



Asociación
Pop No'j



SOMOS MAYAS ESTEMOS DONDE ESTEMOS



Con el apoyo de:



The
Birdsong
Project.

**SOMOS MAYAS
ESTEMOS DONDE
ESTEMOS**



Sistematización y redacción:

Juan José Hurtado Paz y Paz, Director

Diagramación e ilustración:

Fredy Sitaví, Comunicador Social

Asociación Pop No'j, mayo 2026

Con el apoyo de



**The
Birdsong
Project.**



Índice

	Pag	
Presentación.....	1	
Introducción	2	
Somos mayas estemos donde estemos	4	
La folklorización de la cultura de los pueblos originarios	16	
¿Religión o espiritualidad maya?	19	
Las 7 vergüenzas mayas.....	24	
Loq'olaj: un reconocimiento a todo cuanto existe	31	
¿Pedir disculpas o pedir perdón?	34	
“El derecho maya: justicia para la armonía comunitaria, no para castigar”	38	
Para seguir caminando.....	43	



Presentación

En un contexto marcado por el racismo estructural, el despojo territorial, las múltiples formas de violencia que afectan a los pueblos originarios, y que conducen al desplazamiento y la migración forzada, fortalecer la identidad maya continúa siendo una tarea indispensable.

Muchas niñas, niños y juventudes mayas crecen hoy en territorios, ciudades o contextos migratorios donde se les enseña —de manera explícita o silenciosa— a avergonzarse de quienes son, de sus idiomas, de su espiritualidad, de su indumentaria, de sus raíces y de la memoria de sus pueblos. Frente a ello, recuperar y fortalecer la identidad no significa volver al pasado, sino reconstruir vínculos con la dignidad, la comunidad, la memoria y la vida.

Los textos reunidos en este documento nacen desde esa necesidad y desde múltiples conversaciones, reflexiones y experiencias impulsadas por la Asociación Pop No'j en su trabajo junto a niñez, juventudes, comunidades y organizaciones.

Estas reflexiones abordan temas como:

- identidad maya,
- espiritualidad,
- justicia,
- memoria histórica,
- racismo,
- folklorización,
- responsabilidad comunitaria,
- y la relación con la Madre Tierra desde la Cosmovisión Maya.

No se trata de textos académicos distantes ni de verdades absolutas. Son materiales pensados para dialogar, cuestionar, compartir y fortalecer procesos de reflexión, formación y acción colectiva.

En conjunto, estos escritos buscan afirmar algo profundamente sencillo y poderoso; que la identidad maya está viva; que no pertenece al pasado; que sigue caminando con las comunidades, con las juventudes y con los pueblos; y que, incluso en medio del desarraigo y la migración, seguimos siendo mayas, estemos donde estemos.





Introducción

Vivimos tiempos profundamente contradictorios. Mientras los pueblos originarios continúan sosteniendo saberes ancestrales sobre la vida, el equilibrio, la comunidad y el respeto hacia la Madre Tierra, también enfrentan formas persistentes de racismo, despojo, exclusión y fragmentación cultural. Muchas niñas, niños y juventudes mayas crecen hoy en contextos donde hablar el idioma propio, practicar la espiritualidad ancestral o portar la indumentaria maya puede convertirse en motivo de discriminación, burla o invisibilización.

La migración, el desplazamiento del campo a la ciudad, la pobreza, la violencia estructural y los modelos impuestos de desarrollo han debilitado múltiples vínculos comunitarios y culturales. En muchos casos, estos procesos han provocado desarraigo, pérdida del idioma, ruptura con las prácticas ancestrales y distanciamiento de la memoria colectiva. Frente a ello, fortalecer la identidad maya no es un acto nostálgico ni una mirada romántica hacia el pasado; es una necesidad vital, política, cultural y espiritual para seguir sosteniendo la dignidad, la memoria y la continuidad de los pueblos.

Este documento reúne una serie de reflexiones construidas desde la experiencia, el diálogo, el trabajo comunitario y la búsqueda colectiva impulsada por la Asociación Pop No'j. Los textos aquí integrados abordan distintos temas que, aunque puedan parecer diversos, forman parte de un mismo tejido; la identidad maya como una forma viva de comprender y habitar el mundo.

Hablar de identidad maya implica hablar de espiritualidad, de memoria histórica, de relación con la Madre Tierra, de justicia, de pedagogía, de comunidad, de responsabilidad colectiva y de resistencia frente a sistemas que históricamente han intentado negar o folklorizar a los pueblos originarios.

Por ello, este documento no pretende ofrecer definiciones cerradas ni convertirse en un material académico distante de la vida cotidiana. Más bien, busca abrir preguntas, provocar reflexión y aportar herramientas para procesos de formación, diálogo y fortalecimiento identitario, especialmente con niñas y juventudes mayas en contextos de movilidad humana, migración, retorno o urbanización.

Los capítulos que integran esta publicación dialogan entre sí desde principios comunes presentes en la Cosmovisión Maya; el equilibrio, la reciprocidad, el respeto, la dignidad, la responsabilidad y el reconocimiento de que todo cuanto existe tiene vida y merece cuidado.



Desde esa mirada, conceptos como *loq'olaj*, el Derecho Maya, la espiritualidad, las prácticas comunitarias o las reflexiones sobre la palabra y la responsabilidad no son temas aislados, sino expresiones de una misma forma de comprender la vida.

También queremos afirmar que la identidad maya no es algo estático ni encerrado en el pasado. Es una identidad viva, dinámica y en constante reconstrucción. Cambia, dialoga y se transforma, pero mantiene raíces profundas que continúan orientando la vida comunitaria y los sueños colectivos. Ser maya hoy no significa únicamente heredar una historia; significa también asumir un compromiso con la memoria, con la dignidad de los pueblos y con la construcción de futuros más justos y equilibrados.

En medio de un mundo marcado por el individualismo, la mercantilización de la vida y la ruptura de los vínculos comunitarios, los saberes ancestrales de los pueblos originarios siguen ofreciendo caminos para reconstruir el tejido social y reencontrarnos con formas más humanas y colectivas de vivir. En ese sentido, estas reflexiones no buscan hablar solamente a los pueblos mayas, sino dialogar con todas aquellas personas interesadas en construir relaciones más respetuosas, dignas y equilibradas entre seres humanos, comunidades y naturaleza.

Este documento es también una invitación: a recordar, a cuestionar, a dialogar, a sanar y a seguir caminando colectivamente. Porque la identidad no se conserva únicamente en los libros o en la memoria; se mantiene viva cuando se practica, se comparte y se transmite entre generaciones.

Y porque, incluso en medio de las fronteras, el desarraigo y la migración, seguimos siendo mayas, estemos donde estemos.



Tz'an b'ay tu'alko ayonh matzet ch'iniloj mayab'il jinh (Idioma Popti')

Noq jayaxtum oto, quk'al xjal qo (Idioma Mam)

“Somos mayas, estemos donde estemos”

Ideas para recuperar y fortalecer la identidad maya

Estas notas buscan sistematizar experiencias e identificar ideas concretas, aplicables para la recuperación y fortalecimiento de la identidad maya, especialmente entre niñas y niños que han vivido procesos de migración internacional, retorno o desplazamiento interno. Muchos de estos procesos ocurren en contextos hostiles que refuerzan el racismo estructural, el rechazo a lo indígena y la desconexión con los territorios y sus raíces.

Aunque nos enfocamos en la niñez migrante retornada o desplazada del campo a la ciudad, las herramientas, reflexiones y metodologías aquí propuestas pueden servir a toda persona maya que, por diversas razones, ha visto fragmentada o debilitada su identidad.





1. Identidad, identidad maya y resistencia

1.1 ¿Qué es identidad?

La identidad es una construcción social e individual dinámica que se forma a lo largo de la vida a partir de nuestro ser, nuestras experiencias, relaciones, historias, contextos sociales y culturales. Toda persona está compuesta por múltiples identidades —como la étnica, de género, clase, generacional, territorial, entre otras— que se entrelazan y evolucionan con el tiempo. Es decir, la identidad no es estática sino en formación y movimiento.

La identidad nos da un sentido de pertenencia, nos conecta con una comunidad, un territorio y una historia compartida; nos permite distinguarnos como parte de una colectividad, al mismo tiempo que como individuos, con características propias singulares. Esta diversidad de identidades no nos hace desiguales en dignidad: somos diferentes pero iguales en derechos, y reconocer esa pluralidad es clave para la convivencia justa y respetuosa en sociedades multiculturales.

La identidad étnica es una de las dimensiones fundamentales de la identidad personal y colectiva. Se construye a partir del vínculo con un grupo cultural que comparte elementos como el idioma, la historia, la cultura, con sus principios y valores, espiritualidad, formas de organización social y una relación con el territorio. No es una característica fija ni heredada automáticamente, sino una autoidentificación e identificación que se fortalece en la interacción con la comunidad y en la reafirmación cotidiana de la pertenencia.

La identidad étnica ofrece raíces, sentido y orientación en el mundo, y cuando es reconocida y valorada, contribuye a la autoestima individual, al tejido social y al arraigo al territorio como espacio vital *loq'olaj'* (traducido generalmente como “sagrado”). Afirmarla no significa excluir a otros, sino ejercer el derecho a ser, a nombrarse y a vivir con dignidad desde la propia cultura. Es reivindicar el derecho a la diferencia a la vez que el derecho a la igualdad.

¹ Loq'olaj es un concepto maya que se ha traducido como “sagrado”. Su verdadero sentido es aquello que palpita, tiene su esencia que define su naturaleza, que, por lo tanto, tiene dignidad, merece respeto, ser honrado, venerado, cuidado, protegido y amado.





1.2 Identidad Maya

La identidad maya no es una esencia fija ni uniforme. Es viva, cambiante, en movimiento y diversa. En los Acuerdos de Paz en Guatemala se reconoce al Pueblo Maya con 22 expresiones socioculturales distintas que comparten raíces comunes que coexistimos en este mismo territorio, junto a los Pueblos Xinka, Garífuna y Ladino/Mestizo.

La identidad Maya se expresa en el idioma, la forma de pensar y vivir, la espiritualidad y prácticas como ceremonias, la organización comunitaria y social, los alimentos, los tejidos e indumentaria, el arte, y los vínculos con la naturaleza y el cosmos, entre otras.

Algunos rasgos fundamentales de ser maya son:

- Poseer un idioma propio que, a su vez, es una forma de entender y construir el mundo.
- La espiritualidad ancestral, con principios y valores.
- El sentido de comunidad, de arraigo al territorio y la vida comunitaria; el trabajo colectivo y la reciprocidad.
- El respeto por todo y la profunda conexión con la Madre Tierra y las energías del Universo.
- El sentido del tiempo cíclico basado en el Calendario Maya ancestral y el vínculo con los Nawales.
- La defensa del territorio y la vida en armonía entre seres humanos, Madre Naturaleza y las energías del Universo.

1.3 ¿Por qué la identidad maya es antisistema?

La identidad maya, como la de muchos pueblos originarios de Abya Yala, no es solo una referencia cultural o étnica, sino una forma de estar en el mundo que cuestiona las bases del sistema dominante. En contextos donde prevalecen el racismo estructural, la negación de la diferencia, el individualismo competitivo y la explotación de las personas y de la Madre Tierra, afirmar la identidad maya es un acto profundamente político. Es resistir a un modelo que desprecia lo indígena, que impone el olvido como política de Estado y que mercantiliza la vida. Es oponerse a un sistema económico depredador y explotador. Por eso, ser maya hoy no es una postura neutra; es rechazar el colonialismo interno y





externo dominante, que representa un ejercicio de poder explotador que busca exterminar, de distintas formas, a los pueblos originarios y que conduce a la destrucción del planeta. Desde la identidad maya, se propone otras formas de existencia donde la Madre Tierra, así como las personas, la comunidad y los pueblos, su dignidad y memoria están al centro.

Desde esta mirada, la identidad es también un posicionamiento ideológico. No es folclor (ver anexo), que se limita a ver de manera superficial la cultura y el arte Maya, privándola de su significado profundo, como expresión de conocimientos y prácticas milenarias. Es un reconocimiento y autorreconocimiento de la dignidad de pueblos con historia milenaria y saberes ancestrales que han demostrado validez. Se trata de una conciencia individual y colectiva viva que defiende el derecho a nombrarse, a hablar en los idiomas propios, a gobernarse, a cuidar de sus territorios y que no se decida sobre ellos sin tomarles en cuenta; a vivir según los propios principios, valores y normas. En ese sentido, la identidad étnica articulada desde los pueblos originarios se convierte en una propuesta civilizatoria alternativa, contraria a los fundamentos del capitalismo extractivista y del Estado monocultural. Ser maya no significa únicamente ser heredero de un pasado glorioso, sino ser sujeto activo de una lucha presente y de un futuro que se construye desde abajo.

Este horizonte se expresa en el concepto de Buen Vivir —*Utz K'aslemał* en varios idiomas mayas—, que plantea una vida plena, con dignidad, en armonía entre las personas y los pueblos, con la Madre Naturaleza y con las energías del Universo. No es un modelo de desarrollo, sino una forma de vida que parte del respeto y reconocimiento del otro y la otra, la reciprocidad, la complementariedad y el equilibrio, teniendo lo necesario para una vida plena, sencilla, modesta y feliz, individual y colectiva, material y espiritual, desafiando la lógica del tener más.

El Buen Vivir no se puede imponer; nace de la práctica histórica de los pueblos y de su relación respetuosa con la Madre Tierra. En este marco, la identidad maya no solo resiste al sistema, sino que siembra caminos para transformarlo, desde una raíz milenaria que sigue viva y que sueña otro mundo posible.



2. ¿Para qué fortalecer la identidad?

- Para reconstruir el orgullo legítimo de ser Maya y fortalecer la autoestima, especialmente en niñez y juventudes indígenas.
- Para resistir la asimilación forzada y los efectos de la violencia estructural.
- Para sanar heridas de desarraigo, discriminación – como el racismo, la xenofobia, el clasismo y otros estigmas – y, eventualmente, el autorrechazo de las propias personas Mayas.
- Para generar vínculos con la comunidad y el territorio, incluso desde contextos urbanos o migrantes.
- Para ejercer derechos culturales y lingüísticos de manera plena.
- Para rechazar imposiciones de distinto tipo que colocan a las personas y pueblos en mayor vulnerabilidad.
- Para tener raíces firmes desde donde imaginar un futuro colectivo y justo.

Vale decir que, para las y los mestizos, asumir plenamente la identidad mestiza implica también reconocer y honrar las raíces indígenas que la conforman. Guatemala es, en su esencia más profunda, un país profundamente indígena —aunque no exclusivamente—, y es precisamente esa raíz lo que más nos caracteriza a las y los guatemaltecos. Lo indígena está presente en la cultura mestiza guatemalteca: en la comida que compartimos, en nuestras formas de pensar, de relacionarnos, en el idioma español que hablamos con giros y expresiones propias. Lo indígena nos atraviesa a todas y todos.

Los saberes ancestrales de los pueblos originarios no pertenecen únicamente a quienes los han preservado; son también una fuente de alternativas para enfrentar los desafíos actuales de la humanidad. En ellos se encuentran caminos hacia una vida en equilibrio, basada en la reciprocidad, el respeto a la naturaleza, la comunidad y todo cuanto existe.





3. Elementos para recuperar y fortalecer la identidad

a. Uso del idioma maya: oralidad y lectoescritura

- Aprender a hablar y escribir en el idioma materno. Desde Pop No'j somos conscientes que debido a que no hay una verdadera Educación Bilingüe Intercultural, la mayoría de pueblos, quizás con la salvedad de los Q'eqchi's, no lee ni escribe en los idiomas propios. Sin embargo, utilizarlo es una forma de promover su uso.
- Recuperar los nombres originarios de los lugares – toponimias -, así como palabras y expresiones cotidianas, nombres de plantas, animales, emociones.
- Recuperar las narraciones e historias en idiomas mayas. Promover la lectura del Popol Wuj y otros escritos ancestrales, así como de la literatura maya. Uno de los autores de poesía maya es Humberto Akab'al, pero no es el único. Otros nombres que podemos mencionar como Maya Cu, Manuel Bolom y muchos más.

b. Uso de la indumentaria ancestral

- Reconocer los tejidos como portadores de historia, símbolos y resistencia.
- Promover el uso de la indumentaria ancestral, en todos los espacios, con orgullo legítimo.

c. Recuperación de la espiritualidad, saberes y prácticas ancestrales

- Conocer y utilizar el conteo maya del tiempo y sus ciclos: conocer su sentido, los nawales y su uso en la vida cotidiana.
- Conocer nuestro nawal y honrarlo.
- Realizar prácticas espirituales mayas como invocaciones, ceremonias, fiestas, peticiones, por ejemplo, para la siembra, al momento de cortar un árbol, al construir una casa, etc.
- Recuperar la medicina maya: uso de plantas, ceremonias de sanación, curación del susto y otras prácticas sanadoras.
- Promover la alimentación ancestral sana: tortillas, tamalitos, yerbas, etc. Rechazar la comida chatarra.





- Recuperar oficios y artes ancestrales, como el tejido, elaboración de herramientas, instrumentos musicales, lo que puede ser facilitado por personas mayores. Esto no solo transmite saberes, sino que reafirma el valor de las personas mayores en la comunidad, reconociéndolos como sabios.
- Realizar trabajos y actividades colectivas, comunitarias. Por ejemplo: para la construcción de casas, para la cosecha y otras prácticas conocidas como “cambio de mano”.
- Otros saberes ancestrales que debemos recuperar.

d. Conexión con la Madre Tierra

Desde la Cosmovisión Maya ancestral se reconoce que la Madre Tierra es un ser vivo, con su palpitación y energía espiritual. Entendemos que no somos dueños de la tierra, sino que somos sus hijos e hijas de ella. Por lo tanto, consideramos que nuestra madre es *loq'olaj*, es decir, un ser con dignidad, que merece respeto, agradecimiento, cuidado, protección, afecto y ser honrada.

Desde la Cosmovisión Maya ancestral, nuestras raíces están profundamente entrelazadas con la Madre Tierra y con la sabiduría de las y los ancestros. Al mismo tiempo, la conexión con la Madre Tierra —que nos alimenta, nos sostiene y nos enseña equilibrio— refuerza ese sentido de pertenencia y continuidad. Reencontrarnos con nuestras raíces, tanto humanas como naturales, no es un acto nostálgico, sino un camino vital para fortalecer quiénes somos y desde dónde queremos construir el futuro.

Para restablecer la conexión con la Madre Tierra y los ancestros, entre otras cosas, lo que podemos hacer es:

- Desarrollar prácticas agrícolas, de preferencia colectivas, que revitalicen la conexión con la Madre Tierra
- Visitar las ciudades Mayas antiguas, centros ceremoniales y lugares sagrados, cerros, ríos, cuevas...Incluir a personas mayores y *ajq'ijab*² (contadores del

² Ajq'ij y ajq'ijab' (plural) es una palabra compuesta: aj, persona que se dedica a un oficio o que realiza determinada actividad y q'ij, día, tiempo. Entonces, ajq'ij es una persona que conoce del tiempo, lleva su cuenta y sabe de las energías del día. Normalmente lo encontramos traducido al español como “guía espiritual” por la función que cumplen en la comunidad y peor aún como “sacerdote” o “sacerdotisa Maya”, equiparando la espiritualidad Maya con una religión, pero esto resta el sentido profundo que tiene. Quizás es mejor traducirlo como “contadores del tiempo”. Recordemos que el idioma es una manera de entender el mundo y hay palabras en un idioma que, al traducirse a otro idioma, por ser un concepto diferente, no logran captar el verdadero sentido de la palabra en el idioma original.



tiempo, llamados también en español, guías espirituales) en ceremonias en lugares sagrados, reconociendo su autoridad espiritual.

- En caso no ser posible, ver imágenes y videos documentales que fortalezcan la conexión con la Madre Tierra y los territorios.
- Realizar ceremonias e invocaciones desde la espiritualidad Maya. (Las invocaciones pueden realizarse en cualquier lugar. Las ceremonias, por lo general deben ser en lugares energéticos, que algunos prefieren llamar “encantos”, conducida por un o una *ajq'ij*.)
- Tener diálogos intergeneracionales en que personas mayores compartan sus historias de vida, conocimientos ancestrales, enseñanzas espirituales, relatos de resistencia y lucha. Asimismo, que compartan sobre las prácticas agrícolas tradicionales, medicina ancestral o relatos de resistencia. Estos encuentros pueden ser grabados o documentados por jóvenes para conservar la memoria viva.

Estas actividades no solo promueven la transmisión intergeneracional, sino que también colocan en el centro el valor de la experiencia, la sabiduría comunitaria y el profundo respeto por el tiempo y el camino recorrido por nuestras abuelas y abuelos.

e. Recuperación de Memoria Histórica y la conexión con nuestros ancestros

Recuperar la memoria histórica de los pueblos originarios no es únicamente recordar el sufrimiento causado por la invasión y el despojo, la represión y el racismo estructural; es también celebrar la fuerza de quienes han luchado por la dignidad y la justicia a lo largo de los siglos. Es imprescindible rememorar y honrar a figuras históricas como Kaibil B'alam, Kajib' Imox, Manuel Tot, Lucas Aguilar, Atanasio Tzul, Mamá Maquín y tantas otras mujeres y hombres que, con coraje y sabiduría, enfrentaron el sistema opresor y defendieron la vida de sus pueblos. Ellas y ellos no son sólo parte del pasado, sino ejemplos vivos que nos inspiran a seguir construyendo el cambio con identidad, compromiso y alegría. La memoria histórica maya es semilla y raíz; guarda el dolor, pero también la esperanza y la energía transformadora de nuestros ancestros.

Nuestras ancestras y ancestros son quienes han caminado antes que nosotros, quienes abrieron senderos de conocimiento, dignidad y resistencia, y gracias a su memoria hoy seguimos de pie. Las personas mayores, portadoras de historias,



espiritualidad, consejos y muchos saberes, son puentes vivos entre el pasado y el presente. Escucharles, aprender de sus relatos y de sus prácticas es parte de recuperar nuestra identidad colectiva.

Es necesario estudiar la historia de los Pueblos desde la mirada propia de los Pueblos, no la historia oficial que es la de los opresores.

Para ello, se pueden conmemorar efemérides que les recuerden, así como sus luchas. Celebrar fechas significativas para la comunidad o para los ancestros locales (por ejemplo, líderes comunitarios fallecidos, héroes y mártires o personas sabias del pasado), con altares, ofrendas, relatos y danzas. Es una forma de fortalecer el lazo con quienes nos antecedieron.

f. Recuperación de Juegos ancestrales

El juego no es solo entretenimiento; es una manera de aprender. Hay muchos juegos que debemos rescatar, como el trompo, barriletes, juego de pelota, entre otros.

g. Desarrollo del arte maya

- **Literatura oral y escrita:** cuentos, leyendas, poesía. El conocimiento de textos mayas ancestrales como el Popol Wuj, el Chilam B'alam, Anales de los Kaqchikeles, el teatro-danza del Rabinal Achí fortalece la identidad al rescatar la sabiduría, la historia y la cosmovisión profunda de los pueblos originarios. Vinculado a lo anterior, además se puede promover el aprendizaje de la epigrafía maya³.

Recuperar y comprender estos textos permite reconectar con una herencia intelectual profunda, descolonizar el conocimiento y fortalecer el orgullo cultural. Aprender a leer y valorar los glifos es reabrir la voz de los ancestros y reafirmar una identidad viva y sabia.

- **Música:** interpretar con instrumentos como el caracol, arpa, violín, instrumentos de percusión como tambores, tun y tortuga, chirimía, marimba, canto ceremonial, creación de instrumentos. Es válido pensar en la fusión de música ancestral maya con géneros modernos como el rock o el rap como una forma viva de mantener la identidad, apropiándose creativamente del presente sin perder las raíces.
- **Danza:** La danza maya ancestral es una expresión espiritual y colectiva que

³ La epigrafía maya es el estudio de los antiguos sistemas de escritura utilizados por los pueblos mayas, especialmente los glifos que registran su historia, ciencia, espiritualidad y visión del mundo.



conecta el cuerpo con el cosmos, reafirmando la identidad, la memoria y el vínculo con los ancestros y la Madre Tierra.

- **Pintura y textiles:** símbolos sagrados, cosmogonía, escenas de la vida comunitaria.

En el contexto guatemalteco posterior a la firma del Acuerdo sobre Identidad y Derechos de los Pueblos Indígenas, ha emergido con fuerza una nueva estética maya que se nutre de las raíces ancestrales para proyectarse en el presente con sentido político, cultural y espiritual. La estética maya contemporánea no es un regreso al pasado, sino una reconstrucción consciente que convierte símbolos ancestrales en lenguaje político, espiritual y creativo para habitar el presente. Esta estética se expresa en la recuperación consciente de glifos, símbolos, colores ceremoniales —rojo, negro, blanco, amarillo, azul y verde— y formas visuales que evocan la cosmovisión maya, sus calendarios, sus territorios y sus energías vitales. No se trata de una simple reproducción del pasado, sino de una reconfiguración que reafirma identidad, dignidad y presencia histórica en medio de un país que aún arrastra prácticas de exclusión. Esta estética es, al mismo tiempo, un acto de memoria, una propuesta de futuro y una forma de resistencia que transforma el arte, la comunicación, la vestimenta, los espacios públicos y los rituales cotidianos en expresiones vivas de autonomía cultural.

4. Algunas metodologías y sugerencias de trabajo

Asociación Pop No'j se ha planteado utilizar una pedagogía Maya, fusionándola también con elementos de la Educación Popular. Por lo tanto, hacemos una recapitulación de conceptos y metodologías de la Educación Maya, que no solo transmite conocimientos, sino que forma personas con conciencia de su raíz, su comunidad y su entorno natural y espiritual. Desde la Pedagogía Maya, el propósito no es imponer verdades absolutas, sino formar personas con pensamiento propio, críticas, en equilibrio con su comunidad, su entorno y su espiritualidad; por eso, fomenta el pensamiento crítico, basado en la observación, la reflexión, el diálogo intergeneracional y el cuestionamiento de todo lo que rompe la armonía, incluidos los dogmas.

Aquí, algunas sugerencias metodológicas desde la Pedagogía Maya, pensadas para fortalecer la identidad:



4.1. Aprender desde el corazón, la mente, el cuerpo y el espíritu (Winaq⁴)

El ser humano es integral. Las actividades deben equilibrar lo cognitivo, lo emocional, lo físico y lo espiritual. Por ejemplo, un taller sobre historia puede incluir danza o música ceremonial, una reflexión espiritual y una actividad manual o artística. El objetivo es formar personas completas, no solo informadas.

4.2. Aprender haciendo

La sabiduría maya se transmite en la práctica; se aprende haciendo. Promover aprendizajes vivenciales: cultivar colectivamente, caminar el territorio, hacer ceremonias, cocinar en comunidad, construir herramientas o artefactos. Esto fortalece el vínculo con la vida real, con la tierra y con los ancestros.

4.3. El tiempo como energía cíclica: usar el calendario (Cholq'ij⁵) como guía

Organizar actividades según las energías de los nawales, permitiendo que cada proceso educativo se vincule al tiempo sagrado. Por ejemplo, reflexiones colectivas en los días No'j, actividades de siembra o inicios de proceso en Q'anil, reuniones de coordinación en el día K'at. Esto ayuda a vivir el tiempo como guía y no solo como medida.

4.4. El diálogo intergeneracional

Fomentar el encuentro entre generaciones para compartir historias, valores, consejos y prácticas. Este diálogo refuerza el sentido de pertenencia y el respeto a los mayores, y transmite identidad viva, no solo conocimientos formales.

4.5. Uso del idioma materno como lengua de pensamiento y corazón

Priorizar el uso del idioma maya local como vehículo principal de enseñanza y reflexión. El idioma es portador de la cosmovisión y pensar en la propia lengua ayuda a fortalecer la autoestima y el arraigo identitario.

⁴ Winaq' es el número 20 y representa a la persona completa. Es la base del sistema de numeración vigesimal maya.

⁵ El Cholq'ij es el Calendario Lunar o Calendario Sagrado resultante del paso de los 20 nawales por los 13 niveles de energía que dan un total de 260 días, o sea, 9 lunaciones.





4.6. Observación de la naturaleza como maestra

La Madre Tierra es fuente de sabiduría. Actividades como observar el comportamiento de los animales, las estaciones, los astros, o el crecimiento de las plantas ayudan a entender la vida en su interdependencia. Es una pedagogía basada en la contemplación, el respeto y el aprendizaje continuo.

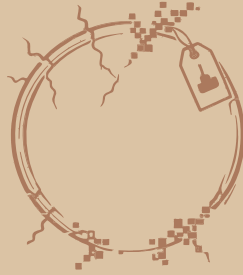
4.7. Construcción colectiva del conocimiento

La sabiduría no está concentrada en una sola persona. Utilizar metodologías participativas donde cada quien aporta desde su experiencia. Esto genera confianza, corresponsabilidad y valoración de la diversidad de saberes dentro de la comunidad.

Estas metodologías pueden adaptarse a distintos niveles educativos y comunitarios. Lo importante es que, más que transmitir contenidos, fortalezcan la identidad, el sentido de comunidad y el vínculo espiritual con la vida. Además, se busca desarrollar pensamiento crítico.

Como actividades puntuales, se proponen las siguientes:

- **Mapeo de experiencias comunitarias:** ¿Qué están haciendo ya las familias, liderazgos o escuelas para fortalecer la identidad? Esto permite aprender de la experiencia real con que ya se cuenta, fortalecer iniciativas en marcha y replicar lo que se considere útil, adaptándolo siempre al contexto específico.
- **Talleres vivenciales para niñas y niños:** juegos, arte, idioma, relatos.
- **Trabajo intergeneracional:** diálogo con abuelas y abuelos sabios/as.
- **Espacios seguros en contextos urbanos:** donde la niñez pueda hablar en su idioma, usar su indumentaria y sentirse valorada.
- **Itinerarios de identidad:** que cada niña o niño pueda reconstruir su historia familiar, su pueblo, su idioma, su linaje. Reconstruir el árbol genealógico por lo menos 7 generaciones atrás.
- **Producción de materiales propios:** cuentos, cartillas, videos, música en idiomas mayas.
- **Ceremonias comunitarias:** con enfoque espiritual y emocional.
- **Uso de las nuevas tecnologías** para el fortalecimiento identitario.



**Hantaj tik'a ej sbeib'al konhob'
mayab' ch'ok kanoj tx'onhb'eal**

**Noq xneb'eb'il te txilen qanq'ib'il
quk'il qo**

**La folklorización de la cultura de los
pueblos originarios**





La folklorización de la cultura e identidad de los Pueblos Originarios se refiere al proceso mediante el cual se reducen, trivializan o descontextualizan las expresiones culturales indígenas, transformándolas en meros espectáculos decorativos o turísticos, desconectados de su profundo significado espiritual, político, ideológico, social, ambiental y comunitario.

En el caso de Guatemala, la folklorización ha sido una forma sutil pero persistente de racismo, donde las culturas mayas, xinkas y garífunas son representadas superficialmente, despojadas de su profunda sabiduría ancestral y dimensión histórica y filosófica. Esta práctica contribuye a la despolitización y deshumanización de los pueblos originarios.

Características de la folklorización:

- **Caricaturización:** Se presentan versiones estereotipadas y simplificadas de los pueblos originarios, como si fueran parte del pasado o figuras pintorescas sin protagonismo propio.
- **Descontextualización:** Las danzas, trajes, música o ceremonias se extraen de sus contextos comunitarios, espirituales y territoriales, para ser usados como “espectáculo” o “decoración nacional”.
- **Petrificación cultural:** Se pretende conservar la cultura de los pueblos originarios como algo estático, como si fuera “una pieza de museo”, inmutable y reducida a trajes típicos, danzas o rituales congelados en el tiempo. Esta mirada niega que las culturas indígenas son vivas, activas, dinámicas, en constante transformación. Las culturas indígenas no son fósiles del pasado; “cambian permaneciendo y permanecen cambiando”, reinventándose y adaptándose sin perder su raíz profunda.
- **Apropiación:** Las expresiones culturales son presentadas por personas ajenas a los pueblos originarios (frecuentemente mestizos o ladinos), sin respetar ni comprender su significado.
- **Eliminación del sujeto histórico:** Se elimina la voz y presencia activa de los pueblos indígenas como sujetos políticos actuales que luchan por sus derechos, y se los representa solo como “folklor”.

Un ejemplo emblemático es el Ballet Moderno y Folklórico de Guatemala del Ministerio de Cultura y Deportes que, al representar “estampas indígenas”, lo hace con mestizos vestidos de “inditos”. No reconoce ni respeta la complejidad de la cultura de los pueblos, sino que presenta



una imagen domesticada y romantizada que sirve al nacionalismo ladino, no a la dignidad indígena.

Consecuencias:

- Reproduce el racismo estructural, al invisibilizar la verdadera historia y realidad de los pueblos originarios.
- Obstaculiza el reconocimiento de derechos colectivos, como el territorio, la autonomía y el sistema jurídico propio.
- Reduce la riqueza cultural a un consumo turístico o simbólico, sin impacto en las políticas públicas o en el respeto real a la diversidad.

Frente a esto, es necesario revalorizar la cultura propia desde la voz de los Pueblos, afirmando la identidad cultural y formas de educación propias, reconociendo que la identidad indígena es un posicionamiento ideológico y político, contrario al sistema dominante.



**Sayb'al Komam Ahaw mato
Xahan nheb'al spixan tzetet
ay sat yibánh q'inal**

**¿Okslab'il mo xjan anq'ib'il te
qxe chil?**

¿Religión o espiritualidad maya?





En 2008, uno de los temas que abordamos como parte de un proceso de formación de líderes y lideresas juveniles, en su mayoría indígenas, fue el de Cosmovisión Maya. Con la premisa de que la Cosmovisión Maya no es algo teórico, sino algo que se vive y se practica, decidimos hacerla en Momostenango, Totonicapán, un lugar donde aún son muy fuertes las prácticas de Espiritualidad Maya.

Entonces visitamos a Humberto Ak'abal en su casa en Momostenango, Totonicapán, para invitarlo a dar una charla a jóvenes indígenas. Íbamos un *ajq'ij* Maya K'iche' originario de Zunil, el entonces Coordinador del Programa de la Asociación Pop No'j, Maya Q'eqchi' y también *ajq'ij*, un miembro de la corporación municipal de Momostenango, representante de uno de los cuatro barrios del Pueblo, y yo, un mestizo. Llevamos un canasto de pan y chocolate, cumpliendo con la usanza de las comunidades. La conversación fluyó principalmente en el idioma propio de Humberto Ak'abal y de dos de los participantes, el Maya K'iche.

Cuando él ya había aceptado ir a hablar con las y los jóvenes, se dirigió a mí y me preguntó directamente: “Ya he comprendido lo que ustedes desean y he aceptado. Todos han hablado, menos usted. ¿Usted es antropólogo, sociólogo o qué? ¿Cuál es su interés?” Expliqué que acompañaba a mis compañeros como parte del equipo organizador del taller.

Entonces agregé: “Los caminos que llevan a la espiritualidad maya son muchos y todos son válidos. Algunos llegan por curiosidad, atraídos por su luz y su misterio. Otros se acercan porque sienten que es un regalo de los Pueblos Indígenas para ayudar a construir un mundo equilibrado, un mundo de Buen Vivir, que creo es su caso. Pero hay quienes no solo se acercan, sino que la viven cada día, y esa es la forma más plena y verdadera de adentrarse en la espiritualidad maya.”

En los últimos años ha crecido el interés por la espiritualidad desde los Pueblos Originarios. Sin embargo, persisten confusiones: muchas personas, desde una mirada externa “occidental”, equiparan la espiritualidad maya con una religión, reduciéndolos a creencias, rituales y prácticas. Incluso llegan a hablar de “sacerdotes o sacerdotisas mayas” o, en el mejor de los casos, de “guías espirituales”. Otros incluso, replicando los prejuicios traídos por los invasores, dicen que es “brujería”, quienes practican las ceremonias son “brujos” y que “los indios eran politeístas”.

Sin embargo, en los idiomas mayas, la palabra correcta para referirse a quien conduce una ceremonia maya es *ajq'ij*, que significa contador del tiempo, conocedor de sus energías y sus ciclos.



Las organizaciones indígenas consideran que la equiparación de espiritualidad con religión no es correcta. La espiritualidad, en su sentido más amplio, no se limita a lo ritual, sino que constituye una forma de comprender, vivir y relacionarse con el mundo. No es algo que solo se aprende y se practica en lugares sagrados o en textos como el Popol Wuj, sino se vive cotidianamente en la manera en que tratamos a los demás, se cultiva la tierra, se toman decisiones y se enfrentan dificultades. Muchas personas, incluso, sin nombrarlo así, practican una espiritualidad cuando actúan con respeto, solidaridad y sentido de equilibrio.

En la práctica de la Asociación Pop No'j, por lo general, cuando se tienen actividades colectivas, iniciamos con una invocación o reflexión sobre el nawal del día, expresión de la espiritualidad maya que orienta nuestras acciones en armonía con la Madre Tierra, el tejido de la vida y las energías del Universo. No lo llamamos “devoción” pues ésta proviene de tradiciones religiosas institucionalizadas, que implican adoración a una deidad. En cambio, en la Cosmovisión Maya, la práctica espiritual se centra en el equilibrio, la reciprocidad y la armonía relacional entre todos los seres —humanos, naturales y energéticos— que forman parte de la totalidad de la vida. No pelea ni contradice a otras espiritualidades y todas tienen mucho en común.

Hacer una invocación tiene fuerza ritual y simbólica; es un acto consciente de conexión y diálogo con las energías del día, con los navales que guían la jornada, con los abuelos y las abuelas, con la Madre Tierra y con todas las energías del Universo. En la invocación se agradece y se pide; conlleva una reflexión sobre la energía del día, con un sentido formativo y práctico, vinculada a la vida cotidiana y a la sabiduría ancestral.

En una Ceremonia Maya, que es algo más prolongado, se establece un vínculo a través del fuego con los abuelos y abuelas, con las energías del Universo y con la Madre Tierra, a quienes se ofrenda y se agradece. A la vez que se les solicita, dependiendo de la energía del día. Es en un gesto de reciprocidad entre dar y recibir. El fuego, vivo y hablante, manifiesta su aceptación de lo ofrecido y transmite mensajes y consejos, que son interpretados por el *ajq'ij* o contador del tiempo. Así, la ceremonia se convierte en un diálogo profundo entre los seres humanos y las fuerzas que sostienen la vida.

En la Cosmovisión Maya, la espiritualidad se expresa en esta relación recíproca con el todo. No se trata de adorar a seres sobrenaturales, sino de establecer conexión con lo que permite la vida: el agua, el sol, la tierra, el aire, los animales, las plantas y todo cuanto existe. Se reconoce que todo conlleva una energía vital, *ru k'ux* (su palpitación, corazón, esencia, lo que lo hace ser lo que es y lo define), que habita en todos los seres y lo hace *loq'olaj* (que tiene dignidad,



merece respeto, cuidado, protección y ser honrado). Todo tiene vida: las personas, las plantas, los animales, las piedras, los ríos, la Madre Tierra. Cada día, cada elemento y cada forma de vida tiene su energía y propósito, y las invocaciones ayudan a orientar nuestras acciones en equilibrio con esas energías.

A diferencia de las religiones institucionalizadas, que han sido instrumento de colonización, es decir, de dominación, que organizan la vida en torno a una doctrina y autoridad jerárquica, la espiritualidad maya es dinámica y comunitaria. No hay un solo modo de practicarla, porque responde a contextos, territorios y experiencias distintas; es muy flexible. Hoy, muchas de sus expresiones son fruto de un proceso de recuperación y recreación; una búsqueda de sentido y continuidad después de siglos de despojo, colonización y racismo.

Debemos señalar que los procesos de colonización no quedaron en el pasado; hoy se expresan en nuevas formas de neocolonialismo que afectan profundamente la vida comunitaria y la relación con la Madre Tierra. Por ejemplo, la promoción de industrias extractivas y monocultivos, el uso intensivo de insecticidas, herbicidas y otros químicos impuestos por modelos agrícolas ajenos al conocimiento ancestral contamina los suelos, el agua y la producción, deteriorando no solo la salud, sino también el vínculo sagrado con la tierra que sostiene la vida. Esta contaminación rompe los equilibrios naturales y debilita prácticas que han sido esenciales para la reproducción de la vida desde la sabiduría ancestral.

A la vez, se fortalecen dinámicas que buscan fragmentar y dividir a las comunidades; las sectas neopentecostales que rechazan y satanizan las prácticas ancestrales, y los partidos políticos que manipulan necesidades y generan confrontaciones internas, dividiendo a las comunidades. Estas fuerzas externas, articuladas con intereses económicos y políticos, profundizan la división comunitaria y atacan los valores de armonía, reciprocidad y equilibrio que sustentan la espiritualidad maya. Son expresiones contemporáneas del neocolonialismo que intentan desarticular los tejidos comunitarios y debilitar la continuidad de la sabiduría propia.

Como se explicó en el taller que cuento al inicio, la invasión europea rompió la dinámica propia de los Pueblos Originarios. Fue como un jarro que se quebró; algunas piezas pudieron recogerse y se están volviendo a unir, pero otras se hicieron polvo. La reconstrucción no puede ser total, pero eso no significa que esté perdido. Cada generación aporta nuevas formas, materiales y significados, manteniendo la esencia: respeto, reciprocidad y cuidado de la vida.



La Cosmovisión Maya ancestral se fundamenta en la interconexión de todo cuanto existe y que tiene vida, en el reconocimiento de que todo —animales, montañas, ríos, astros, personas y sus energías— está tejido en una misma red. “Todo está conectado, como la sangre que une a una familia. Lo que se hace a una parte de la red, se hace a toda la red.” Sus principios esenciales son el equilibrio, la reciprocidad, la armonía y el respeto profundo hacia la Madre Tierra como fuente de vida, así como a todo cuanto existe. La reciprocidad orienta las relaciones humanas y con la naturaleza: dar y recibir en la misma medida para mantener el orden y el equilibrio del universo. La sabiduría No’j se entiende como la comprensión de ese equilibrio, y la comunidad como el espacio donde se concreta el Buen Vivir. Por eso, la espiritualidad maya no es una religión con dogmas o jerarquías, sino una forma de vivir y comprender el mundo, una práctica cotidiana de respeto, gratitud, reciprocidad y equilibrio con todo cuanto existe.

Hablar hoy de espiritualidad maya es hablar de resistencia, dignidad y reconstrucción. No se trata de sólo mirar al pasado con nostalgia, sino de reconocer la sabiduría viva en las comunidades: en sus idiomas, la indumentaria, la agricultura, la medicina ancestral, el uso del Calendario Sagrado y el conteo Maya del tiempo, en las formas de organización y la realización de trabajos comunitarios, y en la convivencia armónica con la Madre Tierra. Esta espiritualidad invita a un diálogo de valores universales, donde la vida, el equilibrio y la comunidad sean el centro.

La espiritualidad, entonces, es más amplia que una religión. Aunque algunos no practiquemos una religión, todos tenemos una espiritualidad. En el caso de la Cosmovisión Maya es una manera de comprender, ser y estar en el mundo, de sentirse parte de un tejido mayor del que dependen todos los seres. Recuperarla y fortalecerla es un acto de sanación colectiva, una forma de recomponer el jarro roto, consciente de que sus grietas también narran la historia de la resistencia y la esperanza de los pueblos.

Con estas notas, queremos contribuir a la reflexión sobre el profundo impacto que la colonización ha tenido —y sigue teniendo— en la vida de los Pueblos Originarios. La espiritualidad maya, viva y resistente, nos invita a continuar los procesos de descolonización, recuperación y revaloración de la sabiduría ancestral, así como a avanzar en la reconstitución del Ser, del Saber y del Poder que fueron fragmentados. Profundizar en estas reflexiones es parte del trabajo colectivo de sanar, reconstruir y fortalecer los tejidos que sostienen la vida comunitaria y la dignidad de los pueblos.



Hujeb' tx'ixwilal Mayab'

**Qe wuq ch'ixb'il tuj kyanq'ib'il
qxechal**

Las 7 vergüenzas mayas



"La palabra verdadera empieza cuando cada quien
se atreve a verse a sí mismo". Humberto Ak'abal



En la Cosmovisión Maya ancestral existe un profundo sentido de responsabilidad y corresponsabilidad. Todo tiene consecuencias: lo que pensamos o no, lo que decimos o callamos, lo que hacemos o dejamos de hacer. Nada es inocuo; todo tiene efectos y resultados. La vida se entiende como una trama de relaciones —con otras personas, con la comunidad, con la Madre Naturaleza, con el tiempo y las energías del Universo— y todo cuando ocurre contribuye a sostener o a quebrar ese equilibrio. Asumir responsabilidad es reconocer que nuestras decisiones inciden en la vida colectiva y que no somos ajenos a lo que provocamos, incluso cuando elegimos no actuar.

Sin embargo, esta comprensión no se inscribe en la lógica del “pecado” del que hablan algunas religiones, que nos condenan. En la Cosmovisión Maya no existe la idea de una culpa original que marque a la persona desde su nacimiento ni una condena moral que destruya la autoestima y la dignidad. Lo que existe es el sentido de “vergüenza” como hecho social y ético: la conciencia de haber fallado a las y los demás, de haber roto la palabra, la confianza o la armonía comunitaria. La vergüenza no busca aplastar, sino llamar al reconocimiento, a la reparación y al retorno al buen camino.

Desde esta mirada, figuras de las que nos habla el Popol Wuj, como Wuqub’ Kakix no caen por desobedecer a una divinidad, sino porque encarnan la soberbia, la mentira y el engrandecimiento personal que niega a las y los otros. Es vencido porque su grandeza no estaba fundada en la verdad ni en la responsabilidad hacia la vida compartida. Frente a ello, el camino que se propone no es la culpa que paraliza, sino el honor que compromete, la capacidad de asumir consecuencias y recomponer el tejido roto.

Desde esa perspectiva, queremos reflexionar sobre las 7 vergüenzas de que se nos habla en la Cosmovisión Maya ancestral. Son éstas:

1. La pereza

En la Cosmovisión Maya, el trabajo no es una carga ni un castigo, sino una forma de estar y aportar en el mundo. Trabajar es pensar, crear, sembrar, construir con la palabra y con las manos; es aportar a la continuidad de la vida propia y colectiva. Por ello, la pereza no se entiende únicamente como inactividad física, sino como la negativa a contribuir, a hacerse cargo de la parte que a cada quien le corresponde en el sostenimiento de la comunidad. La persona perezosa se beneficia del esfuerzo ajeno sin retribuirlo, rompiendo la lógica de la reciprocidad, base del equilibrio social. No es una falta individual aislada, sino una ruptura del tejido común: cuando alguien no



trabaja pudiendo hacerlo, debilita el nosotros y pone en riesgo la vida compartida.

2. El robo

En la Cosmovisión Maya, el robo no se reduce al acto individual de tomar lo que no es propio; es, ante todo, una ruptura del pacto social que hace posible la vida en común. Quien roba se coloca fuera de la lógica del compartir y del esfuerzo colectivo, apropiándose del trabajo, del tiempo o de los bienes de otras personas sin reconocer su origen. Este acto daña algo más profundo que la pérdida material, pues además quiebra la confianza, que es el cimiento de la organización comunitaria, del intercambio justo y de la palabra empeñada. Cuando el robo se normaliza —ya sea en pequeña o gran escala— se debilita la cohesión social, se siembra desconfianza entre iguales y se abre la puerta a relaciones basadas en el miedo y la sospecha, en lugar del respeto mutuo y la corresponsabilidad.

3. La mentira

En la Cosmovisión Maya, la mentira es una de las vergüenzas más graves porque hiere directamente a la palabra, que es entendida como fuerza creadora y fundamento del vínculo social. Mentir no es solo decir algo falso, sino torcer conscientemente la verdad, ocultarla o manipularla para beneficio propio. Quien miente rompe los acuerdos que permiten convivir, decidir y caminar juntos, pues sin palabra verdadera no hay confianza ni posibilidad de organización colectiva. La mentira genera confusión, debilita la autoridad moral y siembra incertidumbre en la comunidad, afectando tanto a quien la emite como a quienes dependen de esa palabra para orientar sus acciones. Por ello, mentir no es un asunto privado; es una falla ética que tiene consecuencias sociales profundas y duraderas.

4. La envidia y la ambición desmedida

En la Cosmovisión Maya, la envidia no es simplemente desear lo que otra persona tiene, sino no reconocer el esfuerzo, el proceso y la responsabilidad que hay detrás de ese logro. Es una actitud que nace cuando alguien mira el bienestar ajeno sin asumir su propio camino de trabajo y aprendizaje. La envidia desplaza el sentido de comunidad hacia la competencia estéril, rompe la alegría compartida y erosiona la armonía social. En lugar de fortalecer el tejido colectivo, introduce resentimiento y desconfianza, debilitando la posibilidad de caminar juntas y juntos. Así, una emoción



individual conduce a acciones destructivas que terminan teniendo efectos sociales; la envidia fragmenta, enfrenta y desvía la energía que debería orientarse al bien común y al crecimiento compartido.

5. La soberbia o prepotencia

En la Cosmovisión Maya, la soberbia es la actitud de colocarse por encima de las y los demás, de creerse autosuficiente y desvinculado del tejido que sostiene la vida. La persona soberbia olvida que todo saber, todo logro y toda autoridad se construyen en relación con otras personas, con la comunidad, con la Madre Naturaleza, en armonía y equilibrio con las energías del Universo. Esta vergüenza no solo afecta a quien la encarna, sino que genera relaciones desiguales, abuso de poder y desprecio por la palabra ajena. La soberbia rompe el principio de respeto mutuo y erosiona la toma de decisiones colectivas, pues sustituye el diálogo por la imposición. Como Wuqub' Kakix, quien se engrandece a sí mismo termina debilitando el equilibrio social, al confundir grandeza con dominio y liderazgo con superioridad.

6. La ingratitud

En la Cosmovisión Maya, la ingratitud es el olvido consciente de la interdependencia que hace posible la vida. Nada ni nadie se construye solo; todo lo que somos y tenemos proviene del trabajo, la enseñanza y el cuidado de otras personas, así como de la generosidad de quienes nos antecedieron, la Madre Naturaleza y las energías del Cosmos. La persona ingrata rompe la memoria del dar y recibir, se apropia de los frutos colectivos sin reconocer su origen y debilita el vínculo comunitario. Esta vergüenza no se expresa únicamente en la falta de palabras de agradecimiento, sino en actitudes que niegan la corresponsabilidad y el compromiso con el cuidado de lo recibido. Así, una falla individual termina erosionando la cohesión social y la continuidad del tejido común.

7. La ignorancia voluntaria

En la Cosmovisión Maya, la ignorancia no es una condición natural ni una falta de capacidad, sino que muchas veces es una decisión consciente de no querer aprender, escuchar o corregir. La ignorancia voluntaria se expresa cuando una persona rechaza el consejo, desprecia la experiencia de las y los mayores o se niega a reconocer el daño causado por sus actos. Esta vergüenza bloquea el aprendizaje individual y colectivo,



impide recomponer el rumbo y perpetúa los errores en el tiempo. Sus consecuencias trascienden a quien la encarna; una comunidad donde se normaliza la ignorancia asumida pierde capacidad de cuidarse, de transformarse y de responder a los desafíos de la vida. Por ello, no aprender pudiendo hacerlo es también una forma de irresponsabilidad social.

Estas vergüenzas se oponen a valores centrales de la Cosmovisión Maya, entendidos no como ideales abstractos, sino como prácticas vivas que sostienen la vida individual y colectiva:

- **El trabajo (creación y sostenimiento de la vida)**

El trabajo es una forma de creación y de responsabilidad con la vida. No se limita al esfuerzo físico ni a la productividad económica, sino que incluye el pensar, el cuidar, el sembrar, el construir y el compartir saberes. Es a la vez individual y colectivo; cada quien aporta desde sus capacidades para que la comunidad pueda sostenerse y proyectarse hacia el futuro.

- **El respeto a la vida en todas sus formas**

El respeto no se restringe a las relaciones humanas, sino que se extiende a la comunidad, a la Madre Naturaleza, a los ancestros y a las energías del universo. Respetar es reconocer la dignidad de todo cuanto existe y actuar sin imponerse, sin destruir y sin romper el equilibrio que hace posible la convivencia.

- **La reciprocidad**

La reciprocidad expresa el principio del dar y recibir en equilibrio. Nadie acumula sin compartir ni recibe sin asumir compromiso. Este valor sostiene la solidaridad, el apoyo mutuo y la corresponsabilidad, y garantiza que los vínculos comunitarios no se basen en la explotación ni en el aprovechamiento unilateral.

- **El valor de la palabra veraz y la transparencia**

La palabra es vínculo y compromiso. Decir lo que es, hablar con claridad y actuar con transparencia permite construir confianza y tomar decisiones colectivas justas. Una palabra cuidada sostiene acuerdos, orienta el camino común y fortalece la cohesión social.



- **La sencillez (rechazo al engrandecimiento vacío)**

La sencillez no es negación de la capacidad ni del saber, sino conciencia del lugar que se ocupa dentro del tejido colectivo. Implica no engrandecerse a costa de los demás, no imponer ni dominar, y reconocer que la verdadera autoridad nace del servicio y del respeto mutuo.

- **La responsabilidad y la corresponsabilidad**

Todo pensamiento, palabra y acción, o su omisión tienen efectos. La responsabilidad implica asumir las consecuencias de lo que se hace o se deja de hacer. La corresponsabilidad reconoce que esas consecuencias no recaen solo en lo individual, sino que afectan a la comunidad y a la vida compartida. Este valor llama a actuar con conciencia y cuidado, como una responsabilidad compartida entre todas y todos.

- **La gratitud**

La gratitud significa reconocer a las y los demás, que solos no existiríamos. Reconoce lo recibido de la comunidad, de la Madre Naturaleza y de quienes nos precedieron. Agradecer no es solo un gesto, sino una actitud que compromete a cuidar, devolver y sostener lo heredado para las generaciones venideras.

- **La honorabilidad**

La honorabilidad se construye en la coherencia entre lo que se piensa, se dice y se hace. Es la capacidad de actuar con rectitud, de sostener la palabra y de responder con dignidad frente a la comunidad, incluso cuando no hay vigilancia externa.

- **La escucha y el aprendizaje continuo**

Escuchar es reconocer que nadie lo sabe todo ni nadie no sabe nada; el conocimiento es una construcción colectiva. Aprender de otras personas, de las y los mayores, de la experiencia y del error permite corregir el rumbo y crecer colectivamente. Este valor mantiene viva la capacidad de transformación y evita la repetición del daño.

La búsqueda permanente en la Cosmovisión Maya no es la perfección individual, sino la armonía y el equilibrio en relaciones complementarias justas. Un equilibrio que no se impone, sino que se cuida; que no excluye, sino que integra. Desde esta ética se propone la construcción del Buen Vivir, *utz' k'aslema!*; una vida buena y digna, posible solo cuando el bienestar propio



está indisolublemente ligado al bienestar de la comunidad y a la continuidad de la vida en todas sus formas.

En el Popol Wuj, la confrontación entre Wuqub' Kakix y Jun Ajpu' es una enseñanza viva. Wuqub' Kakix encarna las siete vergüenzas: el engrandecimiento vacío, la mentira, la apropiación, el desprecio por la palabra y por la comunidad; por eso su poder es aparente y su caída inevitable. Jun Ajpu', en cambio, no vence desde la fuerza ni desde la soberbia, sino desde la verdad, la responsabilidad y el respeto al orden de la vida. Esta lucha no pertenece únicamente al tiempo de los orígenes; se reproduce cada día en la vida cotidiana, cuando elegimos entre el beneficio individual y el bien común, entre torcer la palabra o sostenerla, entre acumular o compartir, entre escuchar o imponernos. Así, la Cosmovisión Maya nos recuerda que el *utz' k'aslemal* no se hereda ni se decreta; se construye una y otra vez, en cada acto que fortalece la armonía y en cada decisión que cuida el tejido de la vida.

La soberbia se derrumba; la verdad, el trabajo y la responsabilidad sostienen la vida.



**Hune' xahanb'al tet sunil hej tzehet
ay sat yib'an q'inal**

**XJAN: Jun xob'ilte ti'j kyaqil at twi'tz
qtxu' tx'otx'**

**Loq'olaj: un reconocimiento a todo
cuanto existe**





La mayoría de las veces, el concepto de *loq'olaj* (dicho en diferentes idiomas mayas) se traduce como “sagrado”. Sin embargo, esta traducción resulta pobre, limitada si no se comprende su sentido profundo dentro de la Cosmovisión Maya.

Loq'olaj expresa una manera de entender y vivir la existencia; el reconocimiento de que cuanto existe posee vida, energía propia —*ru kux*—, tiene dignidad y desempeña una misión en el tejido del universo.

Desde esta perspectiva, todo es *loq'olaj*. No solo lo son los cerros y los valles, los ríos y los lagos, o los espacios ceremoniales. También lo son las semillas, el maíz, todas las plantas, el agua, los animales, la comunidad, la palabra, el tiempo y la propia vida humana. Cada uno tiene valor en sí mismo por lo que es, no sólo por su utilidad, sino por su existencia y su energía.

En este punto, es importante distinguir entre lo “sacro” y lo “sagrado”. En muchos contextos occidentales, lo sacro se asocia a lo estrictamente religioso, a aquello separado del mundo cotidiano y reservado a espacios, tiempos o autoridades específicas. Lo sagrado, en cambio, puede entenderse como aquello que se respeta, se honra y se cuida en la vida diaria. *Loq'olaj* se acerca más a este segundo sentido, pero lo trasciende; no se limita a ciertos ámbitos, sino que abarca la totalidad de la vida, sin separar lo espiritual de lo cotidiano.

Reconocer algo como *loq'olaj* implica una responsabilidad ética. No es una idea abstracta; es una práctica. Significa relacionarse con respeto, actuar con conciencia y asumir que la vida no nos pertenece para usarla sin medida. Lo *loq'olaj* no se domina ni se explota; se honra y se venera.

En este sentido, *loq'olaj* va más allá de la protección frente al daño. Supone cuidado constante, atención y reciprocidad. Es agradecer, pedir permiso, no tomar más de lo necesario, devolver a la tierra, sostener el equilibrio. Es comprender que toda acción tiene consecuencias en el entramado de la vida.

Por ello, lo *loq'olaj* no está separado de lo económico, lo político, lo social, lo cultural o lo medioambiental. Es una base para ordenar la vida colectiva. Cuando se pierde este sentido, se rompe el equilibrio; la naturaleza se degrada, las relaciones se vuelven injustas y la vida misma se ve amenazada.

Desde la Cosmovisión Maya, recuperar el sentido de *loq'olaj* es también un acto de resistencia y de propuesta. Frente a una lógica que reduce todo a mercancía, *loq'olaj* afirma que la vida no tiene precio, tiene dignidad.



Así, más que “sagrado”, *log’olaj* nombra una relación profunda con el mundo; una relación de reconocimiento, respeto, cuidado y responsabilidad. Una forma de vivir sabiendo que todo lo que existe tiene corazón, palpita, tiene energía y merece seguir existiendo.



Q'anb'al niman kulal

**tu'n txi qqanan jun najsb'il mo tun
nxjelana jun najsb'il tun wanmiya**

¿Pedir disculpas o pedir perdón?





Una mirada desde la Cosmovisión Maya sobre la responsabilidad, la sencillez y el equilibrio

“Grande era su soberbia. Elevábase en su corazón el orgullo de Wuqub’ Kak’ix, pero no era el sol ni la luna, aunque así lo decía.” Popol Wuj

“Pedir perdón” y “pedir disculpas”, aunque se parecen, no significan exactamente lo mismo, aunque en el habla cotidiana se usen como sinónimos.

Pedir perdón suele tener un sentido moral o religioso. Parte de la idea de “culpa” y de una jerarquía implícita; quien “otorga el perdón” se coloca en una posición de autoridad o superioridad moral. En algunos contextos, esta noción puede incluso reactivar sentimientos de culpa o sumisión en las personas, lo cual no contribuye al empoderamiento ni al equilibrio emocional.

Pedir disculpas, en cambio, implica asumir responsabilidad por las propias acciones o inacción, palabras o silencios, y reconocer el impacto que tuvieron en el otro-la otra, sin colocarlo en una posición de juez o de superioridad moral. Es un acto de reparación y de reconocimiento, más que de expiación. Tiene una base ética y relacional más horizontal; “te reconozco como igual, reconozco que te afecté y quiero reparar el daño”.

Desde el enfoque psicosocial, esta distinción es clave porque el objetivo no es juzgar ni culpar, sino reconstruir vínculos, dignificar a las personas y fortalecer su protagonismo y capacidad de empatía. Por eso, usar “pedir disculpas” en lugar de “pedir perdón” es coherente con una atención psicosocial basada en la reciprocidad, el respeto y la responsabilidad compartida, evitando reproducir lógicas de castigo o moralizantes que suelen estar en la raíz del daño emocional y social que se busca sanar.

En la atención psicosocial desde una perspectiva culturalmente pertinente, también es importante distinguir entre culpa y responsabilidad. La culpa, muy asociada a la tradición judeocristiana, se origina en la idea de “pecado” como una falta que mancha o degrada a la persona. Genera sentimientos de inferioridad, miedo o vergüenza paralizante, y suele requerir la intervención de una autoridad moral o religiosa para ser “perdonada”. Esta visión puede debilitar la autoestima y la capacidad de actuar, pues coloca a la persona en una posición de sometimiento o de auto castigo.

En cambio, desde la Cosmovisión Maya, no se habla de pecado, sino de desequilibrio.



Cuando algo se rompe o se desarmoniza, lo que se busca es restablecer el equilibrio, asumiendo responsabilidad.

Todo lo que se hace o se deja de hacer, lo que se dice o lo que se calla, las intenciones⁶, tienen consecuencias en la red de la vida. “Cada acción, palabra o intención mueve la energía de la vida hacia el equilibrio o hacia el desequilibrio.”

Las personas somos responsables de mantener la armonía con nosotras mismas, con las y los demás, con la Madre Naturaleza y las energías del universo. Cuando se comete un error o se causa daño, no se trata de “pagar una culpa”, sino de reconocer el desequilibrio y restaurarlo. Esta comprensión fomenta una ética viva, basada en la conciencia y el respeto, no en el miedo ni en la vergüenza destructiva.

También existe una diferencia importante entre culpa y vergüenza, entendida desde la mirada maya. La culpa tiende a ser individualista y se centra en el “yo” (“yo soy malo, yo fallé”); la vergüenza, en cambio, puede ser comunitaria y reparadora, porque surge del reconocimiento de haber roto una relación de respeto o de haber afectado la armonía colectiva. En este sentido, la vergüenza no degrada, sino que llama a restaurar la dignidad y la reciprocidad.

Desde este marco, pedir disculpas adquiere un sentido profundamente coherente con la Cosmovisión Maya y con el enfoque psicosocial que busca fortalecer el tejido comunitario. Implica reconocer el daño, asumir la responsabilidad y actuar para restablecer el equilibrio, sin caer en la lógica de la culpa o del perdón que somete. Es un acto de conciencia, sencillez y conexión con el otro.

Asimismo, vale la pena diferenciar entre sencillez y humildad, conceptos que a menudo se confunden. La sencillez es reconocerse parte del todo, sin pretensiones ni superioridades, aceptando que todas las personas —independientemente de su origen, edad, género o posición— tienen el mismo valor esencial. Ser sencillo es mirar y tratar al otro como igual, con respeto y apertura, sin sentirse más ni menos. La sencillez facilita la empatía, la escucha y el encuentro humano genuino.

La humildad, en cambio, en muchos contextos ha sido interpretada desde una mirada religiosa o moralista que asocia el “ser humilde” con aceptar una posición de inferioridad o de obediencia. En lugar de fortalecer la autoestima y la dignidad, puede reforzar relaciones de

⁶ El pensamiento, en la concepción maya, no es algo totalmente abstracto ni privado, sino una intención que vibra y se proyecta en el mundo. Pensar es ya orientar la energía, abrir camino.



sumisión, especialmente en personas o comunidades que históricamente han sido oprimidas. Por eso, desde una perspectiva psicosocial y culturalmente consciente, se valora más la sencillez que humaniza que la humildad que subordina. Ser sencillo no es rebajarse, sino reconocerse parte de una red donde todos tenemos valor y voz.

En definitiva, pedir disculpas, asumir responsabilidad y actuar con sencillez son pasos para sanar relaciones, restaurar vínculos y reconstruir la armonía dentro de uno mismo y en la comunidad. Este proceso no se trata sólo de aliviar una ofensa, sino de reparar el tejido humano que nos une.

Desde la sabiduría maya, la paz no es ausencia de conflicto, sino equilibrio restaurado. Y ese equilibrio sólo es posible cuando reconocemos nuestros actos, aprendemos de ellos y caminamos nuevamente en respeto y en reciprocidad con los demás y con la vida.

El nawal Ajmaq nos recuerda que el error y la confusión no son castigos ni pecados, sino parte del proceso de aprendizaje. Desde el caos surge la luz, y del desorden nace el nuevo equilibrio. Cada equivocación ofrece la oportunidad de comprender, pedir disculpas, reparar y seguir caminando con mayor conciencia. Así, la vida se convierte en un movimiento continuo de equilibrio y restauración. En lugar de cargar culpas, reconocemos la posibilidad de renacer cada día con el propósito de ser mejores, de vivir con respeto, sencillez y amor hacia toda forma de vida. Sólo así podemos alcanzar la verdadera paz; la que nace del corazón que reconoce, repara y vuelve a armonizarse con el todo.





**Yetwanoj Mayab': toholnheb'al
sbeibal konhob', mach skatab'il**

**Kawb'il kyu'n qxechil: tz'aqli tun
t-ten jun mojb'ab'il kyxol qe kojb'il,
mya tun tkub' jun yab'il tib'aj jun xjal**

**“El derecho maya: justicia para la
armonía comunitaria, no para
castigar”**





1. Justicia Maya

Cada Pueblo tiene sus propias formas de resolver sus problemas y establecer justicia.

Se ha dado en llamar derecho consuetudinario, también conocido como usos y costumbres, a un conjunto de normas establecidas en una comunidad o Pueblo que derivan de la repetición constante de ciertas prácticas y costumbres, al punto de ser consideradas obligatorias. Se basa en tradiciones y normas de larga data, a menudo no escritas.

El término “derecho consuetudinario” proviene del lenguaje jurídico occidental y se usa para referirse a normas que surgen de la costumbre. Sin embargo, al aplicarse al ámbito indígena, suele implicar una visión subordinada; se entiende como un conjunto de prácticas informales o tradicionales, no como un verdadero sistema jurídico.

Por eso, muchas organizaciones y autoridades mayas rechazan este término, porque reduce su derecho a una mera costumbre tolerada por el Estado, sin reconocer su carácter filosófico normativo, estructurado.

Hablar de “Derecho Maya” es un acto político y epistemológico: significa nombrar desde sí mismos su propio sistema jurídico, nacido de una cosmovisión, una historia y una lógica de relación con el mundo distintas a las del derecho occidental. El Derecho Maya tiene contenido propio: con principios éticos (como el respeto, el equilibrio y la armonía, la corresponsabilidad y reciprocidad, el bien para la comunidad), procedimientos (diálogo, mediación, sanciones restaurativas), instituciones (autoridades ancestrales, consejos comunitarios, ajpop, ajq'ijab' o principales) y finalidades distintas (reparar el daño y restablecer la paz social).

El “Derecho Maya” es también una bandera de identidad. Nombrarlo así es reconocer que existe una tradición jurídica viva, que ha resistido siglos de colonización, racismo y negación. Es reivindicar que la justicia no sólo puede ser escrita, sino vivida; no sólo impuesta, sino acordada colectivamente.

Desde esta perspectiva, la justicia no es castigo sino restauración del equilibrio; la autoridad no impone sino orienta; y la norma no está codificada, pero se vive y transmite colectivamente.

Revisemos las características principales del Derecho Maya.

En la Cosmovisión Maya ancestral, la justicia no busca castigar al culpable, sino sanar a la comunidad, restaurando el equilibrio roto por una falta cometida. El Derecho Maya es una



forma de entender la vida en comunidad y la responsabilidad de mantener el equilibrio entre las personas, la naturaleza y las energías que nos rodean.

En el idioma k'iche', los *awas* son las normas que orientan la conducta y deben ser respetadas para mantener el equilibrio entre las personas, la comunidad y la naturaleza. Algunos ejemplos de *awas* son: ejemplo, se consideran *awas*:

- Respetar la vida.
- No mentir.
- No tomar lo que no es propio.
- No romper la armonía familiar o comunitaria.
- Cumplir con el trabajo colectivo y los compromisos adquiridos.
- Ser fiel al valor de la palabra.
- Vivir la sexualidad con responsabilidad, comprendiendo que los cuerpos son sagrados.
- No profanar lugares sagrados.

No se trata de simples prohibiciones, sino de principios éticos y espirituales que expresan la manera en que debe vivirse en armonía. Su incumplimiento no sólo representa una falta social, sino una ruptura del orden energético que sostiene la vida. Por eso, cuando un *awas* es transgredido, la comunidad busca restaurar ese equilibrio mediante el diálogo, la reparación o el trabajo comunitario, y no mediante el castigo. Los *awas* constituyen así el fundamento normativo del Derecho Maya; un sistema basado en la conciencia, la responsabilidad y la restitución del bien común.

2. Fundamentos del Derecho Maya: equilibrio, energía y comunidad

“Todo tiene consecuencias.” En la visión maya, lo que se dice o se calla, así como toda acción o inacción afecta el equilibrio del grupo y de la naturaleza. Cuando alguien comete una falta, lo que se ha dañado no es sólo una norma, sino una relación social y energética.

Principios de armonía, reciprocidad (*k'uxb'al*) y restitución.



3. Prácticas restaurativas: el trabajo comunitario y el xikay

El Derecho Maya busca restablecer el equilibrio roto y para ello se aplican las sanciones o medidas restaurativas:

- El trabajo comunitario como forma de devolver lo que se ha roto, de reintegrar a la persona al grupo, no de excluirla.

Ejemplo: alguien que daña un bien común debe reparar físicamente lo destruido y participar en tareas colectivas, acompañado por miembros de la comunidad.

- El *xikay*, que puede consistir en una pequeña reprimenda física o simbólica, no tiene sentido de lacerar sino de corrección espiritual. Su finalidad es restablecer el equilibrio energético. Se apela al sentido de vergüenza, de responsabilidad y de honorabilidad, entendiendo que el respeto se recupera con la acción correcta, no con el sufrimiento.

“El *xikay* recuerda que la justicia también puede ser una lección, no una condena.”

4. Autoridad y participación: justicia con rostro humano

Las autoridades comunitarias, como alcaldes indígenas o consejos de ancianos, median los conflictos. No son jueces ajenos, sino personas reconocidas por su sabiduría y conducta honorable. Las audiencias suelen ser públicas y participativas; la comunidad observa, escucha, aconseja y aprende.

Ventajas de la aplicación del Derecho Maya:

- Cercanía entre autoridad y comunidad.
- Soluciones rápidas y efectivas.
- Reintegración de la persona sancionada.
- Prevención de conflictos futuros por el aprendizaje colectivo.

“Mientras la justicia estatal se encierra en tribunales, la justicia maya se vive en la plaza, frente a todos, para recordar que el bien común es tarea de todos.”

Diferencias con el Derecho Occidental

El sistema jurídico occidental llegó con la colonización, que impuso una visión individualista y sancionadora.



5. Complementariedad y desafíos

El Estado guatemalteco aún no reconoce plenamente el Derecho Maya, aunque la Constitución (art. 66 y 203) y los Acuerdos de Paz reconocen el carácter pluricultural del país.

El reto está en construir un pluralismo jurídico real, donde el Derecho Maya no sea tolerado como una costumbre marginal, sino respetado como sistema jurídico legítimo. El pluralismo jurídico no debe entenderse como tolerancia, sino como reconocimiento de que existen múltiples formas válidas de hacer justicia.

El Derecho Maya no necesita permiso para existir; lo que se reclama es su reconocimiento pleno y la coordinación con las instituciones estatales para construir un verdadero pluralismo jurídico.

Entre los desafíos que encontramos es cómo armonizar el Derecho Maya con los Derechos Humanos y los límites del uso del *xikay*. Se debe lograr un reconocimiento de la jurisdicción indígena sin criminalizarla.

6. Conclusión: justicia para sanar, no para herir

“El Derecho Maya enseña que la justicia no es venganza, sino medicina. Cada falta puede ser una oportunidad para aprender, reconciliar y fortalecer el tejido comunitario.”

Hoy que la Justicia está capturada por el Pacto de Corruptos, es importante recuperar prácticas del Derecho Maya. Tenemos que sustituir una justicia punitiva por una justicia restauradora.

“Cuando alguien se equivoca, no se le aparta; se le llama al centro, para que todos recordemos cómo volver al equilibrio.” Autoridad q'eqchi'



Yu hun nhe ku b'elwi

Tu'n t-xi b'et

Para seguir caminando





Sabemos que existen diferentes interpretaciones y, seguramente, no todos estarán de acuerdo con lo que dicen estos textos. No buscamos presentar respuestas definitivas ni cerrar la discusión. Por el contrario, nacen con la intención de abrir caminos de reflexión, diálogo y construcción colectiva alrededor de la identidad maya, la Cosmovisión ancestral y los desafíos que enfrentan hoy nuestros pueblos y comunidades.

La identidad no es algo terminado ni inmóvil. Se transforma, se reconstruye y se fortalece cada día en la palabra compartida, en la memoria de las abuelas y abuelos, en los idiomas originarios, en la espiritualidad, en el trabajo comunitario, en la defensa del territorio, en el arte, en la música, en la educación y en las formas cotidianas de cuidar la vida.

Sabemos que vivimos tiempos difíciles. El racismo, la desigualdad, la migración forzada, el despojo y las distintas formas de violencia continúan afectando profundamente a las comunidades y especialmente a la niñez y juventudes mayas. Muchas veces se nos enseña a olvidar quiénes somos, a sentir vergüenza de nuestras raíces o a mirar nuestra cultura únicamente como folclor o pasado.

Frente a ello, fortalecer la identidad maya es también un acto de dignidad, memoria y esperanza. Significa reconocernos como pueblos vivos, con saberes, historias y propuestas que siguen aportando caminos para construir una vida colectiva justa, equilibrada y sostenible.

Cada palabra en idioma maya, cada conversación, cada ceremonia, cada tejido, cada historia compartida, cada niña o niño que vuelve a sentirse orgulloso de sus raíces, es una forma de resistir al colonialismo, mantener viva la memoria de nuestros pueblos y abrir camino para el Buen Vivir.

Esperamos que estas reflexiones puedan acompañar procesos individuales y comunitarios, educativos, culturales y organizativos; que provoquen preguntas y encuentros; y que contribuyan, aunque sea modestamente, a seguir fortaleciendo el tejido comunitario y avanzar hacia el Buen Vivir.

Nuestras raíces siguen vivas.

La memoria sigue caminando con los pueblos para construir el Buen Vivir.

Somos mayas, estemos donde estemos.

La identidad
maya no
pertenece al
pasado.
Camina con los
pueblos, florece
en la memoria y
sigue sembrando
futuro.



Asociación
Pop No'j

www.asociacionpopnoj.org
[@asociacionpopnoj](https://www.instagram.com/asociacionpopnoj)

