxpk'x
indyepjadx ko d'aja tr'ezi k'a na s'ichi, jñxsb'x
see ñeje ri ma ñuu nu ætr'x ntee.



***Nu zak'w nu dyoo, mixi, ñeje k'o xe dyaja
uui k'o pes'i songo***

Dya ga joo ma ga zak'w nujio uii me na s'oo, soo
ra muk'w songo, ngeje k'a d'aja ngijeme ma dya ri



Ngeje ma:

- Me na ww nrro pjāntr'w nu jango jo zak'w, soo ra xotr'w.

Pa ri tsaa d'adyi nu otr'w ra mboxk'w



1

Pech'e ko na punkjw nrreje
ñeje xabo nu jango jo sak'w nu
k'imi.



2

Ma xe zans'ũ nu jango xotr'ũ dya gi kjomũ, ma xe xotr'ũtr'o s'ich'i k'a ts'ike. Nunu na pjos'ũ, ma xotr'ũ a dyee, ra pjotũ d'aja ts'ũtr'mape ma ga s'ich'i.

*Ma ya gi jok'ũ nu kjogũ d'adyi,
tsaa nujiio:*

- A** Ts'omũ nu jango xotr'ũ ko d'aja ts'ib'itu k'a na jiaja.
- B** Sidiy d'adyi nu ntee kja nu ngungijeme k'a b'echi b'ũntro ngek'o ra nu'uji nu xotr'ũ ngek'o ra xipjiji k'o ra tsaa.
- C** Ma ra xipji nu ætr'æ ntee, nu tee ra tsaa tenxe yo dyepjadũ ko na joo pa dya ra songo, mbeñe na joo ngeje d'aja ngijeme k'o soo ra nrrûû.





D Jiod'w nu uii k'a jo songw kjo ngeje yo gi pes'i kja ingumw dyonw kjo ya ts'apwji nu dyepjadw ñeje jango nzii paa edyi.

Ri ñu'u k'o dyech'a paa, zoo kjarge ts'apw nu dyepjadw.

Dya gi potr'w.

Ma ra nrrûû nu uii ma ya be sotw dyech'a paa ma jo zaa, chunw nu nrrûdyoo o dyopk'w a ñii ya ri jñwtr'w k'a d'aja ts'wtr'mape ko nujio ngwnrrojo k'o na joo pa yo songo o kja nu ngungijeme kja b'echi bwntr'o ngek'o ra nu'uji.

Ma na s'oo nu uii k'a jo zaa, nziga kjaa nu miño, wjmw o ngôza nu ntee pesk'a ra maa kja nu ngungijeme ngek'o ra tsapwji d'adyi nu dyepjadw k'a na joo pa nu songo.



Pa dya ra zak'ũ o ra mbũk'ũ yo uii, na joo ri tsaa:

- ◇ Ri paxũ na joo ingumũ , nu kja inñũnũ ñeje kja nrrenzũmũ, nziga kjaa nu jango b'ũb'ũ yo uii nziga kjaa: ngundyoo, ngunkuchi, ngunzhũnũ, ñeje ko xe dyaja.
- ◇ Tsapũ yo dyepjadũ k'o na joo pa dya ra songo ñeje k'o nrre naño ngijeme yo dyoo ñeje yo mixi.
- ◇ Dya ri ãnjĩ ko yo uii
- ◇ Dya ri pjũtũ, ri pãrã o ri tsapũ ra ɔd'ũ yo uii soo ra zak'ũ.
- ◇ Dya ri jiezi ra jmũrũ nrreje ñeje ri ts'ũsũ yo tr'ebi a ñũnũ kja inzũmũ.
- ◇ Ri pos'ũ intr'ankjii ñeje inkuaa ma gi nzhod'ũ kja jomũ ma soo ri chĩch'ĩ nrranbokua.



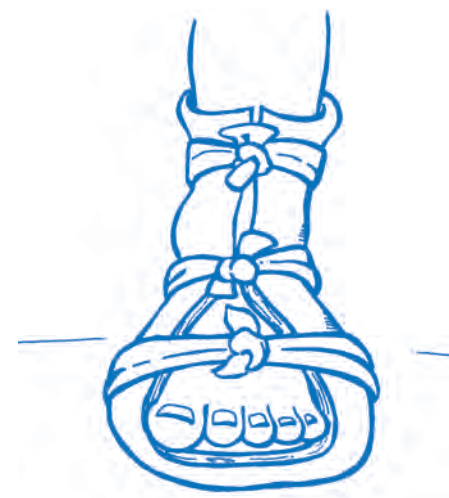
Mbeñe k'o...

Nu songo ngeje nu ngijeme k'a na nrrũũji, so'o dya ra kjogũ ma ri tsaa yo dyepjadũ.

10

U'agɿ, mokɿ ñeje yo tsɿnɿ

- Yo gi soo ma gi u'agɿ
- Yo ri tsaa pa dya ra ñnɿ nu u'agɿ
- Yo tsɿnɿ



Nu u'agɔ ngeje ma ch'ɔd'ɔ d'aja nrodye,
nu mokɔ ngeje ma pedye d'aja nrodye
nu jango b'ɔb'ɔ.

Nu ts'ɔnxɔ ngeje ma na ɔ kja yo ts'ɔtr'ɔninge ma
dya gi ɔnxɔ inzero na joo.

Yo u'agɔ o ma ch'ɔd'ɔ nu nrodye soo ri totr'ɔ k'o yeje:

- **Ma kjotr'ɔ nu u'agɔ** ngeje ma nu nrodye dya pedye
kja inxinzero.
- **Ma xogɔ nu u'agɔ** ngeje ma ch'ɔd'ɔ nu nrodye ɔje
pedye kja inxinzero.





Ngeje ma:

- ☐ Nu kjogɔ nrrumɔ dya soo ra ñɔnɔ nu jango jo u'agɔ.
- ☐ Me na ɔɔ nu jango jo u'agɔ.
- ☐ Dya tr'isi soo ro kjogɔ nu paa.
- ☐ Ma ngeje kja inmadyee o tr'ankjii, nu jango jo úagɔ dya joo ga ñets'e, pjɔntr'ɔ ñeje me k'anga.
- ☐ So'o ra b'ɔb'ɔ d'aja xotr'ɔ kja nu xinzero, nu jango pedye nu nrrodye.

Pa ri tsaa d'adyi nu otr'ɔ ra mboxk'ɔ





1


Yo mazi na joo kja nrre naño u'agɔ ngeje ma dya re ñɔnɔ nu nrrodye ko gagɔ ngek'o dya ra ts'apɔ na tsakuana.

10



2 
Ma jo mbedye nu nrrodye, dya
gi pjotũ, posb'ũ k'a d'aja b'itu
ngek'o dya ra ñũnũ.

3 
Ma xotr'ũ s'ichi a ñũnũ ngek'o
ra b'øb'ũ nu kjii.

4 
Ma nu u'agũ ngeje kja nu ñii:
dya gi ñũnũ tsaa ka xe re kos'ũ
a xes'e ngek'o ra nrrââ. jiesb'e
inb'itu nu ntee dya ri jiezi ra
înjî.

Ma xotr'ũ inxiño, kja inxirgo o
inte'e dya gi tsapũ ra b'ob'ũ.
Ma ngeje kja inñii pos'ũ d'aja
b'itu dyanrra re s'ich'i.

5

Jiod'v dadyi nu ætr'æ ntee
ngek'o ra mboxk'v.



Yo na joo ri tsaa pa dya ra ñvnxv nu u'agv:

Ma u'agv kja nu jiojo:

Jñvsp'v d'aja b'itu nziga kjaa sæjæ ya ri jivtr'pv kja
indyizi ngek'o ra nrrû'û ma na jivv nu madye, ya
ri kosb'v inmadye kja inzero dyanrra ri s'ich'i, ri
jñanrra ra ngeme yo inñidye nziga kjaa nu jango
chækui nu madye ñeje nu nrrodye kja injiojo.

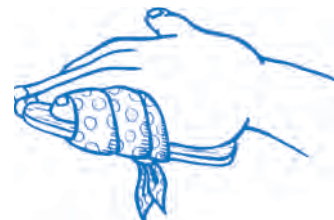


Ma u'agv a nrre'e kja inmadye:

Posb'v na joo nu jango jo u'agv ya ri tsapv dya ra
ñvnxv nu madye k'o d'aja b'itu nziga kjaa sæjæ.



Ma u'agɔ d'aja ñidye kja nu dyee:
Jñɔspɔ kja nu ñidyee d'aja ts'inrraxiche ya ri jiɔtr'ɔ
k'o d'aja b'itu.



Ma u'agɔ kja nu tr'ankjii o nu ñimo:
Posb'ɔ nu tr'ankjii, jñɔspɔ d'aja ts'inrraxiche nziga
d'aja nangarɔ nu tr'ankjii, nrreze kja indyetr'ɔnɔ
ngek'o ra zɔrɔ nu b'ola ya ri jiɔtr'ɔ k'o d'aja b'itu o
ri kosb'ɔ d'aja jñunɔ a nrre'e kja intr'ankjii.



Ma u'agɔ nu kuaa o nu b'ola:
Posb'ɔ nu kuaa ñeje nu b'ola k'o b'itu o ko nu
jñunɔ ya ri jiɔtr'ɔ, ma soo ri ts'otr'b'ɔ inmbokua.



Ma u'agɔ kja inrrɔskala:
Dya re tsaa k'a ra b'ɔb'ɔ soo ra b'ɔb'ɔ injñɔ.



Ma u'agv nu ñiijuaxi :

Dya ri jiezi ra ñvnxv a ñii nu ntee, soo ri jñvsvv a nangarv d'aja pajna k'a re chutr'v. Ma mi jñvsvv inchvsvv dya gi jñvkv'v ngeko ra mbos'v pa dya ra ñvnxv.



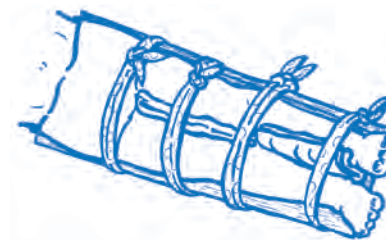
Ma u'agv nu nrrvskala o a dyizi :

Jiod'v k'o xe dyaja ntee ngek'o ra mboxk'v, tsob'v nu ntee kja d'aja ts'ingama k'a na mee, dya ri chotr'v inximatr'a, ri jivtr'v a dyizi ngek'o dya ra ñvnxv o ra nrrogv.



Ma u'agv nu ximatr'a:

Jñvsvv kja ints'vtr'ñinge nu jo kjogv nrrumv d'aja b'itu ka na pizhi soo ri chotr'v. Jivtr'v yo tr'ankjii ko b'itu o ko yo xe dyaja yo na joo.



**Ma ya gi jokɔ nu kjogɔ d'adyi,
tsaa nujio:**

- A** Sidi kja nu ætr'æ ntee dyanrra re ñɛnɛ.
- B** Dya re tsaa k'a re pjotɔ nu nrrodye k'a jo u'agɛ.
- C** Unɛ d'aja jñeche k'a na joo pa dyanrra ra soo na
ɛɛ.



Nu mok'ɔ

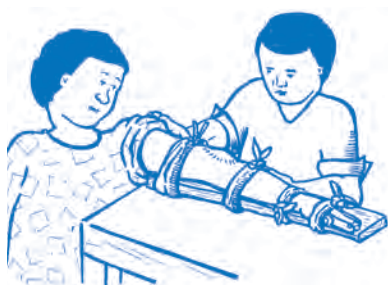
Ya ro mamaji a nrrɛb'ɛ, ngeje ma pedye k'a d'aja
nrrodye nu jango b'ɛb'ɛ, kjogɔ ma gi zech'i o
dya ga joo gi ñɛnɛ. Mazi kjogɔ kja kuaa, o kja nu
madye.



Ngeje ma:

- Me na vñ ñeje pjānr'ā nu jango chākui yo nrrodyee.

Pa ri tsaa d'adyi nu otr'v ra mboxk'v:



Tsapv dya ra ñvñv nu jango jo mbedye nu nrrodye nziga kjaa u'agv.(Jñanrra nu xii 97).

Ma ya gi tsapv pa dya ra ñvñv nu jango jo somb'v:

- A** Sidyi kja nu ātr'ā ntee dyanrra re ñvñv.
- B** Ma me soo na vñ, unv d'aja jñeche.

Nu tsɔnxɔ

Ngeje ma gi ñontr'ɔ, somb'ɔ yo ts'ɔtr'ninge nujo
kjogɔ ma dya gi ñɔnɔ na joo.



Ngeje ma:

- Me na ɔɔ, mbagɔ ñeje pjɔnr'ɔ nu jango jo
s'ombɔ.

Pa ri tsaa d'adyi nu otr'ɔ ra mboxk'ɔ:



1 Jñɔs'ɔ a xes'e nu madye o nu
tr'ankjii nu k'a jo sod'ɔ.

2 Dya re ñɔnɔ nu jango jo sod'ɔ.

*Ma ya gi jokv nu kjogv d'adyi,
tsaa nujio:*

Pa dyanrra ra vñ ñeje pa ra d'agv nu pjāntr'ā.

A Jñvsv see ko d'aja b'itu o re popv yo b'itu nu jango sod'v, k'a ra mezhe jñitee edyi paa ya ri jñvk'v k'a d'aja nrrame ya nrro ri jñvsv na yeje pa ri jñanrra ra ngetr'e k'a pjāntr'ā.

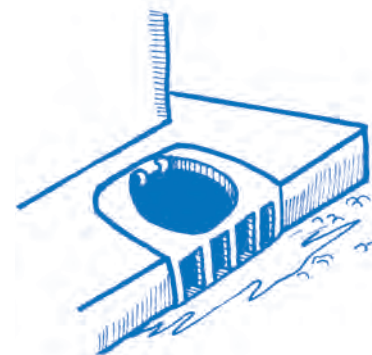
B Jñvsv d'aja b'itu nu jango jo sod'v ngek'o dya ra ñvñv ñeje dya ra pjāntr'ā na yeje.

Pa dya ra kjogv yo u'agv, mok'v ñeje ts'vnxv dya ri tsaa nujio:

◇ Dya ri b'vg'v ma gi tes'e o gi pama kja nu ñiiñesjua(escalera)..



- ◇ Dya sok'ɔrgi eñe ma iyo ra kotr'ɔ inmadyee nu jango chækui yo nrrodye.
- ◇ Dya ri pozɔ xilulu, dya ri pjod'ɔ nrreje kja nu jomɔ.
- ◇ Ma gi nzhod'ɔ ri jñanrra na joo kjo b'ɔb'ɔ ts'ikotr'ɔ o po'o nrreje.
- ◇ Dya ri jiezi yo ts'itr'i ñeje yo ts'ita ra b'ob'ɔbi nu jango na jês'e, dya b'ɔb'ɔ pjek'o ra pench'i.
- ◇ Nujio na joo ma gi jñontr'ɔ ngeje nu gi ñomɔ nu jango u'atr'ɔ.





Dyanrra xotr'x

- Nujio tr'ogx
- Nujio ok'x ñeje na s'ûû
- Yo mbama
- Yo otr'x ra mboxk'x
- Pa dyanrra ra xotr'x



N

ujio xotr'ɔ ngeje yo tr'ogɔ o yo pɛrɛji kja
inxinzero.

Ne chû'û **tr'ogɔ** nujio ne ts'apji ko yo tr'edyi, jñeje o
ko xe dyaja k'o na mb'eñe, me xotr'ɔ na punkjɔ.



Ne chû'û **tr'ogɔ** nujio ne ts'ak'ɔ yo na s'ûû,
dyepjad'ɔ, yo ne dyokji ɲnrrojo ñeje k'o dyaja k'o
soo ra ngichi kja inzero.





Nujio **mbama** ngeje yo gi sɔɔ ma kjoko timk'i, ma zak'ʉ o ma ga ñʉngʉ inbinzero.



Nujio **xaxk'ʉ** ngeje yo dyanrra xotr'ʉ je b'ʉb'ʉ a xes'e kja inxinzero.



Pa ri tsaa d'adyi nu otr'ʉ ra mboxk'ʉ



1

Nu xotr'ʉ soo ri b'ob'ʉ ma dya be gi pech'e, ri s'ich'i ko indyee nu jango xotr'ʉ ngek'o ra b'ob'ʉ ma gi kâja d'aja b'itu ts'ansba nu jango xotr'ʉ ya ri s'ich'i ko indyee.



2

Ma na punkjux nu xotr'ux
jiold'ux nu xtr'ux ntee ngek'o ra
mboxk'ux d'adyi.

3

Ma nu xotr'ux jo ts'ak'ux k'o d'aja
sxtr'ezi o jo nrripkibi ri s'ich'i na
zezhi ngek'o ra mbedye nu kjii
k'a nguxux.



4

Ri pech'e d'adyi nu jango
xotr'ux ko nrreje k'a na jiaja
ngek'o ra mbedye d'adyi tenxe
yo jomux, tsañab'ux o k'o xe
dyaja k'o dya ga joo. Ma pes'e
inxinzero nu jango xotr'ux ri
xos'ux ya ri pech'e na joo.



*Ma ya gi jokʉ nu kjogʉ d'adyi,
tsaa nujo:*

- A** Ri xiñee na joo ma dya be gi pjærʉ ri jok'ʉ.
- B** Ri pech'e na joo nu jango xotr'ʉ ko nrreje ñeje xabo, ko nrreje k'a jo b'anʉ.
- C** Ma ne jiod'ʉ pos'ʉ ko nu ts'its'ʉtr'b'itu o ko nu peb'itu.
- D** Ma na nojo nu jango xotr'ʉ (k'o pes'i jñii ts'iedyi) o me na jêê jiod'ʉ ra mboxk'ʉ nu ætr'æ ntee zoo yargi pech'e o ri pos'ʉ nu ts'its'ʉtr'b'itu.
- E** Ma ya gi pes'i ñanto edyi nu xotr'ʉ dya gi kjotr'ʉ. Dyonʉ nu ætr'æ ntee, a ngeze ra xitsi pjek'o ri tsaa.



Kja yo xaxk'ɔ keme o dyotr'ɔ inxinzero k'a pjos'ɔ ra mborɔ nu xotr'ɔ, ngek'o na joo ri jiezi ra mborɔts'eje.

Nujio ntee ko s'ongɔ inzero ko yo s'ɔtr'ezi ko na poxɔ soo ra pench'i k'a d'aja ngijeme k'a ne chuu dyaa, soo dya ra kjogɔ ma gi maa d'adyi kja nu ngungijeme ngek'o ra tsakji k'a d'aja dyepjad'ɔ k'a na joo pa nujio.

Nu otr'ɔ dyepjad'ɔ ri tsapɔ nu paa ma jo kjogɔ nu nrrumɔ, k'a na yeje ma sotɔ d'aja zana, ka ne jñii ma ra sotɔ d'aja kjɛɛ. Nrreze ku ya ri tsapɔ ma ra sotɔ tsicha kjɛɛ o na nrrunte. Kja yo ts'ikits'itr'ii na jotr'o ma gi kjapɔ tenxe yo dyepjad'ɔ yo xitsiji.



Soo ri tsaa pa dya ra kjogɥ yo xotr'ɥ ma:

- ◇ Ri jñɥ na joo yo sɔtr'ezi kja yo b'ɛpji ñeje yo tr'edyi kja nu ngosibi.
- ◇ Dya ri pjod'ɥ nrreje kja nu jomɥ o ri b'od'ɥ xilulu ñeje k'o dyaja.
- ◇ Ri pjorɥ yo ts'itr'ii ñeje yo ts'ita dya ra nzhod'ɥji ma tunɥji yo xito, tr'edyi o k'o xe dyaja sɔtr'ezi.
- ◇ Ri tsaa na joo ma gi kjotr'ɥ ngoxtr'i, b'enrrana ñeje yo ts'ijuarɥ.
- ◇ Ri dyɛtr'ɛ na joo yo ts'ikotr'ɥ nu jango kjogɥ nu nrreje ma dya k'omɥ.
- ◇ Dya ri jiezi yo ts'itr'ii, ts'ita ra nrreseji nu jango na jês'e.



Tenxe nu jango xotr'ɥ,
ri pech'e ko nrreje ñeje
xabo

Na joo ri para nujio

- Jangorgi ñññ nu kjogñ nrrumñ
- Jangorgi ts'arñ nu dyepjadñ
- Jangorgi b'øb'ñ nu ðpaja o nu paja
- Jangorgi tsarñ nu edyi paja
- Nujio ra mbes'i nu ts'ijuarñ yo otr'ñ ra mboxk'ñ



Nujio ts'ixorɔ jo mamaji ngeje yo jango ga tsapɔji yo otr'ɔ ra mboxk'ɔ, ngek'o ra nutr'k'ɔji nu jango jo sonk'ɔ ko mazi kjogɔ ma ga kjogɔ nu nrrumɔ, kja nu ngumɔ, kja b'ɛpji, kja ngunxorɔ, kja b'atr'ɔ, kja nrraɲii ɲeje k'o xe dyaja nujio ne'e k'a ra nuu d'adyi nu jok'ɔ ntee.

xoɲiji ra jits'iji k'o dyaja ts'ixorɔ " zoo dya ro kjogɔ ma ra sonk'ɔ inzero ma ga kjogɔ nrrumɔ ", nujio sotr'pɔ yo ri pârâ yo ba enje kja nu xiskuama yo otr'ɔ ra mboxk'ɔ.

Nujio ts'ixorx ro chûtr'pxji nujio na joo yo gi kjaa ngek'o ri pes'i na punkjx yo xitsiji pa ri pjos'x dya jextr'o nu kjogx nrrumx nrre ri pjos'x nu so'o ngijeme ma ne jiod'x, nujio ts'ixorx k'o sotr'px ne jiod'x pa ri meya ma:

- A** Ri ñxn nu kjogx nrrumx o ri dyætr'æ d'adyi d'aja ts'ingama.
- B** Ma ri tsapx d'aja dyepjad'x
- C** Ma ri b'æb'x nu ætr'eje o nu æpaja
- D** Jangorgi tsapx nu edyi paja
- E** Ri dyætr'æ d'aja ts'ijuarx nu otr'x ra mboxk'x



Jangorgi ññnñ nu kjogñ nrrumñ



Ma b'ɔb'ɔ yo pjeko kjogɔ d'adyi na joo ri ñɔnɔ d'adyi
nu kjogɔ nrrumɔ, ma ri tsaa na joo ri mbeñe nujio:



1
Ri ñɔnɔ ma dyaga joo nu
jango b'ɔb'ɔ.

2
Sidyi nu jango b'echi b'ɔntr'o
nu otr'ɔ ra mbos'ɔ.

3
Chunɔ o dyorɔ k'a ra nrrunɔji
nu jango soo ra nu'u nu jokɔ
ntee: kja yo ngungijeme.


4
Otr'ɔ ri pjos'ɔ, ri ñu'u jango ga
kja.





Yo jangorgi tsapɔ pa ri chunɔ nu kjogɔ nrrumɔ:

Ma xe tr'umbeñetr'o dya chɔd'ɔ a ñii, a dyizi o



1  Pench'b'i kja inximatr'â ngek'o je ra chɔjɔ kja nusk'e.

2  Nuts'k'e ñeje k'a xe d'aja ntee, dyɛtr'ɛbi k'a d'aja tr'unɔ.

3  Nuts'k'e ñeje k'a xe d'aja ntee ñnɔɔbi nu kjogɔ nrrumɔ ko d'aja tr'unɔ.



Nu xiskuama yo otr'ɔ ra mboxk'ɔji



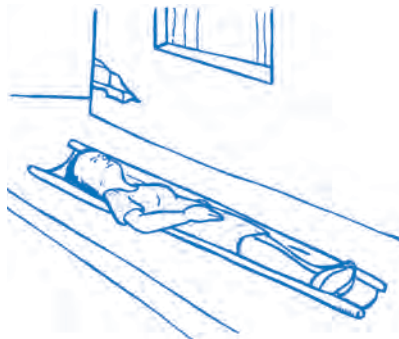
4

Ma dya kja **pate** o dya kja **maja**, dya tr'ich'i a ñii, a dyizi o **indyexɔtr'ɔ**, chûs'ɔ ko a xɔtr'ɔ ri pjos'ɔbi ko xe d'aja ntee.



5

Ma yeje yo ntee, k'a d'aja yo ko inmañe ra nrrusb'ɔ nu inzero nu k'a d'aja ra nrrusb'ɔ a nga'a.



Nunu jo kjogɔ nrrumɔ jo tr'ichi a ñi'i, a dyizi o **indyexɔtr'ɔ** ri ts'os'ɔ kja nu ts'ingama, ri pjorɔ na joo nu ntee ma ri ñɔnɔ.

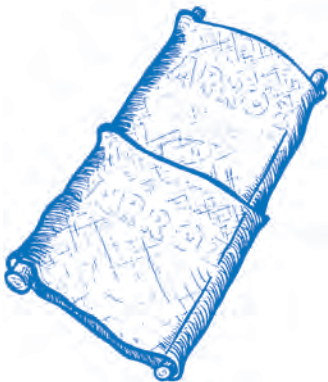
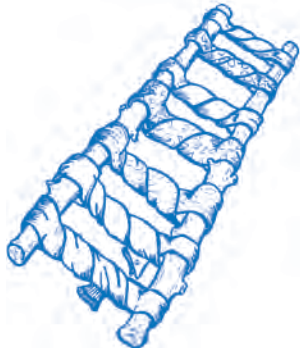
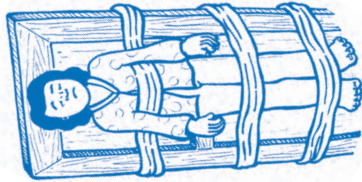


Pa ri tsos'x kja nu ts'ingama nu kjog nrrum xipji ra mboxk'x k'o dyaja ntee ya ro tsa'aji nujio:

1. Anangarx nu kjog nrrum, ra nrrñijomx k'o jñii ntee ngek'o ra ngos'x kja inñijmôji.
2. K'a ra otr'x, ra ngøs'x kja inmadye a ñi'i o a dyizi ngek'o dya ra mbeje nu k'a d'aja inmadye kja xatr'x o kja injiojo. K'a na yeje ra ngos'x inmadye kja inximetr'a k'a d'aja inmadye ra pench'bi kja ints'xtr'ñnge. K'a ne jñii, kos'x k'a d'aja inmadye a jomx kja inñijmô , nu k'a d'aja, kja yo inb'ola.
3. D'atr'orga b'øb'xji nziga jñi'iji ya ro ngos'xji na joo kja nu ts'ingama, ra jixtr'xji na joo ngek'o dya ra ñññ o ra nrrogx.



Jangorgi dyatr'ɔ d'adyi k'a d'aja ts'ingama:



1

Ko d'aja nrraxiche k'a na nojo

Ri pjotr'pɔ na joo a ñii ngek'o dya ra ñomɔ, nu jo kjogɔ nrrumɔ dya ra ñɔnɔ o ra nrrogɔ. Ma ga kjanu soo ri jiɔtr'ɔ ko d'aja b'itu, mbɔt'rɔ o ts'intr'ɔmɔ. Dya ri jiɔtr'ɔ ko nu tr'ezi tr'ɔmɔ ri pos'ɔ inzero ko b'itu.

2

Ko pajna k'a yo na nɔxɔ

Ri jñɔ'ɔ k'o yeje maaza k'o na zezhi tenxe yo pajna k'o ne jiod'ɔ ngek'o ra soo na joo nu jango ra kos'ɔji nu kjogɔ nrrumɔ ri tsâsb'â nu inmadye nu pajna a nangarɔ ya ri tsos'ɔ yo maza.

3

Ko yo mape

Nujio mape chotrb'ɔ k'o yeje kja inñɔnɔ ya ri pjotɔ yo maza



4

Ko nrraxidyo o yo b'itu yo xis'i kja ngama

Ri xijmi ka d'aja nrraxidyo o
b'itu kja jomʷ ya ri chotr'ʷ
k'o jñii k'o nrrre ri chetr'jui

5

Nu ts'ingama k'a peje

Pa ri dyætr'æ ne jiod'ʷ k'a
d'aja maza k'a na zezhi, k'a
d'aja b'itu o nrraxidyo kja na
yeje ts'intr'ʷjmʷ o tr'ʷjmʷ. Ri
jiætr'ʷ a ñũñũ kja nu b'itu o nu
nrraxidyo ko yo ts'intr'ʷjmʷ
ñu'u na joo ngek'o dya ra
k'otr'ʷ nrrzek'u ya ri jiætr'ʷ
kja nu zaa.





Nu jangorgi tsapʉ nu dyepjad'ʉ





Ri pârâ jangorgi tsapɔ nu dyepjad'ɔ dya ngeje nu otr'ɔ ra mboxk'ɔ, nunu ne jiod'ɔ kja yo na punkjɔ ntee, mazi ma dya b'echi b'ɔb'ɔtr'o nu ngungijeme.


Ma dyab'e gi kjarɔ yo nrre naño dyepjad'ɔ:

- ❑ Ñu'u kja nu xiskuama k'a dyak'ɔ nu jokɔ ntee ma ngeje inchju'u nu jñeche k'a ba enje.
- ❑ Ñu'u kjo dyab'e kjogɔ impaa nu jñeche ñeje jagorga kja na punkjɔ k'a ra tsapɔ dyepjad'ɔ.
- ❑ Dyonɔ nu ntee k'a ra tsapɔji dyepjad'ɔ kjo dya ga joo ga tsapɔtr'o nu ñeche. Ma ra nrrɔrɔ jaa dya ri tsapɔ
- ❑ Ri jñɔ'ɔ nu dyepjad'ɔ k'a soo ri pezi ngek'o **dya ra muk'ɔ** yo ngijeme k'o nziga kja **hepatitis ñeje SIDA**




Nujio xits'i jangorgi tsapʉ yo dyepjad'ʉ:




1 

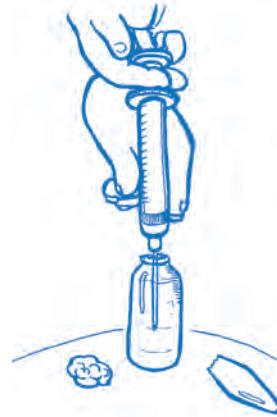
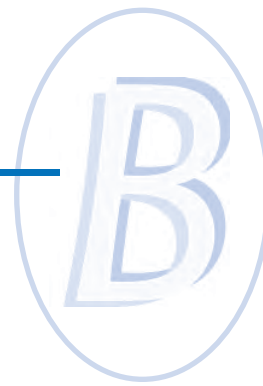
Ri xiñe na joo ko nrreje ñeje ko xabo. Ma gi nee xisb'i nu paré.

2 

Ri pech'b'e na joo a ñii o a dyizi nu xito ko nu ts'ixidyó, ri popjʉ ko nu paré.

3 

Ri u'atr'ʉ nu xito k'a poo ñeche nu dyizi. Ri tsâja k'a d'aja b'itu k'a na jiaja ngek'o dya ri dyok'ʉ yo inñidye.



Ma nee ri chutr'pɔ :



4

Xɔtr'ɔ nu jango ba enje nu dyepjad'ɔ. dya ri pench'i nu dyepjad'ɔ dya ri xisb'i nu paré, pântrâ nu dyepjad'ɔ kja nu ñeche k'a ri tsapɔ. Nu dyepjad'ɔ dya ra chebi a ñɔnɔ kja nu xito k'a po'o ñeche.

1

Xich'i nu ñeche kja nu dyepjad'ɔ.

2

Kja nu xito nu jango ki'i nu xi-jomɔ ñeche, xos'ɔ nu tr'ézi k'a ne k'omɔ ko inñidye o ko nu ne nrromɔ tr'edyi ya ri chîts'pi nu ne k'omɔ ko nu ts'ixidyo k'a ne mb'opjɔ ko paré.



3

Nu jñeche k'a po'o kja nu dyepjad'x xich'i kja nu xito, ts'otr'x nu dyepjad'x ya ri juâtr'a nu xito ngek'o ra chjanaji na joo tenxe.

4

Pjotx na yeje nu dyepjad'x kja nu xito, ri nichi k'o jango ga kjaa k'o xits'i nu jokx ntee.

5

Tsxs'x ko nu boto jangorga kjaa k'o ri tsapx nu dyepjad'x.



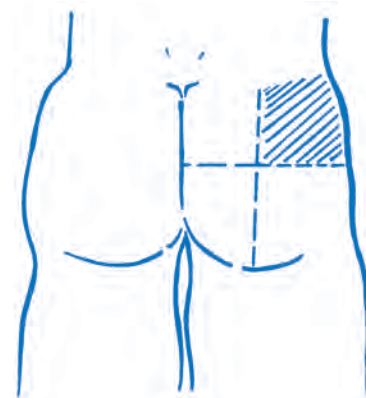
6

Ma ya ni tsɔs'ɔ tenxe nu ñeche ri ñasb'ɔ nu dyepjad'ɔ ga maa a jens'e ri pɔrɔ k'a ts'ike ko inñidye ngek'o ra ngins'i yo b'ɔb'ɔ nrrama.



7

Chɔtɔ nu boto ga maa a jens'e ngek'o ra pjongɔ nu nrrama. Ma ra mbedye k'a ts'ike nu jñeche kja nu dyepjad'ɔ dya kja ñets'e kjo xe b'ɔb'ɔ nrrama soo ri tsapɔ dyepjad'ɔ nu ntee.



8

Pa ri tsapɔ dyepjad'ɔ kja inch'ɔnɔ na joo ri pârâ jangeko, ma xôgɔ nziyo, nu jango ri tsapɔ nu dyepjad'ɔ ngeje nu b'ɔb'ɔ a xoñiji ñeje ga maa a tr'jii.



9

Ri chîts'i na joo nu jango ri tsapx nu dyepjad'x ko nu ts'ixidyó ri popjx ko nu paré.



10

Ri pjotx nu dyepjad'x na joo, ma juanch'argi tsapx soo ra xgx nu tsxtr'ñxngé kja inch'xnx soo ra k'anga.

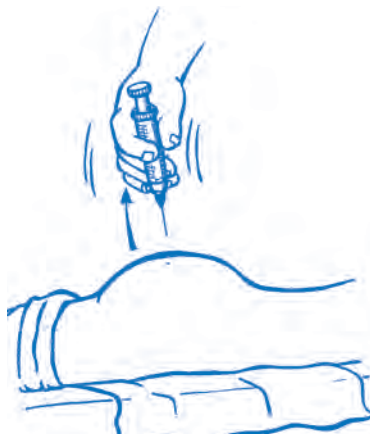


11

Ma ya ne mboo nu dyepjad'x ts'xtr'x k'a ts'ike nu boto ga maa a tr'jii ngek'o ra janrraji kjo dya kich'i kjii kja nu dyepjad'x. ma ngich'i nu kjii pjongx nu dyepjad'x ya nrro ri tsapxtr'o na yeje k'a nangarx k'a b'echi b'xnr'o.



Ma dya ngich'i nu kjii,
pench'i nu dyepjad'ɔ ko
nu d'aja inñe'e ya ri s'ich'i
ko intr'atañidye nu boto
ngek'o ri tsapɔ nu dyepjad'ɔ,
juanch'argi tsapɔ.



12

Ma ri kjuarɔ ri tsapɔ nu
dyepjad'ɔ, ri tsɔkɔ d'adyi.

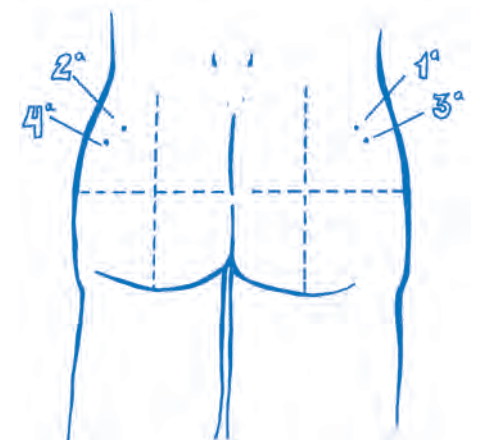


Ma ya na kjarɔ nu dyepjad'ɔ
, nu ntee dya soo ra tsos'ɔ
injñɔ o soo k'a ya mb'ama
a nzijñi dya kja gi kjarɔ nu
dyepjad'ɔ jiod'ɔ ra mboxk'ɔ
d'adyi nu jokɔ ntee.



13

Dya gi kjenbe jextr'o k'a ri
chjits'pi ko nu ts'ixidyo k'a na
k'aa ko nu paré, nu tsipotr'x
nu kjii k'a soo ra ngeme nu
jango gi tsapx nu dyepjad'x.



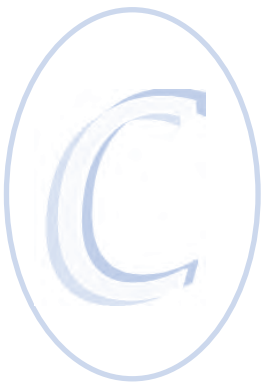
14

Ma ri tsapx na punkjx
dyepjad'x, dya gi kjarx tenxe
kja inch'xnx, d'aja, d'ajargi
tsapx.



**Jangorgi b'øb'ɯ
nu ɯpaɟa o paɟa**





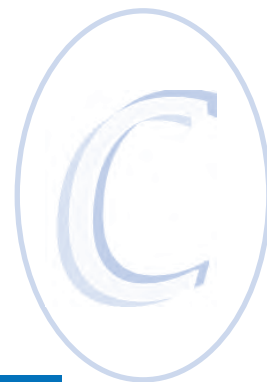
Ma ri mamaji ma pes'i ɔpaja k'a d'aja ntee, paja o jɛs'ɛ paja, ngeje ma mazi na paa inzero, nujio ne'e ra mama ya tsopk'ɔ k'a pes'i 37° k'o edyi paja.

Nu paja, ngeje ma ñets'e k'a d'aja ntee ma pes'i nu ngijeme o s'omb'ɔ kja inzero, exi ñets'etr'o kja inzero ma mazi ga jiɛs'ɛ na punkjɔ paja, ma ga kjanu soo ri b'ɔb'ɔ d'adyi.

Ngeje ma:

- ▣ Na ɔ'ɔ inñi'i ñeje inzero.
- ▣ Ya kjuatɔ
- ▣ Me jɛb'ɛ nrreje
- ▣ Me soo see
- ▣ Me s'iñitr'o
- ▣ Ma ngeje ts'imbane, dyaptr'o k'a ue'e





Pa ri b'øb'ʉ nu paja:



1

Ts'otr'b'ʉ yo inb'itu k'o na pizhi, ma iyo ts'otr'b'ʉ tenxe dya ri jiezi ra pjatr'ʉ nrrama.



2

Dya gi unʉ yo jñeche ma dya mama nu jokʉ ntee, ma me jʌs'ʌ na punkjʉ paja ri unʉ nu jñeche acetaminofén yo ts'itr'i o aspirina yo tr'ante.



3

Ma ngeje nu **ts'itr'i** ri xatɔ ko nrreje k'a dyanrrarga paa ko d'aja xitr'ezi k'a poo nrreje, ri pjongɔ kja nu nrreje ma gi pârâ dya kja ga paa ñu'u nu ts'itr'i ko nu edyi paja kjo ya d'agɔ k'o 38° edyi paja, ma dya ga kjanu, mazi xe ri xatɔtr'o ñeje nrre so'otr'o ri tsâsb'â b'itu k'a na k'aa ko nrreje k'a dyanrrarga jotr'ɔ a nzhê'ê ñeje a mb'eme. Nu **tr'ante** nrre soo ri xatɔ ko nrreje k'a dyanrrarga paa ngek'o ri b'ɔb'ɔ nu ɔpaja.

4

Nziga yeje yo mama a nrrɔb'ɔ ri unɔ ra zi'ibi na punkjɔ nrreje.



5

Ri dyotʉ ra mboxk'ʉ nu ætr'æ ntee ngek'o ra mbârâ pjeko ne mb'ʉrʉ nu paja ngek'o ra soo ra jokʉ.



6

Dya gi kjomʉ ko nrraxidy o nu ntee so ri so'o na see, ma iyo soo ra jñus'ʉ nu paja. Ma me jæs'æ na punkjʉ paja soo ra zo'o mb'inzero yo ts'itr'i. Ma ra zo'o mb'inzero nu ts'itr'i ñeme nu jango dya pje ra tsaa ngek'o dya jango ra mbæra ñeje ra s'omb'ʉ inzero. Dya ri pench'i ni ri b'øb'ʉ a nziñi k'o pedye a nee, ma ga kjanu dya ra mezhe ra kjogʉ. Ri jiod'ʉ ra mboxk'ʉ d'adyi nu ætr'æ ntee.



**Nu jangorgi ñuu
nu empaja**





Na joo ri pes'i nu empaja k'a soo ri dyedyi nu paja ñeje ma mazi gi siji ts'itr'i o ts'ixutr'i k'o kja seb'i.

B'ub'ux k'o jñi'i k'o nrre naño empaja: nu empaja k'a pjotr'k'uxi a jomux kja intsiñi, nu edyetr'uxnux ngeje nu pjotr'k'uxi kja indyetr'uxnux ñeje nu inkalux nu pjotr'k'uxi a jomux kja inkalux, nujio yeje yo otr'ux mazi edyi na joo ngeje yo mazi kjaipi yo.

Pa ri dyedyi nu paja ri tsaa nujio:



1 Ri pech'e ko nrreje ñeje ko xabo nu a ñi'i nu empaja, soo ri tsâjâ nu ts'ixidyo ko nu paré.

2 Ri ñanrra na joo nu ts'iedyi k'a me k'axtr'uxtr'o k'a b'ub'ux a mboo nu empaja.



3

Ri juâtr'â na joo nu empaja
ngek'o ra d'agx nu tsidyaxx nu
na k'attr'x, ra ngeme a jomx
nu pezhe 35.



4

Ri pjotx nu empaja, ri jiets'pi
a ñi'i nu na k'axtr'x a mboo
kja inkax, a jomx a nziñi o k'a
d'aja ts'iedyi k'a ra mbo'o kja
indyetr'xn, ma ne jiod'x.



5

Ri ts'us'x nu empaja ma ya ne
kjogx k'o jñi'i ts'iedyi.



6

Ñu'u pjeko ma pezhe jo zaxtr'x
nu empaja k'a na k'axtr'x ma
ga kjanu ngeje nu paja k'a
pes'i nu ntee.

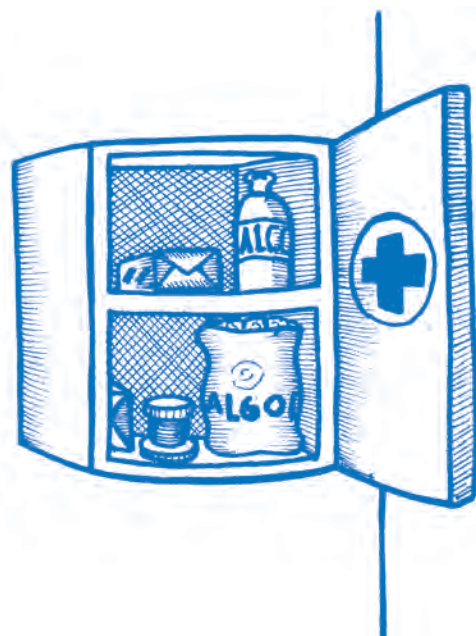


7

Ri ch'itsi na yeje nu inempaja
ko nrreje ñeje ko xabo, ri
juatr'a ya ri pes'i.



Pjeko ri pes'i kja
nu tsijuaru nu
otr'u ra
mboxk'u.





Nziga d'aja yo inb'edyi na joo ra mb'es'i
k'a d'aja ts'ijuaru nu otr'u ra mboxk'u, ko
yo jñeche ñeje yo dyaja yo ne jiod'u yo ra
pezheji a xoñiji.

Paré

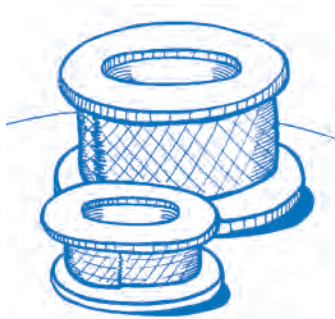


D'aja xito k'a edyi d'aja nziyo
xalo nu paré.

20 Ts'utrb'itu



20 Ts'utrb'itu k'o ba enje kja
tsimbuxa k'o k'otr'u o b'itu k'o
na jiaja ñeje yo kjembeji.



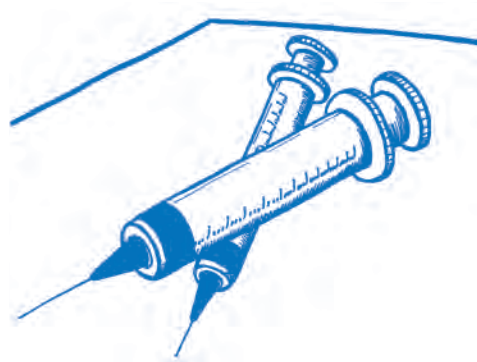
2 Pansb'itu pech'b'itu k'o pes'i
5 ñeje k'o 2.5 ts'iedyi k'a na
mbætr'æ.



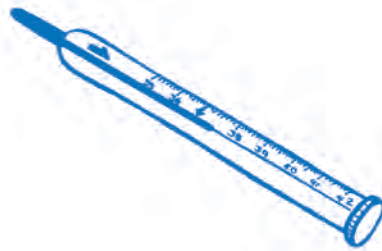
D'aja ñâxâ k'a na jiaja, k'a dya
potr'ũ o yo ts'itr'edyi ko yo
ne dyetr'eji intsæd'ũ k'o kja
d'adyo.



3 Ts'ætr'b'itu k'o nrre naño
na bætr'æ, k'o pes'i 5, 10, y 15
ts'iedyi.



2 Dyepjad'u k'o peziji, d'aja k'a
po'o 3 ñeje k'o dyaja k'o poo 5
ts'ikits'iedyi.



D'aja empaja.

Ts ixidyo



D'aja ts'ikits'imbuxa nu
ts'ixidyo.

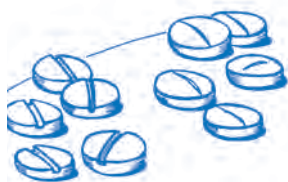


D'aja ôxteje k'a na joo pa nu tr'ata mbamexe, ma b'ũb'ũ nu jango gi kârâji. Nu ôxteje k'a na joo pa yo k'ijmi k'o d'ange jãã nu jango gi b'ũb'ũ ñeje yo na joo pa ma ga sak'ũ k'o xe dyaja k'ijmi.

Xabo k'a dya yũd'ũ



D'aja xabo k'a dya yũd'ũ.



Yo jñeche:

5 Tsimb'axiskuama yo ñeche pa yo tr'ante. (aspirina)
5 Tsimb'axiskuama yo ne b'øb'ũji paja yo ts'itr'i. (tempra).

Nujio xits'iji ri tsaa pa ri pes'i na joo int'sijuaru:

- ◇ Ri pes'i nziga d'aja yo ne jionk'u kja ts'utr'mbuxa na jorga k'otr'u ngek'o dya ra poxku o ra mutuji.
- ◇ Dyus'u yo jñeche nu jango dya ra pjatr'u e jiaru ñeje dya ra xagu.
- ◇ Dach'ko ri pes'i tenxe yo ne jionk'u (tsijuaru o mbuxa)
- ◇ Pes'i na joo ngek'o dya ra ngich'i yo uii nziga kja ngôô , ñeje k'o xe dyaja.
- ◇ Dyus'u nu jango dya ra zas'x yo ts'itr'i.
- ◇ Ma ga trjezeji, ri tu'u d'adyi k'o dyaja .
- ◇ Ñu'u ma dyab'e kjogu impaa tenxe yo jñeche ñeje yo ôxteje ma dyab'e ri tsaa.



Nu ts'izopjũ:

Ya ro kjuarũji nu xiskuama, ri pâârâji na joo nujio ba enje ñeje jangoga tee tenxe yo ts'ixorũ k'o chunũji, nutsk'e gi pâârâge dya tenxe jango ga kjaargi tsapũ nu otr'ũ ri tsaa ñeje jangorgi ñu'u yo ne jiod'ũ ri pjos'ũ.

Ra mbeñeji k'o tenxe yo inxi'i nu xiskuama, na joo ga ña'a yo xits'i jangorgi otr'ũ pjos'ũ nu jo kjogũ nrrumũ, ya gi mbeñe yo na joo pa ri pjos'ũ d'adyi ma pjeko ra kjogũ.

Nzi ga kjaa k'o ro mamaji ma jo mb'ũrũ dya tenxe yo ntee soo ra tsaa, nu ma gi pâârâ ngeje yo ne jiod'ũ pa ri tsaa na joo pa k'o ri pjos'ũ ma ga kjogũ d'adyi yo nrrumũ ma dya gi pâârâ, nujio dya ra mama jingo ra kjogũ yo, k'o ra zũrũ ra kjogũ dya ra mama jangek'o.

Nuts'kome ri tenk'ome ko nu xiskuama soo ra mb'oxk'ũji ri xits'iji xe ri meyaji, ri moji kja injñiñiji ma b'ũb'ũ yo xopuntee k'o jizhiji o ri zopjũ k'o xe dyaja xiskuama.

Mbeñe na joo soo ri tsaa nujio kja nu ngunxorũ o ko inbedyiji. Dya ri jiombeñeji ri tsaji nu ts'ijuarũ nu otr'ũ ra mboxk'ũji, ma b'ũb'ũ nu kjogũ d'adyi, nutsk'e soo ri pes'i tenxe nujio jñech'e k'o soo ri pjos'ũ inbedyiji o k'o xe dyaja ntee k'o ne jiod'ũ.

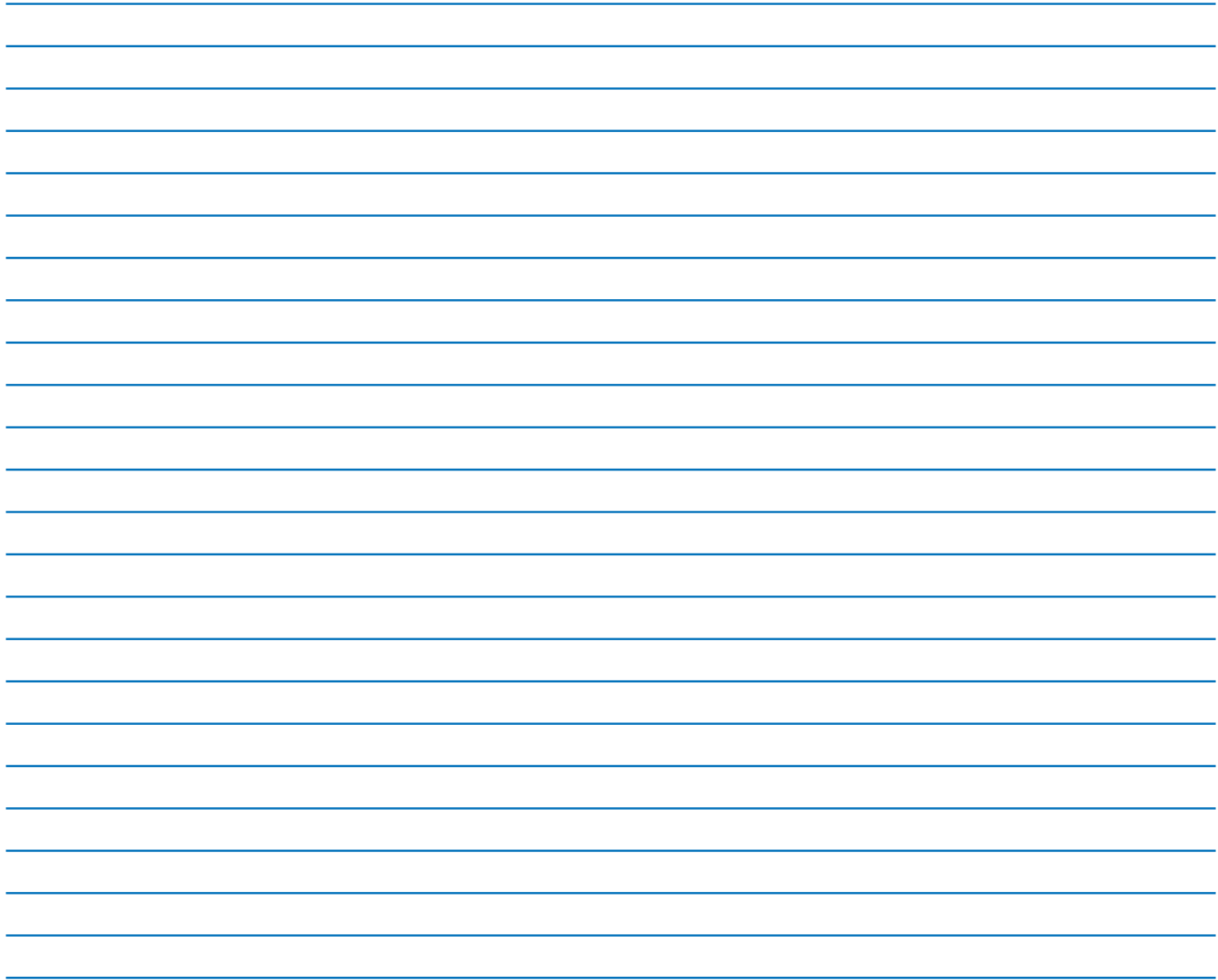
Nuts'kome ri xitsiji xe ri zopjũji ñeje xe ri meyaji ko yo xiskuama k'o unũ nu tr'angumũ INEApá re pâârâ tenxe nujio ya ro mamaji.

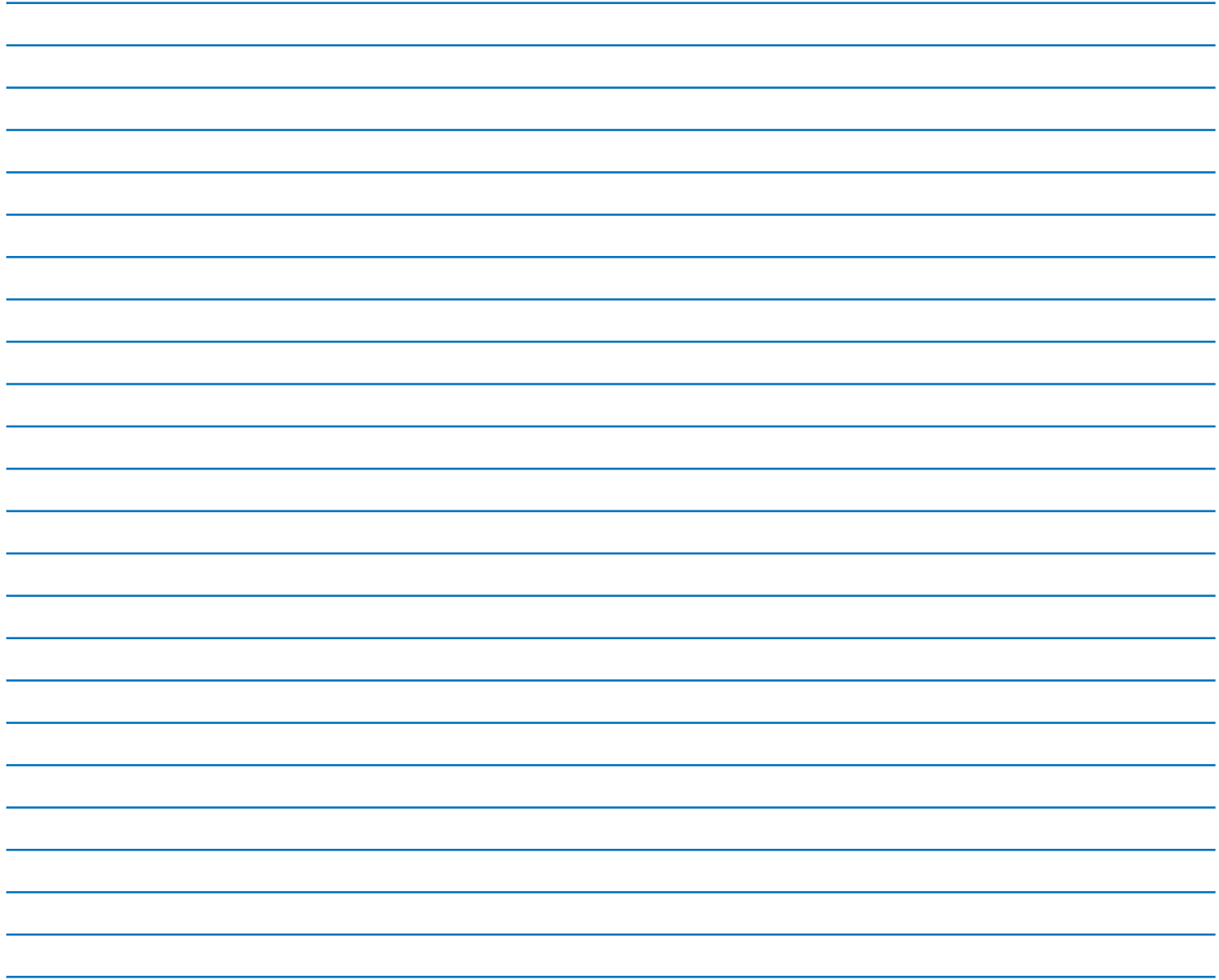
Bibliografía

- 1) Donde no hay doctor. Una guía para los campesinos que
..... viven lejos de los centros médicos. David Werner y cols.
Ed. Pax México, Edición actualizada 1995.
- 2) Guía de primeros auxilios. Secretaría de Salud/Dirección Ge-
neral de Fomento a la Salud, Consejo Nacional de Fomento
..... Educativo. México, Impresora y Encuadernadora Progreso,
1997.
- 3) Manual de salud familiar y primeros auxilios. Instituto Na-
..... cional para la Educación de los Adultos, Dirección de Edu-
cación Comunitaria, México 1989.
- 4) Nuestra familia. Instituto Nacional para la Educación de los
Adultos, México 1994.
- 5) Primeros auxilios. Atención de casos urgentes. Instituto
Nacional para la Educación de los Adultos, Subdirección de
Promoción Cultural en el Medio Rural. Colección Cántaro.
Editorial Árbol, 4ª. reimpresión, México 1992.











DISTRIBUCIÓN GRATUITA

mazahua • jñatio • jñatr'jo • mazahua • jñatio • jñatr'jo • mazahua