

The background features a stylized illustration of a person's upper body. The person has a light skin tone and large, dark, circular eyes. They are holding a large, vibrant red heart with both hands. The heart is decorated with yellow and blue leaf-like shapes. The person's torso is adorned with colorful floral and leaf patterns in shades of pink, blue, yellow, and green. The entire scene is set against a dark, almost black background.

SEMBRANDO LIBERTADES

Katia Itzel Chavaro Cortés

Ilustraciones
Valeria Morales García



**GOBIERNO DE
MÉXICO**



Instituto Nacional de los Pueblos Indígenas

Lic. Adelfo Regino Montes
Director General

Mtra. Bertha Dimas Huacuz
Coordinadora General de Patrimonio Cultural y Educación Indígena

Itzel Maritza García Licona
Directora de Comunicación Social

Sembrando Libertades

Katia Itzel Chavaro Cortés

Ilustraciones

Valeria Morales García

Corrección de estilo

Katya Vite Delgadillo
Jehieli Zurisadai Blanco Loyo

Edición

Ana Cristina Espinosa Ramos

Coordinación

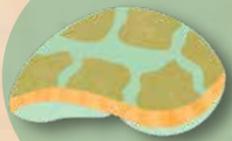
Norberto Zamora Pérez

México, 2021

ÍNDICE

Introducción

6



El reflejo de una laguna

8



Las historias de la abuela

19



**Lo que hubiese querido
que me dijeran de niña**

32



Las formas del amor

43



La guerrera Izamal

55

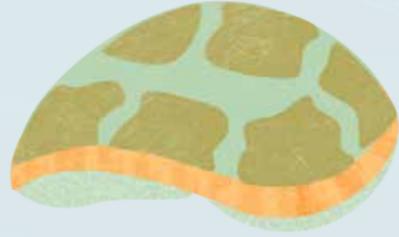
Introducción

Las historias que reúne este libro van dirigidos a niñas y niños indígenas para contribuir a la difusión de temas con los cuales nos encontramos día a día, tales como las emociones, sentimientos y autoestima, así como narraciones relacionadas con los valores de las culturas indígenas.

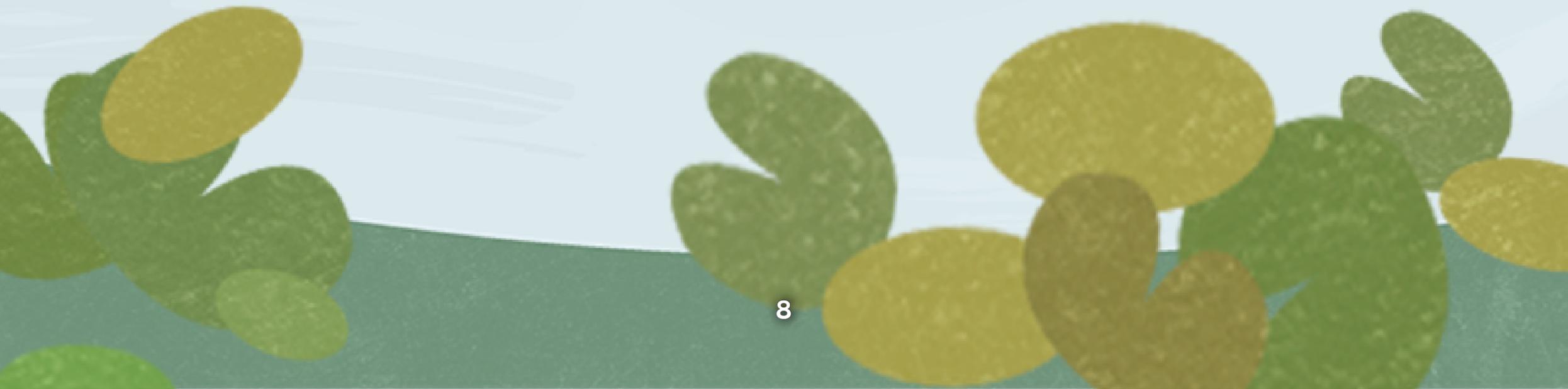
El objetivo es propiciar un lazo de comunicación entre niñas, niños y sus familias para reconocer y prevenir situaciones que los expongan a riesgos; además, busca describir las distintas maneras que existen de expresar amor entre mujeres y hombres desde la empatía, reconociendo las libertades a través del respeto.

Estos cuentos fueron escritos para sembrar en los corazones de niñas y niños el amor propio, con base en el respeto y cuidado hacia ellos mismos.

De esta manera, se pretende empezar a amar y escuchar a nuestro propio cuerpo.



EL REEF.FEJO DE UNA LAGUNA



En una comunidad, cerca una montaña, vivían Tortuga y Luciérnaga.

A ambas les gustaba reunirse antes del atardecer junto a la laguna para ver pasar al resto de sus amigos, quienes iban camino a casa para descansar de un largo día en la montaña.

Un día, Tortuga le contó a Luciérnaga lo mucho que deseaba conocer a alguien que pudiera hacerla sentir amada, aún con los lunares y colores brillantes que la caracterizaban.

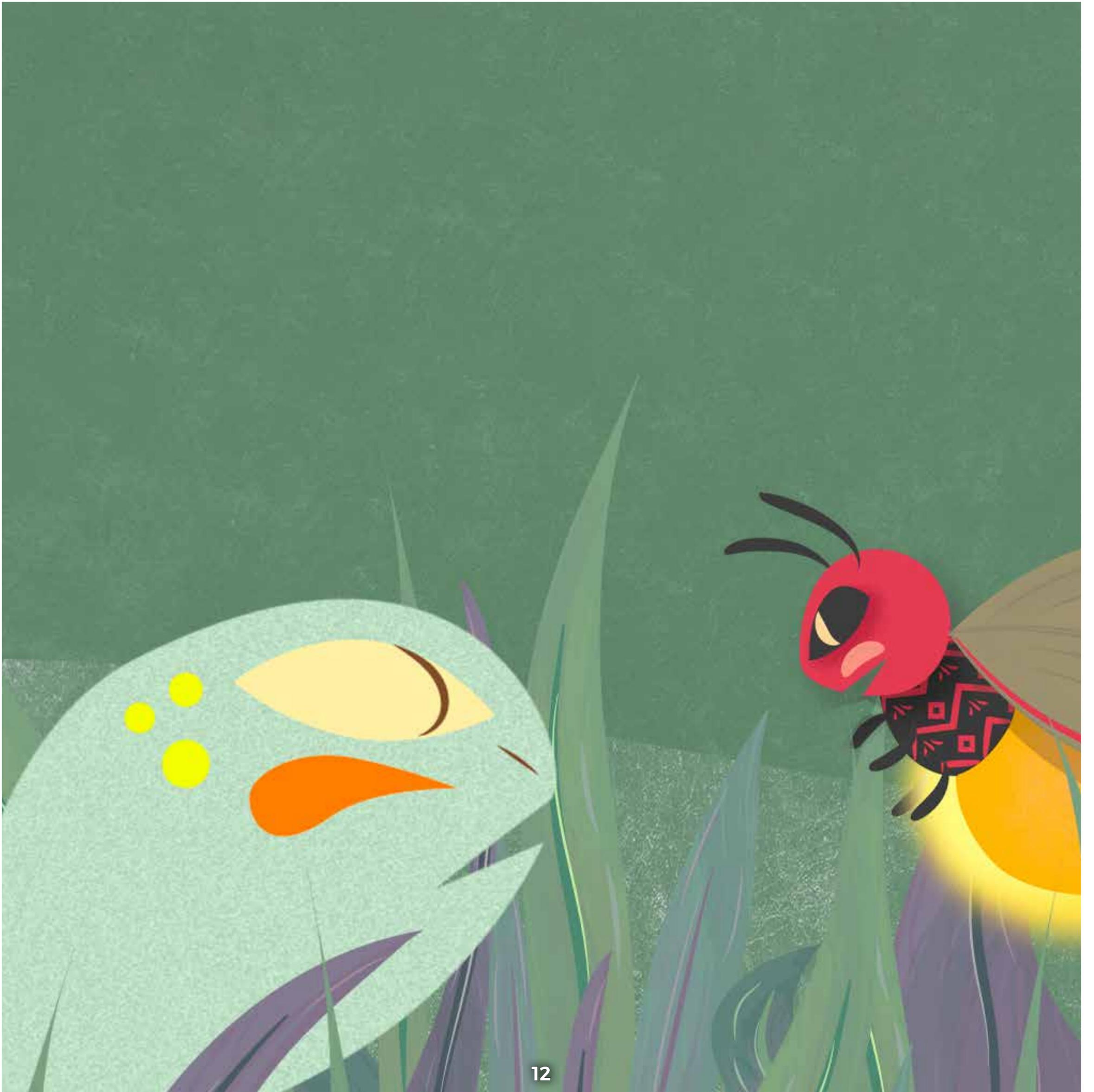
Muy preocupada, Tortuga narraba las incansables aventuras y tristezas que había experimentado al emprender la búsqueda de un buen compañero, tal como en las historias de amor que había escuchado.





—¿Sabes, Luciérnaga? esas historias me hacen pensar que tal vez nunca encuentre a alguien como yo, como esos personajes. ¿Qué crees que tenga que cambiar de mí, Luciérnaga? Tal vez mi caparazón no es tan colorido o mis patas tan lindas—se preguntaba Tortuga, mientras veía su reflejo en el agua.





–Tal vez has estado buscado a la tortuga correcta en los lugares incorrectos ¡Ven, vamos del otro lado de la laguna! Seguro ahí encontrarás lo que buscas—respondió Luciérnaga.

Durante todo el camino hacia el otro lado de la laguna, Tortuga estaba muy emocionada imaginando lo que le diría al compañero que iba a conocer. Luego de mucho caminar, Tortuga preguntó desesperada:

–¿Ya vamos a llegar? ¿dónde está?

A lo que Luciérnaga le respondió:

–¡Sí, ya llegamos! ¡acércate!





Desilusionada, Tortuga vio que sólo la había llevado a otra laguna con aguas más cristalinas y transparentes; al acercarse, pudo ver que en ellas se apreciaba mejor su reflejo y, por lo tanto, podía ver mejor su propia imagen.

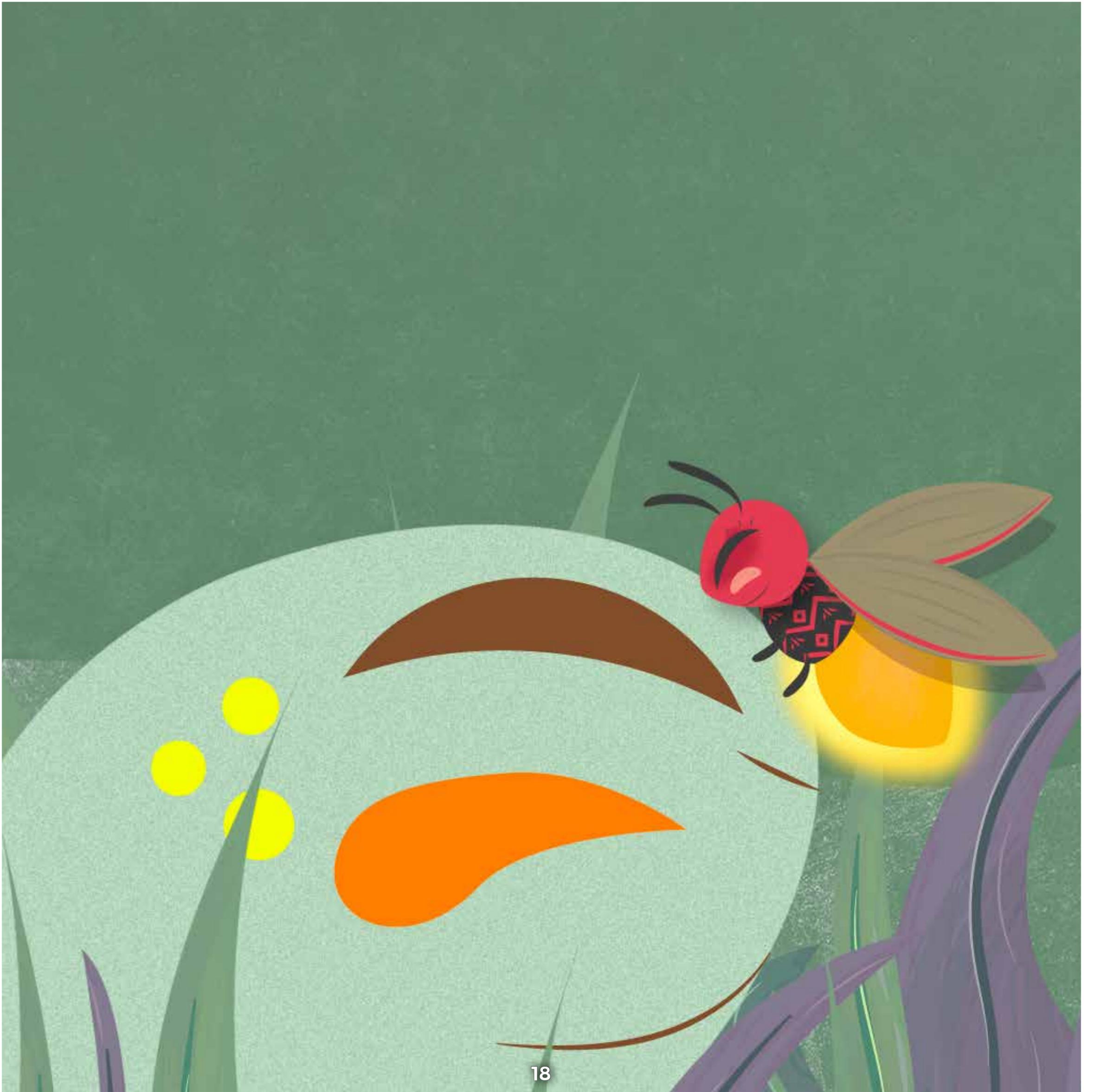




—Mira, Tortuga, te traje aquí para que puedas ver a la tortuga que necesitas. ¡Eres tú! La que te va a cuidar y proteger mejor que nadie más.

Muchas veces lo que necesitamos esta justo frente a nosotras, en el reflejo de una laguna.



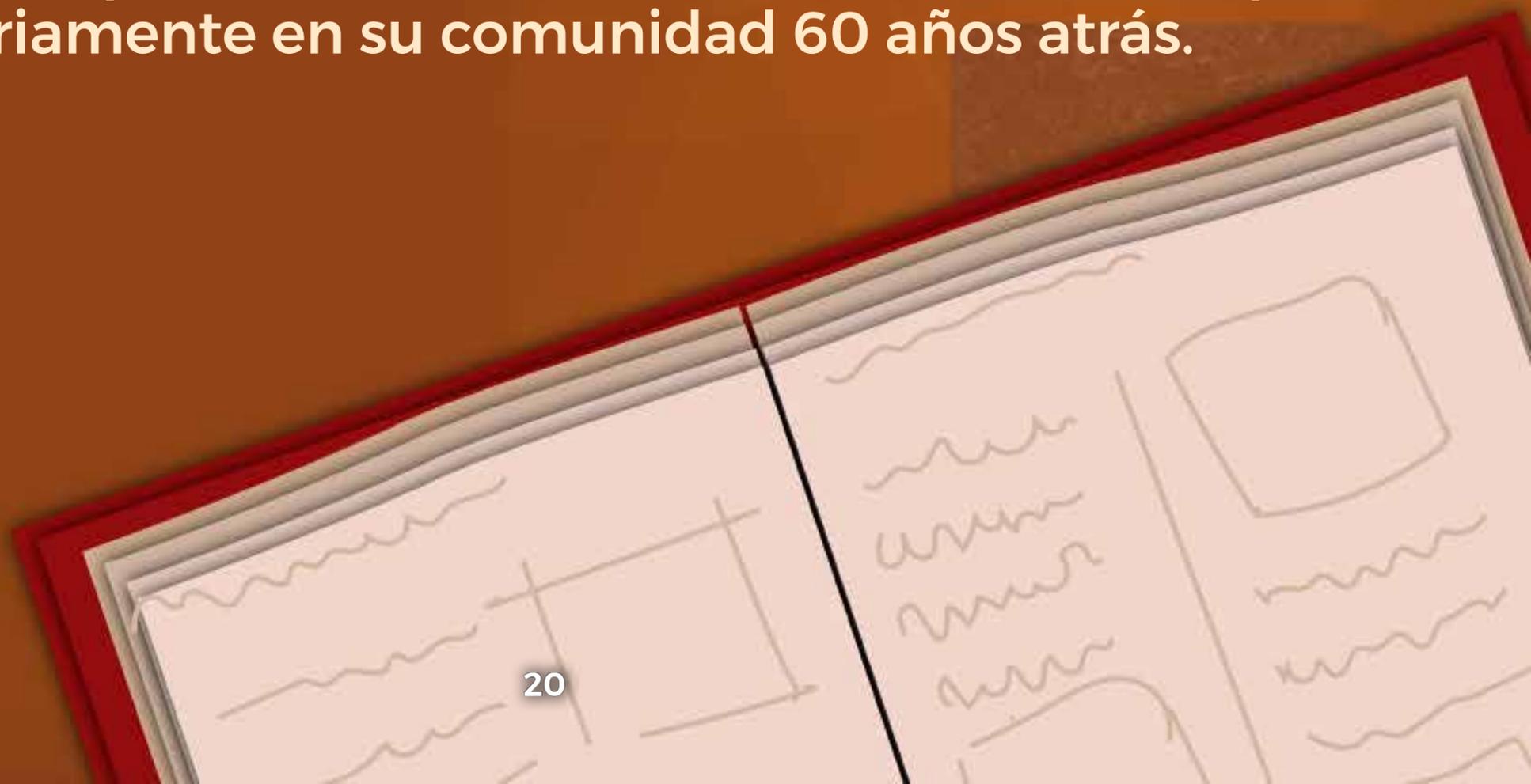


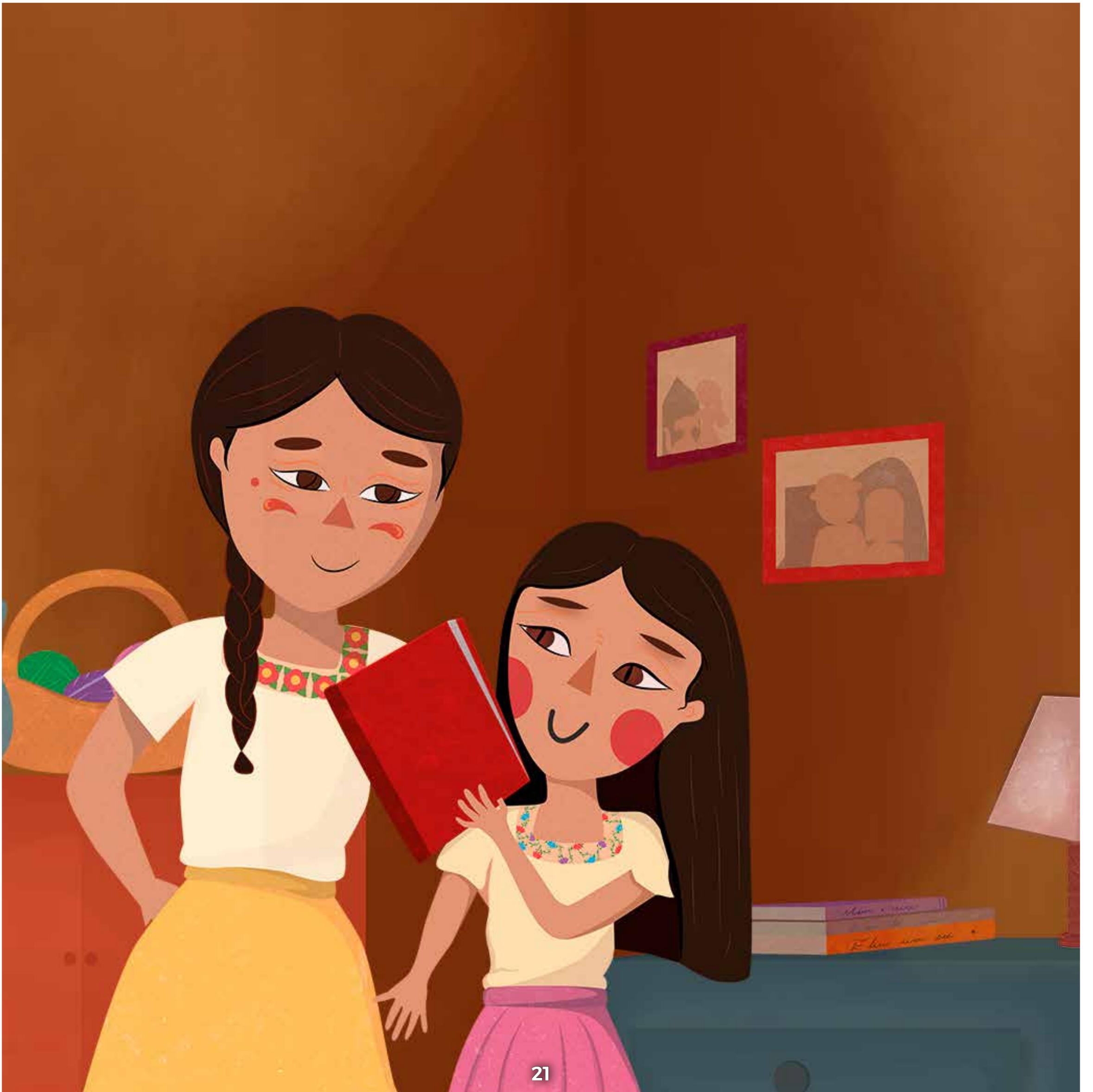
LAS HISTORIAS DE LA ABUELA

Había una vez una niña llamada Yatzil, quien junto con su mamá se mudó a la casa de su difunta abuela tiempo después de que ésta falleciera.

Se trataba de la misma casita al pie del llano en la que tanto su abuela, como su madre, habían vivido durante toda su infancia y, al entrar a la casa, se encontraron con los tesoros y pertenencias que reflejaban las costumbres y tradiciones de la mujer.

Un día, cuando Yatzil acomodaba sus cosas, encontró en uno de sus muebles el diario de su abuela cuando ésta tenía apenas 10 años; en él, había escrito lo que vivía diariamente en su comunidad 60 años atrás.





Al leer el cuadernillo, Yatzil encontró una historia que llamo su atención. La narración comenzaba así:

“hoy fue mi primer día en la escuela, no conocí a muchas niñas ni tampoco me encontré con Itzae ni Nicté, ellas viven en las casas de a lado, crecimos juntas y tenemos la misma edad, tal vez se les hizo tarde. Cuando venía de regreso de la escuela, le pregunte a Nicté por qué no había ido hoy, ella me contó que su papá no la dejó porque dice que las niñas no necesitan estudiar, que ella va a aprender más en casa, cuidando a sus hermanos y aprendiendo de su madre. El único que tiene permiso de ir es su hermano, pues debe aprender a sumar para cuando se vaya a trabajar. Aunque Nicté intentó hablar con su papá, no pudo convencerlo y le dijo que no insistiera”.

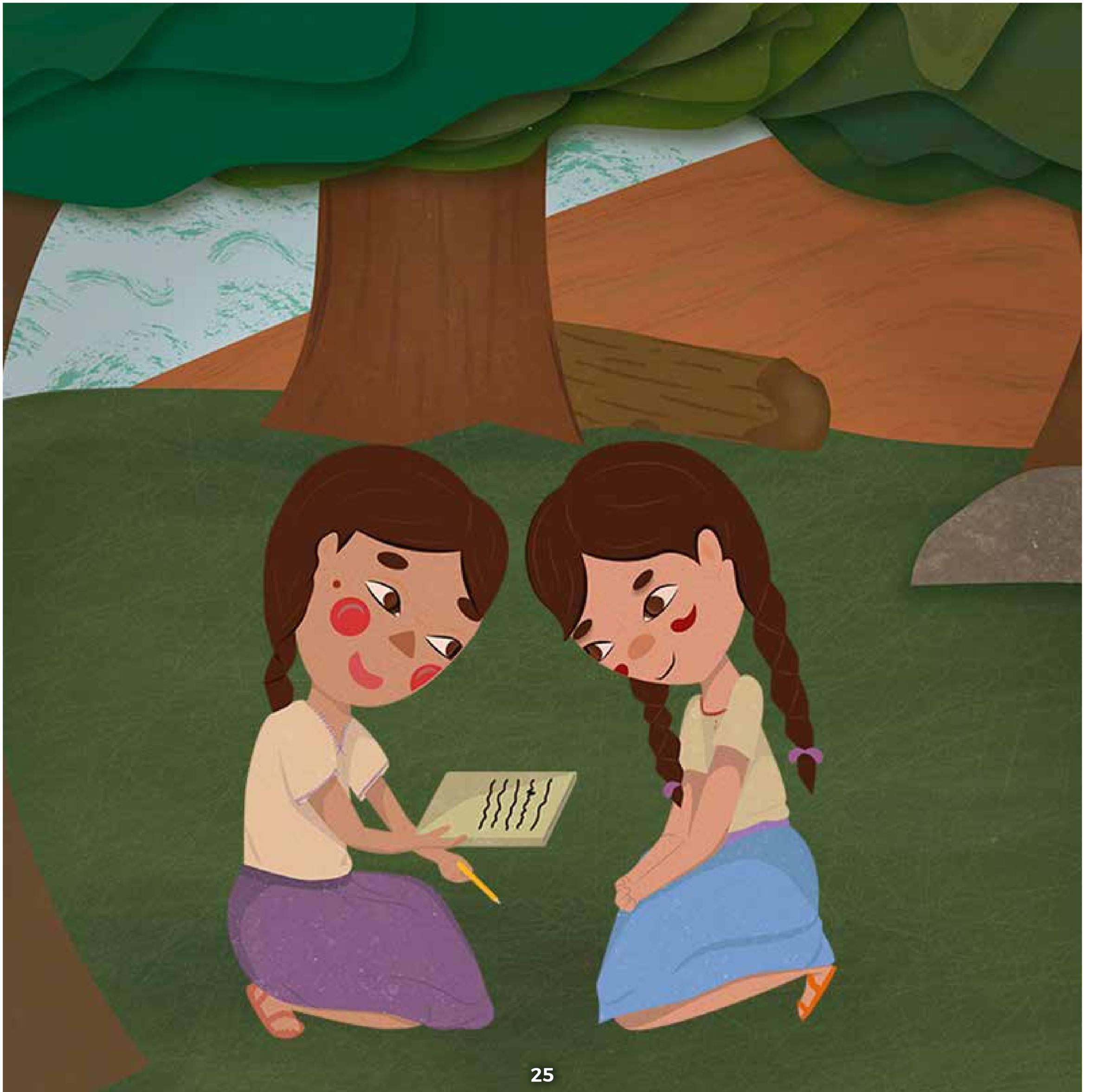




A pesar de que su amiga no podía ir a la escuela, la abuela de Yatzil se encargó de enseñarle todo lo que aprendía, por lo que todos los días después de la escuela pasaba por ella para estudiar lejos de sus casas y que no las descubrieran.

Estos relatos hacían que Yatzil pensara en todas las niñas que ahora pueden asistir a su escuela e incluso en aquellas que, después de tantos años, todavía no tienen permiso de ir por quedarse a ayudar en sus casas.





Durante los días siguientes Yatzil continuó leyendo las historias dentro del diario de su abuela y, otra que le pareció muy interesante, fue la del día que les enseñaron el “idioma innovador”: español.

Con esta nueva lengua, tanto a su abuela como a sus compañeras se les dificultó encontrar las palabras para describir a sus familias, sus comidas, la naturaleza y todo lo que los rodeaba en su comunidad. Con esta historia, Yatzil se sintió afortunada de que, actualmente, puede hablar español pero también la lengua de su abuela.

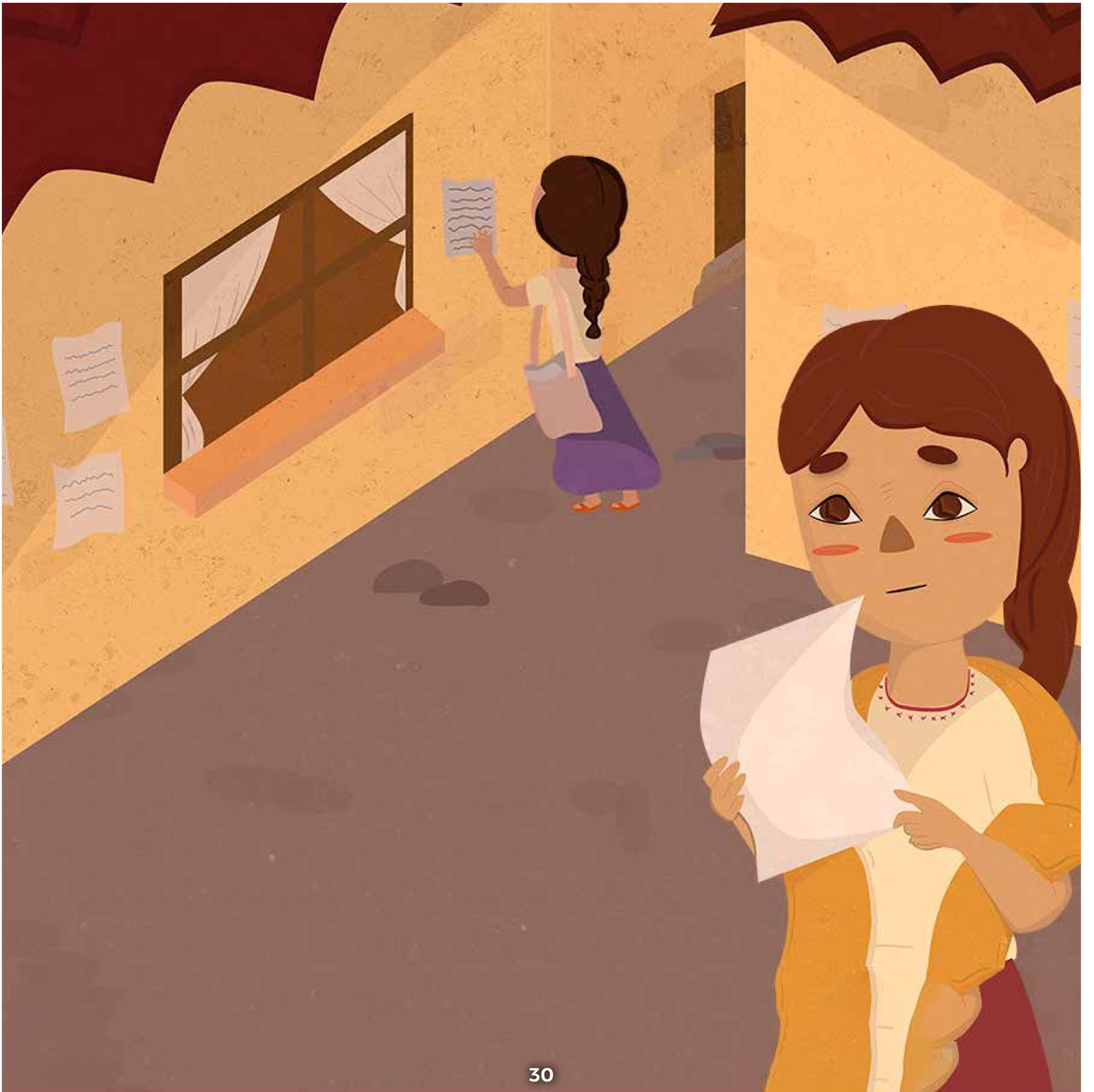


“Hoy fue un día muy triste, mi amiga Itzae no fue a la escuela y me acerqué con la maestra a preguntar si sabía porque no había ido. Ella me dijo que se fue a vivir a otro lugar, pero días antes yo escuche en el pueblo que Itzae ya estaba lista para el intercambio con la comunidad del pueblo vecino. La maestra me explicó que desde hace mucho tiempo las niñas eran intercambiadas por ganado o cosechas a cambio de que fueran esposas; eso significa que ya no podremos verla ni jugar con ella porque, de un día para otro y aunque tenga mi edad, su vida va a cambiar y será una mujer joven que tendrá un esposo mayor”.

La abuela no se quedó de brazos cruzados. Les contó a todas sus compañeras de la escuela y decidieron escribir sus sentimientos en hojas que pegaron en todas las paredes del pueblo; ellas querían estudiar, querían ir a la escuela, vivir su niñez y adolescencia.

Al ir pegando los carteles, más personas fueron acercándose para contar las experiencias de cómo habían perdido a sus amigas o hermanas por haber sido entregadas a señores mayores.





Uno de esos días una niña contó una historia diferente, pues ella había perdido a su hermano. Se lo habían llevado personas de otro pueblo ofreciéndole trabajo con un pago más alto de los que estaban acostumbrados los habitantes de la comunidad.

Estos trabajos regularmente eran en otro pueblo y por temporadas largas, lo que significaba irse a vivir lejos de su familia. Ella no pudo verlo después de que se fue, pero él le enviaba recados con otras personas en los que le decía que el trabajo era muy pesado; tiempo después los mensajes fueron disminuyendo hasta que dejó de saber de él.

Fue gracias a esa libreta que Yatzil reflexionó sobre la importancia de hacer evidente esos problemas. Gracias al diario, pudo conocer la participación de su abuela para que la población de aquella pequeña comunidad cambiara con el paso de los años, conformando organizaciones civiles como la “Unión de habitantes contra el intercambio de niñas y niños”.



LO QUE HUBIESE
QUERIDO QUE ME
DIJERAN DE NIÑA

Hoy después de muchos años pienso en lo que me hubiese gustado que me dijeran cuando era pequeña. Son cosas que pensaríamos que no tienen mucha importancia, o bien, que no afectarán nuestro aprendizaje. Es un poco como las tablas de multiplicar: si no las aprendiste bien en tu niñez, actualmente te pueden causar problemas. Imaginemos eso en nuestra vida diaria.





En particular, me hubiese gustado que me dijeran los cambios que iba a experimentar con mi cuerpo, que no era nada anormal y que no me estaba convirtiendo en algo extraño.

Recuerdo que en mi infancia era difícil identificar las partes de mi cuerpo. No sabía cómo nombrarlas en público sin que las personas a mi alrededor se sintieran incómodas o me hicieran sentir culpable por hablar de cosas íntimas, así que prefería, al igual que mis maestras de primaria, evitar el tema y no hablar de ello si no había necesidad de hacerlo. Era difícil porque si no podía hablarlo en la escuela, tampoco podría ser en familia, pues esas enseñanzas las daba la escuela ¿cierto?

Por ello, pienso que es importante hablar de las partes de nuestro cuerpo y así poder conocerlo y defenderlo; de esa forma sería más fácil entenderlo durante los años que me faltan por vivir.



Otra cosa que hubiese querido saber antes es que el cuerpo no está formado únicamente por los órganos. En el de las mujeres pasan muchas cosas alrededor, cosas que no se encuentran dentro de él pero que están relacionadas, como el entender que la autonomía y el respeto hacia éste es importante; el ser dueña del mismo, no como un permiso que puede dar por hecho otra persona a la que no le pertenece.

Saber que decir no o negarme a hacer algo que no quería estaba bien, y eso no me convertía en una niña irrespetuosa con las personas a mi alrededor, pues no hay nada malo en poner límites.

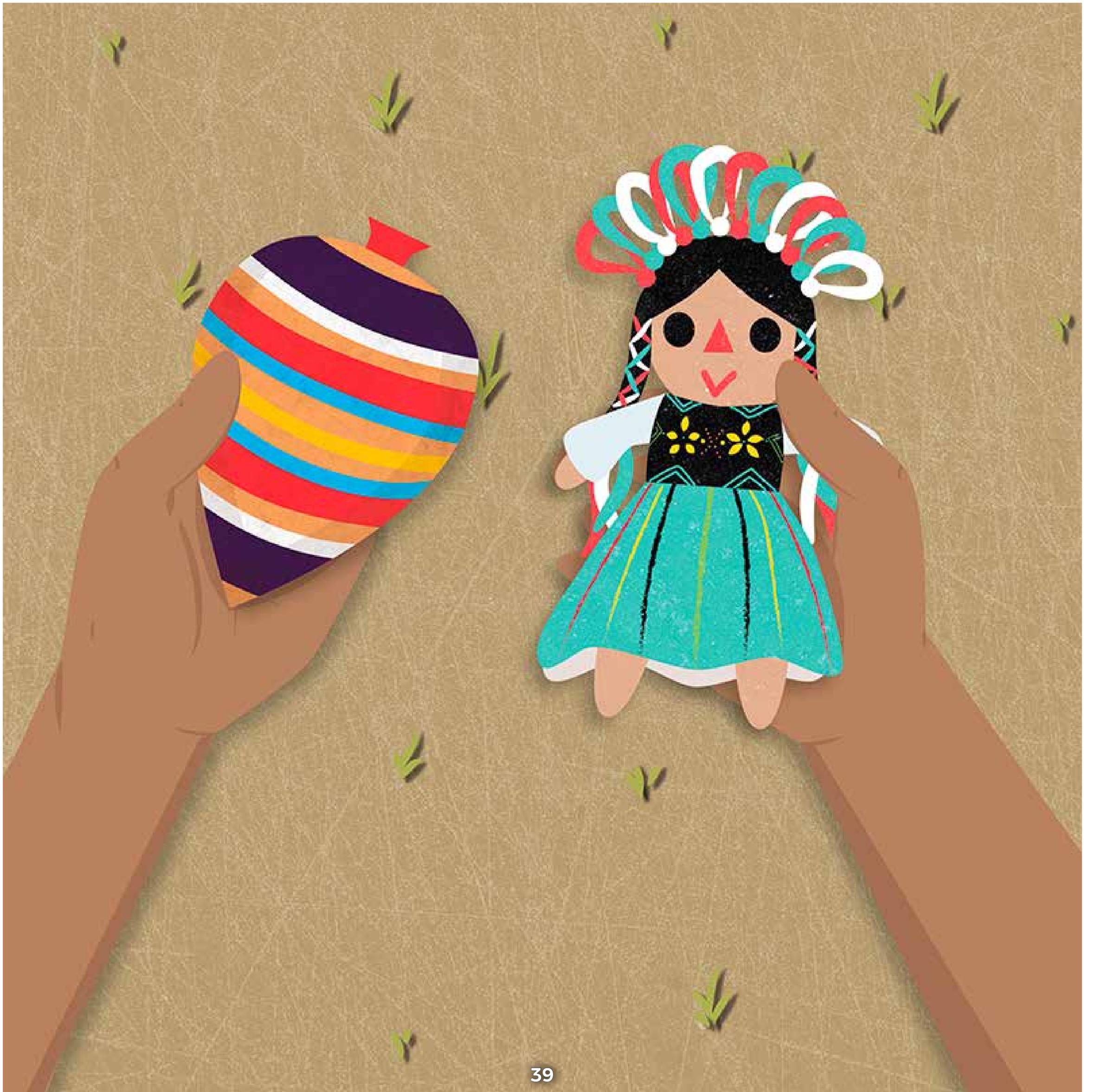




Que podía jugar con cualquier cosa que me gustara aunque fuera considerado un objeto de niño, pues entretenerme con otros juguetes no cambiaría mi forma de ser ni me haría diferente a las demás; lo importante era poder decidir qué me gustaba y qué no, en lugar de que se me fuera impuesto desde pequeña.

Hubiese querido saber que niñas y niños no somos tan opuestos como creemos o como la mayoría piensa. No es un extremo de rosa o azul, al contrario tendría que ser igualitario. A nosotras no sólo nos importa nuestro aspecto físico o ser vanidosas como nos han hecho creer. De ello se desprenden cosas muy importantes, como el que no le debemos belleza a nadie o que no hay un solo modo de ser bonita. Hay que abrazar nuestras diferencias como algo normal y único de cada una de nosotras.





Es muy importante reconocer que somos capaces de hacer muchas cosas con diferentes grados de dificultad, y no dudar de nuestras creencias por temor a ser rechazadas.

Pienso en cuántas cosas no hice por miedo a lo que pensarían de mí, o creyendo que no iba a poder hacerlo; ahora no quiero que pase lo mismo contigo. Haz y construye todos los sueños aunque se vean lejanos.

Hubiese querido saber que nuestra opinión es valiosa e importante; sin importar la edad que tengas, sólo no calles lo que te gustaría que escucharan.

Que no todas las cosas que pasaban a mi alrededor iban a ser culpa mía o provocadas por mí, pues nadie merece que nos suceda aquello que nos hace sentir mal.





Poco a poco vas a dejar atrás las opiniones sobre tu cuerpo o personalidad para hacer lo que quieras sin temor a que las personas reprueben tu comportamiento, porque el querer demostrar algo siempre es difícil, y es una batalla eterna que nunca vamos a ganar. Todas somos diferentes, no te compares con otras mujeres, pues ellas no son tus enemigas como nos han hecho creer al contrario.

El amor comienza con nosotras; el resto viene después. El amor es libertad de elección, autonomía y respeto mutuo; el amor no son celos, golpes, gritos ni descalificaciones, tampoco se siente sólo hacia tu pareja, es posible sentir amor por tus amigas y amar a otras mujeres, no hay una fórmula exacta o persona para encontrar el amor.





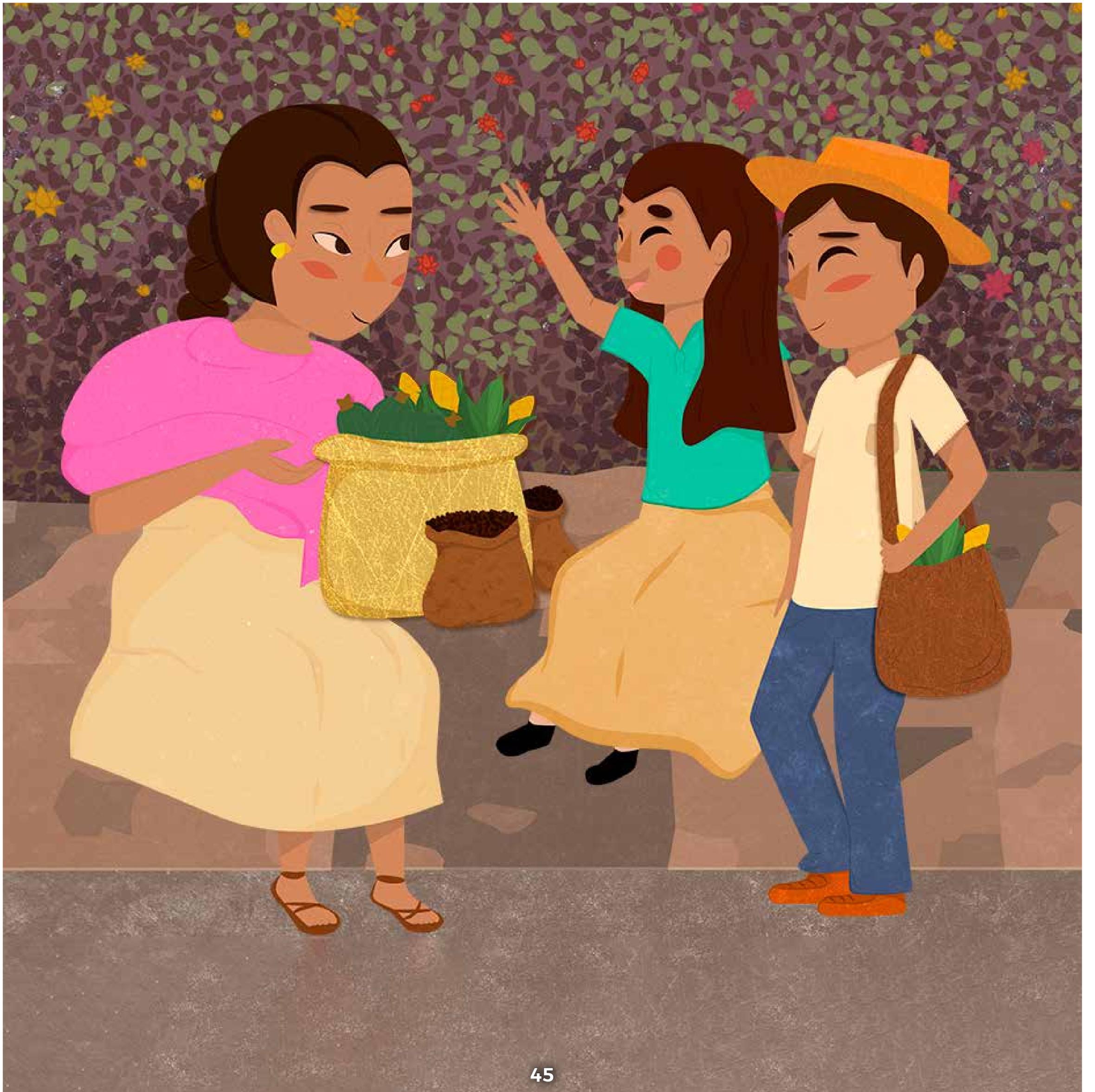
LAS FORMAS DEL AMOR

Hoy es día de plaza. Voy a comprar e intercambiar maíz, frijol y calabaza que hemos cosechado en estos días.

La plaza es mi lugar favorito porque todo el pueblo va a comprar lo que necesita. Se reúnen para tomar un agua fresca o sólo pasar a saludar a las vecinas; yo junto con mi hermana y hermano voy por los encargos y, si sobra algo de dinero, nos gusta comprar dulce de guayaba porque en esta temporada son aún más dulces.

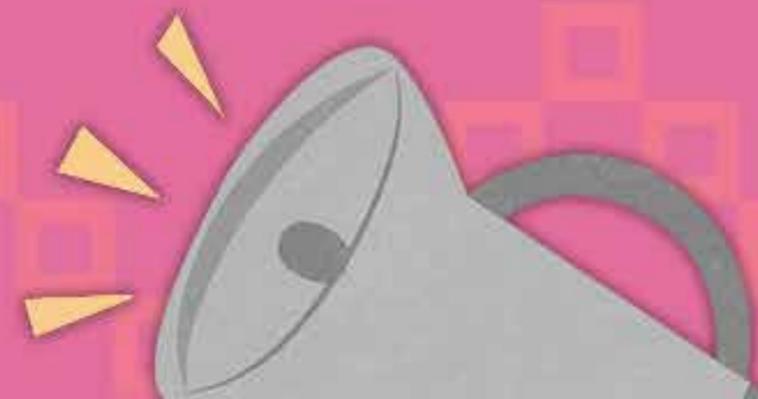
Hoy, mientras estábamos sentadas en las jardineras de la tienda de Doña Isabel viendo pasar a la gente que viene de pueblos cercanos para vender o hacer trueque, me di cuenta de cómo se expresa el amor desde el detalle más pequeño hasta la más grande, porque el amor es confianza, responsabilidad, respeto y reciprocidad.





En días anteriores vimos en la escuela el significado de amor. Recuerdo que cada uno de nosotros apuntamos en el pizarrón qué hacíamos por otras personas, cosas, lugares o hacia nosotros mismos.

Para Lucila, una manera de expresar amor es cuando se sienta con sus abuelos afuera de su casa a escuchar todas las historias de su niñez y aprender las enseñanzas de la lengua que habla cada uno para que ella pueda enseñarle a sus primas y hermanos. Para ella era importante ponerles atención, pues muchos de sus familiares dicen que lo que sus abuelos cuentan es una fantasía y no les ponen atención.





Juan, en cambio, sentía amor hacia su perro, Tomás, por las aventuras que vivía con él todos los días; lo acompañaba a la escuela, iba con él cuando llevaba a pastar a los borregos al llano, dormían juntos y siempre lo recibía muy alegre cuando llegaba de la escuela, además, ambos se cuidaban de camino a casa.





Por su parte, Isabel había leído que el amor era hacia sí misma cuando respetaba sus propias creencias, las expresaba y defendía frente a las personas que no estaban de acuerdo con ella; se trataba de entender ambas partes y respetar sus ideas aunque fueran diferentes, pues todas son valiosas.

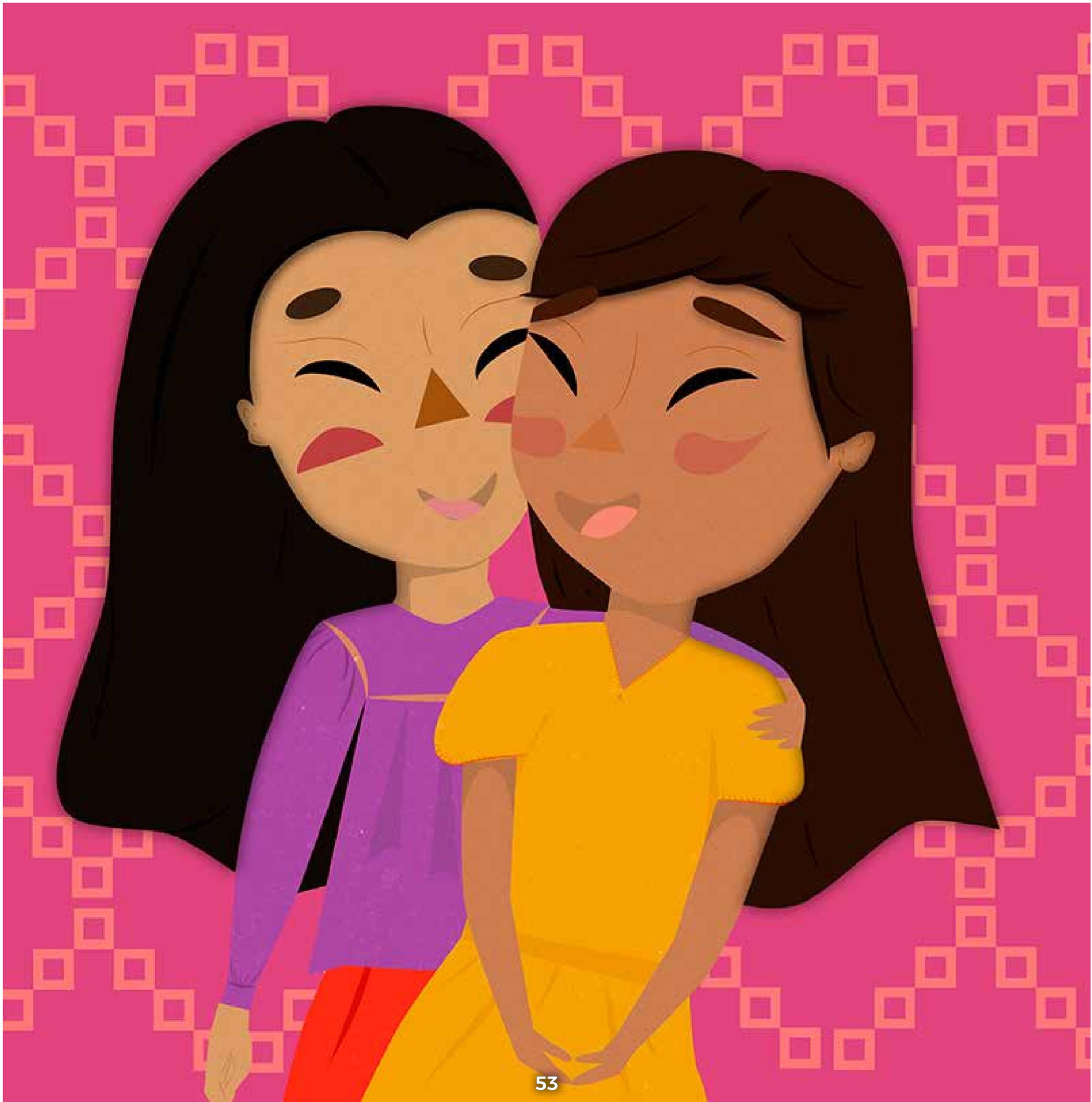




Celia dijo que, para ella, el amor es querer a alguien sin importar si ambas son mujeres, porque aunque le había sido muy difícil entender lo que sentía hacia otras niñas, después de mucho tiempo se dio cuenta que no había nada malo o raro en ella por querer a otras personas si es el mismo sentimiento que hombres y mujeres tienen cuando se encuentran compartiendo momentos especiales en su vida.

Al igual que Eulalio, quien compartía las ideas de Celia, pues él también tenía sentimientos hacia su amigo Víctor y poco a poco fueron expresándolo frente al pueblo y personas cercanas.

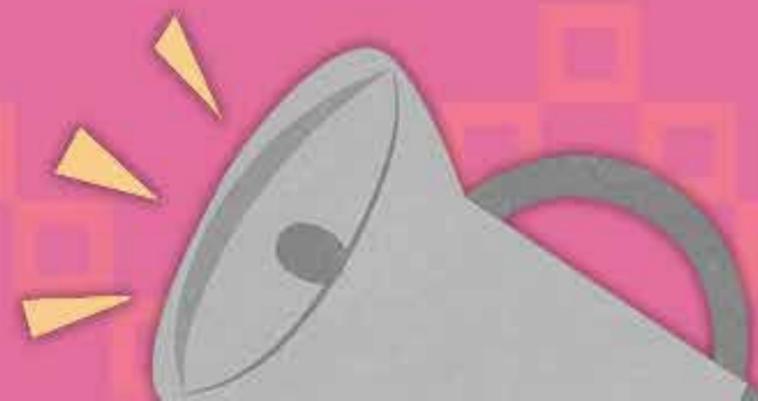




Aquel día llegamos a la conclusión de que no hay una manera de amar, no hay una guía o regla a seguir, y que el amor se encuentra en gestos cotidianos que expresamos hacia las personas o animales que queremos.

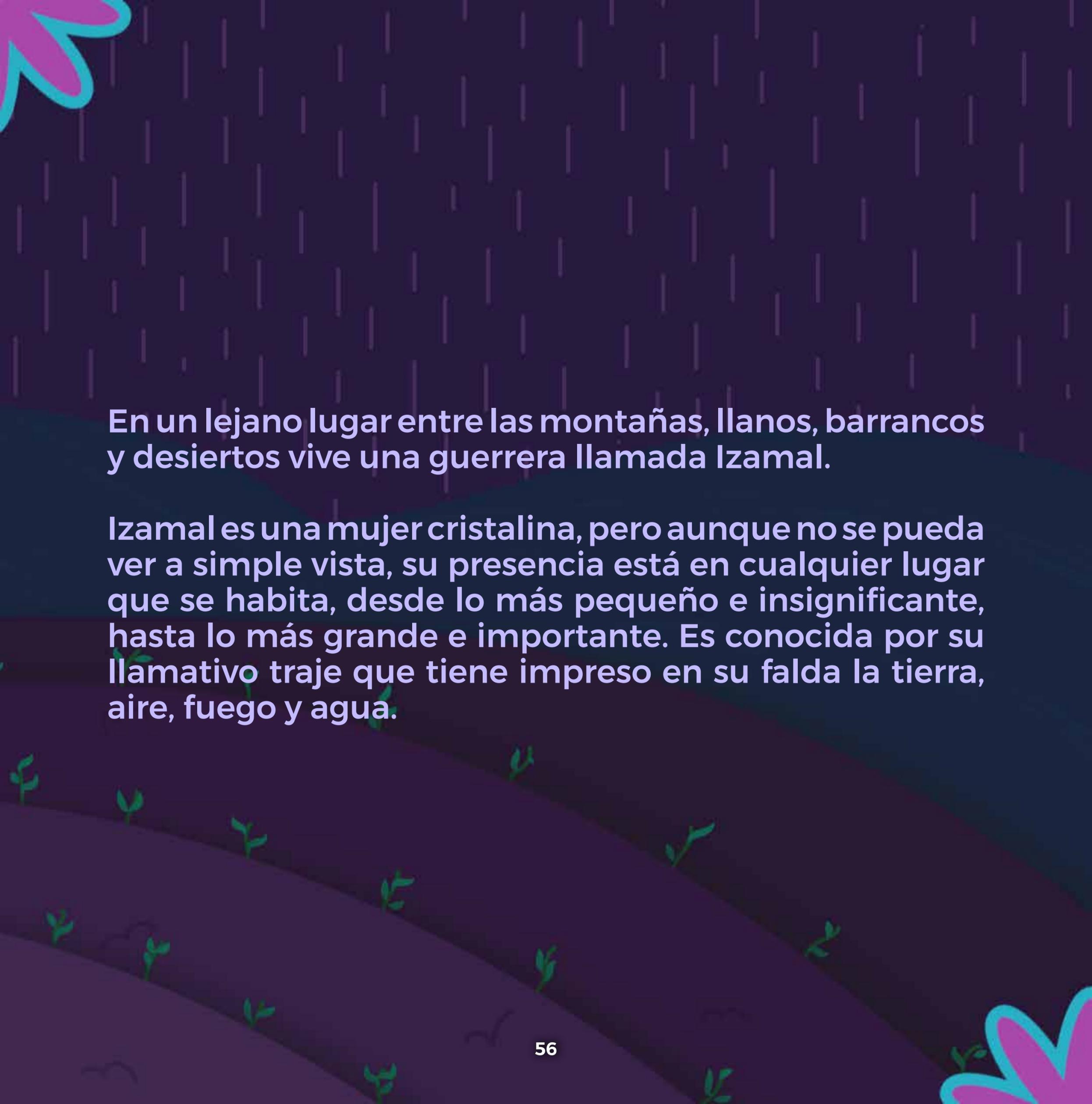
Por tanto, hay formas diversas e inclusivas de amor que son válidas y existen; amor es cuando llegas a casa y ves a tu mascota acercarse a recibirte; amor es cuando tu mamá te consuela diciéndote que todo va a estar bien; amor es cuando pones por encima de las personas tus creencias y sentimientos; cuando te alejas de relaciones que no son lo mejor para ti; amor es el que sientes por tus amigas cuando preguntas en qué puedes ayudarlas cuando se sienten tristes; amor es cuando una mujer y hombre se relacionan desde su individualidad; amor es cuando un hombre demuestra a otro cuánto se aman; ser amada no es estar con alguien del sexo opuesto, también es preferir estar sola eligiéndote.

Todas estas y muchas más son maneras de expresar amor, el amor no es una fórmula ni una regla estrecha.





LA GUERRERA IZAMAL



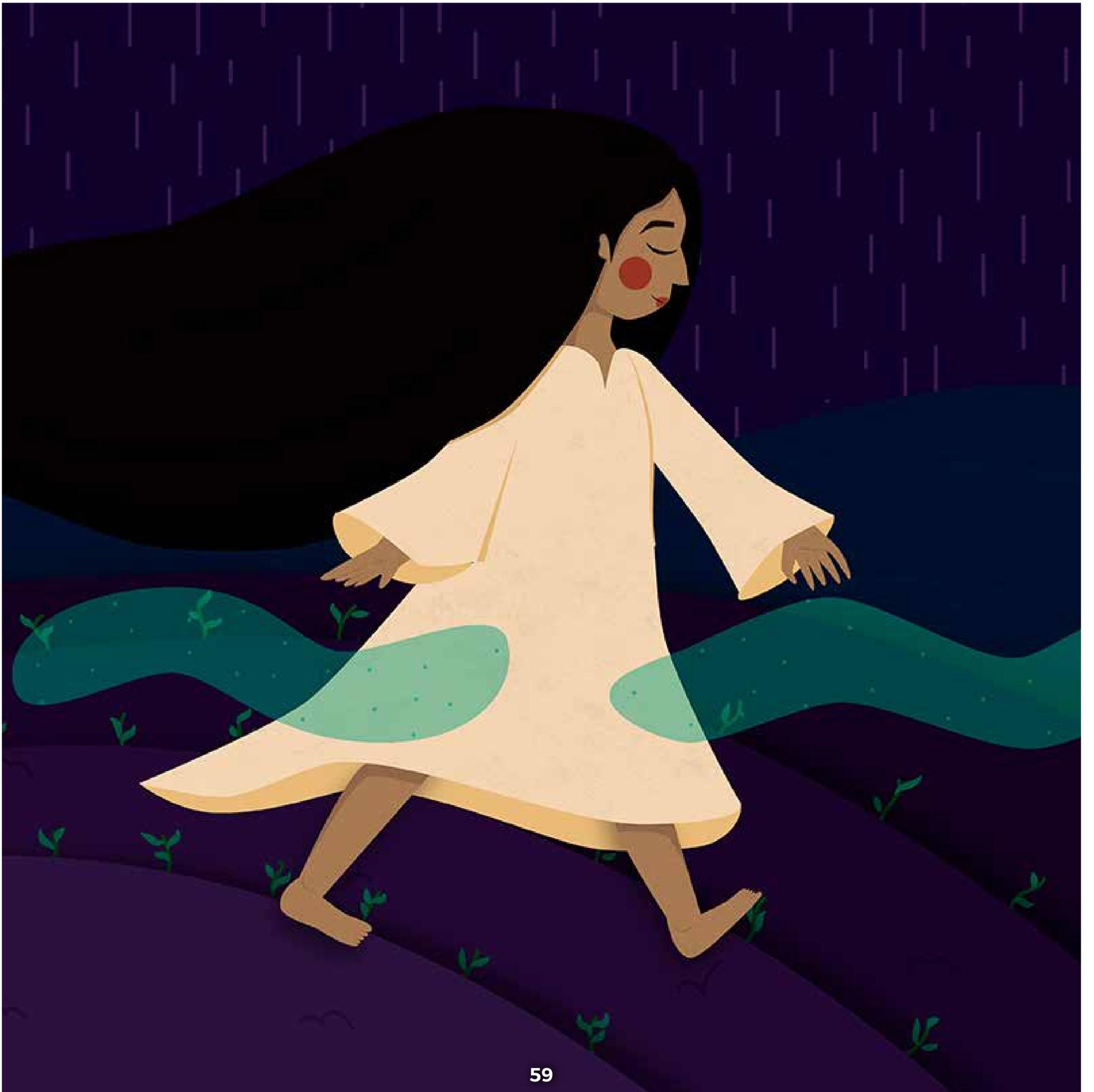
En un lejano lugar entre las montañas, llanos, barrancos y desiertos vive una guerrera llamada Izamal.

Izamal es una mujer cristalina, pero aunque no se pueda ver a simple vista, su presencia está en cualquier lugar que se habita, desde lo más pequeño e insignificante, hasta lo más grande e importante. Es conocida por su llamativo traje que tiene impreso en su falda la tierra, aire, fuego y agua.



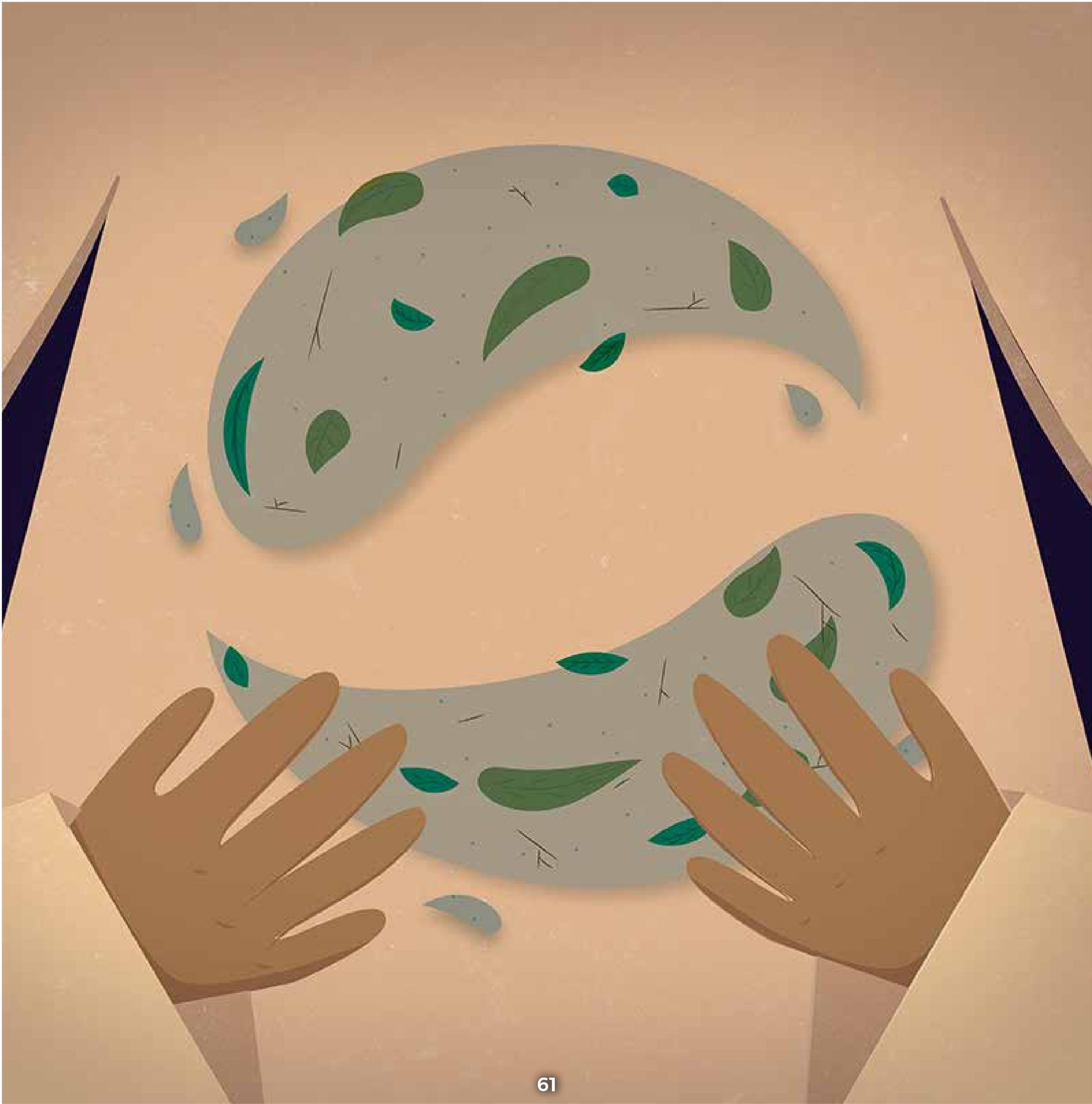
Puedes contar con ella cada vez que un habitante del pueblo tiene algún problema con la cosecha, salud, agua o fertilidad. Por ejemplo, cuando no llueve en épocas de cosechas ayuda a que la tierra se humedezca para que se pueda recolectar el maíz, calabaza y frijol.

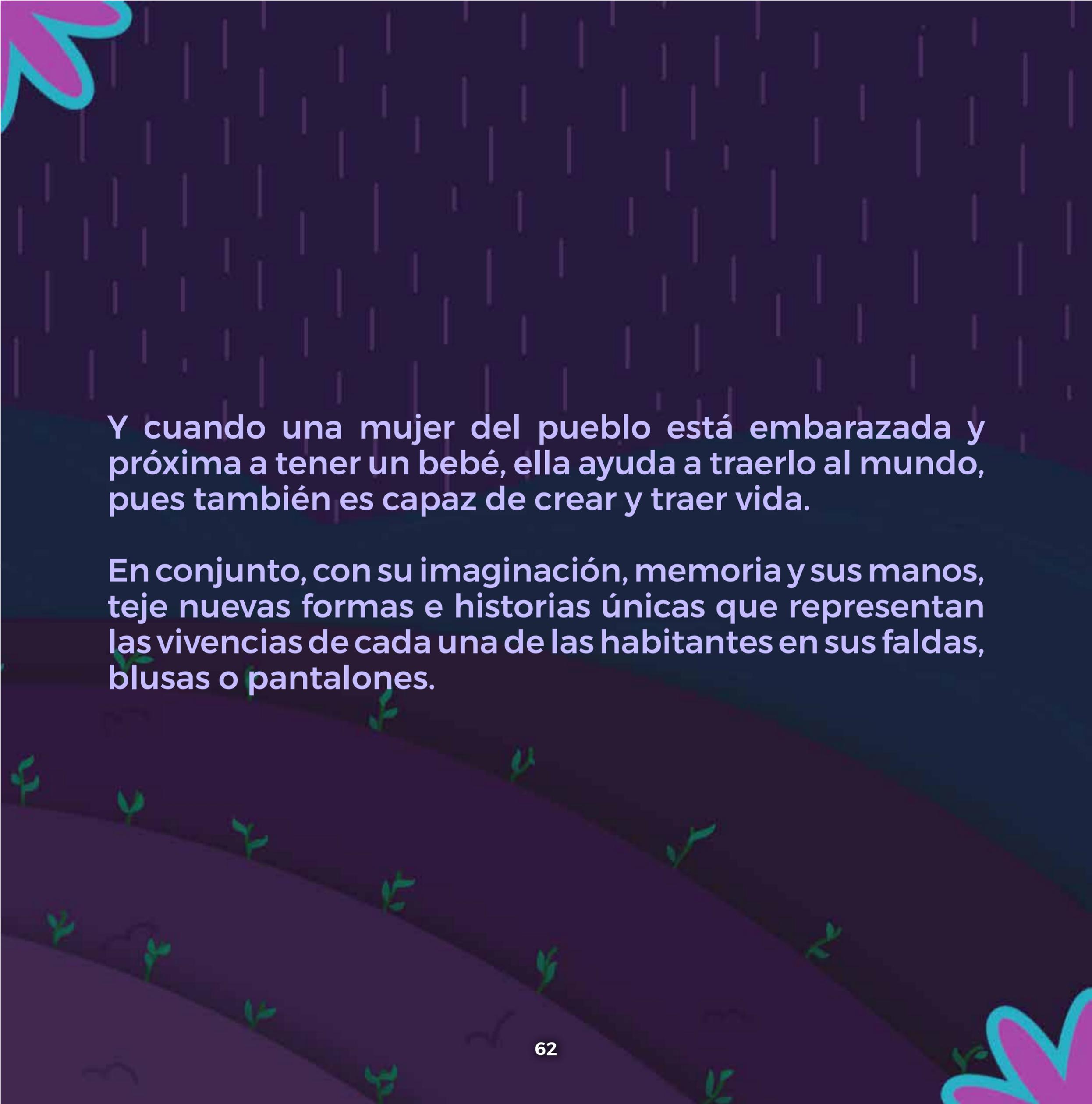




Es capaz de crear y salvar vidas con el conocimiento ancestral que posee, con curaciones especiales que consigue en el lugar donde vive, cura cualquier malestar que tengas con sólo un masaje o té, depende de la dolencia que se tenga. Estos saberes han sido usados y heredados por las antepasadas que ahora ya no están en la tierra y dejaron sus conocimientos a través del tiempo, así como ella lo va a hacer después.







Y cuando una mujer del pueblo está embarazada y próxima a tener un bebé, ella ayuda a traerlo al mundo, pues también es capaz de crear y traer vida.

En conjunto, con su imaginación, memoria y sus manos, teje nuevas formas e historias únicas que representan las vivencias de cada una de las habitantes en sus faldas, blusas o pantalones.



Otra forma mágica en que la guerrera Izamal participa es en la creación del fuego con herramientas que son fáciles de construir y obtener, para así poder convertir diferentes materiales y elementos en cosas que puedan ayudar en la alimentación o siembra.

¿Y tú, cuántas guerreras Izamal conoces?





**GOBIERNO DE
MÉXICO**

INPI

INSTITUTO NACIONAL
DE LOS PUEBLOS
INDÍGENAS



México, 2021

