

**UNIVERSIDAD DE CIENCIAS Y ARTES DE
CHIAPAS**

**CENTRO DE ESTUDIOS SUPERIORES
DE MÉXICO Y CENTROAMÉRICA**

T E S I S

**TRAYECTORIAS FORMATIVAS HACIA
EL PAS LEKIL KUXLEJAL DE MUJERES
INTEGRANTES DEL CENTRO
COMUNITARIO AT'EL ANTSETIK, EN
SAN CRISTÓBAL DE LAS CASAS,
CHIAPAS**

**QUE PARA OBTENER EL GRADO DE
MAESTRÍA EN
ESTUDIOS E INTERVENCIÓN
FEMINISTAS**

**PRESENTA:
LUCÍA HERNÁNDEZ VÁZQUEZ**

**DIRECCIÓN
DRA. MARCELA FERNÁNDEZ
CAMACHO**

San Cristóbal de Las Casas, Chiapas a 29 de mayo del 2024

Agradecimientos

Agradecer a las y los dioses por darme la existencia en este universo.

A las personas que han sido parte esencial del camino a esta tesis, quienes me han acompañado, expreso mi gratitud por su apoyo incondicional.

Agradecer el Centro Comunitario At'el Antsetik, que me enseñó que la colectividad es la manera de construir un *lekil kuxlejal*, enseñanza que mi corazón fortaleció.

A Coni López, por su fuerza femenina, lucidez y sabios consejos en momentos de confusión, por acompañarme en los momentos de aprendizaje, que me enseñó el camino de la colectividad y a dejar la semilla, que ahora me toca cuidar y florecer.

A las mujeres, por supuesto, quienes fueron esenciales en esta investigación: a Mari por ser cómplice y compañera aventurera; a Doña Agustina, Doña Lucy y Aure, por abrirme su corazón.

A todas las personas voluntarias y a quienes llegaron a dar su servicio social, gracias infinitas por sumar sus esfuerzos para el trabajo común con sus enseñanzas compartidas.

A la Dra. Marce, por el aliento permanente, por sus certeros comentarios y generosas reflexiones sobre el Buen Vivir, por su amistad y porque sin su apoyo nada de esto hubiera sido posible.

Y a mis dos lectoras Dra. Mónica y Dra. Rosalba por sus comentarios valiosos que me ayudaron a nutrir mi investigación.

A mi madre y mis hermanas, por creer siempre en mí y por impulsarme en el aprendizaje permanente de la vida, por los cuidados y el aliento para hacer posibles mis sueños.

A CESMECA-UNICACH por la beca otorgada de CONACYT que me permitió continuar mis estudios y así profundizar mi sabiduría.

Gracias a la vida. Me considero una persona afortunada rodeada de amistades, las que me acompañaron en momentos altibajos y con sus palabras me motivaron a fortalecerme y a hacer un pequeño, que ha sido a la vez, un gran cambio en mi vida.

Índice de Contenido

Introducción	5
Situarme desde un posicionamiento político	5
Capítulo 1. Planteamiento del problema	11
1.1 El contexto social, económico y cultural de Chiapas	13
1.2 Nuestro territorio	17
1.3 El Centro Comunitario At'el Antsetik	18
1.4 Justificación	23
Capítulo 2.....	24
2.1 Debates teóricos sobre el Buen Vivir. Estado de la cuestión	24
2.1.2 <i>Lekil Kuxlejal</i> con el énfasis en la participación política de los pueblos originarios, para el Bien común.....	25
2.1.2 <i>Lekil Kuxlejal</i> con énfasis en la agroecología y la soberanía alimentaria	33
2.1.3 <i>Lekil Kuxlejal</i> con el énfasis de la economía solidaria	38
2.2 Marco Teórico: Hacia una mirada feminista del Buen Vivir.....	43
2.2.1 Crítica al desarrollo	46
2.3 Como crítica a la violencia contras las mujeres: <i>Lekil kuxlejal, ta slo'iltal ti oy ilbajinel li stojol antsetik</i> ..	49
2.3.1 Concepción cosmogónica comunitaria desde el Cuerpo y territorio	50
Capítulo 3. Metodología e intervención	55
3.1 Partir de mi experiencia como mujer maya tsotsil y migrante a la ciudad	55
3.2 Perspectiva metodológica: La experiencia y trayectorias formativas.....	56
3.3 Técnicas de investigación	60
3.5 Sistematización de información	62
Capítulo 4. Análisis sobre las trayectorias formativas de mujeres integrantes del Centro comunitario:..	64
4.1 Mu'yuk slekil Kuxlejal- No hay buen vivir. Salir del lugar de origen; por carencia, violencia familiar y comunitaria	65
4.2 Llegar a la ciudad desafiamos el racismo y la discriminación.....	72
4.3 Lo que rescato de la comunidad: La conexión con la naturaleza, alimentación y formas de sanarnos	76
4.4 Habitar la ciudad, desde cuerpo territorio y en colectivo- <i>Pasel Lekil Kuxlejaltik ti komon</i>	79
4.5 El buen vivir es vivir libre de violencia y es respeto a nuestro derecho humano	88
4.6 Buen vivir es no perder mis propios alimentos y mi forma de curarme.....	90
4.7 Buen vivir: Ahí nos escuchábamos entre todas.....	97
4.8 Propuesta del Buen vivir	101
4.9 La construcción colectiva	105

Consideraciones finales.....	107
Bibliografía.....	110
Anexos	117

jchi'iltatik, antsetik, vineketik, keremotik, tsebetik, jtotik moletik ayavaik.

Vo'one jk'an chakalbeik chi'iltak, lekil k'opetik ta ko'ntone.

Vo'otik ja bats'i ants vineketik ti jlumaltik

O'otik ja' snich'on jch'ulmetik balamil

O'otitik ja snichon jyultotik k'ak'ale

O'okutik snichimal sk'emojel li i'ke

Xchi'uk xnichimal vo' ta vitsetik.

A' ech' jchi'iltatik avojalanik,

Avokolkutik kich' jvatik ta muk'

Skoltal juxlejaltik ta jlumaltik.

----- O -----

Compañerxs, mujeres, hombres, jóvenes, abuelos, escuchen.

Yo quiero decirles a todos, las palabras bonitas que sale en mi corazón.

Nosotros somos hombres verdaderos en nuestro pueblo.

Somos el hijo de la luna, somos el hijo del sol.

Somos el canto del aire

Y también como el sagrado lluvia en los cerros.

Así que suplico y les pido de favor que nos respetemos. ¹

¹ Sak- Tzevul, una sola flor.

Introducción

Esta tesis se interesó profundizar y sistematizar el proceso colectivo del Centro comunitario At'el Antsetik Pas Lekil Kuxlejal (Mujeres trabajadoras y hacedoras del Buen vivir) es una propuesta alternativa que nace en los pueblos originarios de Abya Yala, se extiende al pensamiento crítico en latinoamericano para superar los retos que enfrenta la humanidad, con múltiples crisis de carácter sistémico, y con problemas persistentes como la pobreza, la desigualdad y la creciente destrucción de los recursos. Por ello, At'el se creó el espacio colectivo como una alternativa de vida para la construcción del Buen vivir para las mujeres y su familia en la zona periferias de la ciudad, inculcando prácticas y saberes comunitarias.

Por lo anterior es aportar una comprensión más amplia posible el buen vivir sobre sus raíces filosóficas desde una perspectiva feminista comunitaria.

En esta investigación se organizó en cuatro capítulos. En primer capítulo, empecé a situarme ya que me ha permitido visibilizar y cuestionar las violencias junto con las mujeres quienes se incorporaron al Centro comunitario desde las trayectorias formativas. Y el segundo capítulo se constituye en la base analítica de los debates teóricos sobre el Buen vivir con el énfasis en la participación política de los pueblos originarios, el tercer capítulo incorporo la metodología e intervención, a partir de lo personal y colectivo con base la construcción del Buen vivir y, por último, el cuarto capítulo se analizó y se sistematizó las trayectorias formativas de mujeres integrantes del Centro comunitario.

Situarme desde un posicionamiento político

O'om²- Soy hija de una mujer maya tsotsil, así que mi lengua materna es tsotsil, Nací en los Altos de Chiapas, municipio de Huixtán, en la localidad Lázaro Cardenal Chilil (Chilil se llama así “por los cantos de los grillos”, que en tsotsil se nombran *chilchil*). Soy la hija penúltima de ocho hijos (aparte de cuatro que fallecieron de pequeños). De los ocho, cinco varones nacieron primero y las tres mujeres nacimos al final. En el 2013 perdimos a mi hermano mayor y en el 2015 a mi padre, no fue nada fácil el proceso de duelo, siendo la más es a mi madre. Soy tía de trece sobrinxs: dos varones solamente, las demás son niñas.

² Soy, en primera persona.

En mi familia, a pesar de que mis hermanos tuvieron más apoyo por parte de mi padre, no quisieron terminar un estudio. Soy la única hasta hoy que logré terminar una licenciatura (mi hermana pequeña está por terminar también su carrera). Para mí ese logro ha sido muy importante. Aunque al principio mi padre no confiaba, cuando me vio que estaba a punto de terminar reconoció que las mujeres podemos. Aunque nunca les pedí que me apoyaran económicamente, cuando mi padre tenía, me apoyaba en algo. Y sus palabras fueron las que me impulsaron, ellas fueron muestra de amor con sus consejos que me guiaban en mi camino.

Yo vine a la ciudad, a los 12 años, para estudiar la secundaria. En ese entonces yo pensaba, desde mi inocencia, que la ciudad significaba “vivir mejor” pero nunca pensé en lo que significaría estar en la ciudad al no saber, menos dominar, el español, hasta que entré a trabajar como empleada. Al entrar en el mundo de intimidad, de vida privada, de los mestizos, es donde vi y sentí que la forma de vida es diferente a lo que estaba acostumbrada: de venir de un espacio amplio a estar entre cuatro paredes, hasta los malos tratos que recibía, la exclusión por el racismo. A ellos lo que les interesaba era que dejara impecable la casa y que tuviera lista la comida, que cumpliera con las labores ordenadas por ellos. Por esas injusticias, pude abrir mis ojos.

Siendo mujer maya tsotsil, el camino como estudiante no ha sido fácil, ahora puedo dejarlo escrito en este documento. Como las niñas que se sientan en el rincón dentro del aula, yo fui ese tipo de niña, por miedo al rechazo cuando usaba la voz. Fui de las que no conversan, o lo hacen sólo cuando el maestro exige.

En el salón me sentía rara porque nadie hablaba como yo, todos eran diferentes a mí y se entendían entre ellos. Ellos (as) participaban en las clases, o'on yo a los maestros (as) no les entendía la mayoría de las veces.

Cuando me pedían mi participación decía *no sé* en castellano, porque no sabía cómo entablar una conversación en español, porque, aunque supiera la respuesta, tenía miedo de equivocarme y que se burlaran. Siempre que decía una palabra, mis compañeros (as) siempre volteaban a verme para ver cómo hablaba y cuando mezclaba las palabras con mi tsotsil se reían.

Yo sí quería estar en la escuela, aunque no entendía del todo por todo lo que implica ser mujer indígena, en un medio en el que quienes nos nombraron, nos naturalizaron como ignorantes y nos dijeron que sólo servíamos para ser amas de casa y producir.

Entonces, cuando mis compañeras de la escuela me preguntaban de dónde era, en ese tiempo no decía de que paraje venía. Yo decía jugando “ni de aquí ni de allá”, porque no encajaba en esa vida, donde sentía y siento aun la violencia, la exclusión del racismo, ahora que ya lo nombro.

Li ti jnopinan ti k'uyun ti tsots ti ts'ibaele a' ti mu'yuk la jchantalel sbik'itale k'alal li och' ti chanel un a' no'ox la jyak chanubtaselun sk'oponel xchi'uk ts'ibael ti kaxlan k'ope, a' ech' mu'yuk buoy la jchan ts'ibael jbats'ikope. Ta na' to a' ti jk'an xlek'un batel ku'un yu'un lek' xcholbil xchi'uk lek' chapanel batel ti lo'ile yu'un oy ep k'usitik nael, ak'el komel choel li lekil lo'iletik yu'un ti jtatamol jmembeltike.

Estoy analizando el por qué se me dificulta escribir, talvez porque en mi niñez en la escuela me enseñaron a leer y a escribir en el español sin que antes nos enseñaran nuestra lengua. Ahora quiero que vaya caminando mi escritura en las dos lenguas, porque hay mucho que aprender de los conocimientos ancestrales.

En la prepa, con mis compañeras, sentí que encontré refugio, aunque no expresaba mucho mis sentires. Era estar en un espacio donde podíamos conversar y reír, porque estando en el trabajo no había con quién hablar ni quien te preguntara cómo estabas.

Aposté por la escuela para que me diera herramientas para confrontar la realidad porque, desde que estaba en la comunidad, siempre preguntaba por qué las mujeres sufrimos más, sobre todo mi madre y otras mujeres que sufrían y las que, aun en la actualidad, reciben maltrato de sus parejas. Todas ellas que, al final, resuelven las situaciones económicas y familiares.

Entonces decía que tenía que salir de la comunidad para buscar “una vida mejor” para trabajar y apoyar a mi madre en lo que se pudiera, ser independiente para no pasar por esa situación de dependencia económica de un hombre, porque eso trae consecuencias violentas.

Para salir de esta situación, creía yo que una tiene que salir de su lugar de origen, por eso les decía a mis padres que quería ir a la ciudad para seguir estudiando y que no se preocuparan por los gastos, que yo iba a trabajar. Sabía que era mejor seguir estudiando. Mi padre me decía: *jam a' sat k'elo ti balamil, sao' a' kuxdejal a' tuk' abu'un* (abre tus ojos para ver el mundo, busca tu bienestar para ti). En ese momento, no sabía a qué se refería mi padre, después fui comprendiendo. Se refería a abrir mis ojos para defenderme del *kaxlan* empleador (a) y de algunos hombres. Quería que fuera a observar el mundo afuera, que no me dejara con nadie. Él lo decía por los maltratos y esclavitud que vivió en las fincas cuando era joven.

Yo por las condiciones económicas, empecé a trabajar como empleada doméstica. Opté por este trabajo porque en ese tiempo no pedían recomendaciones ni experiencia, solo las ganas de trabajar, así que se me hizo fácil. Pero el trabajo era y es laborioso y exigente. Además, mis empleadoras me decían ignorante o sorda y sus formas de hablar eran hirientes. Sus prácticas hacia a mi persona me hacían sentir excluida: me servían el almuerzo en un plato y vaso especial para mí y comía en otro lado diferente a donde ellos. Como no sabía castellano solo les servía para los quehaceres.

A pesar de la situación que padecí en el empleo doméstico como mujer indígena, el encarnar los distintos tipos de violencia y sus expresiones más graves, la exclusión y la discriminación, me hizo más fuerte. Me hizo de decir: aquí no quiero estar, no quiero seguir con la desigualdad hacia nosotras, servir a un jefe o jefa, que toma un papel de superioridad. Y aunque algunas empleadoras me manipulaban para que dejara de estudiar y que me quedara a trabajar con ellos, a su conveniencia. En la escuela encontré refugio y, además, dejar mi comunidad y a mi familia no había sido fácil, así que me mantenía firme con mi meta, porque ya estaba en la ciudad y tenía la posibilidad de estudiar. Por ello, nunca bajé la guardia, hasta terminar la carrera. Así, mismo las palabras de mis padres de que el estudio era una manera de defenderse para la vida, siempre venían a mi pensamiento, afortunadamente no se equivocaron, aunque ellos no tuvieron la posibilidad de estudiar.

Aunque al principio no sabía ni qué carreras había aquí en la ciudad, una amiga me dijo que fuéramos a estudiar la carrera de Antropología Social, en Ciencias Sociales, y así fue como elegí. Por fortuna me encontré con un buen maestro, en el tronco común, que explicaba en qué consistía la carrera por lo que llamó mi atención. Así conocer lo histórico social hasta la actualidad y cuestionarlo, me hizo abrir los ojos y pude comprender muchas cosas.

Más adelante, en el proceso de redacción de la tesis de la licenciatura, empecé a cuestionarme cuál sería mi tema de investigación y pensé en hablar de mí, sobre la situación laboral. Y junto con las demás compañeras que venían de la misma comunidad y otras que vienen de comunidades tseltales, ya habíamos dialogado la situación que enfrentamos como empleadas domésticas. Fue así que entendí; que el problema no era solo mío, sino que les pasaba a muchas mujeres jóvenes que veníamos de pueblos originarios que llegábamos a la ciudad y que nos ponían bajo su mando, como “muchacha” y “sirvienta” como ponen en los anuncios.

Así que lo plasmé como problema social para visibilizarlo a través de las historias de vida de las mujeres tsotsiles, identificando, además, que el empleo doméstico es una estrategia para salir de la comunidad. Por ese enfoque, mi asesor me recomendó como sinodal a una persona que estaba colaborando en la organización Colectivo de Empleadas Domésticas de Las Altos de Chiapas (CEDACH). Ella acompañaba y alfabetizaba a mujeres adultas desde sus derechos laborales y humanos con la metodología de Paulo Freire, de Educación Popular. Ella me invitó posteriormente a participar en el grupo de mujeres que estaban creando con otras mujeres.

Cuando me acerqué con ellas a conocer el trabajo que estaban realizando, algunas de las compañeras que colaboraban ya ejercían sus derechos laborales con sus empleadores, algo que yo desconocía, tanto sobre los derechos laborales como sobre la existencia de organizaciones de mujeres que luchan para ejercer nuestro derecho.

Lo que comentaban cuando llegué era que la asociación, CEDACH, iba a mudarse a un espacio que les habían prestado: un espacio más amplio donde podían y querían ampliar las actividades. En el grupo habían tomado un acuerdo, pero dos compañeras, que coordinaban la asociación civil, dieron marcha atrás, porque les habían aprobado un financiamiento. Esto me fue contado por la compañera Cata, una compañera que estuvo durante mucho tiempo en CEDACH, mujer honesta a la que le parecía injusto comprobar cómo cambian las personas cuando hay dinero de por medio. El grupo se dividió por esa causa, y las compañeras que fueron al nuevo espacio quisieron organizarse de nuevo, pero como *At'el Antsetik Pas Lekil Kuxlejal*, que significa Mujeres Trabajadoras Hacedoras del Buen Vivir, en tzeltal. Fue así como se fundó el Centro Comunitario At'el Antsetik.

Cuando conocí el Centro Comunitario At'el Antsetik (en adelante At'el Antsetik) que fue motivo de esta investigación, me sentí importante como persona. Me sentí incluida. Empecé a hablar, cuando abordábamos situaciones y violencias con las que hemos tropezado cada una y decíamos que hay que nombrarlas como violencia patriarcal y racismo histórico. Hasta ese punto comprendí que así nos tratan por ser mujeres y por ser indígenas. En *At'el* asistían a alfabetizarse con la metodología de educación popular mujeres tseltales y tsotsiles. Con el enfoque de los derechos laborales del empleo doméstico, algunas de ellas ya habían exigido sus derechos con sus empleadoras, y lo contaban con mucha emoción. Eso me motivaba en comprobar que sí se

puede y me hacía sentir acompañada. Así que, en el último trabajo, ya exigía mis derechos laborales.

Pero en el Centro Comunitario At'el no sólo nos concientizamos acerca de nuestros derechos laborales como trabajadoras domésticas. At'el Antsetik planteó otras necesidades a partir de la alfabetización, como formación e información, sobre herbolaria, a manera de rescatar saberes ancestrales en medicina tradicional y sobre permacultura, para volver a conectarse con la tierra en la siembra y la cosecha. Así At'el ha estado acompañando las necesidades de las familias sobre todo en las preocupaciones de las mujeres con sus hijos.

At'el es un espacio donde realizamos diversas actividades y juntamos a las mujeres interesadas en colaborar en distintas áreas, donde ellas se empiezan a conocer y se generan confianza, amistad y comparecencia. Hasta incluso ellas se han hecho trueque entre ellas, desde lo que cuentan, cada una realiza intercambio, este intercambio consiste darse algo que no fuera pago en efectivo. Además de compartirse cosas lo que tiene cada una, por ejemplo, que se regalan frijol, chayote o chiles, depende de lo que cosechan.

El Centro Comunitario rescata esa perspectiva de los pueblos, del Pas Lekil Kuxlejal, que significa “*ser hacedoras del buen vivir*”, es decir fortalecer redes de apoyo, ser autogestoras, tener más conciencia con lo que nos da y damos en la vida, que entre la ternura, revolucionando el corazón.

Eso me pareció importante, fortalecer los vínculos de hacer comunidad o el barrio o la vecindad, lo que anteriormente hacían nuestros padres en la comunidad. Sabemos que al estar en la ciudad es difícil familiarizar, porque el ritmo de vida hace que cada quien está en su mundo, hace que la gente se vuelva individualista. Se pierde un poco hasta dar los buenos días, preguntar ¿cómo está tu corazón? ¿*K'u elan a vo'onton?* En los pueblos originarios aún está el respeto de saludar a las personas que transitan en el camino, aquí no, mucha gente no está acostumbrada y así se van perdiendo esos valores.

Es de esta última experiencia e inquietud de donde surge la presente investigación, la idea de reconstruir los conocimientos y saberes hacia el Lekil Kuxlejal, surgidos de las experiencias del Centro Comunitario y la significación de este proceso de colectividad y de acompañamiento.

Esta investigación se realizó en San Cristóbal de Las Casas, con mujeres que se han integrado al Centro Comunitario de At'el Antsetik, comprendiendo el periodo de febrero de 2022 y

finalizando a finales de enero de 2024. El propósito de la investigación consistió en indagar, documentar y significar el proceso de construcción del Pas Lekil Kuxlejal a través del conocimiento y reflexión de las trayectorias formativas de las mujeres que lo integramos, siendo este trabajo al mismo tiempo una intervención para recuperar la memoria colectiva de dicho proceso.

Desde el año 2017, el Colectivo At'el Antsetik desarrolla un trabajo de educación no formal dirigido a la población en general y a las mujeres interesadas en el aprendizaje y práctica de la lectoescritura, con el que se pretende contribuir a la atención de diversas problemáticas relacionadas con la salud, la alimentación y la educación de mujeres migrantes trabajadoras informales.

El trabajo del colectivo incluye atención primaria de salud de las prácticas medicinales alternativas, principalmente la medicina herbolaria. Además, se trabaja en alfabetización de personas adultas y en la formación y capacitación en temas de permacultura, salud y herbolaria, considerando el contexto y la atención desde una visión integral.

Capítulo 1. Planteamiento del problema

Parte de una problemática nacional general que ha prevalecido durante décadas en México, pero que tiene sus especificidades dado el contexto social en el estado de Chiapas. Aquí, como en otros estados, es donde se concentra la población indígena del país³.

De acuerdo con Antequera, las políticas públicas han sido insuficientes para que la totalidad de la población tenga acceso a sus derechos a la salud, a la cultura escrita en particular y a la educación escolar en general (2004: 14). Ante estas problemáticas las mujeres son las más vulnerables, sobre todo las mujeres tsotsiles y tseltales, que por estos problemas migran a la ciudad como refugio o alternativa para “vivir mejor”, pero en la ciudad se insertan en situaciones más complejas, desde aprender el castellano, hasta insertarse en el trabajo informal.

³ En México existen 23.2 millones de personas de tres años y más que se autoidentifican como indígenas, (INEGI, 2020).

Esto es así porque al sistema, que está basado en la dominación, le conviene que las mujeres no cuestionen sus roles, le conviene que sean analfabetas, pues de esta manera son útiles para servirse de ellas y explotar su mano de obra barata. Y la mayoría de esta población vive en las periferias de la ciudad, la mayoría no tiene acceso a la educación, ni a la salud y la alimentación sana, a la que están acostumbradas desde la comunidad de origen.

En México nos educan para competir y para ser individualistas, al igual que para separar el conocimiento y la relación entre ser humano y naturaleza. Además, como menciona Tortosa (2011), vivimos, una crisis del modelo de desarrollo dominante, destructor de los ecosistemas y de las sociedades. La razón profunda se encuentra en la “ontología” de Occidente que, con su visión lineal científica y tecnológica de la historia, que considera a la Naturaleza como objeto separado y comercializable e impone una visión antropocéntrica y utilitarista del desarrollo, (Tortosa, 2011, pág. 41) .

En el estado de Chiapas, las reformas neoliberales impuestas por los organismos multilaterales, lejos de impulsar cambios positivos han profundizado los rezagos y las desigualdades hacia el interior y hacia el exterior de la entidad.

Bolom señala además que: “La acelerada transformación social y económica; están haciendo una modificación en las culturas tradicionales de los pueblos originarios, las prácticas comunitarias y las formas particulares de vivir y de producir la forma de vida comunitaria” (Bolom M. , 2019, pág. 49).

Por diferentes razones, las mujeres que llegan al Centro Comunitario, regularmente no continuaron estudiando en la escuela formal en sus comunidades. Pero en muchos casos las mujeres huyeron de su comunidad por violencia intrafamiliar, por problemas económicos o por el matrimonio forzado. Con ese panorama, migraron a la ciudad y para resolver sus necesidades se emplearon en trabajos domésticos e informales.

Las mujeres indígenas y campesinas que no saben leer y escribir sufren muchos obstáculos en la ciudad, expresiones derivadas todas del racismo. Mucha gente se aprovecha de ellas, hay explotación laboral, no hay acceso a sus derechos, a un trabajo digno, a la salud, a la alimentación adecuada, entre otras cosas, por no saber leer y escribir. Al venir a la ciudad, un contexto diferente al nuestro, sin hablar el español, la mayoría hemos sentido exclusión, humillación e

inferiorización porque nos ven diferente. Como menciona la autora Emma Chirix “las expresiones de desprecio en las relaciones interétnicas son padecidas fuera del hogar: la calle, el mercado, la escuela y los buses sobre todo en la ciudad” (Chirix, 2014, pág. 214).

Por otro lado, en muchos casos, no tenemos la oportunidad de asistir a espacios donde compartir con otras mujeres nuestras experiencias para aprender a cuestionar la realidad. Es por eso que las integrantes del Centro At’el antsetik crearon un espacio de formación para intentar aportar elementos, para contribuir a resolver estos problemas que afrontan diariamente las mujeres indígenas y que se relacionan con la construcción del buen vivir. El no tener buena alimentación, salud y educación es un problema que las mujeres viven en su lugar de origen y se agudiza cuando migran a la ciudad, el centro comunitario se organiza para enfrentar esos problemas y, en el camino, aprendemos a construir el Pas Lekil Kuxlejal, recuperando los saberes de nuestros pueblos.

En ese sentido, la presente investigación intenta responder a la pregunta: **¿Cómo aprenden a construir colectivamente el Pas Lekil Kuxlejal, las mujeres que participan en el Centro Comunitario At’el Antsetik? Lo anterior me propongo descubrirlo a través de conocer las trayectorias formativas de las mujeres que integran el Centro Comunitario.**

1.1 El contexto social, económico y cultural de Chiapas

Chiapas se encuentra entre los tres estados más pobres de México, y en él las comunidades indígenas han venido sufriendo una serie de impactos que hoy se han agudizado generando lo que varios autores llaman una “crisis sistémica” describiendo la complejidad de los problemas que enfrenta el territorio, su fragilidad para la subsistencia productiva y social, la tendencia al empobrecimiento de sus condiciones materiales y de su patrimonio biocultural (Bessi y Navarro, 2015; CONABIO, 2013; Hernández et al, 2016; Leyva, 1993; Rodríguez, J. y Ortiz B., 2008; Viqueira y Rus, 2004).

La Región V Altos tsotsil y tseltal se caracteriza por tener una diversidad cultural resultado del devenir histórico, que corresponde a una población en su gran mayoría indígena rural. Está conformada por 17 municipios: Aldama, Amatenango del Valle, Chalchihuitán, Chamula,

Chanal, Chenalhó, Huixtán, Larráinzar, Mitontic, Oxchuc, Pantelhó, San Cristóbal de Las Casas, San Juan Cancuc, Santiago El Pinar, Tenejapa, Teopisca y Zinacantán.

La región cuenta con dos grupos étnicos sobresalientes: tsotsil y tseltal, quienes forman parte de la antigua cultura Maya y que, en la actualidad, siguen conservando sus costumbres y tradiciones, mismas que dan sustento a su cultura e identidad. Chiapas ocupa el lugar ocho a nivel nacional por su número de habitantes (INEGI 2020). Muestra una densidad de población mayor que el promedio nacional y estatal, pero casi todos sus municipios indígenas son calificados con un índice de desarrollo humano muy bajo y al mismo tiempo con un grado de marginación muy alto, reflejo de la pobreza en que vive la población (Nigh, 2001).

De acuerdo a los resultados del Censo de Población y Vivienda 2020 del INEGI, la población estatal asciende a 5,543,828, de esta población son 2,837,881 mujeres y 2,705,947 hombres.

El municipio de San Cristóbal de Las Casas, tiene una población total 215,874, de las localidades con mayor población la Ciudad de San Cristóbal de Las Casas con 183,509, posteriormente la localidad San Antonio del Monte con una población de 2,259 y La Candelaria con una población de 1,541. Esta ciudad, tiene el 32.70 % de población que habla lengua indígena, la más frecuente es Tsotsil con 73.8% y Tseltal con 24.7%. De igual forma, reside población que se considera afroamericana o afrodescendiente con un 1.89%, (INEGI, 2020).

La mayoría de los centros de población corresponden a comunidades indígenas y solo dos son asentamientos urbanos, las ciudades de San Cristóbal de Las Casas y Teopisca, donde cohabitan mestizos, indígenas y extranjeros (INEGI, 2020). La región V Altos se caracteriza por contar mayoritariamente con población indígena. De las 601,190 personas que habitan la región, 408,958 hablan alguna lengua indígena, esto representa el 68% de la población regional.

Al mismo tiempo la región es la segunda más densamente poblada, con 203.13 habitantes por kilómetro cuadrado; con una tasa media anual de crecimiento de 1.77%, una tasa global de fecundidad de 4.94%, una tasa de mortalidad general de 4.00% y una tasa de mortalidad en menores de un año de 19.96% (INEGI, 2020).

En cuestión de salud, la población cuenta con 85 Unidades IMSS lo que permite dar servicio a la demanda ciudadana. Sin embargo, las cabeceras de estos servicios se encuentran en la ciudad de San Cristóbal lo que trae consigo la necesidad de desplazamiento desde las localidades de

origen. De acuerdo con INEGI, en esta región, “el 92% de la población presenta carencia por concepto de acceso a la seguridad social y el 34% presenta carencia por acceso a la salud, por lo que se deberán enfocar los esfuerzos para la solución de esta problemática” (INEGI, 2020).

En esta región se ve reflejado también el rezago educativo puesto que en la región un 42% de la población sufre de este tipo de carencias. La difícil situación económica de las familias ha sido un factor que incide en el rezago educativo, propiciando la inasistencia escolar. Al no contar con recursos suficientes las familias se encuentran imposibilitadas para sufragar la compra de útiles escolares y uniformes, siendo en muchos casos necesario que niños y niñas se sumen al mercado laboral o bien a las labores del campo para contribuir con los ingresos de la familia. (Nigh, 2001: 8, 9).

En Chiapas, la población total de quienes acceden a la educación de la edad 6 a 14 años es de 1,718,836, de los cuales 852,373 (49,6%) son mujeres y 866,463 (50,4%) son hombres. De ellas y ellos, saben leer y escribir 866,691 personas y no saben leer y escribir 202,707 personas, mientras que en 3.217 no está especificado (INEGI, 2020). En general, el grado promedio alcanzado en la región es de 4.55. Por género este va de 5.28 para los hombres y 3.88 para mujeres. (Inegi,2010).

En cuanto a la atracción de inversiones en la región se considera a San Cristóbal de Las Casas como centro rector a nivel regional y principal punto abastecedor económico, social y cultural. Sin embargo, la situación en años anteriores, en cuanto a atracción de inversiones era de poco crecimiento en la región, debido a la presencia de monopolios familiares y a la falta de espacios físicos adecuados para la instalación de cadenas comerciales, (Nigh, 2001: 15).

La Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos en los Hogares (ENIGH) en el 2018 estima que del total de los hogares en el país (34.7 millones), 47% de los hogares (16.2 millones) experimentaron alguna dificultad para satisfacer sus necesidades alimentarias por falta de dinero o recursos. Chiapas tiene la mayor proporción de insuficiencia alimentaria que le representa el 66%.

Dentro del rubro de gasto en alimentos, bebidas y tabaco, el mayor porcentaje se destina a alimentos y bebidas consumidos dentro del hogar, con el 77% del total de gasto en este rubro, siendo las carnes el mayor gasto de lo consumido dentro del hogar con 23%, seguido por los

cereales 18%; las verduras, legumbres, leguminosas y semillas 12%; leche y sus derivados 10%, y las bebidas alcohólicas y no alcohólicas nueve por ciento, (INEGI, 2018).

Sobre la violencia contra las mujeres, que es un problema de salud pública, el Censo de Población y Vivienda 2020 del INEGI, muestra que el 87.5% de los municipios indígenas se encuentran en condiciones de alto y muy alto grado de marginación, por lo que se puede inferir que, siendo la violencia contra las mujeres un problema de salud pública, estas condiciones afectan en el bienestar de toda la población, pero de las mujeres en particular. Con datos del INEGI, a lo largo de su vida, las mujeres experimentan más violencia en el ámbito comunitario (45.6 %), seguido de la relación de pareja (39.9 %), el ámbito escolar (32.3 %) y el laboral (27.9 %), (INEGI, 2020).

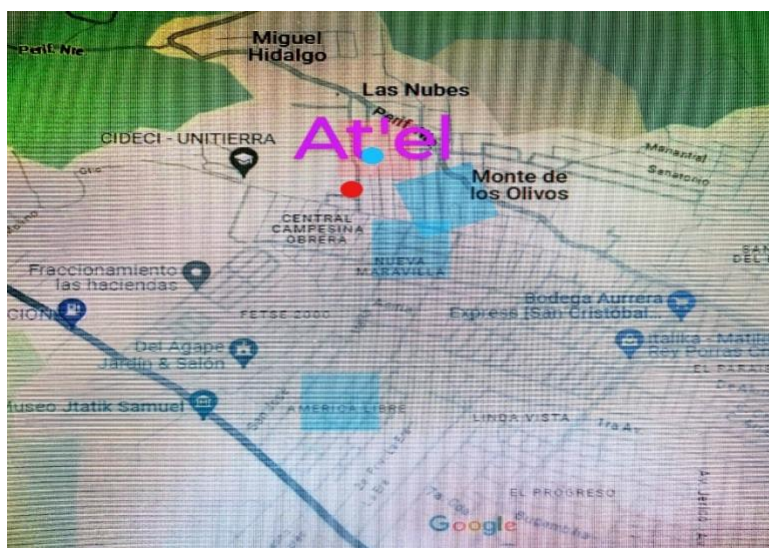
Las mujeres indígenas enfrentan diversas formas de discriminación y opresión que se superponen, entre ellas: la edad, la clase social, el grupo étnico, el sexo, etc., algo que afecta todos sus derechos: desde sus derechos civiles y políticos, su derecho a la tierra, al acceso a la justicia, sus derechos económicos, sociales y culturales y su derecho a vivir una vida libre de violencia, (INEGI, 2018). La Encuesta de Salud y Derechos de las Mujeres Indígenas señala que el 34% de mujeres indígenas a nivel nacional reportó golpes y/o humillaciones en la infancia. Como principales agresores mencionan a la madre en un 48.5% y en segundo lugar al padre con un 45.2%. En los Altos de Chiapas, dos de cada cinco mujeres reportaron maltrato infantil. El 25.5% de las mujeres entrevistadas reportó algún tipo de violencia de pareja en los últimos 12 meses. La región de Los Altos de Chiapas presentó la mayor prevalencia con un 41.4% del total de mujeres indígenas que vivieron violencia de su pareja, el 11% manifestó que fue severa. Entre las mujeres monolingües, tanto la prevalencia (28.5%) como la severidad (14.5%) fueron mayores en comparación con las mujeres que también hablan español, (INEGI, 2020).

“Los obstáculos que las mujeres indígenas enfrentan son simbólicos y estructurales: muy pocas oportunidades para acceder al mercado laboral, trabajos precarios, mal pagados y con alta flexibilidad, dificultades geográficas y económicas para el acceso a servicios de salud y educación, acceso limitado a programas y servicios, elevadas tasas de analfabetismo, escasa oportunidad de participación política y social”, (INSP, 2008).

1.2 Nuestro territorio

El territorio en el que nuestro Centro Comunitario se encuentra es una franja periférica en la zona norte de la ciudad de San Cristóbal de Las Casas, Chiapas.

Se trata de una zona urbanizada irregular de modo que la mitad de las calles no cuentan con pavimentación, drenaje o alumbrado público y la mitad de las familias de las colonias que lo componen, no cuenta con servicios sanitarios al interior de la casa, ya que se trata de una zona de más o menos reciente y paulatina colonización y urbanización.



Mapa: en el punto celeste es el nuevo espacio de At'el Antsetik que se adquirió en el 2021, además que es una nueva colonia que de llama Las Cabañas.

La población que habita este territorio es mayoritariamente población indígena migrante interna que ha llegado a la ciudad en los últimos 20 años, adquiriendo o arrendando terrenos o espacios habitacionales, en una zona donde la especulación inmobiliaria está en manos de los caciques locales que se han ido afianzando en este periodo como personajes de mucho poder económico y político local. Esto tiene relevancia porque genera una relación social insolidaria e individualista y el propio proceso de urbanización está sometido a intereses de grupos empresariales locales que controlan el acceso privado a la tierra, al agua, a los servicios urbanos, etc.

La población en nuestro territorio es originaria de comunidades indígenas de la zona Altos y Norte del estado y habla las lenguas tseltal y tsotsil, principalmente, y en menor porcentaje la lengua ch'ol, además del castellano que es la lengua oficial en la zona. Las familias que habitan nuestro territorio son indistintamente familias monoparentales, nucleares o extensas, siendo mayoritaria la población adulta joven y la población infantil, ya que en la mayoría de los casos las personas adultas mayores de estas familias se han quedado en sus comunidades de origen.

En el contexto actual en que estas familias viven y se desarrollan, los modos de vida grupales y estilos de vida familiares que antes tuvieron están trastocados por la cultura urbana de consumo y desecho, por el modelo moderno de vivienda y urbanización, y por las exigencias sociales en las actividades productivas y reproductivas, determinadas a su vez por determinaciones sociales de género, clase y etnia, sexistas, clasistas y racistas, lo que deriva en una imposición cultural a la que se tienen que someter si quieren vivir en la ciudad como espacio territorial de desarrollo familiar o grupal.

La migración y salida de sus comunidades, al mismo tiempo, impone a las familias y grupos culturales migrantes una pérdida de lazos prácticos y simbólicos con sus comunidades de origen y una dificultad de articulación intercultural con las poblaciones con las que se conforman los nuevos territorios, barrios y colonias de reciente formación. Así que estos territorios pluriculturales y pluriidentitarios son espacios conflictivos y controversiales donde la organización por el bien común se visualiza lejana y problemática. La ruptura cultural en la que se traduce este contexto tiene su mayor expresión en la adquisición y apropiación de la lógica individualista capitalista para la resolución de los problemas cotidianos, el egoísmo, la competencia, la apatía, el desinterés, el paternalismo y la corrupción.

1.3 El Centro Comunitario At'el Antsetik

Es en esta región, en la ciudad de San Cristóbal de Las Casas, donde se localiza el Centro Comunitario At'el Antsetik. Este centro nació a partir de la experiencia en el Colectivo de Empleadas Domésticas de los Altos de Chiapas (CEDACH) como se mencionó anteriormente. Una de las labores principales de CEDACH en ese momento era alfabetizar a mujeres interesadas en conocer sus derechos laborales y humanos, especialmente quienes eran empleadas domésticas en la ciudad de San Cristóbal de Las Casas.

Esta labor se hizo en talleres con metodología de educación popular, de modo que en el transcurso del diálogo las mujeres hablaban de sus problemas, como el no tener acceso a las instituciones de salud. Al compartir que se curaban con plantas medicinales, las talleristas y las compañeras, propusieron que hubiera un espacio amplio para compartir estos saberes en

medicina herbolaria. Todas estaban de acuerdo y como CEDACH tenía que entregar el espacio rentado, ubicado en la colonia de Tlaxcala, donde adeudaban muchos meses de renta, tuvieron la oportunidad de desarrollar esa idea al encontrar una casa prestada en la colonia Maravilla, cerca de CIDECI-UNITIERRA⁴. Ahí el objetivo era que las mujeres tuvieran un consultorio comunitario donde pudieran tratarse con plantas medicinales y donde pudieran impulsar sus saberes. Además, la casa tenía un traspatio donde se podían sembrar las plantas medicinales y comestibles, para beneficio de las mujeres y sus familias.

Fue así que, estando todas de acuerdo, en el mes de septiembre de 2016 traspasaron algunas mesas, sillas y materiales de papelería, para comenzar el trabajo. Sin embargo, en el transcurso de los siguientes días la coordinadora de la asociación recibió la noticia de la aprobación de un financiamiento que les permitiría pagar el adeudo de renta y esto hizo que decidiera cancelar el acuerdo del grupo, tomado en asamblea.

Con esta decisión del lado de las dirigentas que impusieron su autoridad, la opinión del grupo se dividió y las dirigentas condicionaron a las mujeres la elección de a qué grupo pertenecer, algo innecesario ya que se podía funcionar en ambos espacios, considerando el nuevo espacio como otra sede de CEDACH, que ya incluso tenía instalada una manta con su nombre, visible a toda la colonia Nueva Maravilla por otro lado, lugar de residencia de varias de las compañeras. Es decir, CEDACH, en voz de su dirigencia, planteó a las mujeres que debían elegir siendo que, según su criterio, no podían estar en dos grupos. Fue así que algunas decidieron quedarse y otras sumarse al trabajo en el nuevo espacio, desde su instalación y en la preparación y mantenimiento del patio para la siembra de la pequeña huerta que se quería impulsar. Las que se separaron de CEDACH, conformaron el Centro Comunitario At'el Antsetik. A esa experiencia me sumé yo, cuando llegué, en septiembre del 2017.

⁴ CIDECI-UNITIERRA o Centro Indígena de Capacitación Integra-Universidad de la tierra, es tanto una institución educativa ejemplar como un terreno de reconstitución indígena privilegiado. Es una comunidad de comunidades indígenas, un espacio abierto para compartir saberes, aprendizajes y estudios, adonde acuden jóvenes, mujeres y hombres de diferentes comunidades indígenas. Nació en 1989, bajo el auspicio de don Samuel Ruiz, obispo de San Cristóbal, (Hernández N. L., 2010).

Las que integramos At'el somos mujeres que, en mayoría, venimos de comunidades tsotsiles y tseltales de Los Altos de Chiapas; otras mujeres son nacidas en la periferia de la ciudad de San Cristóbal de Las Casas y otras más son de otros lugares de la república, como la Ciudad de México y el estado de Guerrero.

En 2017, después de que las compañeras habilitaron el espacio, nos planteamos como At'el retos importantes en el camino de la construcción del *Lekil Kuxlejal*. En este sentido, entendemos que el tiempo no es lineal ni ascendente, que no creemos en seguir un punto fijo en el horizonte, que tampoco estamos como si subiéramos una montaña creyendo que al llegar a la cima podremos simplemente sentarnos a disfrutar lo alcanzado. Entendemos que la vida cotidiana pasa día a día repitiendo cíclicamente, como los ciclos de la naturaleza. Sabemos que hemos de sembrar y cosechar y volver a hacerlo infinitamente si queremos perdurar nuestra historia, que hemos de educar y formar y volver a hacerlo cuando sea necesario si queremos enriquecer nuestros saberes, que hemos de sanar, cuidar, prevenir, promover, y volverlo a hacer continuamente, hasta entre nosotras mismas, si queremos fortalecer nuestros cuerpos y nuestros espíritus también, que hemos de dar en reciprocidad y compartir y repartir si queremos construir juntas una idea de bien común. Porque el diálogo, el sentir y la participación de cada una es tomada en cuenta, en At'el, hasta de nuestros errores aprendemos, porque venimos de procesos muy diferentes: unas con formación profesional y otras no, pero el conocimiento de todas es valorado y el reconocimiento es de igual manera.

Actualmente el trabajo de At'el Antsetik, se han inspirado en la salud humana y salud ambiental, en esta propuesta permacultural como enfoque integral para el desarrollo permanente y continuado del cultivo de la tierra, sumando además estrategias apropiadas para la creación, construcción y mantenimiento de espacios comunitarios sustentables, es decir: sanos ecológicamente hablando, viables desde el punto de vista económico, y pertinentes desde el punto de vista sociocultural.

Para nosotras, *Pas Lekil Kuxlejal* o Hacedoras del Buen vivir, es entender que se trata de construir de manera colectiva el bien común o *lekil kuxlejal* de los seres vivos tanto humanos como otros seres no humanos de la Naturaleza.

Como mujeres implica además reconocer los saberes que se están dejando atrás y que no se visibilizan, que a veces una misma no les da valor; saberes que provienen de la experiencia de los abuelos y abuelas que han sido practicados de generación en generación.

Así que, para nosotras la salud humana va de la mano con el buen vivir que es mantener la equidad e igualdad de géneros, teniendo conciencia del cuidado y armonía con los seres vivos y la naturaleza, de manera colectiva tener en equilibrio el *ch'ulel*.

Rescatamos el concepto *Ch'ulel* considerándolo importante en nuestra cosmovisión, porque lo entendemos como: tener conciencia. Es decir, cómo me alimento, qué siembro, qué cuido, cómo cuido la tierra que nos da de proveer, entendiendo que con ella hay una interdependencia. Como menciona Olivera (2019), “la tierra no es solo el suelo donde se siembra, es el universo mismo con todos los seres que lo habitan con quienes se establecen relaciones intersubjetivas que implican una idea de interdependencia recíproca” (Olivera, 2019, pág. 545),

Del mismo modo, al hablar de salud entendida como bienestar físico y emocional, teniendo cubiertas las necesidades de alimentación, vivienda y en equilibrio con el medio ambiente, comprendemos que nos cuidamos teniendo prácticas que nos acerquen a la naturaleza, como la siembra y actividades al aire libre, cuidar los alimentos y el agua que bebemos, mover nuestro cuerpo y usarlo para trabajar en actividades que hagan bien, cuidar el espacio del territorio, desarrollar una economía autosustentable.

Nos cuidamos alejándonos de prácticas dañinas como el excesivo estrés, la mala alimentación, el consumo de agua y alimentos dañinos (como carne industrializada, verduras contaminadas y con agrotóxicos), prácticas que nos hacen sentir ajenos a la naturaleza. Es decir, hacer conciencia de que los productos industrializados traen como consecuencias enfermedades, eventos que desequilibran las funciones y el bienestar de cada ser que las padece. Y buen vivir también es hablar de salud ambiental para impulsar hábitos de vida comunitaria más saludables para las mujeres y sus familias; además de prácticas de consumo y desecho más armoniosas con la naturaleza.

Hemos aprendido que la práctica de la permacultura, junto con la de aroecología son estrategias de cuidado humano y ambiental integrales: desde el cuidado de la tierra, cultivar, reconstruir los bienes naturales, cuidarse a sí mismo, a la familia y seres queridos a la comunidad y todo su

entorno. Retomando esta palabra filosófica del *tsotsil ich'el ti muk, ti k'ux* que se interpreta como: valorar, estimar, desde el padecimiento. Se puede también decir como tener una conciencia del valor de la vida, de las personas y de todo lo que nos rodea, ser consciente de que todo está relacionado y es interdependiente. Porque la naturaleza nos da plantas para curar, agua para vivir, montañas para respirar, la Naturaleza nos da todo.

Estas prácticas se pueden realizar en la periferia de las ciudades, donde las mujeres somos migrantes de comunidades tseltales y tsotsiles donde traemos saberes comunitarios que aún podamos seguir compartiendo, practicando con los hijos e hijas.

Con estas ideas compartidas, en mayor o menor medida, entre las que hemos caminado juntas en el Centro Comunitario es donde ponemos en práctica las palabras y en acción los pensamientos, desarrollamos nuestro trabajo en estos últimos quehaceres cotidianos, continuos, cíclicos, concretos, activos, convertidos en áreas o ejes de trabajo:

- Sembrar y cosechar, permacultura y agroecológicamente
- Educar y formar, popular y comunitariamente
- Sanar y cuidar, integral y holísticamente
- Dar en reciprocidad y compartir, democrática y justamente.

En el proceso de At'el Antsetik han transitado y colaborado muchas mujeres de las colonias cercanas: Maravilla, Ampliación Maravilla, Las Joyas, Prudencio Moscoso, América Libre y Las Cabañas. Por cuestiones laborales y personales, algunas han dejado de asistir a algunos talleres que realiza el Centro Comunitario, mientras que otras han seguido colaborando.

Como vemos, desde el año 2017, el Colectivo At'el Antsetik desarrolla un trabajo de educación no formal dirigido a la población en general y a las mujeres interesadas en el aprendizaje y práctica de la lectoescritura, con el que se pretende contribuir a la atención de diversas problemáticas relacionadas con la salud, con la alimentación y la educación de mujeres migrantes trabajadoras informales.

1.4 Justificación

En esta investigación me interesó reflexionar sobre el horizonte de lucha del Centro Comunitario que es un proceso de trabajo colectivo que apunta a la construcción de lo que concebimos como *Lekil Kuxlejal*, otra alternativa de vida, donde se integra la visión cósmica comunitaria. Significa reflexionar sobre la praxis política, sobre cómo hacemos, ya que además de ser parte de este proceso de lucha, profundizar en el cómo las mujeres pensamos y sentimos las que integramos el colectivo, nos ayuda a darle a nuestra práctica política una mirada más profunda y reflexiva del quehacer de At'el Antsetik lo cual constituye la relevancia social de esta investigación.

Diversos autores definen de manera similar el Buen vivir. Para ellos es una propuesta que busca analizar la dicotomía “desarrollo-subdesarrollo” y se define como vivir en armonía en condiciones de igualdad, de equidad, sin explotar la naturaleza y garantizando el equilibrio, como está basado en la tradicional cosmovisión indígena de los pueblos andinos y amazónicos, se considera como un derecho. Para estos autores, se puede entender como un proceso encaminado a una mejora participativa de la calidad de la vida, a partir no solo de un mayor acceso a bienes y servicios para la satisfacción de las necesidades básicas, sino también de la consolidación de la cohesión social, los valores comunitarios; y la participación activa de individuos y comunidades en las decisiones relevantes para la construcción de su propio destino, sobre la base de la equidad con respeto a la diversidad, (Larrea,2017; Zambrano,2015; Guillen y Phelan,2012).

No obstante; lo anterior, son escasos los trabajos que existen relacionados con la importancia de la construcción colectiva del *lekil kuxlejal*, como proceso, como camino. De ahí la importancia de esta investigación, además de que se sistematizará el trabajo de las participantes del Centro Comunitario, con lo que se espera dejar una memoria colectiva de las que participaron antes, las que están ahora, y las que van llegando, sea para colaborar o para participar activamente. Por último, las investigaciones relacionadas con el *Lekil kuxlejal* han sido poco abordadas desde una mirada feminista y desde la voz autorizada de las propias mujeres de los pueblos originarios tsotsiles y tseltales.

El objetivo general de esta investigación es:

Analizar el proceso de construcción colectiva del Pas *Lekil Kuxlejal* en el Centro Comunitario At’el Antsetik, en San Cristóbal de Las Casas, Chiapas, a través de las trayectorias formativas de las mujeres que lo integran.

Capítulo 2

2.1 Debates teóricos sobre el Buen Vivir. Estado de la cuestión

Este capítulo es el resultado de la revisión de varias investigaciones con las cuales considero importante analizar y, a partir de esto, reflexionar, el cómo se ha dado la construcción del *Lekil Kuxlejal* o –Buen Vivir ante las problemáticas que surgen desde la colonización de los pueblos originarios. Para este apartado se documentaron investigaciones de Colombia, Ecuador, Guatemala y México, específicamente de Chiapas con población *tsotsil* y *tseltal*. Conocer estas investigaciones me permitió obtener ideas precisas con respecto al tema de estudio y considero que realizar un trabajo innovador.

En este sentido, encaminar la identificación y el reconocimiento de los saberes de las mujeres, que han sido invisibilizadas y no se consideran portavoces por los usos y costumbres, transmitidos desde la cosmovisión *tseltal* y *tsotsil*, – en el caso del Centro Comunitario At’el Antsetik es revalorar y reactivar dichos conocimientos y saberes y poner en práctica el Pas *Lekil Kuxlejal* – es decir, el ser Hacedoras del Buen Vivir.

La mayoría de los autores que abordan el buen vivir parten de la cosmovisión indígena, expresada desde un conocimiento ancestral sobre la armonía entre “el hombre y la naturaleza” y ponen el énfasis en que, con el tiempo, se han ido perdiendo esas prácticas por el capitalismo, que ha asimilado en las comunidades indígenas con los proyectos que han llegado en los pueblos originarios para acabar con la Madre Tierra y para el beneficio de sus intereses particulares como empresas. García Linera (2106) opina que:

“... la idea del buen vivir emergió, tanto por la disconformidad frente al desarrollo convencional como por la búsqueda de alternativas para mejorar la calidad de vida y proteger a la naturaleza (*Pachamama*). Pero este nacimiento no implica la existencia de un concepto acabado sino debe ser

visto como una construcción diversa y en marcha. Además, esta construcción es multicultural, con los aportes de las cosmovisiones de varios pueblos indígenas y la confluencia de varios paradigmas como el desarrollo humano, el etnodesarrollo, entre otros...” (García Á, 2016, pág. 38).

Ante esta postura teórica, autores desde Abya Ayala⁵ proponen un abordaje de la realidad desde volver a rescatar las prácticas del Buen Vivir a partir del conocimiento comunitario de manera general, es decir, cuestionar la economía, la salud, la alimentación y la educación, para construir un mundo justo.

2.1.2 *Lekil Kuxlejal* con el énfasis en la participación política de los pueblos originarios, para el Bien común

En México encontramos autores como Guillermo Díaz Muñoz, (2017) con su investigación; “Buen vivir y organizaciones sociales mexicanas. Miradas de la diversidad” define el buen vivir como: “La Vida Buena, el Buen Vivir o el vivir Bien, como expresión de la aspiración y la puesta en marcha de la armonía, la plenitud y la dignidad en que se vive o pretende vivir en las comunidades y sus organizaciones” (Díaz, 2017, pág. 8).

Por su parte, Abraham Sántiz Gómez en su investigación en Chiapas: “Acciones colectivas y cambios en la vida de los tseltales de Oxchuc, Chiapas”, explica el proceso de transformación del vivir rural en un sentido colectivo y analiza los cambios ocurridos en Oxchuc a lo largo de medio siglo: “minifundismo, presbiterianismo, educación escolarizada y formas de gobierno municipal en el periodo 1936-1986” (Sántiz, 2018, pág. 81). El interés principal de su investigación es comprender el proceso de *syantesel jkuxlejaltik* (transformación de nuestro vivir), por el cual los tseltales de Oxchuc han desarrollado acciones colectivas para el vivir rural. El autor explica que:

“El *Lekil kuxlejal* o vida buena no solamente es una categoría viva comparable con el concepto de desarrollo, sino que es una visión tseltal de la vida que es cíclica, sistémica y espiral ascendente, donde el proceso de *syantesel jkuxlejaltik* (cambio de nuestra vida), necesita de *spasel jkuxlejaltik* (construcción de nuestra vida) y de *sleketesel jkuxlejaltik*

⁵ Abya Yala como “la nombró el pueblo kuna y no América como la marcó colonizador. Abya Yala denominación que se ha convertido para muchos otros pueblos en el recurso para continuar con el proceso de descolonización del territorio”, (Gargallo, 2012, pág. 238).

(corrección de nuestra vida). La *lekil kuxlejal* es enseñada y practicada por los *tak'uywanejetik* o consejeros del *ts'umbal* que buscan los acuerdos para el bien común del *ts'umbal*.

Uno de sus principios es la *ya tabeyba jkol'antik* (conciliación de nuestros corazones) para construir acuerdos y tomar decisiones colectivas; también están el *ich'el ta muk'* (reconocimiento de la grandeza de la persona) y el *pek'el mexa awak'aba* (sé humilde) o *tsajtayaba* (sé cuidadoso) que conducen al equilibrio y a la armonía. La visión tseltal de la vida contempla un *lekil kuxinel* (vivir bien) del pasado y que también fue sufrido, un *tulan kuxinel* (vivir dificultoso) del presente y una *lekil kuxlejal* (vida buena) que abarca el presente y el futuro”, (Sántiz, 2022, págs. 21-46).

Sántiz define el *Lekil Kuxlejal* como visión tseltal de la vida, está en constante construcción, corrección, restauración, resignificación, pudiendo estas ser bases de un desarrollo alternativo donde los elementos y fuerzas externas no son amenazas potenciales.

Diana Albarrán Gonzales (2019), en su investigación nombrada “Rumbo a un diseño centrado en el buen vivir: Memorias visuales de la exploración del *Lekil Kuxlejal* para descolonizar el diseño artesanal textil en México”. Propuso explorar el Buen vivir como alternativa para la descolonización del diseño artesanal en México. Para la autora el buen vivir considera una postura descolonizadora de los pueblos indígenas, para crear alternativas al desarrollo desde el punto de vista occidental. El *lekil kuxlejal*, o una vida digna y justa, es semejante al buen vivir de los pueblos tsotsiles y tseltales en los Altos.

De acuerdo con esta autora “trabajar en *Lekil Kuxlejal* implica el *jun ko'tanik* estar en un solo corazón, el *sna'el yayel a'yel* saber escuchar, el *komon u'untik* el bien común, el *koltamba* la ayuda mutua, el *ch'unel mantal* que significa obedecer mandato, mandato del pueblo, el que manda, manda obedeciendo”, (Albarrán, 2019).

En este tema, por otro lado, Armando Hernández (2011) director del Instituto para el Desarrollo Sustentable en Mesoamérica (IDESMAC), recogió la información y testimonios del primer congreso de Consejeras y Consejeros de Los Altos de Chiapas, que se denominó “Construir el *Lekil Jlumaltik*. Para una mejor comprensión de la noción tseltal-tsotsil del Ser-Estar-Actuar como epistemología local. Estas conversaciones identificaron que en la vida individual y

comunitaria de los tseltales y tsotsiles, que han mantenido el equilibrio entre las cosas, uno de esos valores es por ejemplo el “*Ich’el ta muk’* (respeto a todas las cosas)”.

Como mandato específico de ver y vivir el mundo se tiene el de “Ser-Estar- Actuar, en tanto que la memoria del pasado y reconectar en la conciencia de las acciones presentes, es valorar a los antecesores...” (Hernández, 2011, pág. 3).

Las personas entrevistadas mencionaron que existe una necesidad permanente por alcanzar la plenitud del Ser, de alcanzar las cosas buenas, de hacer lo bueno para uno y para la comunidad. Menciona que el “ideario de los pueblos mayenses, lo bueno está asociado al complemento, la unidad y al equilibrio. Conceptos como la Dualidad” resultan fundamentales para la cosmovisión, es la base del conteo en vigésimas, de la percepción cotidiana de la vida (día-noche, sol-luna, hombre-mujer, cielo-inframundo, etc.) ...” (Hernández, 2011, pág. 3).

Para los pueblos mayas, el estado de la búsqueda constante de complementariedad rige el comportamiento personal y colectivo de la sociedad. Y con el “*Lekil Jumaltik*, se evoca al proceso constructivo de los Buenos lugares, a los espacios socio-territoriales donde se lleva a cabo el *Lekil kuxlejaj* (la buena vida). Los buenos lugares, son aquellos que Consejeras y Consejeros están acordando impulsar de manera conjunta, en los que los diferentes aspectos de la vida puedan ser favorecidos (social, privada, espiritual, cultural, político)”, (Hernández A. , 2018, pág. 4).

Me parece importante esta memoria escrita ya que son voces de mujeres y hombres de pueblos originarios y ayudan a fortalecer los saberes y a reflexionar cómo las y los jóvenes actuales estamos desperdiciando esos conocimientos que son para *Lekil lumaltik*, el bien del territorio y también ante estas sabidurías que se han dejado de practicar en las comunidades.

Por su parte. María Eugenia E. Santana (2015), en su investigación, titulada: “El buen vivir, miradas desde dentro” reflexiona sobre el significado del concepto del Bien Vivir y presenta dos experiencias basadas en la información empírica recabada por su trabajo. La primera, su experiencia con comunidades indígenas de la Selva del municipio de Las Margaritas, Chiapas, en el último cuarto del siglo pasado, tratando de explicar cómo surge este concepto en la vida comunitaria; relacionado, esta información con la cosmovisión indígena y el valor de la armonía. La segunda experiencia que se presenta es de años recientes, en Los Altos de Chiapas. En esta, la autora indaga acerca de los valores del buen vivir desde el punto de vista las mujeres tsotsiles, tomando como fuente a un grupo de Zinacantán, a quienes invita a realizar una comparación

entre la forma de vida que llevan y la que ofrece un proyecto de desarrollo gubernamental, (Santana, 2015, pág. 173).

Para conocer lo que para las mujeres es el buen vivir, no les pide que lo definan, sino que hace referencia a lo que para ellas es una vida buena y términos similares, pues lo importante no es el nombre, sino el concepto. En un principio ellas expresaron más lo que para ellas no es buen vivir, a través de experiencias de vida que han generado dolor. Por ejemplo, publica Santana que ellas decían: “«vida buena *es no tener* enfermedad», «es que el esposo *no beba ni golpee*» (a los hijos y a ellas), «*es no pasar hambre*» ... Así que, para ir más a fondo, sin definirlo por lo que no es, se pensó en la estrategia de comparar un «proyecto de desarrollo» con su vida diaria y ver así cuáles son sus puntos de vista”, (Santana, 2015, pág. 185). Como resultado de su investigación Santana menciona los elementos principales que consideran las mujeres, que por su riqueza se transcriben íntegros aquí:

Tierra: La relación con la tierra es un elemento fundamental en la vida de los pueblos originarios para conservar la armonía. *Porque aquí la gente quiere cosechar, buscar algo de comer ¡pero de la tierra!* (no comprado. Relacionarse con la Madre Tierra, de otra forma no hay relación con la naturaleza. Vivienda: Tener un espacio para un buen vivir significa que sea acorde a cada cultura para llevar una vida decorosa, suficiente para realizar sus actividades diarias: que haya lugar para sus animales domésticos y para sembrar lo que se ocupa para preparar la comida o yerbas medicinales; un espacio diseñado por las personas que van a habitar ahí, es algo que se merecen; un lugar donde puedan recibir visitas y compartir sus momentos rituales: nada de eso hay en ese «desarrollo urbano sustentable» de un gobierno que las ignora, pese a lo que diga en la televisión; «Al gobierno no le importamos los indígenas; no le importa nuestra cultura, ni nuestras costumbres», (Santana, 2015).

Libertad: *La gente está acostumbrada a tener libertad.* Respecto a las fuentes de trabajo, les gusta trabajar en lo que saben hacer y cuando los obligan a producir lo que no quieren, solo porque otro lo necesita, lo asocian con los tiempos en que fueron peones de hacienda. La expresión «*caso soy peón*» (no soy peón) dicen cuando los obligan a hacer algo que no quieren. Autonomía: A pesar de que muchos economistas consideran que la agricultura de autoabasto, la milpa, es signo de atraso, es la forma más eficaz con la que los campesinos indígenas han logrado mantenerse a lo largo de décadas; han sobrevivido a las crisis económicas aun frente a programas de gobiernos estatales y federales que buscan eliminar

el cultivo del maíz. Las mujeres artesanas quieren vivir de su trabajo, no quieren dinero regalado, necesitan puntos de venta y eso les produciría un beneficio mayor que el de los programas asistencialistas (Santana, 2015).

Identidad indígena: Cuando las mujeres hacen artesanías y reproducen las habilidades que aprendieron de sus madres y abuelas, están reproduciendo su cultura, se enorgullecen de su identidad; lo mismo sucede cuando hombres y mujeres hacen producir la tierra y obtienen el sustento para sus familias. Ese orgullo por su cultura se siente ofendido cuando observan programas de gobierno que buscan acabar con sus tradiciones y costumbres, de ahí la indignación al ver lo mucho que se ignora de ellos (Santana, 2015, pág. 195).

Por otro lado, también en Chiapas, Ortelli Paola y Gómez López, en su investigación realizada en 2015 y titulada “Perspectivas sobre el buen vivir en un municipio tsotsil de los altos de Chiapas”, cuestionan el desarrollo: hacia prácticas de buen vivir. En este sentido, a partir del caso del municipio tsotsil de San Andrés Larráinzar, comparan los discursos de los jóvenes y de los mayores sobre el *lekil kuxlejal*-buen vivir, enfatizando en la perspectiva de los mayores, quienes afirman la importancia del sistema tradicional de los cargos, para la continuidad de la vida del pueblo, así como su función ético-educativa para los jóvenes originarios (Ortelli & López, 2015).

En esta investigación “los y las jóvenes rescataron los consejos de los mayores identificando una serie de valores que nos llevan a la vida buena, como la importancia del respeto al «otro» a través de actitudes no agresivas y la humildad. La reflexión, más allá de buscar definir el concepto de *kuxlejal*, se centró en los obstáculos para conseguirlo, entre los cuales se menciona el hecho de avergonzarse de las propias raíces” (Ortelli & López, 2015, pág. 149).

Como resultado, en sus definiciones del buen vivir los jóvenes retoman las ideas y los valores expuestos por los mayores, reafirmando una definición de *kuxlejal* como: vivir de acuerdo con los usos y costumbres. En este sentido “el ejercicio intergeneracional e interétnico puso en evidencia cómo en este municipio los cargos cumplen una función clave hacia la continuidad de los valores y la identidad. En la permanencia del sistema de cargos está entonces la posibilidad de perpetuar y transmitir un estilo de vida que caracteriza la autoimagen tradicional como androceos” (Ortelli & López, 2015, pág. 149).

Otra investigación de Cesar Augusto C. Valera Baeza en (2011), titulado: “Educación y Apropiación Cultural: la Experiencia del Bachillerato Fray Bartolomé de Las Casas en una comunidad tzeltal”. Pretende contextualizar las condiciones que posibilitan el proceso de la apropiación cultural del Bachillerato desde ciertas prácticas *tzeltales*. Se observa con realismo que el *Lekil kuxlejal* coexiste con prácticas culturales en los *tzeltales* de inequidad y dominación, como es la relación con las mujeres. Sin embargo, es su proceso de prácticas colectivas, de construir la armonía entre sí y con la naturaleza lo que les ha permitido sobrevivir por siglos. “Contextualizando así también las condiciones y elementos adversos a la conservación de cultura autónoma, actualmente se observa cómo la comunidad rural indígena se está transformando a una gran velocidad por la penetración del sistema económico dominante, lo que necesariamente impacta en la transformación de su cultura” (Valera Baeza, 2011, pág. 80)

Los efectos que se está dando en la actualidad es por el modelo económico o desarrollo en la vida y la cultura de los *tzeltales* son pobreza, emigración, alcoholismo, desarraigo y pérdida de valores culturales, tensiones, conflictos religiosos y divisiones comunitarias internas, expectativas y prácticas consumistas. A pesar de esta situación, los *tzeltales* conservan ciertas prácticas comunitarias que les permite mantener la cohesión comunitaria, este sentido cultural del *Lekil Kuxlejal* les permite conservar su modo cultural de vivir, es lo que entendemos como el proceso de resistencia eso tiene que ver con la sabiduría de los abuelos y abuelas que se ha venido compartiendo en generación por generación (Valera Baeza, 2011).

Por su parte, Manuel Bolom (2017), en su libro: “Didácticas de la resistencia desde el Lekil Kuxlejal del pueblo originario y la educación intercultural en contextos educativos pluriculturales”, plantea la necesidad de un cambio en las instituciones educativas, por lo que, los modelos del desarrollo capitalista imponen parámetros externos, los cuales niegan las formas de vida ancestralmente defendidas por las comunidades originarias.

Bolom destaca que las narrativas de la comunidad *tsotsil* y *tzeltal* insisten en que la política educativa chiapaneca y mexicana no responde a las realidades del contexto histórico, ni tiene en cuenta los conocimientos de los pueblos originarios sobre su territorio. Por ello afirma, Bolom que las prácticas comunitarias del Lekil Kuxlejal forman parte de la resistencia frente al modelo de desarrollo impuesto. Menciona “La dignidad de los habitantes de estos bellos parajes de la geografía de los pueblos originarios es inherente a su territorio y a cada una de las vivencias

comunitarias que se desenlazan en éste. El equilibrio entre los espíritus de la naturaleza y el espíritu humano no debe alterarse, su relación a diferencia de las lógicas del extractivismo y la acumulación son recíprocas, en ayuda mutua y coexistencia de la vida”, (Bolom, 2017, pág. 100).

En este trabajo de investigación propone entonces comprender las prácticas de resistencia de los pueblos originarios y las maneras en que permean la escuela para enfrentar el caos social que está perpetuando el modelo educativo rural en la política del desarrollo nacional. El autor menciona que “nace la necesidad de urdir la historia como sujetos críticos y las maneras que movilizan la escuela como alternativas de vida, autonomías colectivas, filosofías y pedagogías ancestrales que, a pesar de la folklorización y despojo, perviven en las pedagogías cotidianas y de los movimientos en los contextos de los pueblos originarios (Tsotsiles y tseltales)”, (Bolom M. , 2007, pág. 101).

En relación con el *Lekil Kuxlejal*, Bolom; lo describe como un pensamiento milenario de pueblos indígenas que han logrado la sostenibilidad de la vida en sus territorios, ricos en biodiversidad y con conocimientos ancestrales que fueron invisibilizados durante siglos. Es un concepto en construcción que aspira ir más allá del desarrollo convencional, se basa en una sociedad donde conviven los seres humanos entre sí y con la naturaleza, (Bolom, 2017).

Por su parte, Jaime Schlitter Álvarez en su investigación del (2012) en titulada: “¿*Lekil Kuxlejal* como horizonte de lucha? propone una reflexión colectiva sobre la autonomía en Chiapas”, para comprender el concepto el *Lekil Kuxlejal* como un “concepto cultural tsotsil y tseltal que nombra ciertas prácticas y formas de entender, crear y recrear el mundo, que tienen que ver con la relación de respeto con los demás y con la tierra, así como una búsqueda de armonía con ella y con los ciclos vitales que la componen; que comprende y respeta la dimensión sagrada de la tierra y de la vida y busca un bien común entre todos”, (Schlitter Álvarez, 2012, pág. 16). El autor considera y analiza el concepto no solo en términos discursivos, sino en lo que representan dichas prácticas culturales, políticas y sociales en tanto base de un proyecto político y social que se lleva viviendo desde hace tiempo en las comunidades indígenas de Chiapas (Schlitter, 2012).

Finalmente, en Sudamérica, encontramos la investigación de Mariana D. Gómez, (2020), nos presenta un trabajo de investigación titulado “Desde los márgenes de la (pluri)nación. Movimientos Indígenas por el Buen Vivir” aborda el panorama del buen vivir con amplitud y desde los inicios de la lucha por los derechos del buen vivir, pero sobre todo me parece

importante rescatar el énfasis en feminismo y buen vivir, el cómo se han venido organizando las mujeres.

En este trabajo, de finales del 2014, la autora menciona un colectivo de mujeres denominado “Movimiento de Mujeres Indígenas por el Buen Vivir” (MMIPBV), liderado por la activista mapuche Moira Millán, y que alcanzó notoria visibilidad en el movimiento de mujeres y disidencias argentino durante 2017 a 2019. Este trabajo se inserta en una investigación más amplia sobre acciones colectivas y procesos organizativos e identitarios de mujeres que se auto reconocen como integrantes de alguna comunidad, pueblo o nación indígena u originaria en Argentina, considerando el protagonismo que disputan las mujeres de origen indígena en los espacios de activismo y militancia, debido al relato transnacional globalizado de “la mujer indígena” (Gómez, 2020, pág. 137).

Gómez (2020) en su investigación da a conocer el MMIPBV como un “colectivo de mujeres que se auto reconocen como miembros y/o descendientes originarias” que existen en su país, aunque varias de éstas serían el resultado de los procesos de reemergencia étnica indígena de las últimas tres décadas (Gordillo y Hirsch 2010; Lazzari 2017 citado en Gómez, 2020, pág. 139).

Su primera acción colectiva se hizo en el 2015 y buscó instalar en el debate público el “derecho al Buen Vivir o el Buen Vivir como un derecho (Álvarez Ávila, 2019). Luego fueron tomando otras problemáticas que atañen a las mujeres indígenas del país, se sumaron nuevas mujeres que se encuentran en el proceso de identificarse como “originarias” y también colaboradoras no indígenas”, (Gómez, 2020, pág. 139)

En cambio, Gloria Alicia Caudillo Félix, en su texto de (2016) titulado; “Las mujeres indígenas y el buen vivir” hace un análisis del discurso de las mujeres indígenas en torno “al Buen Vivir (Sumak Kawsay) o el Vivir Bien (Sumak Qamaña), con la finalidad de detectar la concepción que ellas tienen de esta alternativa ofrecida por los movimientos indígenas, ante lo que consideran es la crisis del sistema capitalista mundial” (Caudillo, 2016, pág. 93). La idea de la autora es “recuperar la mirada de las líderes, que lanzan propuestas propias, mostrándose como las portadoras de los valores culturales indígenas y desde esta perspectiva enriquecen el Buen Vivir”, (Caudillo, 2016, pág. 93).

2.1.2 Lekil Kuxlejal con énfasis en la agroecología y la soberanía alimentaria

En relación con el tema, la autora María Ximena Gordillo Triviño (2019), realiza una investigación titulada “El buen vivir en lo local una aproximación desde la soberanía alimentaria. Caso: asociación *Sumak Mikuna*”. Se trata de un estudio de caso de la Asociación de Productores Agroecológicos *Sumak Mikuna*, organización ubicada en la el Cañar, en el Ecuador. La asociación tiene más de 10 años de experiencia poniendo en práctica la propuesta de Soberanía Alimentaria desde la perspectiva del buen vivir, con el fin de reflexionar sobre el concepto a nivel local a través de la perspectiva de sus miembros, (Gordillo, 2019, pág. 7). Sumak Mikuna es una sociedad constituida en el año 2010 por agricultores campesinos del cantón El Tambo, Provincia del Cañar, con autorización de la superintendencia de Economía Popular y Solidaria, y que tuvo como objetivo principal la producción y comercialización de productos agroecológicos. “Un grupo de 60 agricultores de la zona del Tambo se juntan para realizar un proyecto de producción de frutillas orgánicas, y se organizan bajo el nombre de Frutillera”, (Gordillo, 2019, pág. 11).

Este proyecto la Asociación de Productores Agroecológicos termina alrededor del 2007, no obstante, miembros del grupo deciden juntarse para empezar a producir más alimentos orgánicos, especialmente hortalizas, y salir al mercado, pero se encuentran con dificultades ya que los intermediarios no les permitían vender en sus mercados deciden conformar una asociación oficial, que tenga participación y relación con las instituciones públicas, para facilitar el acceso al mercado y promover prácticas agrícolas responsables (Gordillo,2019).

Por su parte, Luciano Concheiro Bórquez y Violeta Núñez, en su investigación titulada: “El Buen Vivir en México: ¿Fundamento para una perspectiva revolucionaria?” (2011) analizan que, a partir de una confrontación y lucha de clases, los pueblos “insisten” en defender sus cosmovisiones y “cosmovivencias”, como parte de ese “Otro vivir” que implica el bien para todos, incluidos hombres, mujeres, plantas, animales, tierra, agua, viento, montañas, muertos, sol, luna, entre muchos otros. Porque todos son complementarios y necesarios en un universo conformado por una compleja diversidad (universo–diverso).

Por esto, algunos pueblos, en el caso especial que menciona esta investigación como el *tojolabal* (pueblo maya del sureste mexicano), retoman el *lekilaltik* que lo traduce en lo siguiente: “*lek*: bien,

bueno; *tik: nosotros*, es decir, el “bien de nosotros” (plural), en donde el “nosotros” incluye una totalidad–diversa), porque condensa el tipo de vida en el que ellos se conciben”, (Concheiro N. V., 2014, pág. 185). Además, mencionan estos autores que, en diversos pueblos del territorio mexicano, desde 1994, año del levantamiento armado indígena campesino del Ejército Zapatista de Liberación Nacional, se busca la edificación de una alternativa al modo de vida del capital, producción-consumo de mercancías que persigue la ganancia.

Frente a esto emergen proyectos como las autonomías zapatistas y los miles de experiencias: “de autonomía, de agroecología, de formas productivas, de consumo responsable, de otro tipo de banca, de otra moneda, por mencionar algunas, que ganan principalmente el mundo rural, y están encaminados a construir alternativas” (Concheiro & Nuñez, 2011, pág. 185).

Por su parte, Caudillo citando Enriqueta Huanto Ticona, líder aimara boliviana, en entrevista realizada por Juan Nicastro en 2010 y ante la pregunta de ¿qué plantean las mujeres indígenas ante el cambio climático? expresan lo siguiente:

“Como mujeres somos productoras, como la tierra. Entonces aquellas mujeres líderes indígenas que estamos trabajando este tema, tratamos de defender lo que hacían nuestros abuelos y abuelas, esa armonía con la tierra, ese respeto entre la naturaleza y la vida humana, que con el sistema capitalista se rompió. Porque aquello fue visto por el capitalismo como retraso y subdesarrollo. La naturaleza tiene tanto valor como nosotros. En nuestro mundo andino, decimos que la piedra habla, el viento habla, el sol habla, los animales hablan. Eso es el Buen Vivir (o Vivir Bien), que todos vivamos con equidad y en equilibrio con la naturaleza”, (Huato, 2020 citado por Caudillo, 2016, pág. 96).

Por su parte, Valeria Cuervo Guerrero, en su investigación titulada “Tejiendo la comunidad procesos organizativos, identidades y estrategias para el buen vivir en la selva de concreto” (2014). Se enfoca en la organización vecinal que le ha permitido al colectivo el desarrollo de proyecto como “la Agricultura Sustentable a Pequeña Escala (ASPE) que a la vez propicia y mantiene la convivencia a través de la apropiación del territorio y de la construcción de nuevos conocimientos y significados. Partiendo de la idea de que otras formas de vivir la ciudad son posibles, se fortalece el tejido social a través de proyectos que incorporan una visión ambientalista fundamentados en principios de sustentabilidad y Buen Vivir o vida digna” (Cuervo, 2014, pág. 3).

Este trabajo también habla sobre “la larga trayectoria organizativa que ha generado una cultura sustentada en el diálogo y la intervención donde la participación de las mujeres ha sido un factor clave y a pesar, de que todavía existe un sexismo que representa una desventaja para las mujeres” (Cuervo, 2014, pág. 4). Indica que “el Buen Vivir que desde hace algunos años ha dado un giro político al redefinir sus economías para buscar alternativas de desarrollo frente al modelo neoliberal.” Además, se trata de una crítica al mercado autorregulado que; apuesta por la privatización de la tierra y de los servicios públicos. Entonces el buen vivir lo definen en cuatro ejes: economía solidaria, soberanía alimentaria, derecho a la salud y derechos ambientales (Cuervo. 2014).

Dominique Raby (2018) en su texto titulado: “Nuestra Madre sufre y llora. Violencia intrafamiliar y Buen Vivir desde la relación con el maíz en una comunidad nahua de Guerrero, México”, reflexiona a partir del análisis de la relación con el maíz en una comunidad nahua de Guerrero, México. Basándose en tres relatos tradicionales pone atención a la voz de las mujeres y muestra cómo el maíz es considerado como sujeto femenino de la casa, a través de conceptos indígenas como la complementariedad y el Buen Vivir.

“Aun cuando usa la palabra “vida” en una expresión que puede parecer bastante general y retomada del español, en realidad, el sentido aquí es, al contrario, muy preciso. “Vida” significa “buena vida” o *kualli nemiliztli*, es decir, la versión local del “Buen Vivir”. Y para que sea “vida”, explica la muchacha-maíz, ella tiene que ser “amada y respetada”. También es vivir en la ayuda mutua y la reciprocidad: el maíz nutre a la familia que le da de comer en la ofrenda anual. *Xvida* (“no [es] vida”) o *xkalli nemiliztli*, el mal vivir, es la falta de amor, respeto y ayuda mutua, que se concretiza en el maltrato” (Raby, 2018, pág. 52).

Menciona que la tradición siempre es una negociación. Existen tradiciones buenas o malas dependiendo para quien les conviene, por eso existe un conjunto dinámico y dialógico. En este sentido, los relatos y representaciones acerca del maíz pueden ser útiles para luchar contra la violencia intrafamiliar en el Alto Balsas porque los valores que encarna las plantas son los más efectivos en relación con las mujeres y lo femenino en el sistema de representación nahua (Raby, 2018).

Las mujeres indígenas organizadas buscan promover la equidad de género en el respeto de su cultura, a pesar de sus costumbres y tradiciones permeadas por la jerarquía de género. La autora

retoma una preocupación, a partir de la experiencia vivida en su comunidad nahua del Alto Balsas en estado de Guerrero, para proponer una reflexión sobre los vínculos entre la vigilancia a la violencia intrafamiliar y la relación tradicional con el maíz (Raby, 2018).

Por su parte, Antonio de Jesús Nájera Castellanos (2013), en su investigación “*Ja jlekilaltik*: una aproximación a la proyección histórico-utópica de los Tojolabales”, aborda la perspectiva de los conocimientos culturales a partir de la categoría de bienestar o vivir bien como esperanza de vida. Desde un Pueblo maya contemporáneo de la zona fronteriza de Chiapas, el Pueblo Tojolabal, pone de manifiesto la colonialidad, por un lado, y por otro la resignificación de las filosofías y las epistemologías de un pueblo indígena mesoamericano, como posibilidad de construcción de conocimientos culturales como pueblo. Es decir, se esboza la construcción del concepto filosófico de *jlekilaltik*, desde la experiencia de acompañamiento con las comunidades tojolabales, como principio ético y moral que articula la vida social de los sujetos, con quienes acompaña el “proceso de búsqueda de otras alternativas civilizatorias no centradas en el capital, sino sustentadas en la colaboración y complementariedad” (Nájera, 2013).

El autor indica que las poblaciones rurales han presentado cambios estructurales que en la mayoría de las ocasiones les han conducido a la incorporación de modelos económicos y sociales que lejos de tomar en cuenta sus necesidades, representan los intereses de los “grupos de poder”, ya que la sociedad liberal industrial se constituye no sólo en el orden social deseable, sino en el que es presentado como único posible. Para “el Buen Vivir o Wen Chumul esto significa que las personas que viven bien son aquellas producen, que tienen abundancia en sus cultivos, las que cosechan maíz, frijol, verduras y, las que crían animales en la casa”, (Nájera, 2013, pág. 100).

Por su parte la autora Lorena J. Álvarez Moreno (2019), en su investigación “*Jcanan Nantic Lum Kinil* / cuidadores y cuidadoras de la madre tierra: un proyecto epistémico y político de educación agroecológica para el *Lekil Kuxlejal*”, analiza el *Lekil Kuxlejal* desde el proyecto agroecológico de las y los Cuidadores⁶/as de la Madre Tierra en la comunidad tseltal de Bachajón.

⁶Una organización nacida en el seno de la Misión jesuita de Bachajón bajo la influencia de la Teología de la Liberación, la pastoral de la tierra y su propia espiritualidad maya tseltal, ha asumido el desafío de propagar el uso de la agroecología y otras estrategias para el cuidado de la Madre Tierra para lograr la regeneración y defensa de su territorio (Álvarez, L. 2019, pág. 15).

Álvarez Moreno realiza este trabajo desde el acompañamiento a la consolidación de las parcelas demostrativas en las comunidades, donde se dan prácticas como el reconocer y comprender las lógicas políticas, epistémicas y pedagógicas, dando espacio a la descripción y análisis de los aspectos operativos y organizativos para impulsar la agroecología en el territorio. La autora analiza su experiencia en el diplomado de agroecología desarrollado con la población al considerar que su carácter sistemático “ofrece la oportunidad de mirar de manera integral los momentos de apropiación y los aspectos epistémicos y pedagógicos presentes en el diseño, planeación, ejecución y evaluación” (Álvarez Moreno, 2019, pág. 26).

Y concluye que “Desde esta perspectiva formar para la agroecología y el cuidado de la Madre Tierra desde la matriz epistémica que hemos presentado, establece unas bases mucho más profundas, que la de una simple formación técnica; pues encaja muy bien con la racionalidad relacional con el territorio y lo que en él habita y promueve la recuperación de saberes bioculturales antiguos que se han venido perdiendo” (Álvarez Moreno, 2019, pág. 274).

Por otro lado, también explica que las privaciones y desigualdades que se viven en las comunidades, aunadas a “los modelos de vida que se presentan a través de los medios de comunicación, hacen más vulnerables a las personas (incluyendo a los mismos Cuidadores) a la depresión, las rencillas o a buscar escapes en el alcohol o la migración; ante las necesidades económicas, el manejo de los recursos económicos generados por un proyecto puede ser un motivo de discordia”. (Álvarez Moreno, 2019, pág. 275).

También resalta que la falta de tierra proveniente de la explosión demográfica y la necesidad de producir su propia comida, hace a un lado los valores utópicos del *Lekil Kuxlejal* generando disputas y violencia en las comunidades. Menciona también que las que son más vulnerables son las mujeres, que salen huyendo ante violencia sistémica o comunitaria.

Los cambios que han podido testimoniar en los últimos 13 años le permiten afirmar que la identidad tseltal es dinámica, en constante cambio y construcción, y es imposible detener la influencia de los medios de comunicación o la migración de los jóvenes, entre otros factores de cambio. En el escenario político actual, la agroecología se convierte en una herramienta para favorecer la re-campesinización del territorio, y ofrecer alternativas a la deforestación, al hacer un mejor uso de los suelos e intensificar y diversificar la producción (Álvarez Moreno, 2019, pág. 275).

Es bien sabido que la educación siempre responde a los fines o ideales de una sociedad y organiza sus contenidos en “torno a ello; en el caso de los Cuidadores el horizonte es el *Lekil Kuxlejal* el de la Vida Buena y Vida en armonía y plenitud, es un modelo de vida alternativo acorde con su cosmovisión, que comparte con otros pueblos indígenas de toda Abya Yala... Los pueblos indígenas han persistido en la lucha por el reconocimiento de su otredad. Así en Ayba Ayala avanzan en procesos similares de reivindicación política y cultural, que derivan en la necesidad de formular propuestas alternativas que confluyen en la reivindicación del Buen Vivir-Vivir Bien, como modelo de vida” (Alvarez Moreno, 2019, pág. 274).

Concluyendo, *Lekil kuxlejal* o el Buen Vivir como se dice aquí en los Altos de Chiapas es una propuesta de los pueblos originarios que se ha venido reflexionando, para recuperar los saberes filosóficos y epistemológicos que sustentan este pensamiento ancestral desde la memoria oral que ha venido por generaciones y que es una construcción cambiante y de la que también hay diferentes puntos de vista desde los autores y autoras.

La soberanía alimentaria es una crítica a la acumulación capital sobre el sistema productivo por grandes potencias, que tiene la facilidad de acceso de comidas chatarras que ha llevado a la desnutrición de los niños (as). Entonces la soberanía alimentaria es una propuesta política que refuerza el conocimiento ancestral de los pueblos originarios, que busca garantizar la perdurabilidad y la sustentabilidad y que es un derecho humano de alimentarse saludablemente y nutritiva y apropiados y producidos localmente. At’el tiene un espacio de huerto comunitario donde las mujeres podamos sembrar y cosechar nuestro propio alimento y plantas medicinales.

2.1.3 *Lekil Kuxlejal* con el énfasis de la economía solidaria

La autora Ana P. Cubillo Guevara (2017), en su investigación “El buen vivir en Ecuador” habla de las dimensiones políticas de un nuevo enfoque de economía política del desarrollo. Menciona que el Buen Vivir en Ecuador tiene dimensiones políticas de un nuevo enfoque de Economía Política del Desarrollo. La autora recopila siete artículos, concentrándose en “el impacto del

concepto Buen Vivir (Sumak Kawsay en lengua kichwa y quecha)⁷ el ámbito académico de la Economía Política del Desarrollo, en especial desde que éste fue incluido en las Constituciones de Ecuador y Bolivia. A partir de ahí ha surgido una Economía Política del Buen Vivir, como propuesta alternativa al desarrollo surgida desde el pensamiento de los pueblos andino-amazónicos" (Cubillo, 2017, pág. 19).

“En las diversas publicaciones revisadas, se pueden ubicar los siguientes temas: los debates abiertos sobre el *sumak kawsay* desde 2008 en América Latina, y especialmente en Ecuador y Bolivia; las corrientes de pensamiento sobre el buen vivir que desde el 2000 existen en América Latina, y especialmente en Ecuador y Bolivia; el origen del *sumak kawsay* como fenómeno social alternativo al desarrollo. Se encuentran también análisis sobre el trans-desarrollo, que incluiría el decrecimiento y el buen vivir, como manifestación de la trans-modernidad en diferentes países del mundo desde principios del siglo XXI; los fundamentos teórico normativos que deben servir de base para una posible construcción del buen vivir en América Latina; la deconstrucción del concepto de buen vivir y la genealogía de sus diversos manantiales intelectuales en América Latina; así como la genealogía de los discursos del buen vivir desde 1992 hasta 2016.” (Cubillo, 2017, pág. 37).

Por su parte, Pascual M. Lema Guebla (2017) en su escrito “La economía popular y solidaria (EPS): en el buen vivir de los habitantes de la parroquia Santiago de Quito, cantón Colta provincia de Chimborazo”, aborda el buen vivir para determinar la manera en cómo la entidad pública de Instituto de Economía Popular y Solidaria (IEPS) a través del Ministerio de Inclusión Económica y Social (MIES) contribuye a las familias de la parroquia Santiago de Quito para que puedan mejorar la economía popular y solidaria en los pobladores de esa parroquia”, (Lema, 2017, pág. 11).

Menciona que “la mayoría de la población se dedica la actividad agrícola como es la siembra de papas, quinua, avena, cebada; en donde la producción se utiliza en una primera etapa para el autoconsumo, mientras que en una segunda parte es comercializada en la feria del cantón Colta los días domingos. Santiago de Quito cuenta con una población indígena su idioma es Kichwa

⁷ En la lengua quechua el Sumak Kaway; Buen Vivir, vida plena, escrito en sus respectivas constituciones (Ecuador 2008 y Bolivia 2009).

un 85% hablan alrededor de las comunidades indígenas que pertenecen a la parroquia” (Lema, 2017, pág. 7).

El tema que investigó dio a conocer los logros alcanzados a través de los programas sociales que impulsa la Economía Popular y Solidaria en la parroquia Santiago de Quito. Uno de sus objetivos de su investigación es la difusión de la información de los programas sociales que ha contribuido el MIES en beneficio de la comunidad Santiagueña. El mismo autor afirma que el Buen vivir es un eje central en estos esfuerzos (Lema, 2017).

Por su parte, Ana Zambrano Sacoto (2015), en su investigación titulada: “Aportes de la Economía Feminista a la conceptualización del Buen Vivir”, muestra un acercamiento teórico a conceptualización tanto ancestral como a la académica y ‘oficial’, como propuesta que recoge diversas ideologías y aportes teóricos que alimentan la idea del Buen Vivir y que en la Constitución del Ecuador se ha ratificado como un fin a alcanzar para el bienestar tanto social y como económico de las personas. Este aporte teórico analiza las relaciones de género dentro del ámbito económico y cómo estas se manifiestan a través de roles y estereotipos diferenciados por sexo, lo que ha dado paso a diversas brechas y al no reconocimiento y valoración de trabajos y actividades que sostienen la vida, tanto social como económica.

La autora plantea en su estudio que, al ser el Buen Vivir una propuesta diferente de economía, convivencia armoniosa con la Naturaleza y bien común, bajo los principios de igualdad, reciprocidad, equidad, igualdad, etc. entre mujeres y hombres diversas, ésta permite evidenciar los puntos de encuentro o de desencuentro con la economía feminista y sus aportes y críticas a la economía tradicional.

La autora plantea en su estudio que, al ser el Buen Vivir una propuesta diferente de economía, convivencia armoniosa con la Naturaleza y bien común, bajo los principios de igualdad, reciprocidad, equidad, igualdad, etc. entre mujeres y hombres diversas, ésta permite evidenciar los puntos de encuentro o de desencuentro con la economía feminista y sus aportes y críticas a la economía tradicional.

En cambio, Ana C. Galvis Martínez (2012), en su investigación nombrada: “Circuitos Cortos de Comercialización: Fuentes de Buena Vida” habla del problema de comercialización de los productos de los campesinos aquí en la Ciudad de San Cristóbal, que compara con dos modelos de agricultura, desarrollo rural y producción de alimento, a) “el modelo dominante-hegemónico-

capitalista y b) el modelo alternativo de producción basado en la agricultura familiar y campesina” (Galvis Martínez, 2012, pág. 7).

En este trabajo la autora posiciona, en el paradigma alternativo del Buen Vivir y bajo el marco teórico del desarrollo a escala humana, indicadores cuantitativos y cualitativos que muestran el aporte de los circuitos cortos y otros canales de comercialización al bienestar de las comunidades que los integran.

Como resultado pudo demostrar que el circuito de comercialización (CCC) evaluado “tiene la potencialidad de satisfacer todas las necesidades humanas fundamentales y de brindar buena vida de forma integral a quienes venden en ellos. El CCC tiene fortalezas claras en la satisfacción de la necesidad de afecto (valoración del trabajo) y participación; y debilidades en la satisfacción de la necesidad de subsistencia (pocos ingresos económicos) y de afecto (conflictos relacionados al grupo)” (Galvis Martínez, 2012, pág. 7).

La autora refiere a la necesidad de construir una sociedad con diversos tipos de mercados, para no tener una sociedad mercantilizada. “No se quiere una economía controlada por monopolistas y especuladores, pero tampoco se promueve una visión estatista a ultranza de la economía. Sostiene que se debe tener otra postura frente al mercado y reconocer que el mercado por sí solo no es la solución, tampoco lo es el Estado, se debe entonces estimular relaciones dinámicas y constructivas entre el mercado, la sociedad y el Estado (Gudynas & Acosta, 2011: 77-78 citado en Galvis, 2012, pág. 25)”.

También retoma a Dávalos (2008) para analizar el Buen Vivir como “una alternativa al paradigma hegemónico de “desarrollo” propuesto por el discurso neoliberal. Este da la posibilidad de vincular al hombre con la naturaleza desde una visión de respeto; la oportunidad de devolverle la ética a la convivencia humana; anima a establecer un nuevo contrato social en el que puedan convivir la unidad en la diversidad; y valora la multiplicidad de opciones que pueblos y comunidades en todo el planeta están formulando como alternativas al modelo civilizatorio en crisis” (Dávalos, citado en Galvis 2012, pág. 25).

En conclusión, el concepto del *Lekil Kuxlejal* o Buen vivir resulta ser una construcción milenaria de proyectos colectivos de pueblos originarios, a partir de su propia cosmovisión y sus sistemas de valores y herencia de conocimientos, experiencias y de esa sabiduría que brinda el dialogo con la naturaleza. A lo largo del tiempo se fue desapareciendo por la acumulación de cualquier tipo

de bienes materiales contraria al buen vivir. Actualmente se vuelve a retomar el concepto reconstruyendo alternativas de vida para el bien común de los pueblos originarios. Los temas como agroecología, soberanía alimentaria y economía solidaria, de algunos autores son abordajes que nos ayudan a reflexionar sobre el consumo y producción de nuestros alimentos, de manera saludable y consciente con la madre tierra, en una relación armoniosa y libre de violencia hacia las mujeres y la naturaleza. Retomando las prácticas comunitarias desde la economía solidaria haciendo el tequio o el trueque donde la moneda no sea la base de la desigualdad y que se encuentre otras formas de pago.

2.2 Marco Teórico: Hacia una mirada feminista del Buen Vivir

En este apartado intento indagar con los autores (as) de Abya Yala que han interpretado el Buen Vivir desde en su origen epistemológico, como propuesta nacida de la reivindicación indígena de reconocimiento. Es llamativo que este discurso logró su inclusión en las Constituciones ecuatoriana y boliviana, conceptualizado por los movimientos indígenas de dichos países, por lo que pretendo profundizar sobre los significados retomados por los autores.

Según se puede encontrar en distintos textos, es en la década de los ochenta que surgen nuevos actores en el movimiento indígena latinoamericano, con las organizaciones indígenas de la Amazonia, con las organizaciones indígenas guatemaltecas y con las organizaciones indígenas mexicanas. Este resurgimiento indígena da lugar a la recuperación de los conocimientos ancestrales en este siglo, en palabras de Huanacuni: “Con las enseñanzas del camino del Vivir Bien basado en la revalorización de los saberes ancestrales y el despertar del conocimiento, en el que retornará el equilibrio y a la armonía a los pueblos originarios del *Abya Yala*”, (Huanacuni, citado en Rodríguez, 2016, pág. 107).

El concepto *Lekil kuxlejal*- buen vivir ha sido abordado por diversos autores latinoamericanos. Gudynas define al Buen Vivir o *Sumak Kawsay* como, “la satisfacción de las necesidades, la consecución de una calidad de vida y muerte dignas, el amar y ser amado, y el florecimiento saludable de todos, en paz y armonía con la naturaleza, para la prolongación de las culturas humanas y de la biodiversidad. Supone tener tiempo libre para la contemplación y la emancipación, y que las libertades, oportunidades, capacidades y potencialidades reales de los individuos/colectivos se amplíen y florezcan de modo que permitan lograr simultáneamente aquello que la sociedad, los territorios, las diversas identidades colectivas y cada uno —visto como un ser humano/colectivo, universal y particular a la vez”, (Gudynas, 2011, pág. 8).

“La existencia de una cosmovisión, filosofía y en general forma de vida distinta a la occidental ha sido una reivindicación histórica de los pueblos originarios, por ello el Buen Vivir se encuentra en la esencia de la resistencia a la asimilación cultural de los indígenas” (Rodríguez, 2016 :108).

Se puede entender como un proceso encaminado a una mejora participativa de la calidad de la vida, a partir no solamente de un mayor acceso a bienes y servicios para la satisfacción de las

necesidades humanas, “sino también de la consolidación de la cohesión social, valores comunitarios, y la participación activa de individuos y comunidades en las decisiones relevantes para la construcción de su propio destino, sobre la base de la equidad con respeto a la diversidad”, (Larrea, 2017, pág. 7).

Para Aura Cumes, feminista guatemalteca, en la cosmovisión ancestral de la vida, se enseña que todo se vive de manera integral: la tierra, las montañas, el agua, las plantas, el sol, la luna, las estrellas, así como todo lo que no vemos, todo está en constante movimiento. Así, “el universo se compara con un gran tejido; animales, seres humanos y todo cuanto vive, somos un hilo de este tejido. Todo está interconectado, interrelacionado, es complementario e interdependiente, de modo que el deterioro de algo desencadena la descomposición de todo”, (Cumes A. , 2014, pág. 8).

Cumes comprende que el Buen Vivir “es integral, promueve la cosmoconvivencia y la complementariedad, la libertad, los derechos de la naturaleza, la libre determinación de las personas y los Pueblos, de las identidades, cuerpos, sexualidades y territorios; es colectivo y promueve el cuidado de la vida y el placer. Es un proyecto político que promueve la recuperación de todos los principios y su práctica conlleva el ejercicio de la descolonización y despatriarcalización, así como la emancipación de las distintas opresiones.” (Cumes A. , 2014, pág. 15).

Por su parte, Prada, expresa que el concepto trasciende el disfrute de satisfactores pues tiene una expectativa transformadora: “la perspectiva de un Estado capaz de garantizar para su población aquellas condiciones básicas de reproducción de la vida, y que tal reproducción no atente ni ponga en riesgo la generación de la biodiversidad natural (Prada, 2012), (Ramirez, 2019, pág. 69)

En las investigaciones pasadas de Guillen y Phélan (2012), plantean y reflexionan sobre el Buen vivir, la idea es buscar respuestas y provocar reflexiones frente a la situación actual, es decir la crisis global. “Es indagar, tejer ideas y propuestas desde una posición crítica de las teorías del desarrollo y alternativas. Que abren unas sociedades más justas, con mayores oportunidades y soportada sobre una relación armoniosa con la naturaleza”, (Guillén Alejandro, 2012, pág. 18)

Finalmente, de acuerdo con Ávila, para los mayas tseltales de Chiapas el término *lekil kuxlejal* significa vivir bien dentro y fuera de la familia. *Lekil* significa bueno y bien, *kuxlejal* vida o vivir. “Es la tranquilidad, la armonía, es el trabajo colectivo que une a casi todas las personas de cada

comunidad, es la plenitud, todo lo bueno que pueda existir eso es *lekil kuxlejal*. Si en la comunidad no hay tranquilidad, no hay acuerdos, no hay *lekil kuxlejal*” (Ávila, 2017, pág. 20).

Por otro lado, para Paoli, el *Lekil Kuxlejal* significa “solidaridad familiar, derecho a la educación, autonomía y libre toma de decisiones, derecho al conocimiento, valoración de los saberes tradicionales, el derecho a la alimentación, el enlace con el *ja’teletik* que son los servicios comunitarios, el *ch’abajel* que es la reintegración comunitaria, sus propias normas de justicia” (Paoli, 2003). (Citado por Ávila, 2017, pág. 21).

Los distintos significados aluden a un estado de plenitud, grandeza, realización y armonía en relación con la vida, con lo esencial y con el ser-estar en conciencia. Para los indígenas andinos el *sumak kawsay* es la Vida en Plenitud, la Existencia Plena o Plenitud de Vida (Simbaña, 2011; Macas, Chancoso, Huanacuni y Maldonado, todos en 2010); también es un estado del ser y estar de la persona, tanto individual como colectivo y en relación con el entorno (Chuji, 2009; Macas, 2010 y Huanacuni, 2010); y es una construcción del equilibrio, para llegar a la armonía y a un estado de máxima plenitud (Pacari, 2013). (Paoli, 2003) dice que el *Lekil Kuxlejal*, es mucho más que una utopía. Es la vida real, hoy degradada, que debería restaurarse” (2003:19). (Sánchez, 2012) dice que es la concepción del universo y apropiación de la naturaleza fundamenta el *lekil kuxlejal* porque cuando el hombre llega a tener su *ch’ulel* o conciencia también alcanza a conocer su existencia y su propia *yach’el* (esencia) (Sanchez, 2012).

2.2.1 Crítica al desarrollo

Eduardo Gudynas explica que “la palabra desarrollo usualmente invoca ideas de progreso y avances, especialmente en el campo económico, donde es común asumir que la naturaleza proveerá los recursos para alimentar esos avances” (Gudynas, 2004, pág. 13)

El Buen Vivir surge en el contexto de la resistencia del movimiento indígena ante la globalización neoliberal impulsada a finales del siglo XX, cuando se declara el triunfo del capitalismo como el pensamiento único, se anuncia el final del comunismo y se proclama el fin de la historia. Ante la crítica al modelo neoliberal, emerge la necesidad de elaborar propuestas alternativas que permitan al movimiento indígena superar las experiencias fallidas del siglo pasado (reformas agrarias, revoluciones inconclusas, etcétera) y posicionar su propio proyecto político...” (Rodríguez S., 2016, pág. 153).

En este contexto la conceptualización del Buen Vivir surge desde la crítica del mundo indígena al desarrollo occidental mestizo, al ser un planteamiento que cuestiona la efectividad de los valores occidentales que sustentan el pensamiento patriarcal y colonial que se ha impuesto a las culturas y pueblos indígenas y que les han obligado a transformar sus modos de vida. “En este sentido se plantea que la resistencia indígena y su histórica lucha por el reconocimiento de lo diverso, logra la ruptura epistemológica con Occidente; a partir de la impugnación del eurocentrismo, la universalidad, la homogeneidad del sistema de vida y la violencia colonial hegemónica que sostiene al pensamiento dominante (Macas, 2011)”. (Rodríguez S., 2016, pág. 154).

En relación con el desarrollo, Rodríguez explica que desde la década de los sesentas se consolida en América Latina el enfoque de la dependencia dentro de las teorías de desarrollo convencional enfoque que reproduce la dependencia del mercado externo y la explotación y saqueo de los países más empobrecidos.

En esa idea, Aníbal Quijano explica, citando a Immanuel Wallerstein, que “lo que se desarrolla no es un país -una definida jurisdicción estatal sobre un territorio y sus habitantes-sino un patrón de poder o, en otros términos, una sociedad. Derrotadas hasta hoy las demás opciones, el patrón de poder hoy vigente es, aún, el capitalismo, esto es, la sociedad capitalista. (Wallerstein, 1996, 195-207)” (Quijano, 2000, pág. 74).

Por su parte, para Escobar, el desarrollo define “las condiciones bajo las cuales pueden incorporarse al discurso objetos, conceptos, teorías y estrategias. Es decir, el sistema de relaciones establece una práctica discursiva que determina las reglas del juego: quién puede hablar, desde qué puntos de vista, con qué autoridad y según qué calificaciones; define las reglas a seguir para el surgimiento, denominación, análisis y eventual transformación de cualquier problema, teoría u objeto en un plan o política” (Escobar, 2017, pág. 92).

En la década de 1960 es cuando se consolida el enfoque de la dependencia, con los aportes provenientes de América Latina y de otros lugares del mundo. La crítica de los dependentistas y estructuralistas señala las limitaciones de la teoría del desarrollo convencional que no considera las condiciones estructurales de la economía mundial, que reproducen la dependencia del mercado externo y la explotación interna en los países llamados subdesarrollados (Escobar, 2005; Dávalos, 2008).

En la realidad cotidiana de nuestras comunidades, el supuesto desarrollo ha generado impactos negativos, como la modificación de los modos de vida, los valores, las formas de subsistencia y reproducción social de la familia y la cultura. A esto se suma, según Viteri, “la entrada de nuevos conceptos como la pobreza material y monetaria; que a su vez se deriva de la disminución de las bases locales de subsistencia, la extracción de recursos naturales (hidrocarburos y de bosque) y la urbanización” (Viteri, 2002; Citado por (Rodríguez, 2016, pág. 10).

Esto explica el aumento de la migración de hombres y mujeres para alcanzar el ideal de “desarrollo”, lo que ha traído consigo la esclavitud del consumismo, el individualismo haciendo a un lado el lazo comunitario, rompiendo el tejido social.

En consecuencia, el capitalismo, un patrón de dominación/ explotación/conflicto, articulado en torno del eje capital-trabajo mercantilizado, pero que integra todas las otras formas históricamente conocidas de trabajo, se constituyó con América desde hace 500 años como una estructura mundial de poder.

Para Eduardo Gudynas, “el Buen Vivir siempre se enfocó en una crítica al desarrollo e incorporó alternativas de distinto tipo, que en casi todos los casos incluían aportes desde las culturas indígenas. La idea ha sido muy exitosa y por momentos se ha expandido vertiginosamente usándose de las más variadas maneras, en unos casos de forma superficial y en otros guardando la fidelidad a sus orígenes” (Gudynas, 2014, pág. 27).

Gudynas habla de tres usos del concepto Buen Vivir: el uso genérico, utilizado como etiqueta para criticar el desarrollo contemporáneo así como para respaldar acciones consideradas novedosas en los gobiernos latinoamericanos, o como lema de programas sociales; el uso restringido, desvirtuado por el modelo dominante cuando las alternativas siguen dentro del mismo patrón patriarcal, colonial y racista de la modernidad; y, el uso sustantivo, en el que el Buen Vivir es una crítica al desarrollo convencional con una propuesta para su superación. En este último caso, la propuesta surge de los saberes y prácticas de los pueblos indígenas.

Para Gudynas, “El buen vivir abarca cuestionamientos sobre los conceptos, las prácticas, los discursos y la institucionalidad del desarrollo contemporáneas problematiza los modos de entender el bienestar, denuncia la forma bajo la cual se manipula la naturaleza o incluso el sentido de su devenir histórico” (Gudynas, 2012, pág. 78).

Retomando a Rodríguez, en las últimas décadas del siglo pasado, a partir de la aplicación de las políticas neoliberales en América Latina “se abre un periodo de búsqueda de alternativas, con procesos diversos de gran relevancia como la lucha de los zapatistas en México (1994), los Foros Sociales Mundiales (como el de Porto Alegre en 2001) para otros mundos posibles y las movilizaciones indígenas en Suramérica, con la construcción de nuevos discursos como el del Buen Vivir (Esteva, 2009). En este contexto surgen las voces indígenas, que desde la reivindicación de la alteridad y de la validez de sus conocimientos, reafirman los históricos cuestionamientos a la imposición de un modelo de desarrollo” (Rodríguez S., 2016, pág. 168).

Concluyendo que el buen vivir es una crítica a la ideología del desarrollo impuesto por colonizadores hacia los pueblos indígenas con prácticas violentas, saqueo y explotación por recursos naturales por intereses económicos, lo que ha fragmentado a los pueblos por alcanzar el desarrollo. Entonces el Buen vivir es una apuesta para criticar y cuestionar las practicas del desarrollo que no ha traído beneficio en la vida humana y la madre tierra y volver a conectar con los conocimientos ancestrales para parar el consumo capitalista, que ha traído consecuencias desde la privatización de los territorios, actualmente ha afectado la salud humana y ambiental.

2.3 Como critica a la violencia contras las mujeres: *Lekil kuxlejal, ta slo'iltal ti oy ilbajinel li stojol antsetik*

Las mujeres indígenas han tenido que enfrentar tanto los “silenciamientos” y etnocentrismos de los feminismos hegemónicos, como los esencialismos y rechazos de algunos sectores de los movimientos indígenas de sus países.

En el comienzo de participación de las mujeres inició en el marco de un proyecto colectivo que han venido participando académicas y activistas que trabajaron por la justicia de género en contextos de pluralismo jurídico, la intelectual y activista kichwa Cristina Cucuri ha analizado los retos que enfrentó la Red de Mujeres del Chimborazo (REDMUJCH) para integrar sus perspectivas del “Buen Vivir” desde las mujeres indígenas en la Constitución ecuatoriana del 2008. A partir de su experiencia como integrante del Consejo Directivo de la REDMUJCH, Cristina Cucuri ha analizado las tensiones étnicas y de género que implicó incluir sus voces y su análisis mediante el documento “Nosotras en la Constituyente” en la nueva Carta Magna.

El citado documento fue elaborado por doce lideresas indígenas parroquiales, cantonales y provinciales, que se basó en las propuestas planteadas en los diferentes talleres que realizaron en comunidades de la región del Chimborazo, plantearon una agenda que incluía el concepto del “Buen Vivir” como crítica de la violencia de género. En esta propuesta partían de pensar el “Buen Vivir como la armonía y la paz con la naturaleza, con nosotras mismas y nuestros antepasados; como un camino hacia los derechos de las mujeres” (Hernández C. R., 2017, pág. 34).

En distintas regiones de América “Latina la participación de las mujeres indígenas en los movimientos de resistencia contra el despojo y la mercantilización de sus tierras y recursos naturales ha venido a trastocar los roles de género al interior de las comunidades y a confrontar las políticas de desposesión del Estado neoliberal. No es casual entonces que, ante el “peligro desestabilizador, los poderes locales y nacionales centren su violencia en las mujeres organizadas” (Hernández C. R., 2017, pág. 30).

En esta “acometida de violencia y despojo, los cuerpos de las mujeres se han convertido también en territorios para ser invadidos y violados. Las violaciones sexuales a las mujeres participantes en los movimientos de resistencia no son sólo un castigo por trastocar sus roles de género, son también un mensaje en la semántica de la violencia patriarca” (Hernández C. R., 2017, pág. 38).

A las mujeres de los pueblos originarios nos sembraron miedo, nos quitaron lo que pertenecemos lo que es poseer de la tierra, sabiendo que nuestras ancestras las han pertenecido, las mujeres con la tierra es un vínculo que pertenece las mujeres, pero por la fuerza de la violencia de los compañeros o hermanos hombres algunas hemos renunciado nuestro territorio.

Rosalba Hernández (2017) menciona lo siguiente; “La violencia y el despojo han estado configurados por las jerarquías raciales y de género que siguen prevaleciendo en nuestras sociedades. Han sido los pueblos indígenas y campesinos quienes más se han resistido a la privatización y mercantilización de sus recursos, desde epistemologías y visiones de mundo que confrontan la perspectiva utilitarista e individualista del capital; es por esta resistencia que han sido contruidos desde los discursos hegemónicos como “retrógrados y anti-progreso” y, en el peor de los casos, como terroristas y violentos” (Hernández, 2017, pág. 38).

En las últimas dos décadas el surgimiento de procesos organizativos de mujeres indígenas que a la vez que reivindican los derechos de sus pueblos a la tierra y al territorio, demandan sus derechos específicos como mujeres, y a una vida libre de violencia. En muchos casos estas mujeres se han apropiado de los nuevos espacios multiculturales para debatir o replantear la forma en que se entiende la cultura y la tradición.

Concluyendo lo que las autoras nos muestran sobre Buen Vivir como una crítica a la violencia hacia las mujeres, en lo personal considero que es de suma importancia mostrar estas violencias hacia los cuerpos de las mujeres de pueblos originarios. Por lo tanto, el Buen vivir es también cuestionar cuales el papel que juegan las mujeres dentro de las comunidades ante la desigualdad social e histórica, sobre todo que ha existido el dominio patriarcal ancestral y el despojo desde su cuerpo territorio. Es necesario visibilizar la vida y las experiencias de las mujeres en las comunidades, desde la perspectiva feminista, para mostrar estas violencias comunitarias que muchos autores hombres no describen.

2.3.1 Concepción cosmogónica comunitaria desde el Cuerpo y territorio

Un aporte útil para tener elementos en común con las propuestas que surgen desde el debate del Buen Vivir en América Latina es la corriente teórica del feminismo comunitario. Aura Cumes define el feminismo comunitario como “recreación y creación de pensamiento político

ideológico feminista y cosmogónico, que ha surgido para reinterpretar las realidades de la vida histórica y cotidiana de las mujeres indígenas, dentro del mundo indígena” (Cumes A. , 2014, pág. 19) Recalca su postura aludiendo que se trata de poner el pensamiento y el cuerpo para la construcción de un camino ante una libre de violencias, en los pueblos originarios incluyendo la visión de mujeres y hombres.

A sí mismo, para Adriana Guzmán, “el feminismo comunitario es un movimiento social, que responde a la forma circular del conocimiento y del pensamiento, que recuperaron críticamente de los pueblos originarios, formas del ser y del pensar, de repensar y de plantear para que permita superar formas de construir conocimiento, fragmentada, androcéntrico, lineal, racional y dominador de la naturaleza, formas que son incapaces de relacionar y tejer formas de la vida, para todo lo que vive y existe”, (Guzmán Adriana, 2014, pág. 61) Lo que se refiere a que la vida comunitaria y la colectividad se está perdiendo por las consecuencias que tiene el capitalismo de individualizar a las personas.

Para Julieta Paredes, el feminismo comunitario propone un marco conceptual dinámico en donde se identifican campos de acción y de lucha de las mujeres desde las comunidades. La primera dimensión es la del cuerpo y el reconocimiento de la existencia de cuerpos sexuados y atravesados por otras diferencias (color de piel, estatura, peso, etcétera). Además, “el feminismo comunitario concibe a las personas como una unidad, no abonando la dicotomía mente-cuerpo. Una de las demandas sostenidas desde este feminismo es la de lograr la representación política con nuestros cuerpos de mujeres, visibilizando las diferencias, pero para combatir las desigualdades que sobre ellas se instauraron”, (Paredes citado por Cano, 2017, pág. 60).

Asimismo, pensar al varón y a la mujer como seres complementarios (no en el sentido de pareja heterosexual, sino en sentido comunitario, ambos necesarios para crear comunidad): La comunidad está constituida por mujeres y hombres como dos mitades imprescindibles, complementarias, no jerárquicas, recíprocas y autónomas una de la otra. “Lo cual no necesariamente significa una heterosexualidad obligatoria, porque no estamos hablando de pareja, sino de par de representación política, no estamos hablando de familia, sino de comunidad” (Paredes, 2014: 87).

Para construir el paradigma de acción y esencia comunitaria es ser incluyente al decir que la comunidad está compuesta por las mujeres y los hombres, es entrever a las mujeres que están

siendo invisibilizadas por la hegemonía de los hombres, que para que haya el Buen Vivir es necesario que haya una redistribución equitativa de la reproducción de bienes y una conciencia profunda de la relación a la vida en su entorno.

Como bien señala Cabnal (2010) las violencias ejercidas sobre las mujeres de los pueblos originarios no solo vienen de fuera, si no también se generan dentro de las comunidades y que no se dieron sólo con el hecho colonial, sino que existía un patriarcado ancestral.

Por su parte, Cruz opina que para “entender la defensa de los territorios de las mujeres se tiene que comprender el proceso histórico del patriarcado. En el concepto cuerpo-tierra hay una demanda política que proviene de una reflexión colectiva de mujeres indígenas con el fin de mostrar su visión en la defensa de sus territorios” (Cruz, 2017, pág. 9).

La autora Lorena Cabnal (2018) llama el patriarcado ancestral desde el feminismo comunitario: “Este patriarcado originario que configuró roles, usos y costumbres, fue mezclándose con principios y valores, fue fortaleciéndose con los tiempos y hay elementos de análisis que nos hacen reflexionar y evidenciar sus manifestaciones, por ejemplo, la guerra entre los pueblos originarios, los cuales en disputa por diferentes problemáticas territoriales, ejercían supremacía de vencedores contra vencidos” (Cabnal, 2019, pág. 114).

Desde otra mirada, feministas no occidentales han colocado la importancia de ahondar en el cuerpo territorio que es: “Analizar nuestro devenir como sujetas en acción” (Espinosa Yuderkis, 2014, p. 9) “[...] Es un aprendizaje cotidiano e incesante, que ha requerido mucho amor, fuerza de decisión y valor para renunciar a prácticas patriarcales...” (Gómez Grijalva: 2013, p. 26). En este argumento el cuerpo visto como territorio es en sí mismo un espacio, un territorio-lugar, que ocupa, además, un espacio en el mundo y puede vivenciar todas las emociones, sensaciones y reacciones físicas, para encontrar en él, un lugar de “resistencia” y resignificación (Citado por Cruz, 2016).

Asimismo, Cruz (2016) el cuerpo-territorio es una epistemología latinoamericana y caribeña hecha por y desde mujeres de pueblos originarios que viven comunidad; es decir, la articulación cuerpo territorio pone en el centro lo comunitario como forma de vida. Además, a todas las demás personas nos ayuda a mirarnos territorialmente desde distintas escalas. Puesto que pone énfasis en la escala más micro, más íntima, que es el cuerpo”. Donde nuestro cuerpo es el primer territorio de lucha (Cruz, 2016, pág. 10).

Para las feministas comunitarias es necesario entornar en la cosmovisión maya para sanar desde la espiritualidad y reconectarse con nuestras ancestras. “Las abuelas y abuelos de los pueblos ancestrales hicieron florecer la cultura de la vida inspirados en la expresión del multiverso, donde está conectado, interrelacionado, nada está fuera, si no por el contrario todo es parte de la armonía y equilibrio de uno y del todo es importante para la comunidad” (Huanación, 2010, pág. 15).

En gran parte de los pueblos de la región andina del Abya Yala los pueblos ancestrales (primeras naciones) de norteamericana pervive la cosmovisión ancestral o visión cósmica, que es una forma de comprender, de percibir el mundo y expresarse en las relaciones de vida. Cada una de ellas con sus propias identidades, pero con una esencia común; el paradigma comunitario basado en la vida en armonía y el equilibrio con el entorno.

En la década de “1970 vienen a sumarse otras preocupaciones como el impacto del desarrollo en el medio ambiente, tema que si bien se había debatido en los años 1960 se hace visible con el informe sobre *Los límites del crecimiento* (Meadows, 1972), que señala los efectos negativos de la industrialización sobre la naturaleza (contaminación, explotación recursos naturales, pérdida de biodiversidad, etcétera) e incorpora el incremento de la población como un problema futuro”. Citado por (Rodríguez, 2016, pág. 180).

Por otro lado, el principio de respeto a la tierra no sólo como un recurso para la sobrevivencia o la mercantilización, sino como una Madre a la que hay que respetar y como un territorio del que los seres humanos no son dueños, sino parte integral, resulta fundamental en este momento de desarrollo capitalista caracterizado por la acumulación por desposesión (Harvey, 2003), Citado por (Hernández C. R., 2017, pág. 38).

Algunas mujeres en los pueblos originarios han permanecido en su lugar de origen, a pesar de la violencia defendiendo la vida y su familia. Aunque ella no posee la tierra, pero si apropiarlo mientras ellas tengan vida, al decir “la tierra queda cuando yo muera, de mientras procurar que me alimente, me cuide y agradecerla” (Pláticas con Doña Mary, 2023).

Lorena Cabnal reconoce que “la comunidad es un cuerpo y como tal siente, piensa, se mueve, ha sido oprimido, pero también tiene la potencia política para liberarse. Este cuerpo comunitario está conformado por el par político, el par conformado con la existencia reconocida y representada de los cuerpos de mujeres y hombres” (Cabnal, 2018).

En este apartado, concluyo desde el feminismo comunitario reflexiones que nos ayudan a dialogar y construir el Buen vivir desde las voces y experiencias de las mujeres, desde una perspectiva feminista comunitaria, a través de la defensa del cuerpo territorio, que construye el *Lekil Kuxlejal* de las mujeres. Son aportes que nos muestran que es posible el dialogo entre hombres y mujeres. Entonces es posible el Buen vivir donde las mujeres sean incluidas en la participación y acceso a los derechos humanos.

Capítulo 3. Metodología e intervención

3.1 Partir de mi experiencia como mujer maya tsotsil y migrante a la ciudad

Esta investigación se originó a través de mi proceso de reflexión y cuestionamiento ante las desigualdades sociales, la discriminación *ep ilbajmeletik* las múltiples violencias que tropecé como mujer maya tsotsil quienes los mestizos nos consideran indígena o indita que tiene una connotación de inferioridad y de desprecio hacia mi persona, al hablar tartamudeando su español. Y que esos daños han quedado en mi memoria en *k'ux ontonil*, en el dolor del corazón, que muchas veces también la viví en mi lugar de origen llamado comunidad. Esas violencias quien desequilibro mi ch'ulel y mis pensamientos. Que me fueron transmitiendo miedos al caminar en las calles, en lo laboral, en lo privado y en lo público y que además lo peor lo fui naturalizando normalizando.

Ante estas situaciones no llegaba a comprender y andaba en búsqueda de respuestas de donde viene estas ideologías donde las mujeres somos oprimidas, mientras iba buscando la respuesta se iba haciendo más complejo de entenderlo. Pero también mi ch'ulel maya tsotsil ha sido rebelde de no darme vencida y que gracias a mis ancestros me ha permitido estar donde estoy ahora estudiando una maestría.

Y considero la necesidad por visibilizar estas opresiones que vivimos las mujeres mayas tsotsiles y tseltales. En esta investigación las palabras que me resonaron e identificaron, fueron las experiencias compartidas de mujeres pensadoras de Ayba Ayala me colocaron dentro de las metodologías para llevar a cabo. Como educadora popular me fui involucrando en procesos de acompañamiento de otros procesos de mujeres y jóvenes en los que han resultado o reflejado mis propias vivencias y que hemos creado estrategias de lucha y resistencia de las opresiones tales como las compañeras defensoras comunitarias guatemaltecas que pretendemos hacer eco desde la construcción de nuevas metodologías del buen vivir cosmogónica.

Antes de conocer At'el pasé a otras organizaciones civiles, pero las ideas no convergieron con mis ideales hasta que encontré un espacio a similitud, con mujeres urbanizadas y racializadas quienes estaban cuestionando estas múltiples violencias, emprendiendo a organizarse para debatir perpetrar esfuerzo, para la construcción del buen vivir.

Este es el punto de partida de esta investigación parto de mi experiencia sentida y proceso de la colectividad porque los sujetos subordinados y marginalizados me interpelan, me afectan por mi propia historia personal y por lo que he venido caminando y reflexionando desde mi trayectoria de vida, desde pertenecer una etnia, al llegar a la ciudad donde fui excluyente por el racismo y desde ser trabajadora informal como empleada doméstica, al escuchar estas violencias me confronta me conmueve esta indignación ante las injusticias, por ello denuncié tanto mi experiencia y de las compañeras de At'el Antsetik.

3.2 Perspectiva metodológica: La experiencia y trayectorias formativas

La metodología de esta investigación es cualitativa en tanto me permitió comprender a profundidad las dimensiones de la realidad social y el sentido que las mujeres que integramos el Centro Comunitario At'el Antsetik procuramos a la construcción del Pas Lekil Kuxlejal.

“La investigación cualitativa es inductiva, las que investigan desarrollan conceptos e intelecciones, partiendo de los datos. Comienzan sus estudios con interrogantes formuladas vagamente y estudia a las personas en el contexto de su pasado y de las situaciones en las que se encuentren” (Álvarez, 2003).

Según Delgado (2010: 200) “los métodos cualitativos presentan un mundo en el cual las experiencias de las personas se visibilizan permitiendo la captura de las voces particulares, las identidades de quienes se investiga, sus semejanzas y diferencias” Por lo tanto es importante la subjetividad para explicar y comprender los sentimientos, ideas percepciones y experiencias de las mujeres.

Para lograr esta investigación rigurosa la recolección de información se realizó a través de la edificación de datos y métodos como la etnografía feminista, y las trayectorias de formación.

Desde el punto de vista situado, en la objetividad feminista con su sentido histórico me ha permitido también problematizar mis opresiones de ser mujer y de ser mujer indígena como menciona Collins “Las feministas Negras han tenido el compromiso ideológico de abordar la imbricación de los sistemas de opresión, pero al mismo tiempo han sido excluidas de los espacios que les permitirían hacerlo” (Collins, 1986). Lo cual pone directamente en cuestión los principios

de universalidad. “El enfoque sugerido por las experiencias es que los intelectuales aprenden a confiar en sus propias biografías personales y culturales como importantes fuentes de conocimiento. Por lo tanto, Falquet Jules (2022) el punto de vista situado agrega que “se sitúa en el linaje de un feminismo que necesita no solamente saber desde dónde hablan las personas, sino también exigir a cada una tomar conciencia del peso de su posición en su capacidad de ver y comprender aquello de lo que habla” (Falquet, 2022: 22).

En el pensamiento, Hill Collins, en su análisis de la producción de conocimiento es tratar de cuestionar y visibilizar los problemas relacionados con la opresión, el privilegio y la resistencia en la sociedad y el trabajo social. Especial importancia tiene la consideración de cómo “las intersecciones de la edad, la discapacidad, la clase, la pobreza, el género y la identidad sexual, la demencia, la espiritualidad, la (des)localización geográfica, la ruralidad, la ciudadanía y el entorno se enmarañan en los procesos de la justicia e injusticia social” (Hill, 2016:64). Es decir, la propia interseccionalidad está permanentemente en construcción, y estos casos ilustran diferentes maneras de usarla como instrumento de análisis.

También integré la etnografía feminista reside en elaborar explicaciones e interpretaciones culturales que partan de las mujeres colocadas en determinados contextos de interacción. Desde esta apreciación, se distingue de otras etnografías precisamente por problematizar la posición de las mujeres al dejar de considerarlas sólo como informantes para, a partir de la teoría antropológica feminista, considerarlas creadoras culturales y, al mismo tiempo, identificar, analizar e interpretar las orientaciones, contenidos y sesgos de género que las colocan a ellas, a los varones y a otras categorías sociales genéricas en posiciones diferenciadas que, en la mayoría de los casos, atañen a la desigualdad entre unas y otros (Bartra, 2002).

Además, la etnografía feminista ha resignificado varios de los procedimientos acuñados por la etnografía crítica contemporánea con la pretensión de desmontar esa naturalización, visibilizar la experiencia de las mujeres y reintroducir la perspectiva histórica en el estudio de la condición de género localizada (Castañeda, 2010).

Uno de mis métodos será la trayectoria, la cual consiste en identificar las transiciones específicas que han ocurrido en la vida de un sujeto, en relación con el problema de investigación. Que incluyen el análisis de antecedentes familiares, actividades extra-profesionales. En suma, del conjunto de actividades y relaciones que atraviesan a un sujeto (Longa, 2010).

Además, la trayectoria formativa se aprende a construir a través de la colectividad por un proceso de diálogos, experiencias, formación, reflexión y aprendizajes con el fin de generar procesos de concientización y visibilización de las prácticas políticas para la construcción de Pas Lekil Kuxlejal que es hacedoras del Buen vivir.

El lugar y espacio de realización de esta investigación comprende el escenario de trabajo del centro comunitario de At'el Antsetik, en la colonia Maravilla o las periferias de la Ciudad, zona norte, con los grupos de mujeres. Pretendo recopilar cinco trayectorias de vida de mujeres adultas con edades de 30 a 60 años. A través de entrevistas semiestructuradas y la observación propia, con lo que una trae adentro, las emociones, la ideología y la política (Bartra, 2002).

En esta investigación también se efectuó la investigación colaborativa, como una puerta al ejercicio feminista de horizontalidad y descolonidad.

Como menciona Millan, implica un involucramiento en y con los mundos de los sujetos-mujeres subalternizadas, un reconocimiento de sus lógicas culturales y por lo menos la disposición a pensar en una relación diferente entre lo humano y lo no humano. Una predisposición a realizar el *pachakuti*⁸ como parte de la lucha feminista. No es un intento de recuperar raigambres estáticas y autenticadas en su pureza, sino de actualizar distintas formas de ser y estar en el mundo, para con ello disminuir la fuerza instituyente que el *hecho capitalista* inflige a nuestra cotidianidad presente (Millán, 2011, pág. 22).

En esta investigación colaborativa partiendo de una relación horizontal con las mujeres las que venían participando en el Centro comunitario, por el cual es importante su compartencia en el proceso de su colaboración, en esta construcción de lekil kuxlejal, es así como implicó cercanía e intercambio de conocimiento con ellas, además de conocer la situación y la condición

⁸ Pachakuti, significa en la tradición andina ayмара “poner de cabeza al mundo actual, o volver a ponerlo sobre sus pies: es una crítica activa radical a la modernidad capitalista”, (Millan, 2011:26).

marginales, pero también conocer el fortalecimiento personal de las mujeres, si el Centro comunitario les aportó algo para su vida personal y familiar.

El acercamiento al centro comunitario es posible quiero compartir que, desde el inicio mi posicionamiento político fue en donde dialogué sobre mi derecho laboral como empleada del hogar, donde creí en la posibilidad de un diálogo y sobre todo para mi tener la voluntad de enfrentar porque nos han hecho creer, de venir de un pueblo originario nos han hecho callar y que al estar organizadas o hacer colectividad suma la fuerza para desafiar escenarios de violencias. Porque “las mujeres también sabemos pensar”, los hombres tienen en su mente que deben mandar”, (Millán, 2011). Por ello, sembremos en ellas el fortalecimiento que puedan ejercer sus derechos individuales o colectivos.

En este espacio encontré la fortaleza con las compañeras del colectivo At’el antsetik donde me sentí incluida en la participación y en las acciones que se encontraba realizando. Por otra parte, me siento reflejada con mencionar algunas autoras quienes se adscriben indígenas como Aura Cumes y Lorena sobre el feminismo comunitaria quien dice (Cabnal, 2010), “Asumir la corporalidad individual como territorio propio e irrepetible, permite ir fortaleciendo el sentido de afirmación de su existencia de ser y estar en el mundo. Por lo tanto, emerge la autoconciencia, que va dando cuenta de cómo ha vivido este cuerpo en su historia personal, particular y temporal, las diferentes manifestaciones y expresiones de los patriarcados y todas las opresiones derivadas de ellos” (Cabnal, 2010).

El feminismo comunitario desde mi punto de vista no solo es hacer un análisis crítico hacia las opresiones patriarcales sino también poner el cuerpo, sumarnos en la colectividad de lo cual me parece importante la praxis, por eso es parte de mi epistemología. Por lo tanto, parto de la experiencia que se entiende como un “proceso de reflexión, autoreflexión y resistencia en términos de una sistematización” (Cuero, 2023, pág. 14). Es decir, a través de la experiencia se genera conocimiento reflexivo y aprendizajes que ayuda a profundizar lo que se atraviesa las opresiones de sexo, raza, clase y generación.

Por último, lleve a cabo un taller: el término taller proviene de la palabra francesa “atelier”, que refiere al lugar donde trabaja un artista plástico o escultor, y que reúne a artistas conocedores de determinada técnica u obra fin de compartir lo que conocen al respecto a través de un diálogo,

(Cano A.,2012). Es decir, el taller es participativo y dinámica donde se construye aprendizajes, saberes y experiencias compartidas.

3.3 Técnicas de investigación

Por otro lado, como parte de mis técnicas de investigación, utilicé la observación. Patricia y Peter (1998), señalan que la **observación** consiste en obtener impresiones del mundo circundante por medio de todas las facultades humanas relevantes. Esto suele requerir contacto directo con las personas, aunque puede realizarse observación remota registrando a los sujetos en fotografía, grabación, videograbación y estudiándola posteriormente (1998, p.80).

La observación como participante. Se refiere al investigador que cumple la función de observador durante periodos cortos, pues generalmente a esto le siguen las observaciones de entrevistas estructuradas (Patricia y Peter,1998).

También realicé entrevistas, una entrevista es una conversación que tiene una estructura y un propósito. Steinar Kvale define que el propósito de la entrevista en la investigación cualitativa es “obtener descripciones del mundo de vida del entrevistado respecto a la interpretación de los significados de los fenómenos descritos (Peter, 1996. P.6).

Mi apuesta en la intervención se llevó a cabo mediante la formulación del proyecto del taller para la sistematización y con ello analizar las incidencias que ha tenido At’el con las mujeres durante la trayectoria del trabajo del centro comunitario. El taller se enfocó en la experiencia de la construcción de Pas Lekil Kuxlejal en el Centro Comunitario At’el Antsetik, también con el objetivo de dar a conocer la construcción del *Pas Lekil Kuxlejal* a otras mujeres. A continuación, coloqué la carta descriptiva, en la tabla 1. Y más adelante la sistematización de la información.

Por último, en esta investigación amplíé la documentación ya que pude acceder en el archivo del Centro comunitario para analizar las trayectorias formativas y que formaron una técnica de la investigación

Taller: Pas Lekil Kuxlejal en el Centro Comunitario At’el Antsetik

Objetivo: Analizar la construcción del Pas Lekil Kuxlejal.

Dirigido a: mujeres del Centro Comunitario At’el Antsetik.

Tabla 1. (Carta descriptiva del taller).

Subtema	Objetivo	Dinámica	Desarrollo	Tiempo	Material
1- Bienvenida	Bienvenida a las participantes	Expositiva	La facilitadora da la bienvenida a las participantes, pregunta cómo están. Se presenta y explica el motivo de realizar el taller y los temas que se verán a lo largo de los tres días, acordar hora de receso.	10 minutos	Ninguno
2. Conocimiento grupal	Suscitar la comunicación inicial en el grupo.	Presentación del grupo	Con una pelota una a una se va presentando, pide que digan su nombre, de dónde son, en qué trabajan y la emoción con que sienten en ese momento.	20 minutos	Pelota
3. Códigos de convivencia	Establecer el funcionamiento del grupo	Códigos de convivencia	Se pregunta qué es lo que sí se quiere para el grupo durante la actividad. Se anotan en una hoja rotafolio y se mantienen pegados en un lugar visible.	5 minutos	Hojas de rotafolio, plumones, cinta adhesiva
Introducción Al taller Hablar del Lekil kuxlejal	Identificar que se entiende el Lekil Kuxlejal	Participación	Mediante lluvia de ideas compartir en plenaria que piensan cuando se menciona el Lekil kuxlejal. ¿Cómo estamos viendo de manera personal y colectivo?	15 Minutos	Holas Plumones Cinta adhesiva
Conocer las trayectorias de vida	Reconocer el transitorio de la vida de las mujeres Hasta llegar en At’el		¿Cómo es la vida en la comunidad y en la ciudad? ¿Qué falta para alcanzar el lekil kuxlejal?	15 Minutos	Ninguno
¿Existe el Lekil Kuxlejal?	Reflexionar sobre el quehacer de At’el antsetik		Por medio de la pregunta Como perciben el centro comunitario como una construcción de Lekil kuxlejal. En que les ha ayudado At’el	10 minutos	Ninguno
cierre	Identificar como se van con el taller	Lluvia de aplausos	Se pregunta cómo se van a partir de los temas que se abordaron	15 minutos	Ninguno

3.5 Sistematización de información

En la cuestión de sistematización de la información, fue necesario analizar los diálogos que me compartieron las compañeras por lo tanto fui ordenando e interpretarlas, leer detalladamente cada una de sus trayectorias formativas de vida para poder comprender sus procesos. Por lo tanto, fue necesario no perder de vista mis objetivos de la investigación y para mi mejor entendimiento agregue colores los relatos para diferenciar las categorías lo que más les significaba.

Durante el trabajo de campo que recabé la información para la dicha investigación, algunos retos que tuve, una compañera me pospuso ya que estaba pasando una situación familiar solo la pude escucharla y brindarle mi acompañamiento, las demás no tuve problema, los espacios son ellas las que eligieron la mayoría fueron en sus casas y una en su centro de trabajo. Fui consciente de platicarles de que se trata y para qué, por el cual fueron posibles de dármeles las entrevistas, además tuve como factibilidad por lo que no son personas desconocidas, sino que ya habías construido confianza y amistad ahí en At'el Antsetik. Y por otro lado le pregunte a cada una de ellas si las entrevistas que fueran en su lengua materna por el cual decidieron que fuera en castellano y unas cuantas palabras en tsotsil. Además, considere importante la confidencialidad de los diálogos que se generaron con cada una de ellas.

Los desafíos que encontré en el momento de la entrevista, la que se decidió que fuera en su casa, nos llegaba a interrumpir sus familiares que estaban en su visita y las llamadas que recibía. También se les pidió autorización para grabarlas los audios y posteriormente a transcribirlas.

En cuanto los datos recogidos es importante comprender los relatos de vida que están compuestas por momentos importantes que marcaron la vida del sujeto. Por lo tanto, fue relevante mencionar los relatos personales, familiares, comunitarias, laborales y culturales para conocer sus trayectorias formativas. A continuación, se presenta una tabla con los datos generales de las mujeres tseltales y tsotsiles, con quienes dialogue.

Tabla 3 (Datos generales de las entrevistadas).

Nombres	Lugar de origen	Grado de estudios	Migrante	Hablante de la lengua materna	Estado civil	Edad	Duración de la entrevista
María	Tenejapa	Primero de primaria	Si	Tseltal	Separada	42	1 hora con 32 minutos
Lucía 1	Oxchuc	Sexto de primaria	Si	Tseltal	Unión libre	60	1 hora con 4 minutos
Agustina	Huixtán	Sexto de Primaria	Si	Tsotsil	Unión libre	45	40 minutos con 17 segundos
Aurelia	Chamula	Primero de primaria	Si	Tsotsil	Unión libre	29	45 minutos con 46 segundos
Lucia	Huixtán	Carrera	Si	Tsotsil	Soltera	30	40 minutos con 4 segundos

Capítulo 4. Análisis sobre las trayectorias formativas de mujeres integrantes del Centro comunitario:

Este trabajo presenta la construcción de un análisis donde reflejan la situación de las mujeres tsotsiles y tseltales desde su trayecto de vida comunitaria y hasta llegar a la ciudad reflexionar sobre la construcción colectiva del *Lekil Kuxlejal* desde la concepción de ellas.

Este capítulo estará agregado por siete subcapítulos. **El primero titulado “Salir de lugar de origen por carencia, violencia familiar y comunitaria”**. Donde se analiza la situación de las mujeres desde su niñez fueron sumergidas a las violencias económicas, familiar y de *stalel kuxlejal* usos y costumbres y como estrategia de vida desertan la comunidad. **El segundo “Llegar a la ciudad desafiamos el racismo y la discriminación”** es un análisis donde refleja otras violencias que se genera en la ciudad por ser indígena y no saber la lengua. **El tercero “Lo que rescato de la comunidad”** es un análisis donde las mujeres mayas hay algunos sucesos que son rescatables para el *lekil kuxlejal* a pesar de las violencias comunitarias, como resistencia aun la practican en la ciudad. **El cuarto “Habitar la ciudad darse cuenta que me valoro como mujer”**, en este análisis muestra que llegar a la ciudad dan cuenta y cuestionan las violencias abren un panorama *sjamik satik* y visibiliza lo que trastocó su cuerpo y su *ch’ulel* para estar en equilibrio. **El quinto “El Buen vivir es vivir libre de la violencia y es respeto a nuestro derecho humano”** es un análisis donde para alcanzar el *lekil kuxlejal* es vivir libre de violencia, tanto en la vida comunitaria y en la ciudad. **El sexto “Buen vivir es no perder mis propios alimentos y mi forma de curarme”** es una reflexión que las practicas ancestrales prevalecen en la memoria y en los saberes de las mujeres, aunque hayan salido de su lugar de origen. **El séptimo “el Buen vivir es ser escuchada”** es un análisis donde las mujeres reconocen que el *lekil kuxlejal* es también es ser escuchadas ya que la violencia patriarcado han sido silenciadas sus sentires. **Y por último “Propuesta del Buen vivir”**, donde se analiza las experiencias de las mujeres para la construcción de *lekil kuxlejal*.

Así mismo, en el análisis de la investigación podremos encontrar los testimonios de ellas para poder abundar el conocimiento empírico, el cual nos ayudó analizar y reflexionar a profundidad sobre las trayectorias formativas de las mujeres tseltales y tsotsiles.

4.1 Mu'yuk slekil Kuxlejal- No hay buen vivir. Salir del lugar de origen; por carencia, violencia familiar y comunitaria

Como ya he expuesto, el proceso crítico de esta investigación ha implicado interiorizar mi experiencia individual y colectiva con las mujeres quienes colaboramos en el Centro Comunitario At'el Antsetik Pas Lekil Kuxlejal, desde las trayectorias formativas de todas nosotras hacia el *Pas Lekil Kuxlejal*- hacer el buen vivir, como mujeres indígenas migrantes y habitantes de la periférica zona norte de la ciudad de Jobel.

Como mujer tsotsil, para mi es muy importante situarme desde dos mundos que trastocan mi sentir y mi cuerpo desde lo comunitario y la ciudad como figuras que representan estos dos mundos. Ahí empieza la toma de conciencia de cómo el llegar a la ciudad es parte de una estrategia de vida, como escapatoria de carencias y violencias intrafamiliar y comunitarias. Porque en la comunidad las mujeres nos encontramos sumergidas en situaciones complejas de malos usos y costumbres -*stalel kuxlejal*-, malas prácticas tradicionales para nosotras, pues la mayor parte de las afectadas son las niñas y las mujeres. Debido a estas malas prácticas el miedo penetra nuestro cuerpo, como se menciona en la siguiente historia de vida, donde la mayoría no disfrutamos una niñez plena, si no desde pequeña empezamos a ser maltratadas por los familiares hombres y a trabajar intensamente en las labores domésticas por las grandes carencias familiares.

“Nunca tuve niñez me la pasaba trabajando mi horario de trabajar es a las dos de la mañana o tres de la mañana hacer tortillas y si no era de lavar café y a las seis de la mañana ya desayunábamos terminando de desayunar era de ir a trabajar otra vez, siempre se trabajó en cosechar café, si no lo hacíamos mi papá nos regañaba y nos castigaba, así que obedecía porque no tenía donde huir, aunque me iba en su casa de mi tía ahí me encontraba” (Entrevista; Mari, 22 de agosto del 2023).

En mi caso, cuando era pequeña decía “en la ciudad se vive mejor” tenía esa imaginación y creía que se vivía mejor en la alimentación que se vivía sin violencia y sin carencias, idealizando la vida de ciudad. Esta idealización también ha ocurrido a la inversa, pues encontramos miradas que mitifican nuestras culturas originarias, que romantizan nuestro pasado y la idea de ‘comunidad’ y ‘buen indígena’, aunque ni el concepto de comunidad ni el concepto indígena, son originarios

de nuestra cultura, sino que vienen de la tradición intelectual occidental, siendo ambas categorías externas a lo que pretenden definir. Según Bonfil Batalla, además, el termino indígena es bastante ambiguo y arrastra “una densa de prejuicios... (Bonfil Batalla, 1977).

Considero que se ha romantizado el trabajo común en los pueblos originarios, aunque en la vida cotidiana son las mujeres las que cargan en el día doble o triple jornada laboral por sobre la carga de los hombres. Estos es así porque a las mujeres nos han impuesto el rol de cuidado, un trabajo que es invisible ante sociedad, donde Hartman (1976) señala que la división sexual del trabajo constituye en la sociedad capitalista “el mecanismo básico para mantener la subordinación de la mujer”, es decir el trabajo de la mujer se realiza se mantiene de manera privada en el espacio doméstico implica el rol de cuidado familiar que en las comunidades y para las mujeres se suma a la jornada laboral en el campo: luego de su trabajo de campo ella aun regresa a la su casa a cumplir el rol de ser madre, esposa e hija, mientras el hombre tiene más posibilidad para descansar, asearse, participar en juegos o reuniones comunitarias, etc. En la siguiente entrevista se muestra que, en la comunidad, para las mujeres hay *vokolil*-sufrimiento.

“Mi corazón se sentía muy triste, muchas veces pedí mi muerte ya no quería vivir decía, porque me dejo mi mamá porque murió tan pronto, porque no tuve mi mamá decía yo, muchas veces pedí mi muerte. Porque a veces mi madrastra nos daba de cuidar borregos era bastante como cincuenta lo cuidábamos con mi hermanito, pero entre nosotros peleábamos el me pateaba y me enojaba recuerdo que tenía una aguja y le piqué su rodilla porque no aguantaba su fuerza de él que me pegaba o que me quería pegar y cortaba barita y me pegaba es ahí que pedí mi muerte”, (Entrevista; Agus, 11 de septiembre del 2023).

Las mujeres somos invisibles dentro de la comunidad, porque solo se desempeñan los roles de ser esposa, madre e hija. Rosa Cobo habla de la familia patriarcal⁹ “como un ámbito en el que se desarrollan relaciones de poder y desigualdad entre hombres y mujeres. Y en muchos casos también de violencia y abuso sexual...” (Cobo, 2015, pág. 8).

⁹ Para el feminismo, Paredes Julieta (2018) define “el concepto de Patriarcado, se convierte en una realidad social y su construcción, que ubica las relaciones de poder e historias de dominación entre hombres y mujeres”, (Paredes, 2018).

Afirma Saavedra que “existen mecanismos de control comunitario que son parte del orden de género anclado en el *stalel*, los cuales son vividos como formas de violencias por las mujeres: los chismes, la vergüenza, la culpa, el deshonor, el aislamiento, llevaban a que las mujeres prefieren no cuestionar el *stalel*, ya que son sentimientos que las hacían sentir violentadas porque les dañaban su equilibrio” (Saavedra, 2018 Pp. 127).

Cuando las mujeres son golpeadas por su esposo cuando ellos llegan ebrio y algunas mujeres salen corriendo a pedir que auxilien con las autoridades, lo primero que preguntan, ¿Dónde te pego, no veo la sangre o para rematar lo resolvemos mañana? Pero qué pasa con la vida de ellas, algunos casos los agresores no la ingresan a la cárcel, son ellas las que tienen que huir de su casa con sus hijos, dormir bajo el rastrojo con sus hijos o pasar la noche atrás de su casa donde no las encuentre, esperar hasta que él duerma para entrar a dormir porque no solo está la vida de ella si no con sus hijos.

“Mi papá cuando llegaba borracho, nos corría de la casa con palo o hasta machete así me mi mamá nos llevaba a esconder donde estaban los rastrojos y abríamos un espacio sin preocuparnos si había serpientes o que teníamos que pasar frío, ahí amanecíamos, al otro día él como si nada, sin una conciencia de pedir disculpas”, (Entrevista; Agus, 11 de septiembre del 2023).

Entonces las autoridades hacen pacto patriarcal desde este punto de vista, lo que Amorós cita a Heidi Hartmann del patriarcado “como un conjunto de relaciones sociales entre los hombres que tienen una base material y que, si bien son jerárquicas, establecen o crean una interdependencia y solidaridad entre los hombres que les permite dominar a las mujeres” (Amorós, 1992). Por el cual se vuelven cómplices entre ellos porque también saben que cometen errores en sus hogares y solo así se justifican, con que estaba embriagado y que estaba inconsciente.

Cuando las mujeres acuden con las autoridades es porque lo ha perdonado varias veces o que el maltrato a llegado a un nivel alto de violencia. Posteriormente se plasma los rumores o chismes quienes ha llegado a las autoridades a quejarse y saldrán comentarios misóginos. A las mujeres las tachan de que no obedecen y las juzgan irracionales o la culpable por no cumplir su rol como buena esposa y madre. Ante esta situación las mujeres salen desmotivadas prefieren no ir a quejarse con las autoridades. Muchos de los comentarios que se escucha de ellas son “Para que me voy a quejar, si no hacen nada, solo voy a ponerme en vergüenza y solo van a saber de mi la

gente”. Entonces la violencia se va normalizando se va silenciando. De esa manera fortalecen el modelo de la familia patriarcal, la heteronormalidad y la naturalización de la opresión de las mujeres.

En la siguiente entrevista damos cuenta como la compañera a cuestionado estas violencias vividas sentidas desde su cuerpo sobre *stalel kuxlejal* dentro de una comunidad tseltal.

Ahí siempre nos han dicho que las mujeres tenemos que obedecer a los hombres, casi las mujeres no nos valoran nuestra palabra. Hasta ahora sigue así las que están ahí. Hasta mi propia familia me miran mal cuando llego sola en mi comunidad, como están acostumbrado que vamos acompañado de un hombre porque el hombre manda, entonces me miran mal mis cuñadas, lo ven mal cuando el hombre no va conmigo, pero ya no tengo que estar atrás de él o de ellos, (Entrevista; Mari mujer tseltal de edad 42 años, 22 de agosto del 2023).

Cuestionar o tratar de cambiar el *stalel* en las comunidades se traduce en enfrentar algún tipo de violencias, ya sea en las dinámicas comunitarias o en las familiares donde una es criticada por rebelde, no aceptan que las mujeres levantan la voz, por eso desde mi punto de vista es necesario traer la y denunciarla de manera escrita.

De acuerdo, con Rita Segato “Las mujeres hemos identificado nuestro propio sufrimiento y hablamos de él. Los hombres no han podido hacerlo. Una de las claves del cambio será hablar entre todos de la victimización de los hombres por el mandato de masculinidad y por la nefasta estructura corporativa de la fratria masculina” (Segato, 2018, pág. 16).

Las mujeres o las niñas tsotsiles y tseltales salimos de la comunidad ¿Por qué y por quién? ¿habrá *Lekil Kuxlejal* para nosotras? Son unas de las interrogaciones que concibo para nosotras cuando algunos autores hablan sobre el buen vivir desde la armonía hombre y naturaleza, por ejemplo. Manuel Bolom considera “Como la buena vida y vida abundante, o como la vida misma. Que tiene por mantener o restaurar el equilibrio del ser humano en sus aspectos: físico, emocional, mental, social y espiritual” (Pale, 2011).

La violencia contra la mujer se manifiesta en cualquier acción o conducta, basada en su género que cause daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico a la mujer, tanto en el ámbito público como en el ámbito privado y tanto en el contexto comunitario y ciudad o viceversa (Belém do Pará, 1994). La mayoría de las mujeres que venimos de pueblos originarios no tuvimos una niñez

plena y digna porque siempre la pasamos trabajando o soportando maltratos, “*oy ep vokolil li cb’ital*”, que se traduce que había mucho sufrimiento.

El machismo también ha generado que entre mujeres se violenten entre sí, para que ellos puedan afirmar su poder. A las mujeres nos han dicho que somos inferiores, de manera natural, que somos sumisas y tenemos un lugar secundario o de subordinación. Este consenso ha alcanzado a las propias mujeres, aunque durante siglos han desarrollado sus posibilidades de vida, dentro de las limitaciones que el concepto de su inferioridad les ha impuesto.

Sufrió demasiado cuando murió mi mamá me dejó cuando tenía dos años y medio al año busca otra mujer mi papá ahí empezó el infierno con mi madrastra como ella llevo dos hijas no nos daba la atención como sus propias hijas siempre nos hacía de menos siempre había diferencia desde nuestra vestimenta y nuestro alimento, cuando nos compraba nahua nos compraba la más sencilla, igual para estudiar no me daba para mi lápiz, había y un árbol que le decimos pik’ots lo buscaba y lo batía yo, para utilizar como lapicero también no me compraba pegamento igual iba yo en la montaña iba a buscar que le dicen cha’k con eso pegaba mis libros así venía sufriendo durante tantos años...

...“Cuando llegue en la casa de mi papá ya me estaban esperando con un cincho de que porque llego su mujer de mi tío a quejar que yo había robado elotes y le dije en que momento lo robe sí venía de cuidar a los puercos, no que me vino a mostrar porque la señora llevo una muestra y no sé cómo lo hizo, según qué yo había robado y me agarro bien feo mi madrastra hasta quede marcada, deseaba ya no vivir y le conteste todavía ni que fueras mi papá que me pegues y me pego más. (Entrevista; Agus, 11 de septiembre del 2023).

Entonces la desigualdad-discriminación-violencia forman parte de un particular ciclo de retroalimentación mutua, que se extiende a través de la producción cultural de diversas formas de aceptación, que justifican tanto la desigualdad como las prácticas de discriminatorias y, a la vez, invisibilizan las violencias. Para tales fines se relacionan las violencias represivas y simbólicas en diferentes ámbitos de la vida social, por lo que la familia, los sistemas económicos, políticos, culturales, religiosos, son estrategias de producción de diferentes subordinaciones de las mujeres.

Se trata de violencias invisibles que existen y con las que muchas mujeres tsotsiles y tseltales fueron engañadas o manipuladas o expulsadas de su lugar de origen, además con la promesa de una vida mejor, así como vemos en la siguiente entrevista.

“Conocí un maestro donde iba en la primaria, me empezó hablarme porque se llevaban bien con mi hermano era su amigo y pasaba a saludar a mi casa ahí me empezó a decirme que fuera en San Cristóbal con él y que me iba dar todo y que no tenía que trabajar, de tanto me convenció y me escape con él me trajo a vivir en un cuarto y que después iba a pedirle permiso a mi papá. No sé cómo me metí con él si yo me decía que no quería casar, pero me dijo que se iba hacer cargo de mí, de cuidarme, además que mi papá ni me iba dar permiso. A final me dejaba sola en un cuarto mientras él se iba a la semana a trabajar en la comunidad solo llegaba los fines de semana, de tanto le dije que fuera a rentar con mi tía que ella ya tenía casa aquí. Cuando me quede embarazada de mi primer hijo, cuando me alivié no estaba presente solo que dejaba dinero para los gastos, nunca me dejó trabajar, ni salir se molestaba y también no me dejaba hablar con nadie. No sabía que ya había tenido familia hasta que encontré su primera mujer en la calle y me dijo que yo había metido con su esposo y no supe que decir. Así caí en su mentira, además que en ese tiempo era yo chamaca que él”. (Entrevista; Mari, 22 de agosto del 2023).

En esta historia de vida se muestra el abuso de poder económico hacia una menor de edad, para su interés personal, aprovechándose de su precariedad y de su inocencia. Son manifestaciones evidentes de maltrato, otras formas de violencia, menos visibles, pero no menos eficaces, que se ponen en práctica en la familia cotidianamente, a través de la desigualdad en la distribución del dinero, del poder, de las responsabilidades domésticas, de las opciones de realización personal.

Entonces antes de debatir el *Lekil kuxlejaj*, es preciso reconocer que también hay un *chopolil kuxlejaj xchi'uk mu'yuk lekil kuxlejaj*, mala vida, *mu'yuk lekil kuxlejaj* no hay una vida digna, cuando se silencian las preocupaciones, enojos, angustias, regaños, humillaciones, desigualdad, violencias y que posteriormente es transmitido por el cuerpo que de grado en grado se convierte a una enfermedad.

Mi papá tomaba mucho en ese tiempo y llegaba agredir a mi mamá, cuando mi mamá se enfermaba se quedaba en la cama y según mi papá iba por sus medicamentos y se iba

todo el día y regresaba ebrio sin haber preocupado por mi mamá, eso me daba mucho coraje con mi papá, dejaba que mi mamá sufriera con su dolor. (Entrevista; Lucy, 30 de agosto 2023).

A muchas de las mujeres, con el paso del tiempo, por las violencias ocasionadas, se les desequilibra su *ch'ulel*, Saavedra (2018), indica las vivencias de las violencias no sólo lastiman el cuerpo de las mujeres o su mente, sino que trascienden más allá de lo que yo podía conocer; por ejemplo, no sólo lastiman su cuerpo, sino también el *o'tan* (corazón) en *tseltal* u *o'tonil* en *tsotsil*, les dañaba el *ch'ulel/ch'ulelal* (espíritu, alma), el equilibrio; es decir, les afecta de una manera “íntegra en relación con el cosmos y sus significados propios de vivir y estar en el mundo, (Saavedra, 2018, pág. 123).

Como he dicho antes, el *Lekil kuxlejal* se ha romantizado o se ha utilizado de manera superficial desde algunos teóricos, ya que las prácticas o las acciones comunitarias son diferentes o se están perdiendo los saberes y los diálogos para el bien común sobre todo en la relación de hombre con la mujer. No hay armonía, la mayoría de las mujeres han pasado por *vokolil* sufrimiento desde que nacemos mujeres donde la mujer históricamente ha sido rechazada socialmente para los hombres donde la palabra que siempre retumba. En el ámbito comunitario a las mujeres siempre se les ha negado la participación y sobre todo la toma de decisiones en torno a la educación y al matrimonio, se ha impedido que ellas tomen sus propias decisiones de vida y de muchas de ellas son obligadas a casarse a temprana edad.

Sobre la dimensión histórica de este hecho, Julieta Paredes menciona que el feminismo comunitario ha posicionado la existencia de un patriarcado ancestral precolonial que, en el momento de invasión colonial, se conecta con el patriarcado europeo, constituyendo “una unión histórica y sistémica de dominación que se construye con base en relaciones de poder que benefician a los hombres” (Paredes, 2018). La mayoría de las mujeres que no tuvieron la posibilidad de huir de la comunidad, tuvieron que acoplarse en los usos y costumbres, controladas y maltratadas por sus parientes hombres.

Y a pesar de todo han resistido y sus único abrigo quien confía para contarle sus penas y alegrías es a la madre tierra, el fuego, los lugares sagrados, la iglesia, *sk'oponik ch'ul balamil yu'un auk chak sventa* rezan a la madre tierra para que haga justicia porque ella ve todo, *ch'ul vinajel* donde cada amanecer ilumina y decir es otro día más de vida y agradecer, *ch'ul xmal* donde llega el atardecer que significa que termino el día y descansar, y *ch'ul k'o'ke* el fuego es un espacio donde cuece los

alimentos, pero también es un espacio cálido que se convierte en cómplice, refugio y hogar, alrededor del cual se plática el dolor y tristeza hacia las injusticias. Estos son espacios sagrados, para sabiduría y agradecimientos, porque no hay otro espacio para ellas donde sean escuchadas. Como podemos ver la vida de las mujeres en los pueblos originarios, están marcada por la violencia, las carencias, sin acceso a la tierra de manera comunitaria y legalmente, las mujeres tradicionalmente dependen económicamente del hombre, porque son las que salen a trabajar fuera del hogar, ya que las mujeres su rol es estar dentro de la casa y cuidar la siembra y sus hijos. Nos damos cuenta también había considerable consumo de alcoholismo en los hombres es donde más se concibe la violencia hacia las mujeres. Por lo tanto, no hay *Lekil Kuxlejal*, esa es la razón, por lo que mayoritariamente las mujeres migramos a la ciudad, escapando de los malos usos y costumbres.

4.2 Llegar a la ciudad desafiamos el racismo y la discriminación

Llegue a la ciudad desconocida,
la llamada ciudad superada,
llena de luces y de fantasía.
Se burlaban, se reían, porque no habla la castilla,
en mi caserío, ahí todos hablamos un solo idioma,
no entendían que desde el vientre aprendí a hablar en mi idioma.
En las calles, en el mercado, me decían maría, hija, india,
esas gentes no entendían que este país no es la india.
Solo por llevar puesto mi traje,
Que de mi caserío traje.
No sabían que debajo del traje se escondía la cicatriz del verdugo,
no sabían que debajo del traje se escondía una historia milenaria,
Que confortaba mi espíritu intensamente,
y no sabían que debajo del traje
se escondía el coraje.¹⁰

Al llegar a la ciudad, desde la lengua nos enfrentamos a lo que desconocemos. Y al no saber hablar el castellano nos vemos forzadas también a aprenderlo y dejar de hablar nuestra lengua,

¹⁰ María Elena Nij: Maya-Kaqchikel, campesina, empleada doméstica, poetisa y activista), tomado en la tesis de Aura Cumes, 2014.

porque de lo contrario en ningún lugar nos aceptarán. Sobre todo, con los ladinos nos rechazan porque no nos entienden ni quieren hacerlo.

Ser menos es nada, ser indios es una construcción histórica colonial; y para las que venimos de un pueblo originario el racismo sobre nosotras se conoce aquí, en la ciudad. Somos las Marías, aunque nuestros nombres sean diferentes, somos las que solo servimos para sirvientas y las muchachas y nada más como bien menciona Cumes (2011), “Ver a las mujeres indígenas como una masa sin individualidades ha sido la tradición del pensamiento colonizador, el término “María” que se usa en las calles de la capital para denigrar a las mujeres indígenas encierra esta negación al derecho a un ser seres individuales y con nombre propio” (Cumes, 2011).

Pero en contraparte muchas mujeres hacemos lo posible por demostrar que somos mujeres sabias, que traemos historia, cultura y nombramos nuestra violencia para resistir ante una sociedad excluyente. Venir a la ciudad es buscar redes de apoyo, ya sea con familiares o amigas, para insertarse. La mayoría venimos con inseguridades y miedo a las personas con quienes tropezamos en la ciudad, porque la vida comunitaria es radicalmente diferente a la ciudad. En la ciudad es necesario tener dinero para vivir ya que es todo comprado, por lo que al llegar siempre hay dificultades para sobrevivir, así como muestra la siguiente entrevista:

“Llegué en la casa de hermano con su esposa ahí estuve como un mes creo, mi hermano no quería que buscara rápido mi trabajo, pero empezó el problema con mi cuñada nos empezó a decir que somos inútiles que no sabíamos hacer nada, en ese tiempo mi cuñada se empezaba a levantar tres o cuatro de la mañana para hacer tortillas hechas a mano, iba venderlas ahí en el mercadito dos por la Real de Guadalupe ahí vendía las tortillas igual tenía sus hijas pequeñas quería que lavaré la ropa de ellas y hacerle su quehacer y ya no quise, dije ya sufrí allá y vine aquí porque ya no quise sufrir otra vez la verdad ya no quise hacer, tuve que salir a buscar trabajo, de ahí tuve que enfrentar mi miedo salir a la calle y empezaba a preguntar en algunos negocios si querían una muchacha y encontré y me llevo a trabajar ahí en Cuxtitali como muchacha de planta”, (Entrevista; Agus, 11 de septiembre del 2023).

“Pasé en varios trabajos como empleada doméstica, pero estuve en una que me quiso hacerme daño mi empleador, pero no me deje. Él me está insinuando algo y lo que estaba haciendo le dije que era falta de respeto y educación hasta la segunda le dije que iba comentarle a su esposa si no entendía, iba a la cocina y se paraba a mi espalda, no me creía y sí volvió hacer de nuevo y no me calle y le comente a su esposa, aunque ese día sabía que me iba a correr del trabajo. En ese tiempo no sabía nombrar, pero si me estaba acosando y cuando lo rechace me odio, pensó por ser indígena la iba a ceder, pero se equivocó”, (Entrevista; Lucy, 30 de agosto 2023).

Por otro lado el racismo¹¹ desde mi perspectiva se refiere a un trato diferente, las personas que venimos de fuera, que no somos de la misma “raza”, las que hablamos una lengua maya y portamos vestimenta tradicional frente a las personas blancas de la ciudad. Para Cumes (2004), “el término raza se ha utilizado históricamente en la sociedad guatemalteca, para hacer diferenciaciones, crear jerarquías y relaciones de poder” (Cumes, 2004 Pp. 8). Esta autora afirma también que, aunque en muchos casos se rechaza la palabra “raza” y se prefiere utilizar términos como “cultura” o “etnia”, esto no significa que en el imaginario de las personas estas diferencias hayan dejado de practicarse o verse.

Para Gall, la raza es una construcción social basada “en ideas acerca de la diferencia innata”, que se fueron forjando como elementos centrales en el establecimiento de la diferencia durante los encuentros coloniales con otros pueblos. En cambio, la etnia es una construcción social basada “en una noción específica de la diferenciación cultural” construida sobre la noción de ‘lugar de origen’, en la que las relaciones sociales “responden antes que nada a diferencias geográficas, espacialmente determinadas.” (Gall, 2004). Desde mi sentir esta palabra sigue presente en las acciones que vemos cotidianamente en nuestros días.

“El trabajo donde estuve nos daba de comer lo que es la comida sobrante mientras que ellos comían la comida recién echa y a mí me daba las que ya no comían, y en las noches no me dejaba descansar quería que cada rato que les atendieran, aunque no era mi horario de trabajo, pero como quedaba de planta pues la hora que ellos querían me despertaban”, (Entrevista; Agus, 11 de septiembre del 2023).

Este proceso de cambio con el que una se encuentra al llegar a la ciudad, es doloroso, porque de nuestras casas nos dormimos temprano para descansar y venimos con las costumbres en donde, aunque sea en el piso, comemos con la familia, siempre se come juntos o cuando hay fiesta en la comunidad también la gente se junta a comer, aunque claro, no es una comunidad perfecta, con las diferencias que existen entre las mujeres y los hombres. Pero aquí en la ciudad no, a las que no pertenecemos a la familia nos arrinconan, como si fuéramos a contagiarlos de algo o enseñar algo que no es correcto para ellos.

¹¹ “Reconocen que las razas no existen como entidades biológicas, genéticas, objetivas, tratan de reconstruir un fundamento objetivo que les permita reconocer la existencia de distinciones "raciales", como si éstas estuvieran basadas en el fenotipo”, (Wade, 1997: 14).

Por otro lado, venir de la comunidad para nosotras como mujeres es complejo desde no tener voz en la toma de decisiones y no tener acceso a la tierra como propietarias.

En estas historias de vida se analiza de cómo la vida de las niñas y mujeres en la comunidad es compleja ante las carencias. Las mujeres tradicionalmente dependen económicamente del hombre, porque son los que salen a trabajar fuera, y porque el rol de las mujeres es estar dentro de la casa y cuidar la siembra y a sus hijos. Nos damos cuenta también había considerable consumo de alcoholismo en los hombres, lo que favorece la violencia hacia las mujeres.

Yo, cuando era niña quería salir de la comunidad para cambiar la vida que vivíamos, había muchas necesidades desde ver a mi abuela enferma, hermano y mi madre lo que trabajaba mi padre no le alcanzaba o lo que ganaba bebía en alcohol eso hace que nos descuidaba mucho y no alcanzaba, sobre todo lo que dolía era los maltratos que ejercía mi padre hacia mi madre los insultos que decía cuando llegaba embriagado y ver a mis hermanos mayores siempre mandándome en los quehaceres domesticas sin importar si uno este cansada, (Entrevista; Doña Lucy, 13 de septiembre 2023).

Las mujeres que migramos a la ciudad, se tenía en la imaginación que la ciudad se encontraba el *Lekil Kuxlejal*, pero al llegar al nos enfrentamos a cosas distintas, para sobre vivir el dinero es fundamental, para comprar alimentos, además de que nos discrimina al no hablar el castellano y trabajar con las personas quienes se consideraba coleta fuimos maltratadas, por lo tanto, ser mujer precaria e indígena en la ciudad se vive doble o triple violencias.

El acoso sexual y la violencia sexual es uno de tantas que está atravesado por raza, clase, que sigue siendo un peligro potencial para las mujeres que encuentran en las casas de sus empleadores que asumen el poder blanco o mestizo hacia las mujeres indígenas, que ejercen su poder hacia nosotras, es decir como menciona Cuero “trabajar bajo condiciones de precariedad laboral ligada a su racialización como indígenas, configura una imagen simbólica y material de animalización de estas trabajadoras del hogar, que permite que estos hombres las vean como objetos de servidumbre no solo en términos de las labores de limpieza o alimentación, sino también en términos de uso sexual”, (Cuero, 2023, pág. 219).

4.3 Lo que rescato de la comunidad: La conexión con la naturaleza, alimentación y formas de sanarnos

Al arrojar esta pregunta, noté el brillo en los ojos de la mayoría con quienes dialogué para esta investigación. Recordar es volver a sentir momentos que marcaron nuestras vidas, nuestra niñez, volver a recordar el lugar, la familia, las cosas inmateriales, *bu'oy la yojikin balamil, kuxlejal, ul tal xcb'ulel*¹²-donde conoció ese pequeño mundo, donde transito una parte de su vida, donde empezó ser consciente de la propia vida, a pesar de los años viviendo en la ciudad.

Por lo tanto, lo que aun añoran son los momentos donde fueron felices de estar conectado con la naturaleza, con los árboles, los ríos, el viento fresco donde transitaban y los lugares sagrados y sobre todo la base principal la forma de alimentarse. Actualmente es difícil de encontrar, algunos alimentos comestibles que crecen en *amaletik* en la montaña, como la variedad de hongos, flores de colorines u otras verduras que ya no se comen o desaparecieron por efecto de la deforestación que padece en las comunidades rurales de nuestros pueblos originarios.

Hoy se escasea el alimento en tierras que son abundantes por su clima y su vegetación, y en otras como tierras frías donde la cosecha da una vez al año.

Asimismo, mencionan, aunque cocinen aquí no les parece igual la sazón: cocer en la olla de barro y con las tortillas hechas a mano y comer caliente se refiere es estar cerca del fuego recién hecha la comida. A pesar de las condiciones que vivieron en su comunidad hay momentos que extrañan, el sabor, el olor y la frescura de las verduras recién cortadas en el campo.

Cuando crecí era feliz, crecí en el campo, consumía todo lo que se daba en el campo y comíamos lo que sembraban mis papás, cosechamos todo ahí, así como verduras... casi toda mi infancia creo que a hasta los diez años, así crecí, (Entrevista; Aurelia mujer, 31 de agosto 2023).

“Cuando crecí era feliz estando en el campo, aunque nunca me gustaba estar en la cocina, era feliz comiendo naranja, mango cuando eran temporadas, primero era trabajar y después íbamos a cortar las frutas de lo que había en su temporada, mango, guineo, níspero, lima, naranja”. (Entrevista; Mari, 22 de agosto del 2023).

¹² Me refiero a este Ch'ulel, donde “residen la memoria, los sentimientos y las emociones, es responsable de los sueños y en él se origina el lenguaje”, (Pérez Moreno, 2014):68.

“En el pueblo solo era verduras y frijolitos hasta eso no había tanto frijol casi era más verduritas, así como la punta de calabaza, chayote, nabo, mostaza, repollo y el uskun que le dicen, cuando comíamos frijol para nosotras ya era carne porque casi no había.

En nuestra cosmovisión ancestral de la vida se enseña que todo está vivo y es integral: la tierra, las montañas, el agua, las plantas, el sol, la luna, las estrellas, así como todo lo que no vemos, pero tiene movimiento. Además, mientras una cuida y siembra la tierra, abundan otros alimentos, que a veces no es necesario sembrarlos.

Las mujeres a quienes me acerqué hablaron de las prácticas y saberes ancestrales de los abuelos y abuelas, sabidurías que aún permanecen en nuestra memoria, forman parte de nuestra resistencia y son raíz de quienes somos, explican de dónde venimos y muestran lo que hacemos.

“Lo que nos enseñaron nuestro abuelito era sembrar nuestro alimento. No se hablaba del buen vivir, pero sí se hacía. Cosechábamos nuestro alimento propio sanamente, porque nosotros lo cuidábamos y se encontraba variedad de verduras, era sano. Yo sentí que era el buen vivir, aunque no comíamos mucha carne, pero casi no nos enfermábamos”, (Entrevista; Aurelia, 31 de agosto 2023).

En la cosmovisión ancestral, como explica Aura Cumes: “el universo se compara con un gran tejido; animales, seres humanos y todo cuanto vive, somos un hilo de este tejido. Todo está interconectado, interrelacionado, es complementario e interdependiente, de modo que el deterioro de algo desencadena la descomposición de todo”, (Cumes Aura, 2014).

“Extraño las tierras donde vivíamos, ir a la montaña, donde jugábamos donde tuve mi infancia hubo momentos felices y hubo momentos tristes, el sabor de la comida, aunque sea verduras, pero eso de volver a regresar ya no”, (Entrevista; Agus, 11 de septiembre del 2023).

Esta visión de cómo ver el mundo la mayoría la hemos dejado a un lado ya no la miramos importante, *mu'yuk ich'bil ti muk', ti k'ux*, hemos dejado de importar y de cuidar, *sk'an ich'el ti muk'*¹³. Para Rodríguez, el “Buen Vivir se encuentra en la esencia de la resistencia a la asimilación cultural de los pueblos indígenas” (Rodríguez, :108). Agrego que el buen vivir es estar consciente de la salud y la alimentación, para mantener ese equilibrio de ser y estar con armonía.

¹³ En su escrito de López Juan (2011) menciona que “*Ich'el ta muk'*: la trama en la construcción de *Lekil kuxlejal* (vida plena-digna)”, (Citado por Pérez, 2014, pág.81).

Posteriormente tenemos una historia de vida donde se da cuenta la desventaja de vivir en la ciudad y es lo que va afectando la salud humana y también la salud ambiental.

“Estando ahí no se utilizaba gas ni televisión, ahí era realmente buen vivir, porque no nos hacía daño a los ojos como ahora, donde estoy se cocina en gas no como antes, que íbamos a buscar leña y se encontraba bastante, recogíamos las ramas que se caían y ahora ya no hay eso. También nos bañábamos en temascal no como ahora calentar el agua con el calentador eléctrico y gas. Así crecí bañando en temascal hasta que entramos a la ciudad que cambió radicalmente todo”, (Entrevista; Aurelia, 31 de agosto 2023).

Pero también en los pueblos originarios hay cosas de las que no se habla sobre todo en el caso de los hombres, y que son las mujeres las que van cuestionando sobre estas violencias comunitarias. Al dejar la comunidad una ya no pertenece a la comunidad, se nos ve como de fuera, actualmente lo que está pasando en la comunidad.

Actualmente, algunas comunidades han vuelto más estricto sus reglamentos donde las mujeres pagan un servicio por visitar a sus familiares, sobre todo a las mujeres que tienen hijos y que sus esposos no pertenecen a la comunidad. Es multada por estar días, ya que según tienen que cooperar en los servicios.

“La comunidad en sí no la extraño, solo extraño lo que sale ahí y la comida nada más se extraña por que las personas no, además que veo que cada vez está peor. Antes nos dejaba estar ahí varios días de visita ahora si ya llega uno como mujer dos o tres días ya nos cobran multan las autoridades, según por el servicio del agua. Así ya no conviene. La otra vez que fui a ver mi papá que vive solito, me dijo mi tía que ya no podía quedar muchos días, si no respetaba tenía que pagar una multa” (Entrevista; Mari 22 de agosto del 2023).

En muchas comunidades han cambiado sus reglamentos y quienes salen afectadas siempre son las mujeres, lo que parece un negocio para obtener dinero y control. La perspectiva de la comunidad se va desapareciendo a consecuencias de este mundo desarrollo donde las personas se ha vuelto muy individualistas.

Como podemos ver en las historias de vida de las mujeres tsotsiles y tseltales, existen elementos que se extraña en la comunidad como su primer acercamiento al mundo, así como el modo de alimentarse, de lo que brota la tierra de manera más sano y natural, estar cerca del fogón, desde el cuidado de los animales domésticos, caminar en las montañas, ríos. En sí la forma de vida comunitaria, sin embargo, las mujeres no regresarían, aunque extrañan estos elementos porque la violencia es un flajeto muy importante que condicionan sus condiciones, para decidir quedar

en sus comunidades. Por otro lado, percibimos la importancia el valor del paisaje que nutre el corazón al estar cerca de las montañas, sentir el aire fresco y sus ríos, para las mujeres es significativo el contacto con la naturaleza. Por otro lado, las formas de sanarse como espacios simbólicos encontramos el *pus* temascal que no solo limpia el cuerpo sino cura las energías que se considera frío, el temascal hace que limpia introduce calor en el cuerpo junto con las plantas medicinales, así que el temascal libera y relaja, sobre todo para las mujeres lo utilizan antes y después del parto.

4.4 Habitar la ciudad, desde cuerpo territorio y en colectivo-*Pasel Lekil Kuxlejaltik ti komon*

La mayoría de las mujeres tseltales y tsotsiles encontramos como estrategias de vida es huir de la comunidad para insertarse a la ciudad, “Las mujeres buscan como estrategia laboral, emplearse como empleada doméstica o en negocios y tiendas de ropa. Esto no solo significa una alternativa laboral, sino es una estrategia de vida, porque las mujeres jóvenes migrantes no tienen experiencia laboral” (Hernández Vázquez, 2018, pág. 40).

Desde mi experiencia al llegar a la ciudad es un reto desde aprender otra cultura, conocer el mundo ladino y sobre todo también enfrentar con ellos la humillación, la discriminación, la explotación laboral, la manipulación y acoso.

“El primer trabajo me daba miedo además ni sabía qué hacer y me daba mucho miedo porque era mi primer trabajo con los mestizos y así como que no nos gustaba como nos trataba y salí no tardamos con mi tía porque tenía hijos la señora nos maltrataba nos hacía sentir menos por ejemplo si ellos comen nosotras nos dan de comer después hasta que dejé uno limpio todo y a veces no sé, nos mira rara en su casa ellos se sienten alto que nosotros o mejor que uno como dicen eran bien racista ahí solo tarde como quince día sentí que no aguantaba preferí salir no me sentía a gusto ahí, (Entrevista; Aurelia, 31 de agosto 2023).

Pero es ahí donde muchas mujeres dijeron basta a *vokolil* al sufrimiento y uno tiene que enfrentar los miedos, para dejar el sufrimiento para valorarse y fortalecerse, porque venimos rotas desde nuestro lugar de origen y venir a la ciudad como alternativa para buscar el *Lekil kuxlejaltik* y se da cuenta que también en la ciudad no es todo buen vivir, pero viene uno con ese

imaginario, es donde ahí pone un límite y vamos comprendiendo de la vida, resistir haciendo redes de apoyos entre mujeres cuestionar las violencias.

En el proceso se da la valoración, que se refiere a que cada persona después de ser maltratada o que ha pasado violencias a su persona, reconoce lo que ella vale y que por eso ya no va permitir más daño a su persona, como menciona la siguiente historia de vida.

“Aprendí a valorarme y que ya no me pisotearan y que no me maltrataran sentí que tuve un valor que sí valía yo y que también puedo trabajar, puedo valorarme a sí mismo, puedo defenderme de los demás y ya no dejarme”, (Entrevista; Agus, 11 de septiembre del 2023).

La violencia no solo pasa en lo público sino también en lo privado, dentro del hogar con la pareja. Muchas de las mujeres piensan que la violencia solo es física, pero encontramos otras violencias como psicológico que ataca lo emocional y lo que es invisible, estas violencias hay que visibilizar y sobre todo desnaturalizar.

“Cuando empecé aprender de las cosas de pareja fue por una psicóloga en la iglesia nos daba una plática una vez al mes, una ocasión que fui, aunque él no me dejaba salir esa vez dije que voy a ir, me dije que es momento de saber cómo vivir. Nos empieza a decir la hermana “Mira hermanas no hay que permitir que nos maltraten, no hay que permitir estar bajo los órdenes de los hombres no significa que los hombres no la respetamos y que no le demos su lugar, pero no hay que sentirnos menos que ellos porque si toda la vida se siente menos como nos dicen no es verdad valemos doble que ellos porque hacemos muchas cosas de la casa y ellos no lo ven como trabajo” ahí aprendí a ya no dejarme y valorarme y ya no dejarme y a tener valor de poner límites al papá de mis hijos, hasta incluso con mis hijos cuando me dicen cosas y les digo que ya no tengo que aguantar más sí deje a tu papa por eso, eso de que me controlen pues ya no, entonces se quedan callado.

Y de estar en At’el actualmente me ayudó mucho y me ayudado porque también estoy aprendiendo otras cosas y que algunas cosas habían dejado de hacer y ahora la volví a retomar eso de sembrar volví a sentir que estoy de casa y siempre me ha gustado porque, aunque sea poco lo que se cosecha, pero me distrae mucho, para no pensar en problemas”, (Entrevista; Mari, 22 de agosto del 2023).

Desde otra mirada, feministas indígenas que han colocado la importancia de ahondar en el cuerpo-territorio, Yuderkis Espinoza nos invita a “Analizar nuestro devenir como sujetas en acción” (Espinoza Yuderkis, 2014, p. 9). En este argumento el cuerpo visto como territorio es en sí misma un espacio, un territorio-lugar, que ocupa, además, un espacio en el mundo y puede vivenciar todas las emociones, sensaciones y reacciones físicas, para encontrar en él, un lugar de “resistencia” y resignificación. (Citado por Cruz, 2016). Es un aprendizaje cotidiano e incesante, que ha requerido mucho amor, fuerza de decisión y valor para renunciar a prácticas patriarcales...” (Gómez Grijalva: 2013, p. 26).

Todo lo anterior resalta la importancia de reconocerse como mujer con principios para poner límites y poner el cuerpo como primer territorio para el fortaleciendo de nuestro ch’ulel y encontrar el equilibrio. Entonces para alcanzar el equilibrio es necesario sentirse fortalecida y valorada, además, que nos valoren como mujer y como humanas. Nosotras las que venimos de un pueblo originario, para dar a reconocer que valemos tuvimos que pasar por una trayectoria de vida llena de altibajos que ha sido fácil. Tampoco lo ha sido entender y reconocer que estas estructuras de poder y control de los cuerpos de las mujeres, ese machismo que las sostiene, no solo viene de la familia, comunidad, si no en su totalidad es un sistema en el que estamos sumergidos y que es trascendental trabajarlo, cuestionar estos mandatos masculinos autoritarios. En la actualidad ya no tenemos que seguir estas ideologías, tanto hombres como mujeres somos afectadas, pero sobre todo más a las mujeres hemos venido sufriendo la desigualdad.

Al cuestionarse podemos deshacer el nudo de la garganta que nos impide expresarnos, dejar de agachar la cabeza y empezar a existir y valorarse como persona, enunciar la violencia que trastoca nuestro cuerpo, al mencionar “lo personal es político”, radical lema del feminismo.

es decir, se trata de estar consciente de que la opresión se ejerce en y a través de las relaciones más íntimas, empezando por la más íntima de todas: la relación con el propio cuerpo, como menciona Medina (2018) “integra lo personal en lo público comenzando por la relación con el propio cuerpo”¹⁴.

¹⁴ “Lo personal es político, este lema germina en la teoría feminista radical busca la raíz de la dominación de las mujeres en las sociedades patriarcales, subrayando que la sexualidad y la función reproductiva se construyen social y políticamente como inferiores”, (Medina M. B., 2018, pág. 3).

Todas atravesamos el miedo de empezar a disponer de nosotras mismas, decidir sobre nuestros cuerpos, nuestras vidas, vivir sola y a disponerse del nuestro tiempo para cuestionarse sobre la construcción social que se ha asociado a cada uno de los sexos biológicos y que nos define “mujer” categoría socialmente naturalizada, de acuerdo con Simone Beauvoir que sentencia: “No se nace mujer, se llega a serlo”, (Simone, 2005, pág. 371). Hablar sobre género es reconocer que es una construcción social, que ha beneficiado a los hombres, por eso ellos la mayoría no se cuestionan, y son las mujeres feministas quienes han cuestionado sobre el género, y han luchado contra la desigualdad, por un *Lekil Kuxlejal*.

Por ello, es necesario organizarse, hacer colectividad, para sanar juntas de la crueldad, la misoginia, la opresión y la colonización. Como menciona las actoras de cambio empezar “establecer la confianza para dialogar y actuar juntas entre mujeres mayas, mestizas y de origen europeo, atravesadas por las desigualdades estructurales históricas, la colonización y la guerra impuestas por otros, no ha sido sencillo”, (Actoras, 2021, pág. 12).

En At’el Antsetik hemos recibido mujeres de diferentes horizontes. La experiencia ha sido de manera sorprendente para mí, aunque vengan de Europa también esas mujeres sufren desigualdad, clase social y racismo. Cada mujer en su contexto atraviesa la violencia sistémica, entonces todo el mundo es atravesado por la estructura patriarcal. Al juntar estas experiencias nos fortalece y nos motiva a seguir en la lucha y hacer colectividad donde tengamos un espacio de escucha mutua, armoniosa y empática al contar nuestras vidas pasadas y porque todas traemos una historia hiriente y de mucha injusticia.

Por eso nuestra rebeldía de construir un mundo justo, queremos seguir compartiendo con otras mujeres que hay otras maneras de vivir, de romper esa ideología impuesta donde ya no tengamos que silenciar nuestro sentir, donde las mujeres tenemos derecho a decidir y alzar la voz. Con esto no quiero decir, que estoy en contra de los hombres, sino hablo del comportamiento machista, cuando ellos no han cuestionado sus comportamientos, aunque saben que gozan de privilegios a costa del cuerpo de las mujeres.

Las mujeres son las que han venido a cuestionar la desigualdad, para desnaturalizar la construcción social, por lo cual ha requerido procesos de diálogos y discusiones entre mujeres. En At’el nos hemos organizado para hablar de estas violencias, sabemos que no ha sido fácil, para muchas mujeres sigue siendo tabú, pero hemos generado confianza de conversar lo que nos

duele corazón y hemo intentado construir un espacio radical, con los sueños de caminar y alcanzar un *Lekil Kuxlejal*.

Así que estamos en construcción y para ello fue necesario construir principios entre todas. Uno de ellos, que retomamos de Guerrero (2010), es el principio de corazonar o *jun o'ontonil*. Para Guerrero, el corazonar “es abrir el corazón y trabajar desde la co-razón para mostrar nuestra raíz; nuestro origen, el caminar de cada una de nosotras, para seguir fortaleciendo la cultura propia y de los procesos organizativos donde uno está inmerso. De lo contrario no podremos ser capaces de soñar diferentes horizontes de existencia, de compartir dolores, de tejer sueños, de transitar esperanzas y luchas por materializar utopías posibles” (Guerrero, 2010, citado por Pérez María, 2014, pág. 29).

Corazonar es la disposición de saber escuchar, valorarse, estar abierta al diálogo, auto reflexionar nuestra actitud. Cada vez que nos reuníamos, antes entrar a lo laborar, nos preguntábamos *¿K'u xchi yo'onton jujun?* ¿Cómo está el corazón de cada una? Siempre nos echábamos flores, al decir que cada paso que da una en su vida nos alegramos y nos motivamos con palabras tiernas porque para revolucionar es necesario la ternura y la compasión. Para ello, At'el Antsetik se ha construido colectivamente los principios éticos para construir colectividad para el *Lekil kuxlejal ti komon* o Buen vivir para todas, los que se muestran en el recuadro siguiente.

Cuadro: Principios de convivencias At'el Antsetik

Principios éticos¹⁵ de convivencia:

1. Igualdad en la diferencia:

Todas las personas que participamos en At'el creemos en la igualdad y nos consideramos iguales entre nosotrxs en el trato y acceso a derechos y responsabilidades, en medio de reconocer que somos diferentes por nuestras culturas, profesiones, edades, historias familiares, condiciones económicas, religiosidades y espiritualidades, género y sexo.

Nuestra propuesta es cuidar de que nuestras diferencias no se vuelvan desigualdades.

¹⁵ Estos principios fueron construidos por quienes estaban colaborando en At'el Antsetik, a principios del año 2019, redactados por Coni López Silva, una de las fundadoras.

2. Respeto a los procesos (procesos individuales y proceso colectivo).

Quienes participamos en At'el reconocemos que cada persona y cada grupo tiene su propio ritmo y modo, y que la construcción de la historia colectiva implica la comprensión mutua de los procesos propios y de las otras y el compromiso con el proceso colectivo.

Nuestra propuesta es trabajar por mantener el equilibrio del colectivo, evitando que los ritmos personales aceleren o atrasen el proceso colectivo.

3. Libertad de acción y expresión.

Todas las que trabajamos por At'el reconocemos y defendemos la libertad de cada una y cada uno de participar en las actividades y estrategias y de expresar sus ideas y propuestas de manera libre y en la medida y tiempo que decida en libertad, mientras esto no se contraponga en ningún sentido a los objetivos de trabajo de At'el, a favor del bien común comunitario.

Nuestra propuesta es favorecer que quienes participen en los desafíos de At'el lo hagan en libertad y con felicidad.

4. Hermandad y sororidad.

Las que participamos en At'el creemos en la necesidad de crear lazos y asociaciones naturales entre las mujeres, desde un valor importante que es la *sororidad*, que quiere decir el *apoyo*, *convivencia* y *solidaridad* entre mujeres, basada en la *unión*, el *respeto* y el *amor humano* a la mujer, especialmente, frente a los problemas sociales.

Nuestra propuesta es construir la hermandad y la sororidad entre nosotras favoreciendo la creación de vínculos y alianzas naturales entre nosotras.

5. Justicia simbólica y material

Todas las personas que participamos en At'el estamos convocadas a luchar por la justicia y por construir la justicia en nuestra acción cotidiana, desde la distribución justa del trabajo hasta el reconocimiento simbólico y material justo para todas, en función de nuestros perfiles y responsabilidades y en la medida de las posibilidades del colectivo.

Nuestra propuesta es favorecer la construcción de la justicia en nuestras acciones cotidianas personales y colectivas.

6. Reconocimiento

At'el como colectivo reconoce que todas las personas que participan en alguna medida en el alcance de los objetivos de At'el merecen el reconocimiento por su aporte, al mismo tiempo que At'el merece el reconocimiento como Colectivo.

Nuestra propuesta es reconocer la importancia y el valor inseparable de las dos dimensiones individual y colectiva.

7. Cooperación

Las personas que aportamos a At'el nuestro tiempo y esfuerzo reconocemos la importancia de la cooperación y el trabajo en equipo en el alcance de metas y objetivos, estimando el valor de la participación especializada y particular de cada persona tanto como la unión de los esfuerzos de todas y todos.

Nuestra propuesta es promover y desarrollar el trabajo cooperativo, colaborativo, participativo y protagónico.

8. Enseñanza aprendizaje

Quienes participamos en At'el creemos en que todas tenemos algo que enseñar y todas tenemos algo que aprender. Por ello estamos a favor de la enseñanza aprendizaje permanente, desde los distintos espacios y actores y con distintas acciones y metodologías populares, que parten de nuestras realidades y necesidades concretas como comunidad y que se proponen transformar la realidad en la construcción del buen vivir.

Nuestra propuesta es impulsar el intercambio de saberes y prácticas entre mujeres y con el resto del mundo con el que interactuamos.

9. No violencia, cuidado mutuo y autocuidado

Todas las que trabajamos por At'el reconocemos y defendemos la *no violencia* como un principio del bien común fundamental en la construcción del colectivo que queremos ser, por lo que nos posicionamos a favor del cuidado mutuo en las formas de comunicarnos y de relacionarnos, promoviendo el diálogo e intercambio respetuoso y la resolución positiva de conflictos, así como el autocuidado, la crítica propositiva y la autocritica en la resolución de las problemáticas personales y colectivas.

Nuestra propuesta es apostar por el dialogo, la comunicación, la conciliación de intereses, la resolución positiva de controversias y la reconciliación.

10. Amor, cuidado y respeto por todas las formas de vida.

Todas las que trabajamos por At'el elegimos respetar, cuidar y amar todas las formas de vida, no solamente la vida humana, como parte del reconocimiento de que somos parte

de la naturaleza y como todos los seres vivos, nos necesitamos y co-dependemos de ellos.

Nuestra propuesta es por la defensa de la vida y la paz, contra la violencia animal y la destrucción animal y ambiental.

Para llegar a reconocerse y sensibilizar en estos temas tuvimos que pasar por muchos aprendizajes compartidos entre nosotras, recibimos talleres como el que llamamos “Mi cuerpo como mi primer territorio”, que nos ayudó a identificar que el territorio es todo, son las historias que pasan, las relaciones que tenemos con otras personas, los bienes comunes como ríos, los bosques, las montañas, es la comida, la lengua, etc. Por ello, pensar el cuerpo como primer territorio nos hace imaginarnos que también en nosotras hay memoria, hay aspectos valiosos que cuidar, proteger, defender. Que también tenemos que conocer y reconocer nuestros límites, nuestras capacidades, nuestras fortalezas.

En esa sesión vimos la importancia de conocer, cuidar y defender nuestro cuerpo-territorio y apropiarnos.

Taller impartido por Diana Trevilla, 2019



Foto: tomada por la compañera Ángeles, 2019

Así que como At'el hemos aprendido que para construir el *Lekil kuxlejal* como At'el si es necesario dialogo. Sabemos que ha no sido fácil porque siempre traemos historias marcadas en nuestras vidas y a veces no estamos acostumbradas a escuchar lo que ve la otra persona en nosotras. Por eso también hay que desconstruirse y negociar nuestra indiferencia. Para nosotras es importante la comunicación y el trabajo comunitario con las que llegan asistir en At'el como menciona la siguiente entrevista:

Me sentí parte del Centro Comunitario porque siempre nos preguntaba de que queríamos hacer, por ejemplo, la siembra de que queremos sembrar y sí entre todas nos poníamos de acuerdo y me sentí incluida en cada actividad que se hacía. Me sentía bien porque todas nos tomaba la palabra nadie dijo es que tú no puedes hacer esto si no siempre había una plática de cómo íbamos a trabajar juntas y también lo que no nos gustaba que podíamos expresar y nos escuchaba a sí tienes razón yo no lo veía así, nos decíamos, (Entrevista; Aurelia, 31 de agosto 2023).

Fortalecemos el trabajo común, el cuidado colectivo reconocerse los saberes de todas, incluir la participación, aunque siempre habrá diferencias, pero esas diferencias nos hacen fortalecer porque cada una traemos formas de percibir el mundo.

Nos damos cuenta en estas historias de vida de las mujeres, donde la ciudad forma una estrategia de vida, donde se encuentra posibilidades de espacios de escucha y organizarse, para cuestionar, sanar las violencias y el racismo que han travesado en los cuerpos como mujer de pueblos originarios, At'el para algunas ha sido un espacio de escucha y sanadora, donde hemos desconstruido pensamientos, creencias y hemos construido bienestar para todas a través de diálogos y acciones con las mujeres y su familia.

En At'el hablar de salud humana implica cuestionar la alimentación, es decir que estamos comiendo día al día y de donde viene, porque sabemos que, en la ciudad, el acceso de comidas chatarras abundan más en lugares precarias donde el acceso es más fácil y también nos dijeron que comer verdura es de pobre. Por esta razón At'el plantea otras maneras de alimentarse con prácticas de agroecológicas, desde sembrar hortalizas y plantas medicinales, donde se puede generar nuestra propia medicina para curarse, dejándole un lado los medicamentos genéricos, recobrando vida a las plantas medicinales.

4.5 El buen vivir es vivir libre de violencia y es respeto a nuestro derecho humano

Nos damos cuenta que para nosotras que el *Lekil Kuxlejal* es vivir libre de la violencia, para alcanzar que el *ch'ulel* este en equilibrio y en armonía. Que la vida sea ligera de armonía, florecer el corazón por dentro y fuera, *xnichimal o'ontonal*, que no haya violencia, sufrimiento o maltrato para que se pueda construir el buen vivir, *mu'yuk ilbajinel, vokolil yu'un tsak' yipal li lekil kuxlejal*.

El buen vivir es “la satisfacción de las necesidades, la consecución de una calidad de vida y muerte dignas, el amar y ser amado, y el florecimiento saludable de todos, en paz y armonía con la naturaleza, para la prolongación de las culturas humanas y de la biodiversidad” (Gudynas, 2011, pág. 7).

Se trata también de estar en armonía dentro de la casa y luego afuera porque en la comunidad se da que la mujer queda en la casa y los hombres salen a trabajar afuera y uno tiene que esperar para comer, mi mamá no nos daba de comer si no llega mi papá teníamos que esperar, ya con mi esposo no fue así, como estuve en la organización donde justo empezaban hablar sobre eso, entonces cuando llegaba a la casa le platicaba a él, porque al principio tomaba mucho alcohol y después de estar hablando con el dejo de tomar (Entrevista; Doña Lucy, 13 de septiembre 2023).

Esta historia de vida nos muestra que en la comunidad no existe el *lekil kuxlejal* desde que nace una mujer. Socialmente nuestros padres dan por hecho que tenemos que cumplir cierto rol, por eso nos privan de libertad y controlan nuestra vida y las formas de pensar, porque en la comunidad no hay quien cuestione, se da por hecho que existe una autoridad en el seno familiar y comunitario, donde no les conviene validar la participación de la mujer.

El *Lekil kuxlejal* se construye a través del dialogo y la escucha para mejorar la calidad de vida tanto en hombres y mujeres, como indicó la entrevista anterior, además “Se puede entender como un proceso encaminado a una mejora participativa de la calidad de la vida, a partir no solamente de un mayor acceso a bienes y servicios para la satisfacción de las necesidades humanas, sino también de la consolidación de la cohesión social, valores comunitarios, y la participación activa de individuos y comunidades en las decisiones relevantes para la construcción de su propio destino, sobre la base de la equidad con respeto a la diversidad” (Larrea, 2017). Anaí, participante de un taller realizado en At'el expone que para ella el buen vivir “es como eso de tener salud mental, de poder estar con paz, estar tranquila y lucida para tomar

decisiones. Porque si yo no estoy bien obviamente mis hijos no van estar bien y tampoco la gente de mi alrededor. Porque me considero como una persona con energía algo inmaterial que se contagia. Para mí vivir bien o buen vivir que tiene que ver con la conciencia y salud mental de pensarme como mujer, como madre, y profesionista. Eso es una parte para mí, porque hay otras cosas de cómo te relacionas con los demás. En la cuestión de la alimentación y trabajo colectivo, el buen vivir es súper extenso en muchos ámbitos y niveles, trabajo, familia.” (Anaí participante del taller del Buen vivir, realizable el 27 de julio 2023, en las instalaciones del At’el).

Se habla de *Lekil Kuxlejal* cuando todos están contentos, todos se viven en paz, no hay enojos, robos, mentiras, ni chismes, vivir en armonía con los animales y con la naturaleza misma. Se tiene que respetar a la naturaleza porque somos uno con ella, la cuidamos y ella nos cuida dándonos alimentos para sobrevivir, (Paoli, 2003). El buen vivir también es tener derecho a la educación, donde las mujeres puedan abrirse al conocimiento, porque sabemos que hay mal vivir donde las negaron la posibilidad de continuar con sus estudios, porque a las niñas mayores tienen que cuidar a sus hermanos (as) pequeños, el cual cumple el rol de ser cuidadora, así como menciona la siguiente entrevista: “Estudié, pero me metieron a la escuela cuando tenía diez años u once y solo estudie el primer grado de primaria se me complico porque nacieron mis hermanitas las gemelas por eso salí, aprendí un poco a leer como entre ya un poco grande aprendí un poco rápido, sí tenía ganas de estudiar, pero no nos dieron esa oportunidad mis papás por lo que tenía que cuidar a mis hermanitas, así crecimos con mi tía que no pudimos estudiar”, (Entrevista; Aurelia, 31 de agosto 2023).

“Si había escuela, lamentablemente mi papá me metió a los 10 años como el nunca estudio como que no le importaba. Me mandaron en la primaria sin saber nada. Nunca me llamo la atención estudiar, terminé el tercer grado, pero ya no seguí estudiando como que ya me daba pena porque ya era grande”, (Entrevista; Mari, 22 de agosto del 2023).

A mujeres como ellas y otras les fue negada la posibilidad de estudiar, porque les dijeron que solo sirven para cuidar hijos, que no son capaces de pensar y que solo es una pérdida de tiempo. Actualmente las mujeres aun no son tomadas en cuenta en las asambleas comunitarias y colonias donde viven aún tienen que negociar. La presencia de un hombre en la comunidad es importante, como se menciona:

“Pues a veces casi no a las mujeres no son escuchadas ahora que no está mi esposo yo tengo que estar pendiente en mi colonia y no me hicieron caso, estuve hablando el representante de la colonia hasta que tuvo que ir mi papá”, (entrevista Aurelia, 2023).

En la actualidad son más las mujeres que han llevado procesos de cuestionamiento sobre el tema del machismo, y somos más las que sabemos nuestros derechos. Pero la práctica es donde encontramos barreras, sobre todo con los hombres, que no han querido cuestionar su masculinidad, siendo mayormente las mujeres las que han tomado la iniciativa de negociar con el esposo. Aún falta que ellos hagan su trabajo, reconociendo que como hombres también salen afectados. Como vemos en las historias de vida el *Lekil Kuxlejal* no está dada, ni en los pueblos originarios si no es una construcción para alcanzar a vivir una vida digna y cuestionar las violencias sistémicas. Por lo anterior el *Lekil Kuxlejal* se trata que los conflictos y los problemas que se tenga se resuelva de manera colectiva y sin violencia.

4.6 Buen vivir es no perder mis propios alimentos y mi forma de curarme

Como se ha indicado anteriormente sobre el buen vivir, es una crítica al desarrollo donde ha hecho de lado las practicas comunitarias, es decir, haciendo un lado las formas de alimentación, las formas de curar y de cuidar la tierra. Tal como menciona Rodríguez el desarrollo “Se basa en el crecimiento económico progresivo individual; un concepto reduccionista y homogeneizante. Impulsa el consumo, el materialismo y el egoísmo; excluye otras dimensiones de la vida (espiritualidad, emociones, comunidad, naturaleza, etcétera). Y que predominan el mercado y las relaciones comerciales, la mercantilización de la vida (recursos humanos y naturales)” (Rodríguez, 2016, pág. 158).

Ese desarrollo ha implicado el cambio climático, y sus consecuencias como la perdida de diversidad vegetal, generando dependencia alimentaria y pérdida de soberanía alimentaria, y conduciendo a los pueblos a enfermedades debidas al consumo de alimentos industriales. También ha generado un aumento de la migración hacia las ciudades, la pobreza y las desigualdades, provocando también el deterioro de las relaciones familiares y comunitarias, donde se ha roto la reciprocidad, se pierde el trueque y los sistemas tradicionales de intercambio.

Ante eso, en At'el Antsetik se ha buscado como estrategia, desde enfoque de *Lekil kuxlejal*, fortalecer la alimentación nutritiva, con alimentos que sean sembrados y cosechados por la propia familia, lo que se refiere a una siembra de traspatio, que nos recuerda nuestra raíz, porque en cada lugar de origen hay diversidad de verduras que crecen y que su cultivo ha sido aprendizaje de nuestras madres y abuelas que nos han transmitido de generación a generación y que estando en la ciudad la podemos practicar, como menciona la siguiente historia de vida.

“Lo que me gustaba mucho es *ts'u-itaj* creo que es bledo en español, flor de calabaza, flor de frijol y la calabaza y los hongos, verdolaga, lo bueno que aún se consigue, entonces todavía lo comemos con mis hijas, aunque no sabemos cómo siembran” ...

... “Mi abuelita nos daba hojas de alcanfores, así como lo llaman el lugar actualmente, porque había muchos árboles de alcanfores ahí por eso así lo llamaron. Mi abuelito lo buscaba las hojas del alcanfor lo ponía en un bote con alcohol. Eso nos daba de tomar cuando nos enfermábamos con eso nos curábamos la tos o gripe”. Entrevista; Aurelia, 31 de agosto 2023).

Muchas mujeres, aunque no todas, las practicas comunitarias aun las traen de memoria es una manera de resistir a la lucha por nuestra alimentación sana, de comer verduras que se conocen por recuperar las formas de curar; además, son saberes que vienen de nuestros padres, lo que hace que nuestra raíz permanezca, aun sabiendo que las mujeres no tenemos acceso a la tierra en algunos pueblos originarios.

“Lo que extraño de mi comunidad es que ahí crece todo, el frijol, verduras, maíz, crece toda la comida ahí lo que no hay es dinero o el problema es que no sabemos vender o como sacar dinero, pero nunca deje de comer lo que me gustaba”, (Entrevista; Doña Lucy, 13 de septiembre 2023).

Me ha dado cuenta que en la zona periferia norte de la ciudad se observa en cada techo tienen plantas sembrados en los techos, así como flores y especies (tomillo, orégano, epazote), hortalizas o árboles frutales y algunas plantas medicinales, es interesante como han resistido las mujeres. La mayoría aun consumen lo que estaban acostumbradas a consumir en su comunidad, aunque entre la comunidad y la ciudad hay una gran diferencia de consumo, porque en la comunidad se alimentan con comidas básicas y nutritivas que crecen de manera natural, y que la tierra es abundante porque da lo que uno necesita:

“Comíamos más frijolitos, verduras, arroz porque sopa casi nunca comíamos, pollo de rancho, carne de res una vez a la semana, panes que venían a comprar en el centro de Tenejapa. Mi papá llegaba a traer la mitad de la pierna de res. Como le decía, comida si hubo, nunca nos faltó. Pero lo que, si cariño, si faltó.

Creo que nos demostraba con comida, porque apenas estamos recordando con mi hermano que mi papá iba a la plaza de Tenejapa a traer bastante pan y la carne”, (Entrevista; Mari, 22 de agosto del 2023).

“Pues mi papá tenía cafetal y lo vendía, llegaba el gobierno que hacen socio de café, se lo compraba. Según pagaban bien, pero no. Ya no se podía vender del otro el café porque se tenía que juntar para ellos. Salía más frutas que frijol, pero como mi mamá vendía las frutas y con eso compraba los frijoles”, (Entrevista; Doña Lucy, 13 de septiembre 2023).

En cada historia de vida nos damos cuenta que se viven diferentes contextos: en la primera se habla del acceso a la alimentación, con comidas naturales y mucha variedad; la siguiente da cuenta de cómo los caciques controlaban la producción local de café, tanto que las familias empezaron a trabajar más para ello, lo que nos hace reflexionar sobre el trabajo barato de la familia, por el cual se da la explotación laboral de la niñez campesina, que debe ayudar a la familia para cosechar cantidades de café y comercializar a bajos precios, con ganancias que no alcanzaban para la subsistencia y la resiembra para seguir cultivando.

Con la alimentación que las comunidades tenían antes, las familias no se enfermaban mucho, más que de enfermedades comunes como la diarrea, gripe y tos, donde nos indican que se acudía a las plantas medicinales. Lo que en cambio sí les causó un impacto más violento fueron los virus, con enfermedades como el sarampión, que siendo prevenibles no solo afectaron a los pueblos originarios sino a toda la población de manera general, como menciona la compañera: “Si había enfermedad, yo había enfermado de unos granos, no sé si era el sarampión, era yo bien chiquita. Ni la ropa podía poner, solo en una manta me tapaba porque dolía mucho, sacaba muchas llagas. Apenas recuerdo que uno de mis hermanos me llevo a la iglesia, solo recuerdo que me echaron agua, pero creo que era agua bendita. Y ya después me dijo; “Si te llevamos en Justo Juez porque casi te ibas a morir”. Y sí me enfermaba mucho. Tengo una tía que me quiere mucho me dice hasta ahorita “Hijita creí que nunca vas a vivir y que ibas a tener tus hijos, horita gracias a dios tienes tus hijitos bonitos, porque cargando te sacaban tu hermana y tu abuelita de casi te ibas a morir”, (Entrevista; Agus, 11 de septiembre del 2023).

En ese tiempo lo más complicado de vivir en la comunidad era la falta de acceso a la salud pública, además de la falta de vías de comunicación (carreteras), de transporte para para trasladar a los enfermos, de dinero para todos esos servicios. Cuando las personas estaban graves o cuando la enfermedad no era reconocida dentro de la comunidad las comunidades acudían y aun acuden con los *ilol, poxtabanel-* pulsadores o curanderos, con ellos la gente se cura. Se trata de muchas

abuelos y abuelas que adquirieron dones de curar, y que actualmente en las comunidades se están perdiendo esos saberes. Por otro lado, hay nuevas enfermedades, por ejemplo, el cáncer o la diabetes, de las que antes no se escuchaba en las comunidades. Se sabe que son las consecuencias que ha traído la introducción de comidas procesadas, comida chatarra y el exceso de consumo de refrescos embotellados, dejando a un lado el refrescante pozol.

Es por eso que se creó el Centro comunitario en las colonias de la periferia de la zona norte de la ciudad de Jobel, como la posibilidad de una construcción de vida de manera más horizontal, más incluyente, integral y sobre todo promoviendo en el grupo ser partícipes de las necesidades de las mujeres y sus familias que habitan en estas periferias que son lugares de desigualdad y abandono de los gobiernos.

Por ello, en At'el Antsetik se creó un espacio de cocina comunitaria. La invitación se realizó directamente en la escuela primaria Bilingüe "Luis Donaldo Colosio" en la Col. Maravilla. Durante una reunión con madres y padres de familia de dicha escuela, que se realizó junto con el director de la primaria, se les plantearon propuestas de trabajo para ir avanzando en la construcción de *Lekil kuxlejaj*, tanto con el alumnado como con el grupo de madres y padres de familia, para sensibilizares en los temas que nos competen.

A dicha reunión asistieron mayoritariamente mujeres y At'el ofreció varias propuestas de colaboración con ellas mujeres; estas fueron: el trabajo de permacultura, la alfabetización y la cocina comunitaria. A la mayoría de ellas les interesó tanto el trabajo de cocina y como el de permacultura. Por ello se programaron dos días de la semana - martes y jueves de 4 a 6 de la tarde- donde se dispusieron de tiempo para asistir al centro comunitario a las reuniones. El grupo acordó utilizar los martes para actividades de la cocina comunitaria y los jueves para el trabajo de permacultura del huerto. Durante dichas reuniones, una o dos promotoras de At'el realizaron actividades con las y los hijos de las mujeres participantes sobre temas como higiene personal, alimentos nutritivos, que se sabe de la basura, entre otros.

A lo largo del tiempo que duró dicha agenda, durante varios meses, a las actividades se sumaron varias mujeres para aprender a cocinar alimentos nutritivos y compartir cada una nuestras formas de alimentarnos. Compartieron que al estar en la ciudad nuestro alimento ha cambiado, que ahora consumimos comidas rápidas de cocinar, así como embutidos y sopas instantáneas reemplazando las verduras nutritivas. Se reflexionó que eso es lo que dejamos entrar en nuestro

cuerpo. Haciendo comparación de lo que comíamos en la comunidad y lo que se come actualmente en la ciudad nos damos cuenta que en la comunidad nuestro alimento era más sano.

Para estas prácticas realizadas con las mujeres, se hicieron actividades de sensibilización sobre las comidas procesadas que no son favorables para nuestra salud y la de nuestras familias. Estos talleres dejaron importantes reflexiones a las mujeres, como muestra este testimonio:

“Donde más me cambio en At’el o el centro comunitario es del refresco que nos decía la compañera que estamos alimentando a la empresa comprando refresco. Y también las enfermedades que trae, porque sí antes tomábamos mucho ahora ya no tomo mucho, solo cuando veo mis hijos que toman les digo que lo rebajen, pero es ahí donde aprendí”, (Entrevista; Mari, 22 de agosto del 2023).

Parte del éxito de las actividades de cocina comunitaria con las mujeres, fue el apoyo y participación creativa y comprometida de dos compañeras y un compañero voluntarios de Argentina y España, quienes estuvieron colaborando en At’el durante un semestre y cuyo trabajo fortaleció la compartición de nuestras formas de alimentación y el aprendizaje de nuevos saberes.

Durante el trabajo de At’el nos hemos percatado que, en nuestra zona periférica de la zona norte, hay gran cantidad de tiendas de abarrotes con un considerable acceso a comida chatarra y consumo de refrescos embotellados. Estos reemplazan el consumo de frutas y la toma de pozol, que ha sido la bebida refrescante y nutritiva de los pueblos.

Con las mujeres analizamos que esto tiene que ver mucho con el consumo capitalista, siendo que son beneficiadas económicamente las empresas pequeñas o grandes, que nos ha conducido con esta idea del desarrollo de vivir mejor consumiendo comidas exprés, porque nos han dicho que comer verduras y frijoles es de pobres. Estas reflexiones se expresaron también en el Taller sobre el *Lekil kuxlejal*, que apliqué para esta tesis. Las mujeres identificaron que esta idea de la pobreza es una mentira, porque antes no se enfermaba mucho: “ahora estando a la ciudad, como variedad de comida o pescado y siento que me enfermado más” (comentario de doña Agus). Debemos repensar cómo esto forma parte del capitalismo y ha provocado el desequilibrio humano en general, porque es una estrategia para entrar en ese mundo de consumo. Por lo tanto, es necesario concientizar el autocuidado y el cuidado de que estamos introduciendo a nuestro cuerpo.

Desde esta estrategia de la cocina comunitaria, tuvimos varios talleres con las mujeres, compartiendo prácticas de: elaboración de granola¹⁶, elaboración de conservas de chiles, verduras y legumbres, elaboración de mermeladas de distintas frutas y elaboración de pizzas vegetarianas, actividad a cargo de Ana y Javier, fueron voluntariados de Argentina que fueron voluntariados de Argentina que participaron un semestre en el colectivo.

El proceso de los talleres fue enriquecedor y de mucha convivencia, de mucha creatividad y muchos aprendizajes compartidos entre todas y cada una de las personas participantes. En ellos recordamos que hace ya muchos siglos, las personas conservaban sus alimentos con productos naturales como azúcar, panela, miel. Hoy hay productos que aún se siguen conservando naturalmente, como las palanquetas o alegrías y los cereales de granola. En la época de industrialización, se empiezan a observar cambios en lo cultural, costumbres, economía y vidas cotidianas de las personas y se industrializan nuevos productos para la alimentación, con ingredientes químicos conservadores, todo lo que hoy ha hecho daño a la salud de las personas.

Debido que las familias cada día se insertan más en los trabajos formales e informales, son poco el tiempo que conviven con la familia y esto ha ayudado a la mala alimentación de los integrantes de la casa, porque todos los alimentos son comprados en las tiendas de la esquina, supermercado y grandes industriales, y son alimentos que vienen procesados con varias cosas químicas que hacen que dilate por más tiempo y provoque otras enfermedades. Por eso es muy importante que cada una de nosotras que alimentamos a nuestras familias nos demos cuenta de si lo que se está llevando a casa es nutritivo realmente.

Por estas razones desde el Centro comunitario buscamos espacios de crear alternativas de alimentación sana y compartimos formas de aprovechamiento y conservación de los alimentos, de manera natural y saludable. La cocina comunitaria ha sido ir aprendiendo, compartiendo y apoyándonos mutuamente. como alternativa de vida de las familias tsotsiles y tseltales que viven en la zona periferia de la ciudad, fortaleciendo saberes comunitarios para construir el *Lekil Kuxlejal*.

¹⁶ En At'el compartimos la elaboración de granola porque la consideramos una alimentación saludable, que da todos los nutrientes que el cuerpo necesita. La granola que compartimos en el Centro Comunitario se elabora con 12 semillas y cereales y miel. Es un alimento que ofrece proteínas, grasas, hierro, potasio, calcio, zinc, fibra y favorece el aparato digestivo, además de que da al cuerpo crecimiento, protección y energía.

Foto 1. Elaboración de granola (Fotos de Lucía Hernández)



Foto 2. Elaboración: Chiles en vinagre (Fotos de Lucía Hernández)



Foto 3. Preparación medicinal (Fotos Lucía Hernández)



El espacio de cocina comunitaria ha sido una estrategia de mucho impacto positivo, porque además de aprender, compartir lo que se produce y pasar un buen momento, las mujeres se dan un espacio para convivir y salir de vida rutinaria, y se permiten entablar la confianza con el grupo para tener un espacio donde pueden hablar de las violencias

En este apartado nos damos cuenta en las historias de vida de las mujeres, que les han dicho que las mujeres no son portadores de conocimiento. En las historias de vida reafirman y fortalecen estos conocimientos haciendo colectividad, además estas formas de sanar y de curarse forman parte de la resistencia al consumo del capitalismo y al llamado desarrollo. y recuperar el contacto con la tierra.

4.7 Buen vivir: Ahí nos escuchábamos entre todas

El Centro Comunitario At'el Antsetik es un espacio de escucha. Esto se refiere a que cada una puede expresar sus preocupaciones, sus miedos, sus problemas familiares, *k'usi k'ux ti o'ontonal* lo que nos duela en el corazón. Se trata de construir entre todas un espacio de confianza, sororidad entre mujeres y apoyo mutuo. Sentirnos escuchadas sin ser juzgadas y que sea abrazada nuestra palabra y poder florecer nuestro corazón con un abrazo o con una palabra de aliento.

Como explica Aura Cumes, hablando de los colectivos de mujeres, en los que como principio se promueve el cuidado de la vida y el placer, como un proyecto político que promueve la recuperación de todos los principios y su práctica conlleva el ejercicio de la descolonización y despatriarcalización así como la emancipación de las distintas opresiones. (Cumes, 2014).

Por su parte, Fulchiron dice que para hablar y ser escuchada se necesita un espacio político “Pero para hablar se necesita un espacio social que las escuche, que esté dispuesto a validar su terrible experiencia y que les dé un lugar en la historia” (Fulchiron, 2004).

Por eso, *At'el Antsetik* se propuso construir un espacio seguro y apropiado para nosotras y de educación para los hijos e hijas. También crear una alternativa de vida al construir la horizontalidad en entre las mujeres y sus familias, como parte de la construcción del *Lekil Kuxlejal*, Nuestro enfoque es cuidar la salud humana y salud ambiental: desde ver de manera integral la vida, desde cuidar lo que nos rodea, es decir cuidar la tierra, la alimentación, desde

comer sano y nutritivamente. También que las mujeres puedan generar o ahorrar sus economías, dejar de comprar medicamentos farmacéuticos, recurrir a las plantas medicinales. Por ello en At'el desarrollamos el huerto comunitario, la elaboración de preparados medicinales y los componentes de educación para las y los infantes.

Foto:5. Reunión en el Centro Comunitario At'el Antsetik. (Foto de Coni López)



En At'el comprendemos que hay que sanar el corazón para estar en equilibrio con nuestro ch'ulel desde adentro hacia afuera; por eso es necesario expresar nuestro sentir de cada una y ser escuchadas, sin ser juzgadas, porque hablar de nuestro sentir es hablar del dolor del sufrimiento sin culpa, sin sentir vergüenza. Aunque hablar de la violencia implica tabú todavía, por esta razón es necesario hacer colectividad, para empezar a cuestionar, como mencionan los testimonios:

Lo que me gustó también es que cada uno lo que traía desde el corazón se platicaba y nos escuchábamos. Expresarlo lo que a nadie le podemos decir, ahí nos escuchábamos entre todas. Eso me gustó mucho, porque al sacarlo todo, uno se siente gran alivio.” (Entrevista; Aure mujer tsotsil, 2023).

“Sentirme escuchada por todas y que cada una expresaba sus emociones y nos motivábamos entre todas cuando hacíamos círculo de reunión, nos comprendíamos y aprendíamos de unas a las otras, además, pensé que era un problema personal, pero al escucharnos era un problema que también les pasaba en cada familia. Para nosotras la participación de cada una es importante, aunque tengamos o no una profesión porque nos decían que todas traíamos saberes”, (Entrevista; 22 de agosto del 2023).

Como denuncia Cabnal, (2008) “creemos en nuestras ancestras como energía vital de lucha y transformación, creemos en una cosmovisión liberadora y sanadora de nuestras desarmonías, creemos que podemos dialogar con otras hermanas y hermanos del mundo que estén dispuestas (os) a trabajar el desmontaje del patriarcado, el colonialismo, el racismo, el neoliberalismo, la lesbofobia”, como parte de su apuesta a la armonización de la vida y a la apuesta por construir un mundo nuevo, (Cabnal, 2008).

“Fue una compañera aquí de la colonia que me invito en At’el y me dijo que se aprende muchas cosas, en ese tiempo yo estaba muy enferma, deprimida y estaba muy encerrada y quise ir a participar con ustedes o con At’el y me sentí bien, sentí que mejore porque me distraía mucho luego vinieron mis dolores en la rodilla ya no podía subir y sí hacía el esfuerzo de subir todavía ahí en At’el y sí es muy bonito convivir y aprender con ustedes y con las compañeras, hacer el trabajo entre todas y las cosechas que compartíamos todo lo que se hace ahí se aprende mucho”, (Entrevista; Agus, 11 de septiembre del 2023).

Hoy mujeres indígenas y muchos hombres que están por la reivindicación de los derechos colectivos de sus pueblos, demandan la complementariedad entre hombres y mujeres como elemento indispensable para alcanzar el Buen Vivir (Aguinaga *et al.*, 2011; Caudillo, 2016); pero nosotras sabemos que para que se logre debe eliminarse la violencia y desigualdad hacia la mujer.

En el inicio de trabajo del centro comunitario es fortalecer y defender los derechos humanos y laborales de las mujeres tsotsiles y tseltales, quienes hemos sido marginadas por nuestra cultura.

En At’el antes de abrir el espacio a las mujeres de la zona periferia, nosotras tuvimos que formarnos desde los temas que se mencionó anteriormente, de la metodología de Paulo Freire con la educación popular. Tener maestras quienes han tenido muchos años siendo ya formadoras y fundadoras en colectivos de mujeres, quienes nos formó con sus enseñanzas desde este aprendizaje desde aprender los derechos laborales como empleada doméstica, fue ahí donde conocí mis derechos como persona y trabajadora fue como pude defenderme al sentirme acompañada con mis compañeras, también nos enseñaron cuales son las propiedades de las plantas medicinales de para qué sirve y cual se ocupa si es planta amarga o dulce y simple o si es fría o caliente o regular y para que enfermedades.

Como vemos las historias de vida de las mujeres quienes colaboraron en At’el Antsetik que les significo mucho y que ha sido de mucho aprendizaje para sus vidas y familias, sabemos que este conocimiento y saberes se ha construido entre todas, para At’el la participación de cada una es importante y para fortalecernos es necesario la palabra y el reconocimiento entre mujeres, porque

sabemos que la violencia la trastocado a todas en diferentes dimensiones, para ello en At'el de "echarnos flores", es decir, que cada esfuerzo que hizo una compañera decirle cosas positivas, al decir, tu puedes, te ves radiante, ya lo lograste, vamos por más, no estás sola, en que podemos apoyar, como podemos ayudar, para muchas le llaman sororidad. Es una manera donde las mujeres no tendríamos que sentir estar solas, no tenemos que validarse por un hombre, sino crearlas cuando viene de mujeres a mujeres, en at'el se ha trabajado sobre el tema de autoestima, para fortalecer nuestro corazón.

4.8 Propuesta del Buen vivir

“Para mí el *Lekil kuxlejal* es que no estemos peleando con todo el mundo, sentirse en paz, comer bien. Hay personas que uno no le caemos bien y miras que está molesto y también lo miras en vez de preguntarnos de cómo estamos y a veces estamos por juzgar” (Entrevista María, 22 de agosto del 2023).

Tanto mujeres como hombres tienen papeles significativos en el sostenimiento de los grupos humanos. Sin embargo, las sociedades a través de la historia generaron la división sexual del trabajo, basándose en diferencias físicas entre mujeres y hombres, delegando casi exclusivamente a las mujeres las responsabilidades de trabajo doméstico y de cuidados la mayoría de las veces no remunerado o realizado en condiciones precarias tanto de las personas, como de la naturaleza. Los compañeros hombres han sido partícipes de esta ideología colonial. Como indica Paredes descubrir que “los compañeros de clase proletaria y los hermanos indígenas, son cómplices en la explotación capitalista y empresarial cotidiana, de las mujeres, convoca a luchar con mucha más energía, para cambiar todas las relaciones de opresión, empezando por la que se realiza con las mujeres indígenas. Considerar que es femenino hacer ese trabajo doméstico gratuitamente y por “amor”, es ser cómplices machistas del patriarcado que nos domina y destruye” (Paredes, 2018, pág. 56).

En ese sentido, para la construcción del *Lekil Kuxlejal*, en At’el Antsetik situamos la construcción del bien común, en contraposición a lo que nos ha dejado el capitalismo, de impulsar el individualismo como un arma para destruir la colectividad en sí misma, la comunidad. Por ello en At’el Antsetik se única y se impulsa como bien común la salud familiar y ambiental y la alimentación sana y saludable, como prácticas ligadas al cuidado necesario para continuar día a día y contribuir al buen vivir de las mujeres, de sus familias y de la comunidad. Asimismo, identificamos la agroecología y la herbolaria como herramientas a través de las cuales es posible revalorar y resignificar las relaciones sociedad-naturaleza.

La agroecología desde una perspectiva feminista, reconoce que la siembra de alimentos, la selección e intercambio de semillas, los conocimientos sobre usos medicinales y nutricionales de las plantas y cultivos, los procesos de preparación de alimentos, el desarrollo de prácticas que respetan los ciclos biológicos y la complejidad de los agroecosistemas, responden todas a una

lógica del cuidado de la vida en un sentido amplio y que, continúan siendo protagonizados principalmente por las mujeres, la mayoría de ellas campesinas e indígenas.

La agroecología es contraria a la lógica de agroindustrial que busca aumentar el rendimiento en el corto plazo para generar beneficios económicos para las grandes empresas, restando calidad a los alimentos y contaminando la tierra, el agua, el aire y las semillas. La agroecología apuesta por la siembra de alimentos para lograr la soberanía alimentaria, recuperando las prácticas que no requieren de insumos agroquímicos, lo cual implica poner atención en los ciclos ecológicos, pero sobre todo requiere de un trabajo del cuidado de la tierra.

Por el cual, la combinación con la agroecología, en At'el Antsetik promovemos los principios de la permacultura para el diseño de la siembra trabajando con la naturaleza, conforme a nuestras capacidades y recursos, priorizando también la observación y la reflexión de todo el contexto ambiental, social, económico, con el propósito de que nuestras actividades nos permitan tener una agricultura permanente en el espacio con el que contamos. Los principios de la permacultura son: cuidado de la tierra, cuidado de las personas (a nivel personal, familiar y comunitario) y repartición justa de lo que generamos.

Por su parte, la herbolaria implica la recuperación y reavivación de los saberes campesinos y especialmente de las mujeres en relación con las plantas locales y su uso medicinal, con el propósito de crear productos para la prevención, curación y alivio de distintas enfermedades (preparados medicinales).

La agroecología, la permacultura y la herbolaria cuidan de la vida, beneficiando tanto a las personas como a la naturaleza, nos muestran la importancia de las relaciones sociedad naturaleza (ecodependencia) y de las interacciones humanas (interdependencia). A su vez, nos hacen valorar el conjunto de habilidades, conocimientos, relaciones socioambientales, afectividad y uso de tiempo que se requieren para sostener la compleja trama de la vida. En la práctica, además contribuyen al ejercicio de los derechos humanos como: alimentación, salud y medio ambiente sano.

En el Centro Comunitario consideramos que la apropiación de estas prácticas por parte de las mujeres y de las personas en general en nuestra zona de influencia, son potenciales del buen vivir, de cuidado personal (autocuidado) y de cuidado comunitario. A su vez, a través de las actividades que se articulan para llevar a cabo su promoción, hemos podido crear espacios con

la gente de la colonia para impulsar procesos de formación, capacitación, reflexión, convivencia y fortalecimiento colectivo.

Así hemos aprendido que para plantear el *Lekil kuxlejal* es necesario organizarse, hacerse colectividad, cuestionar y accionar sobre las temáticas que nos competen y nos preocupan, para vivir libres de violencia.

“Organizarse ayuda muchísimo aprender, para que ya no nos maltraten, me ayudó mucho eso hasta hablar con mi esposo porque antes tomaba mucho y de ahí le empecé hablar y hablar con él y me escuchaba también y dejo de tomar, si me sirvió mucho porque se aprende mucho”, (Entrevista, doña Lucy, 2023).

Además, que muchas de las mujeres llegaron a conectarse con su niñez y fortalecieron su sabiduría sobre las plantas medicinales, de cómo se curaban y lo que se compartía en At’el y también a cuestionar sobre su alimentación.

Aprendí mucho de cómo curarse con las plantas medicinales porque antes comparaba mucho jarabe lo que venden en la farmacia para la tos y gripe y después que llegue ahí pues empecé a consumir el jarabe natural de At’el para mi hijo que siempre tenía tos y con eso le ayudo bastante eso me gusto también, (Entrevista; Aurelia, 31 de agosto 2023).

Una de ellas menciona qué importante que nosotros como jóvenes entendemos que es necesario organizarnos, crear colectividad porque considera que se aprende mucho, para no dejarnos que nos maltraten ya sea en el trabajo o con la pareja. Además, organizarse es muy bonito porque se empieza a conocer muchas personas donde se motivan entre sí y que se aprende mucho entre todas. De acuerdo con lo que menciona una de las participantes: “Para mí el *Lekil kuxlejal* es que no estemos peleando con todo el mundo, sentirse en paz, comer bien, hay personas que uno no le caemos bien y miras que está molesto y también lo miras en vez de preguntarnos de cómo estamos y a veces estamos por juzgar”, (Entrevista; Mari, 22 de agosto del 2023).

Crear en mí, soñar una vida digna soñar una vida comunitaria desde tejer redes de mujeres. Aprendí a defender mis derechos laborales y también aprendí a poner nombre las violencias que lo he naturalizado y también aprendí a auto reflexionarme. (Entrevista Lucía, 31 de agosto 2023).

En las historias de vida de la mayoría de las compañeras a quienes se entrevistó se observa que sus vidas comunitarias no han sido plenas. Encontramos situaciones difíciles, desde la carencia, los maltratos desde la niñez y al migrar a la ciudad, hasta el desconocimiento de la cultura y la lengua castellana, con toda la discriminación y, por último, con sus trayectorias de vida en las que se han cuestionado sobre las violencias y el problema del machismo.

“El machismo es lo que nos mata que no te deja avanzar porque a la fuerza quiere uno que le sirva, en vez que diga vete yo me sirvo. Un machista quiere que la sirva uno por eso no podemos salir y si sale uno se vuelve problema. Pero con mi esposo trate de hablar así que cuando yo no estoy él cocina, pero tuve que aprender primero yo y decirle a él”, (Entrevista; Doña Lucy, 13 de septiembre 2023).

Para las feministas comunitarias el concepto de patriarcado alude al “sistema de todas las opresiones, todas las explotaciones, todas las violencias, y discriminaciones que vive toda la humanidad (mujeres hombres y personas intersexuales) y la naturaleza, como un sistema históricamente construido sobre el cuerpo sexuado de las mujeres” (Cabnal, 2008).

Desde la interpretación de las mujeres indígenas, el Buen Vivir no es únicamente tener cosas buenas, el *Lekil kuxlejal*, significa portarse bien y tener buena conducta con los compañeros y compañeras de la comunidad, respetar a la naturaleza.

Ellas recuerdan el desempeño de la mujer no fueron valorado por el hombre tenía que brindar servicios, como actualmente se realiza. No participaban en la toma de decisiones tanto en el hogar, como en las decisiones comunitarias.

Pero todas estas prácticas se vieron afectadas por las costumbres de los colonizadores, por la idea machista del pensamiento colonizador (Ávila, 2012a). Hernández plantea que “algunos principios de la comunalidad y el Buen Vivir pueden aportar a la lucha del feminismo y viceversa, sobre todo aquel que forma parte de las luchas anticapitalistas y decoloniales, ya que comparten objetivos comunes como la defensa de la tierra como Madre y como Territorio” (Hernández, 2017).

Por lo anterior, el *Lekil Kuxlejal* es una construcción para el bienestar integral, es ver de manera integral la vida de hombres y mujeres y con su entorno con la naturaleza de salud humana y ambiental. El buen vivir para las mujeres es vivir sin violencia, es tener acceso a la alimentación sana, un trabajo digno, donde se puede tejer las relaciones sociales en armonía para el bienestar.

4.9 La construcción colectiva

Ocuparé unas últimas líneas de este trabajo para hablar sobre los aportes que hasta aquí parecen invisibles y que sin embargo fueron fundamentales en su momento, cuando se fundó At'el Antsetik y en sus años de crecimiento y consolidación.

Si el Centro Comunitario ha sido posible fue gracias a todas las personas que han participado en distintos momentos y procesos de la colectividad, como colaboradoras y como participantes, sobre todo reconocer a las personas que han aportado aprendizajes y de todas nos hemos nutrido. Sin embargo, mencionare aquí a algunas cuyo aporte ayudó a definir el camino, a enriquecer el método, a ofrecer alternativas para el fortalecimiento de la colectiva.

Inicio con la compañera Coni López quien fundó el Centro, en el sentido de que con sus ideales motivó a mujeres a construir un caminar de manera horizontalidad e integral. Por otra parte, en su caminar ha conocido a personas comprometidas y capacitadas en temas relacionadas con el enfoque del Centro Comunitario, como la compañera Gabriela Ortiz en la formación profesional y comprometida en la herbolaria y permacultura. Ella en su inicio nos fortaleció de manera interna, para poder compartir con las mujeres estos conocimientos. También reconocer a la médica Georgina Rivas con su conocimiento de médica dio consultas y capacitando a las medicas del servicio social desde una perspectiva de salud comunitaria. Posteriormente se integraron dos personas Ana y Javi Demidovich, quienes hicieron énfasis en la dimensión del cuidado y educación de los niños y niñas, definiendo en el colectivo un enfoque pedagógico creativo, constructivo y libertario, y compartiendo temas comunitarios con ellos/as y el compañero Miguel Balcón, voluntarixs que aportaron un programa de teatro sobre el medio ambiente, con niñas y niños de la primaria; y Maxie Adler junto con otras compañeras, quienes realizaron mural en la primaria bilingüe Donaldo Colosio.

Por otro lado, también ha sido importante en la construcción Centro Comunitario At'el Antsetik el apoyo y respaldo de personas e instituciones que confiaron y respaldaron nuestro trabajo, desde sus perfiles, como activistas sociales (Larisa Fuentes, Patricia Miller, María Gracia, Eva Fonseca), como estudiantes y como académicos (as) universitarios (Roger Maldonado, Andrea Mansur, Eduardo Romo) y como directivas de organismos civiles (Cristina Serna, Saúl Hernández) y financiadores (Casa de la Mujer Ixim Antsetik, SADEC, Café Rebeldía, OXFAN México, COFEMO, CIDECI, Natic y Fasol).

Por otra parte, mencionar que como colectividad hemos tenido momentos difíciles, sobre todo en lo económico y personal, lo que ha hecho que la mayoría se retiraron de la colectiva para buscar otro espacio laboral donde puedan obtener un salario, sabemos que muchos financiadores no ofrecen salario para personal, lo que nos obliga a buscar otro espacio para sobrevivir. Como financiadores falta que reconozcan que como activistas también tenemos derecho a obtener un sueldo para satisfacer las condiciones básicas.

Quienes actualmente hemos resistido con la compañera Mary quienes todavía nos mantenemos de pie. Después de muchas dificultades hemos obtenido un terreno desde el 2021 que actualmente este año 2024 pudimos liquidar, ha sido posible por la sororidad quienes han confiado en nuestro quehacer para la construcción de *Lekil Kuxlejaj*.

En conclusión, podemos decir, que ir creando un espacio como el que se ha ido creando, que construir el *Lekil Kuxlejaj*, como *Mujeres trabajadoras, hacedoras de buen vivir- At'el Antsetik pas lekil kuxlejaj*, es resultado del aporte de muchos generosos corazones, con quienes siempre estaremos agradecidas y motivadas para seguir de pie.

Consideraciones finales

Esta investigación de tesis de la maestría respondió a intereses personales y académicos como mujeres mayas tsotsiles que nuestra palabra y vos quede escrito en esos espacios, que seamos sujetas y no objetas de estudio, es decir que nosotras como mujeres indígenas podamos escribir nuestras historias y experiencias de vida. En esta investigación por una parte tienen que ver con mi experiencia personal como mujer migrante a la ciudad donde los cuerpos de mujeres es racializada, al llamarnos “indígenas”. Dio giro mi vida al llegar en estos espacios como la construcción de la colectividad que es At’el Antsetik y en otros espacios como académicos, teóricos y analíticos donde me ayudador a cuestionar violencias vividas y naturalizadas. En este sentido, las historias de vida, experiencias y el proceso de organización política de las mujeres mayas tsotsiles o mujeres periféricas de la ciudad quienes integraban At’el Antsetik, interpelaron mi propia historia, mi posicionamiento.

Por otro lado, conocer y empatizar nuestras experiencias de sexismo, de racismo, de clasismo, con las condiciones de migrantes y tener trabajos informales con los kaxlanes quienes violaron nuestro derecho laboral y salud humana y con las luchas y resistencias que se han generado al escucharlas, me motivó a visibilizar este proceso de la colectividad desde las trayectorias formativas para el *Lekil Kuxlejal*, encontrar y construir otros espacios posibles.

Los principales hallazgos de este proceso de investigación-intervención feminista de la construcción del *Lekil Kuxlejal*, a lo largo de la investigación me permitieron concluir que existen desafíos importantes para alcanzar las prácticas del Buen vivir. En el debate teórico del Buen vivir encontramos; a) El Buen vivir es una crítica al desarrollo, recuperando saberes filosóficas y odontológicas comunitarias, b) Por otro lado se identificó que el reconocimiento de los saberes de las mujeres, que han sido invisibilizadas, b) El buen vivir es una alternativa de vida para debatir las violencias de raza, clase y etnia, c) El buen vivir es retomar valores y prácticas comunitarias desde la armonía hombre y naturaleza. Retomando prácticas agroecológicas, soberanía alimentaria, economía solidaria y el cuidado del medio ambiente.

Para esta investigación ocupe la etnografía feminista que me permitió visibilizar y comprender las situaciones que enfrentan las mujeres tseltales y tsotsiles, de poder elaborar explicaciones e interpretaciones culturales en torno a la construcción del Buen vivir para el proceso organizativo

y además de reconocer los principales logros y aprendizajes que han tenido en el proceso organizativo.

Por último, la sistematización de su experiencia organizativa de las mujeres quienes colaboraron en At'el Antsetik, a través de las historias de vida propició reflexiones que les permitieron cuestionar las violencias desde la vida comunitaria a la ciudad, estas violencias que han sido naturalizadas y que el Buen vivir es una apuesta para vivir libre de violencia.

At'el Antsetik en sus esfuerzos de ser *hacedoras* en la construcción del buen vivir comunitario empezó como un proyecto de educación popular y de promoción de la lectoescritura para mujeres, convencidas de que el saber es importante. Con ello refrendamos también que la convivencia entre mujeres es nutritiva, que la herbolaria es útil y accesible, que la mejora de la nutrición, la no violencia, la dignificación del trabajo, la garantía de los derechos, son necesidades estratégicas urgentes, si queremos contribuir a la mejora de las condiciones de vida y salud de la comunidad a la que servimos y atendemos.

Con el paso del tiempo, vimos que se trata de trabajo de cuidado *ich'el ti muk', ti k'ux, ti komon*, que es cuidar, darle valor y procurar, que viene desde la conciencia cuidado común. Este trabajo que realizamos aporta para la construcción de *Lekil Kuxleal*, porque la valoración y el reconocimiento del trabajo de cuidado como trabajo fundamental para la producción material y la reproducción social de la vida es hoy por hoy urgente. Por otro lado, porque nuestra experiencia articula el trabajo para el *Lekil Kuxlejal* como una mejora de vida humano con el trabajo de cuidado de la naturaleza, enlazando prácticas personales y grupales que generan una mejoría en el desarrollo del territorio y espacio comunitario.

Lo que nosotras hemos aprendido -no solamente en este último periodo del trabajo, en el que se desarrolló esta sistematización- es que las transformaciones necesarias para reducir el *vokolil* sufrimiento, de enfermedad, de violencias estructurales, de fenómenos naturales y de catástrofes derivadas de las practicas humanas de consumo, las transformaciones necesarias para reducir estos riesgos son procesos lentos y complejos, que difícilmente siguen los ritmos institucionales y que para ser perdurables y sólidos tienen que partir de la voluntad de las poblaciones, su conocimiento, la participación y la asunción de las responsabilidades que dichas transformaciones implican.

La importancia de estos espacios de compartir y de comunicación, de hablar de los problemas reales del buen vivir que también existen en las ciudades donde está el sistema generando el mal vivir. En su relevancia, pertenecer a una organización o una colectividad no es fácil y se encuentran dificultades en el grupo, faltas de comunicación, de cuidado colectivo, debemos reflexionar que tanto mis acciones pueden afectar a la otra persona. Pero la parte más difícil es lo económico, que, sabemos que la mayoría no contamos un salario, en la ciudad la vida es compleja, desafortunadamente ahí vienen los desgastes tanto físicos como emocionales. Hace falta cuestionar a los financieros que no dan recursos suficientes para el trabajo humano, cuando hablamos de derechos violando también nuestro derecho humano.

En At'el nos hemos dado cuenta que somos pocas las que resisten y que siempre buscamos opciones de subsistir, eso no quiera decir que no tengamos necesidades, si no que estamos apostando a un cambio donde las mujeres sean conscientes de un *Lekil kuxleal*. De modo que haya más unidad y el capitalismo no penetre más en nuestras vidas.

Respecto de los aportes políticos de este proceso de intervención feminista, considero que los principales tuvieron que ver con la reconstrucción analítica y sistematizada de la trayectoria organizativa del At'el Antsetik. Tal proceso de reconstrucción estuvo ligada a evidenciar las trayectorias de formación en el proceso de organización colectiva y política que tuvieron las integrantes del colectivo, respecto de motivar sus habilidades de fortalecimiento y la mayoría adquirieron conocimientos de un enfoque integral para la construcción de *Lekil Kuxlejal* con su familia.

Bibliografía

- Actoras, d. C. (2021). *La historia de un sueño hecho realidad*. Guatemala: Mugarit gabe.
- Albrnan, D. (2019). *Rumbo a un diseño centrado en el buen vivir: Memorias visuales de la exploración del Lekil kuxlejal para descolonizar el diseño artesanal textil en México*. México .
- Alvarez Moreno, L. (2019). *Jcanan Nantic Lum K'injal / Cuidadores y Cuidadoras de la Madre Tierra: un proyecto epistémico y político de educación agroecológica para el Lekil Kuxlejal*. Ciudad de México: Universidad Iberoamericana.
- Amorós, C. (1992). Notas para una normalista del patriarcado . *Asparkía*, 48.
- Ávila, R. (2017). Hacia un dialogo de alternativas entre la economía solidaria y la economía social: El Buen Vivir como horizonte descolonial. *Cooperativismo & Desarrollo.*, 1-30.
- Bartra, E. (2010). *Acerca de las investigaciones y la metodología feminista. En investigación feminista. Epistemología, metodología y representaciones sociales, Norma, Flores, Fatima y Maribel, Rios (Coords)*. México : UNAM.
- Batalla, B. (1977). El concepto de indio en America: Una categoría de la situación colonial. *Boletín Bibliográfico de Antropología Americana*, 17-32.
- Batalla, G. B. (1977). El conepto de indio en America: Una categoría de la situación colonial. *Boletín Bibliográfico de Antropología Americana*, 17-32.
- Bauman. (2018). *La comunidad una revisión al concepto antropologico* . México: Iban Trapaga.
- Bolom, M. (2007). Didáctico de la resistencia desde el Lekil kuxlejal del pueblo originaria y la educación intercultural en contextos educativos pluriculturales. En R. P. Manuel Bolom Pale, *Trazos del tiempo, hacia una escuela sustentable e interculturalidad* (pág. 101). Chiapas: Secretaría de Educación de Chiapas y Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas.
- Bolom, M. (2019). *Chanubtasel-P'ijubtasel Reflexión filosófica de los pueblos originarios*. Chiapas: CRESUR, UNICH.
- Bolom, M. (2019). *Chanubtasel-P'ijubtasel. Reflexión filosófica de los pueblos originarios*. . Chiapas: CRESUR, UNICH.
- Bonfil Batalla, G. (1977). El concepto de indio en America: Una categoría de la situación colonial. *Boletín Bibliográfico de Antropología Americana*, 17-32.
- Bonfil Batalla, G. (1977). El conepto de indio en America: Una categoría de la situación colonial. *Boletín Bibliográfico de Antropología Americana*, 17-32.
- Borboa. (2006). *La interculturalidad: Respeto indispensable para unas adecuadas relaciones entre distintas culturas. El caso entre Yoris y Yoremes del centro ceremonial de San Jeromino de Mochicahui*. Sinaloa, México: Ra Ximhai Vol.2.

- Cabnal, L. (2008). Documento en Construcción para aportar a las reflexiones continentales desde el feminismo comunitario, al paradigma ancestral original del sumak kawsay- Buen vivir. 5.
- Cabnal, L. (2010). ¿Por qué feministas siempre? *SEGOVIAS*.
- Cabnal, L. (2019). El relato de las violencias desde mi territorio cuerpo-tierra. En X. y. Leyva Solano, *En tiempos de muerte: cuerpos, rebeldías, resistencias*. (págs. 113-126). San Cristóbal de Las Casas: Clasco, cooperativa retos ISS/EUR (Tomo IV).
- cambio, A. d. (2021). *La historia de un hecho realidad*. Guatemala: Mugarik gabe.
- Cano, J. (2017). *Feminismo comunitario; Plurizando el sujeto y objeto del feminismo*. Argentina: Universidad Nacional de Plata Argentina.
- Caudillo, A. (2016). *Las mujeres Indígenas y el Buen Vivir*. Universidad Guadalajara: Educación Global.
- Chávez, L. (2010). Mujeres indígenas; Cuerpos territorios y vida común. . *Acsur LAS SEGOVIAS*.
- Chirix, E. (2014). Subjetividad y racismo: la mirada de las/los otros y sus efectos. En G. D. Espinosa Yuderky, *Tejiendo de otro modo: feminismo, epistemología y apuestas descoloniales en Abya Yala* (págs. 211-223). Popayán Colombia: Universidad de Cuenca.
- Cobo Bedia Rosa. (2015). El cuerpo de las mujeres y la sobrecarga de sexualidad. *Investigaciones feministas*.
- Cobo, R. (2015). El cuerpo de las mujeres y la sobrecarga de sexualidad. *Investigaciones Feministas*, 7-19.
- Concheiro, L. y. (2011). *El buen vivir en México: ¿Fundamento para una perspectiva revolucionaria?* México: AUM.
- Concheiro, N. V. (2014). *El Buen vivir en México: ¿Fundamento para una perspectiva Revolucionaria?* México: Universidad Autónoma de México.
- Cruz, D. (2016). Una mirada muy otra a los territorios- Cuerpos feminismos. *Filosofía Iberoamericana Vol. 12-1*.
- Cruz, D. (2017). Una mirada muy otra a los territorios. *Revista de Filosofía Iberoamericana. Año 12-1 ISSN: 1816-2924*, 1-12.
- Cubillo, A. P. (2017). *El Buen Vivir en Ecuador: Dimensiones políticas de un nuevo enfoque de economía política del desarrollo*. Ecuador: Universidad de Huelva.
- Cubillo, A. P. (2017). *El Buen Vivir en Ecuador: Dimensiones políticas de un nuevo enfoque de economía política del desarrollo*. Ecuador: Universidad Huelva .
- Cuero, A. (2023). *Trabajo del hogar y subjetivación política. Una experiencia de intervención feminista antirracista con el colectivo CEDACH*. San Cristóbal de Las Casas, Chiapas.: Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas-Cesmeca.

- Cuervo, V. (2014). *Tejiendo la comunidad procesos organizativos, identidades para el Buen Vivir en la Selva de Concreto*. México, D.F.: CIESAS.
- Cumes, A. (2011). MUJERES INDÍGENAS, PATRIARCADO Y COLONIALISMO: UN DESAFÍA A LA SEGREGACIÓN COMPRENSIVA DE LAS FORMAS DE DOMINIO. *Servicio de Publicaciones. Universidad de Murcia (España)*, 4.
- Cumes, A. (2014). *Construcción colectiva: El Útz' 'ilaj Kaslemal - El Raxnaquil Kaslemal. "El Buen Vivir" de los pueblos de Guatemala*. Guatemala: Guatemala: Confluencia Nuevo B'aqtun.
- Cumes, A. (2014). *Construcción colectivo: "El buen vivir" de los pueblos de Guatemala*. Guatemala: Confluencia Nuevo B'aqtun.
- Cumes, A. (2014). *El Utz'ilaj Kaslemal- El Raxnaquil Kaslemas. "El Buen Vivir" de los pueblos de Guatemala*. Guatemala: Cooperación Vasca Instituto HEGOA.
- Cumes, A. (2014). *El Utz'ilaj Raslemal- El Raxnaquil Kaslemal "El Buen Vivir de los Pueblos de Guatemala*. Guatemala: Confluencia Nuevo B'aqtun.
- Díaz, G. (2017). *Buen Vivir y organizaciones Regionales mexicanas*. Guadalajara: Universidad Jesuita de Guadalajara.
- Durkheim, E. (1987). *La división social del trabajo* .
- Durkheim, E. (1987). *La división social del trabajo*. Madrid: Akal.
- Durkheim, E. (s.f.). *La división social del trabajo* . Madrid.
- Escobar, A. (2017). *La invención del Desarrollo*. Popayán Colombia: Universidad de Cauca, 2da Edición.
- Fulchiron, A. (2004). *Actoras de cambio en Guatemala: Poner el cuerpo y la vida de las mujeres en el centro de la justicia*. . Chimaltenango: Actoras de Cambio.
- Gall, O. (2004). Identidad, exclusión y racismo: Reflexiones teóricas y sobre México. *Revista mexicana de sociología*, 221-259.
- Galvis Martínez, A. (2012). *Circuitos Cortos de Comercialización: Fuentes Buena Vida*. San Cristóbal de Las Casas, Chiapas.: El Colegio de la Frontera Sur.
- García Á, S. (2016). *Sumak Kawsay o Buen Vivir como alternativa al desarrollo en Ecuador*. Quito: Universidad Andina Simón Bolívar.
- Gargallo, F. (2012). Feminismos desde Abya Yala: ideas y proposiciones de las mujeres de 607 pueblos en nuestra América. *Desde abajo*, 238.
- Gómez, M. (2020). "Desde los márgenes de la (pluri)nación: Movimiento de Mujeres Indígenas por el Buen Vivir en Zona Franca. *Revista del Centro de estudios Interdisciplinario sobre las Mujeres, y de la Maestría poder y sociedad desde la problemática de Género*, N°28, 136-174.

- Gómez, M. (2020). Desde los márgenes de la (pluri)nación: Movimiento de Mujeres Indígenas por el Buen Vivir. *Revista del Centro de estudios Interdisciplinario sobre las Mujeres, y de la Maestría poder y sociedad desde la problemática de Género.*, 136-174.
- Gordillo, M. (2019). *Buen Vivir en lo local. Una aproximación desde la soberanía Alimentaria. Caso: Asociación Sumak Mikuna.* Guayaquil- Ecuador: Universidad Casa Grande.
- Gudynas, E. (2004).
- Gudynas, E. (2011). Buen Vivir: Germinando alternativas al desarrollo. *América Latina en Movimiento, ALAL, No 462, 1-20.*
- Gudynas, E. (2012). Buen Vivir y Críticas al Desarrollo: Saliendo de la Modernidad por la Izquierda. *Universidad Central del Ecuador y Universidad del Zulia, Quito.*, 72-91.
- Gudynas, E. (2014). Buen Vivir: Sobre secuestros, domesticaciones, rescates y alternativas. *Centro Latino Americano de Ecología social, (CLAES).*, 23-35.
- Guillén Alejandro, P. M. (2012). *Construyendo el Buen Vivir.* Universidad de Cuenca: PYDLOS.
- Guzmán Adriana, & P. (2014). *El tejido de la rebeldía. ¿Que es el feminismo comunitaria?.* La Paz: Comunidad mujeres Creando comunidad.
- Hernández Vázquez, L. (2018). *Migración y trabajo doméstico como estrategia de vida de las mujeres de Chilil, Municipio de Huixtán a San Cristóbal de Las Casas, Chiapas.* San Cristóbal de Las Casas: UNACH.
- Hernández, A. (2018). *Construir el Lekil Jlumaltik.* San Cristóbal, Chiapas: Archivo IDESMAC.
- Hernández, C. R. (2017). Confrontando la Utopía Desarrollista: El Buen Vivir y la comunidad en las luchas de las Mujeres Indígenas. En S. Z. Soledad Varea, *Feminismos y Buen Vivir. Utopías Decoloniales.* (págs. 26-43). Cuenca- Ecuador: PYDLOS.
- Hernández, L. E. (2018). *Construyendo justicia (s) más allá de la ley las experiencias de las mujeres indígenas que participan con el Centro de derechos de la mujer de Chiapas.* A.C. México.
- Hernández, N. L. (Martes de octubre de 2010). CIDECI y la resistencia Indígena. *La Jornada*, pág. 1.
- Hidalgo, A. (2012).
- Huanación, F. (2010). *Buen Vivir/ Vivir Bien. Filosofía, políticas, estrategias y experiencias regionales andinas.* Lima, Perú: Coordinadora Andina de Organizaciones Indígenas, (CAOI).
- Huanacuni, F. (2013).
- Huato, T. H. (2010). Buen vivir Complementariedad con todas sus formas de existencia. *Portal de Economía Solidaria*, 00.
- Larrea, C. (2017). *Buen Vivir como alternativa al desarrollo: una construcción interdisciplinaria y participativa.* Quito Ecuador : Universidad Simón Bolívar.

- Lema, P. (2017). *La Economía Popular y Solidaria (EPS) en el buen vivir de los habitantes de la Parroquia Santiago de Quito, Cantón Colta provincia de Chimborazo*. RIOBAMBA-ECUADOR: Universidad Nacional de Chimbozo.
- Longa, F. (2010). *Trayectorias e historias de vida: perspectivas metodológicas para el estudio de las biografías militantes. VI jornadas de Sociología de la UNLP*. La Plata: Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Departamento de Sociología, de Plata.
- Medina, B. (2018). *Lo personal es político: los límites de la igualdad formal y el mito del consentimiento*. Valladolid: Universidad de Valladolid.
- Medina, M. B. (2018). *Lo personal es político: Los límites de la igualdad formal y el mito del consentimiento*. Valladolid: Universidad de Valladolid.
- Millán, M. (2011). Feminismos postcolonialidad, descolonización: ¿del centro a los márgenes? *Andimos, Vol 8, num. 17, México.*, 11-36.
- Najera, J. (2013). *JA JLEKILALTIK : una aproximación a la proyección histórico-utópica de los tojolabales*. México: UAM Xochimilco.
- Olivera, M. (2019). *Feminismo popular y revolución. Entre la militancia y la antropología*. Autónoma de Buenos Aires: CLACSO.
- Olivera, M. (2019). *Feminismo popular y revolución. Entre la militancia y la antropología*. Autónoma de Buenos Aires: CLACSO.
- Ortelli, P., & López, G. (2015). *Perspectiva sobre el Buen vivir en un Municipio Tsotsiles de los Altos de Chiapas*. Chiapas: Universidad Autónoma de Chiapas.
- Pale, M. B. (2011). Una aproximación a la traducción del concepto de desarrollo sostenible en la cosmovisión tsotsil del municipio en la cosmovisión tsotsil del municipio de Huixtán, Chiapas. México.
- Paredes citado por Cano, J. E. (2017). Feminismo comunitario: Pluralizando el sujeto y objeto del feminismo. *Cuestiones de género: de la igualdad y la diferencia.*, 55-65.
- Paredes, J. (2018). *1492 Entronque Patriarcal. La situación de .* La Paz Bolivia: Departamento of Hispanic Languages and Literatura University of Pittsburgh.
- Paredes, J. (2018). *Entronque Patriarcal, La situación de las mujeres de los pueblos originarios de Abya Yala después de la invasión colonia de 1491*. La Paz Bolivia: Bolivian Studies Journal.
- Pérez Moreno, M. (2014). *Corazón-Forma de ser, estar, hacer, sentir, pensar de los tseltaetik de Bachajón, Chiapas México*. Quito-Ecuador: Abya-yala.
- Quijano, A. (2000). El fantasma del desarrollo en America Latina. *Rev Vanez de ecom. Y Ciencias sociales.*, 73-90.

- Raby, D. (2018). *Nuestra madre sufre y llora. Violencia intrafamiliar y Buen Vivir desde la relación con el maíz en una comunidad nahua de Guerrero, México*. Guerrero: El Colegio de Michoacan.
- Ramirez, M. T. (2019). Buen Vivir y Vivir Bien: alternativas al desarrollo en Latinoamérica. *Colegio de Posgraduados*, 71-97.
- Rodríguez S., A. (2016). *Teoría y práctica del Buen Vivir*. Bilbao, España.: Universidad del País Vasco / Instituto Hegoa.
- Rodríguez, A. (2016). *Teoría y práctica del buen vivir: Orígenes, debates conceptuales y conflictos sociales. El caso de Ecuador*. España: Universidad del País Vasco.
- Rodríguez, S. A. (2016). TEORÍA Y PRÁCTICA DEL BUEN VIVIR. Universidad del País Vasco.
- Rosa, C. (2015). El cuerpo de las mujeres y la sobrecarga de sexualidad. *Investigaciones feministas*, 7-19.
- Rosa, C. B. (2015). El cuerpo de las mujeres y la sobrecarga de sexualidad. Universidad A Coruña: Investigaciones feministas.
- Rosa, C. B. (2015). El cuerpo de las mujeres y la sobrecarga de sexualidad. *Investigaciones feministas*, 7-19.
- Rosa, C. B. (2015). El cuerpo de las mujeres y la sobrecarga de sexualidad. *Investigaciones feministas*, 7-19.
- Saavedra, L. (2018). *Construyendo justicia (s) más allá de la ley, las experiencias de las mujeres indígenas que participan con el Centro de Derechos de la Mujer en Chiapas, A.C.* Ciudad de México: CIESAS.
- Santana, M. E. (2015). El Buen Vivir, miradas desde dentro. *Pueblos y fronteras*, 171-198 Volumen 10.
- Sántiz, A. (2022). *Interaprendizaje por proyecto comunitario comunitario: experiencia con jóvenes Universitarios en Oxchuc*. Chiapas: Voces de comunicación.
- Schlitter Álvarez, J. (2012). *¿Lekil Kuxlejal como horizonte de lucha? Una reflexión colectiva sobre la autonomía en Chiapas*. San Cristóbal de Las Casas, Chiapas: CIESAS.
- Segato, R. (2018). *Contra-pedagogías de la crueldad*. Buenos Aires Argentina: Prometep Libros.
- Simone, B. (2005). *El segundo sexo*. Madrid Catedra: Universitat de Valencia .
- Tortosa, J. M. (2011). *Mal desarrollo y mal vivir pobreza y violencia escala mundial. en Acosta, Alberto y Martínez, Esperanza (eds)*. Quito Ecuador: Serie debate Constituyente Abya Yala.
- Valera Baeza, C. A. (2011). *educación y Apropiación Cultural: la Experiencia del Bachillerato Fray Bartolomé de Las Casas en una comunidad tseltal*. San Cristóbal de Las Casas, Chiapas: El Colegio de la Frontera Sur.

Violeta, C. L. (2011). *El "Buen vivir" en México: ¿Fundamento para un perspectiva Revolucionaria.*
MEXICO: UAM.

Viteri. (2002).

Anexos

Instrumento para las entrevistas

SALUD	ALIMENTACION	EDUCACION	<p>Comunidad</p> <p>¿Cómo era tu niñez en la comunidad? ¿Cómo eran tus relaciones con tu familia, con tus vecinos?</p> <p>¿Cómo se sentía tu corazón cuando eras pequeña?</p> <p>¿Había escuela en tu comunidad?, ¿Fuiste a la escuela?, si no, ¿por qué no?, entonces, lo que sabes, ¿cómo lo aprendiste?, ¿aprendiste a trabajar?, ¿cómo?</p> <p>¿Qué sembraban, que comían?, ¿Cómo sembraban? ¿Cómo preparaban los alimentos?</p> <p>¿Qué enfermedades o padecimientos recuerdas que tuviste tú o tu familia?</p> <p>¿Cómo se curaban o dónde se curaban?</p> <p>Cuando estabas en la comunidad, ¿sentiste que te escuchaban más como mujer o no?</p> <p>¿Cómo ves la comunidad al estar ya en la ciudad?</p> <p>¿Extrañas la comunidad?, ¿Qué extrañas de la comunidad?</p> <p>Ciudad</p> <p>¿A qué edad salió de su comunidad?</p> <p>¿Cuáles fueron los motivos por los que decidiste salir de tu comunidad?</p> <p>¿Qué decía tu familia de que te fueras a la ciudad?</p> <p>¿Cómo te sentiste al irte de tu comunidad? ¿Cómo te sentiste al estar en la ciudad?</p> <p>¿Cuáles fueron las redes de apoyo, familiar o laboral al llegar a la ciudad?</p> <p>¿Cómo fue que encontraste tu trabajo y cuál fue el primer trabajo?</p> <p>¿Cuál fue el trato que recibiste por parte de tus empleadores/as?, ¿Cómo te hacía sentir ese trato?</p> <p>¿Sabías que tenías derechos laborales cuando empezaste a trabajar?</p> <p>¿Sabías leer y escribir cuando empezaste a trabajar?</p> <p>Cuando llegaste a la ciudad, ¿de qué te enfermabas?, ¿cómo atendías tu salud?</p> <p>Cuando llegaste a la ciudad, ¿qué comías?, ¿cómo preparabas los alimentos?, ¿qué diferencia hubo con la manera en la que comías en la comunidad y la manera en la que comías ahora en la ciudad?</p> <p>¿Cuándo llegaste a la ciudad, consideras que aprendiste cosas?, ¿dónde, cómo aprendiste cosas nuevas?</p> <p>Cuando llegaste a la ciudad, ¿sentiste que te escuchaban más como mujer o no?</p> <p>Ámbito comunitario</p> <p>¿Cómo empezó a participar en el centro comunitario?</p> <p>Durante el proceso que estuvo, ¿qué es lo que le llamó la atención para formar parte del centro comunitario?</p> <p>¿Qué es lo que no te gustó del centro comunitario?</p> <p>¿En qué le ayudó en la vida el centro comunitario?</p> <p>Participando en el centro comunitario, ¿cómo cambió tu forma de curarte de enfermedades?</p> <p>Participando en el centro comunitario, ¿cómo cambió tu forma de alimentarte?</p> <p>¿Aprendiste algo en el centro comunitario?, ¿cómo se daba ese aprendizaje?, ¿para qué era ese aprendizaje?</p> <p>¿De qué cosas tenían que tomar decisiones en el centro comunitario?</p> <p>¿Cómo se ponían de acuerdo en el centro comunitario?</p> <p>¿Cómo participaban en el centro comunitario las mujeres que lo integraban?</p> <p>En tu comunidad, ¿habías tenido una experiencia de participación similar?</p> <p>¿Consideras que la violencia daña tu salud?, ¿se hacía algo en el centro comunitario para atender ese problema?</p> <p>En la comunidad de la que provienes, ¿se hablaba del buen vivir?, si sí se hablaba de eso, ¿consideras que, en efecto, se llevaba a cabo un buen vivir para las mujeres?</p> <p>¿Qué es el buen vivir para usted?</p> <p>¿Qué es lo que hace falta para llegar a nuestro buen vivir?</p> <p>¿Crees que at'el construye el Lekilal kuxlejal?</p>
-------	--------------	-----------	--

Vo. Bo. 

DRA. MARCELA FERNÁNDEZ CAMACHO