



Iberoforum. Revista de Ciencias Sociales
ISSN: 2007-0675
revista.iberoforum@ibero.mx
Universidad Iberoamericana, Ciudad de México
México

Jiménez Orozco, Sarai
Plantas curativas y salud: los conocimientos de mujeres ayōōk de San Marcos Moctum, Oaxaca, México
Iberoforum. Revista de Ciencias Sociales, vol. 3, núm. 1, 2023, Enero-Junio, pp. 1-25
Universidad Iberoamericana, Ciudad de México
Distrito Federal, México

DOI: <https://doi.org/10.48102/ibf.2023.v3.n1.279>

Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=211078970003>

- Cómo citar el artículo
- Número completo
- Más información del artículo
- Página de la revista en redalyc.org

redalyc.org

Sistema de Información Científica Redalyc
Red de revistas científicas de Acceso Abierto diamante
Infraestructura abierta no comercial propiedad de la academia

Plantas curativas y salud: los conocimientos de mujeres ayöök de San Marcos Moctum, Oaxaca, México

Ayöök tsoojy juu' y'ixtup nyija'witup ja mēētöönmit tē'extējk¹

Healing Plants and Health: The Knowledge of Ayöök Women from San Marcos Moctum, Oaxaca, Mexico

Fecha de recepción: 31/01/2022

Fecha de aceptación: 16/05/2023

Fecha de publicación: 29/09/2023

<https://doi.org/10.48102/if.2023.v3.n1.279>

Saraí Jiménez Orozco*

sarai.jimenez@isia.edu.mx

ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-2354-5400>

Licenciada en Administración y Desarrollo Sustentable
Instituto Superior Intercultural Ayuuk
México

Resumen

Este artículo es parte de una investigación cuyo objetivo fue contribuir, junto con el grupo Orquídeas, a la preservación del conocimiento de las mujeres sobre las plantas —curativas y alimenticias— y la salud, y su rela-

1 El presente artículo tiene como base el reporte de investigación que presenté como trabajo final en la licenciatura en Administración y Desarrollo Sustentable, en el Instituto Superior Intercultural Ayuuk.

* Mujer mixe de San Marcos Moctum, Oaxaca, México. Estudió la licenciatura en Administración y Desarrollo Sustentable en el Instituto Superior Intercultural Ayuuk A. C. (ISIA), lugar en donde también se desempeñó en la enseñanza de la lengua ayöök (mixe). Forma parte del programa de posgrado sobre Derechos Humanos de la Universidad de Deusto, España. Actualmente colabora en Servicios del Pueblo Mixe A. C. (SER), en el Departamento de Género. Sus líneas de trabajo están enfocadas en la lengua ayöök y las mujeres.

ción con el territorio. La investigación se hizo con la metodología investigación acción participativa (IAP), en la comunidad mixe de San Marcos Moctum, Oaxaca, México.

Las participantes fueron el grupo Orquídeas, conformado por veinte integrantes —dieciocho mujeres y dos hombres—. Se realizaron mapas de recursos y uso de la tierra, transectos para reconocer el territorio del cual se forma parte, así como grupos enfocados para dialogar y saber cómo era entendida la salud y la herbolaria en la comunidad desde las mujeres y la lengua mixe. Como principales resultados, se reconocieron un total de cincuenta y seis plantas que curan, las cuales se clasificaron por sus propiedades. Se conceptualizó los términos “salud” y “herbolaria” en lengua y pensamiento ayöök. Se llegó colectivamente a la conclusión de que hablar de la salud es hablar del territorio, y no pueden ser entendidos sin hablar de las mujeres, la alimentación, las plantas con propiedades curativas y la lengua ayöök como elementos interdependientes para el buen vivir en San Marcos Moctum.

Palabras clave

Salud comunitaria, plantas curativas, alimentación, lengua ayöök, mujeres

Juu' yaktöön-yakpaat

Xö'n jayu jyööntsyka tö'k kajpĩnkijx nyi'kxmĩpts jawe'e pĩnwintsow yakwin-motumuk juu'we'e jayu tyukjööntsykip uk juu' jatsyĩ jayu yaktuump tyu-ksĩĩnip-tyukjööntsykip tö'k kajpĩnkijx. Paatsy jawe'e winkopk jayu tipēmĩt tikotsĩt axö'n jawe'e jayu juu' kajpĩntsiĩnip tiwinmotuwa, pĩnwintsow jawe'e tyaktun, titukxēēja, jats myĩn-kyuwut, xö'n ja aajy-ja öjts juu'we'e jayu mēkĩ-tsots tyak'ijtp tö'k naxkijx- tö'k kajpĩnkijx.

Xya yi töönk-yi pējk wa'a yi y'awa'nip wintsoj työö'yo'y ja tē'extējkta ja yaatyējkta y'aa-y'ayöök, tinaskojtsiti juu' natyukxēējijitup Yuk'apij. Wa'a yi töönk työö'yo'y Mēētöönmit kyajpĩnkijx. Nē'i'ipx jawe'e ja jayuta juu'we'e ja Yuk'apij työnmöjkin tyuktenitup, nēmājtsk yaa'tyējk jats nēmaktötöjt tē'ex-tējkta.

Wa'awĩ yakpēēm ja kajpĩn y'awinax jats ojts ja tē'extējkta yakmēēt yo'myökta jats jayu tikojtsmujk-tixikmujk, pĩnwintsoj jawe'e yakwinmotuwa ja aajy-ja öjts jats ja mēkin-tsotsin, xö'n jayu kyajpĩntsiĩna. May ja aajy jats ja öjts juu' ja tē'extējk y'ixkajpti xö'n jayu ojts yo'oy-wyitĩt, jats naywe'empa ojts yakpaa'ty ja mēkin-tsotsin wyinmotumöjkin.

Paatsy jawe'e yakwinmotumöjkijx jats kuwī jayu tikēts ja mēkin-tsot-sin wa'awī jayu kyojtspaatyp winxip ja it-naxwiijn, ax ka'ats jawe'e y'oya yakwinmotuwat pīn ka'a jawe'e ja tē'extējk pēn ki'y'itta, ja aajy-ja öjts, ja kaaky-ja tojx, mēēt ja aa-ayöök, juu' jatsyī jayu kyojtspaatyp, juu' jayu tsöj-yakxon tyukjööntsykip Mēētöönmit kyajpīnkijx.

Xö'n jayu tikēts ti'ix'itit nyi'kxi-kyopk naywe'emts jawe'e titsēk jayu ti'ix'itit ja jya'win ja y'aa-ja jyoot. Paatsy jawe'e winkopk jats jayu nanyijöm nyay'ix'itjīt jats ka'ati jayu pya'ampājtnī.

Aa-ayöök juu' nēyöjk yakkojtspaatp

Tö'kmuk ja mēkin-tsotsin, aajy-öjts juu' tso'yip, ja uu'k-jī'kx, aa-ayöök, tē'extējka

Abstract

This article is part of a research project whose objective was to contribute, along with the Orquídeas group, to the preservation of women's knowledge about medicinal and edible plants, as well as health, and their relationship with the territory. The research was conducted using the participatory action research methodology in the Mixe community of San Marcos Moctum, Oaxaca, Mexico.

The participants were the Orquídeas group, consisting of twenty members—eighteen women and two men. Resource and land use maps were created, transects were conducted to recognize the territory they are part of, and focused groups were formed to engage in dialogue and understand how health and herbal medicine were understood in the community from the perspective of women and the Mixe language. As main results, a total of fifty-six healing plants were identified and classified according to their properties. The terms “health” and “herbal medicine” were conceptualized in the Ayöök language and thought. Collectively, the conclusion was reached that discussing health means discussing the territory, and these cannot be understood without considering women, food, plants with healing properties, and the Ayöök language as interdependent elements for a good life in San Marcos Moctum.

Keywords

Community health, healing plants, food, Ayöök language, women

Introducción

San Marcos es una comunidad ayöök ubicada en la sierra norte del estado de Oaxaca; pertenece al municipio de Totontepec Villa de Morelos, mixe. El conocimiento sobre las plantas, también nombrado herbolaria, en las comunidades indígenas es un elemento muy importante para el buen vivir de las personas que habitan estos espacios porque sirve como ayuda de primera instancia para resolver problemas de salud, así como para la alimentación.

Figura 1. Natiki'ix öjts



Fuente: Saraí Jiménez Orozco, San Marcos Moctum, 2021

En este trabajo se presenta cómo son entendidas la salud y las plantas con propiedades curativas desde el grupo Orquídeas,² como parte de sus prácticas y vivencias cotidianas en la comunidad de San Marcos Moctum. Decidí centrar mi trabajo en y desde la concepción de las mujeres dado que el grupo está integrado mayoritariamente por mujeres de la comunidad, lo

² El grupo Orquídeas es una organización comunitaria conformada principalmente por mujeres de la comunidad de San Marcos Moctum, de diferentes rangos de edad, que se ha dedicado a impulsar distintos proyectos a nivel comunitario, recibiendo el acompañamiento y asesoría técnica de organizaciones sociales principalmente.

cual permitió indagar, analizar y pensar de manera conjunta, desde la lengua y mirada ayöök (mixe), los elementos que conforman el territorio del cual somos parte y su relación con la salud.

Para ello, se utilizó como metodología la investigación acción participativa (IAP), que “supone la simultaneidad del proceso de conocer y de intervenir, e implica la participación de la misma gente involucrada en el programa de estudio y de acción” (Ander-Egg, 2003), lo cual permitió abordar experiencias, anécdotas y compartencias de diferentes sentires y perspectivas de cada una de nosotras durante el proceso de investigación; además, me ayudó a repensarme desde mis propias vivencias, que observo y entiendo al ser parte de la realidad concreta desde donde narro este trabajo con las otras compañeras de Orquídeas. También recuperamos un acervo de plantas con propiedades curativas desde la taxonomía ayöök, las cuales pudimos reconocer, nombrar y describir dentro del territorio; todo esto forma parte del conocimiento milenario heredado por nuestras abuelas de generación en generación, el cual esperamos que permanezca y se siga transmitiendo.

Figura 2. Orquídeas en diálogo sobre el quehacer de las mujeres en la comunidad de San Marcos Moctum



Fuente: Sarai Jiménez Orozco, San Marcos Moctum, 2021

Asimismo, este trabajo nos llevó a pensar que los conceptos y términos deben surgir desde la comunidad, sobre todo desde la voz femenina, “desde experiencias vividas, de filosofías [y lenguas] situadas y contextualizadas” de quienes habitan los espacios y hacen comunidad (Vásquez, 2013, p. 8). El hecho de ser parte de la cultura ayöök, como mujer de la comunidad y hablante de ayöök, y de los procesos que eso implica me provocó la necesidad de dialogar al respecto con otras mujeres de mi comunidad, sin distanciarnos de nuestro territorio, haciendo todo el ejercicio de reflexión en nuestra propia lengua, el ayöök.

Como dice Vásquez (2013),

Escribir un conocimiento milenario que no siempre se escucha en voz alta, en las palabras que no se repite una y otra vez de la misma forma a lo largo de la historia, es un gran reto. Querer conceptualizar las palabras llenas de conocimientos y filosofías es una ardua tarea desde adentro, desde nosotras y nosotros que somos parte de una colectividad con identidad y filosofía propia. (p. 8)

Figura 3. Mujeres plasmando su creatividad y conocimiento del territorio de San Marcos Moctum



Fuente: Saraí Jiménez Orozco, San Marcos Moctum, 2021

Käjpîn jööntsykin (vida comunitaria)

Hablar de la vida comunitaria es complejo. En una comunidad donde los procesos y prácticas son comunales, existe un orden para hacer las cosas, es decir, hay una estructura de la cual se forma parte y por la cual se debe actuar como tal. Moctum, por ejemplo, tiene por norma que una vez cumplidos los dieciocho años de edad, mujeres y hombres deben servir y ser comuneros en la comunidad. Esto implica una serie de responsabilidades, por ejemplo: asistir a todas las asambleas convocadas por las autoridades; en el caso de las mujeres, pagar la mitad de cada tequio³ que se programa durante el año; a los hombres, si llegan a faltar, se les cobra el equivalente a un día de jornada.

Para la realización de esta investigación, una de las cuestiones más complejas fueron las tensiones entre la escuela y la vida comunitaria. En las reuniones comunitarias, se ha dejado en claro que, si alguien llega a tener la oportunidad de estudiar y tener múltiples grados académicos, y si esa persona es comunera o, bien, le gustaría formar parte de la comunidad, debe asumir que los títulos o grados que traiga del exterior no le otorgarán ningún privilegio dentro de las asambleas ni para realizar los cargos, es decir, debe iniciar su proceso como cualquier otro comunero, desde topil y así de manera escalafonaria.

Relato lo anterior porque eso sucedió en mi caso: por haber estado fuera para estudiar, no había cubierto mis cargos y mis responsabilidades, por lo que tenía que cubrir todos los servicios de asamblea desde que cumplí dieciocho años hasta ahora para pasar a formar parte de las comuneras de Moctum. Además, sólo siendo comunera, se me aprobó y permitió realizar el proyecto de investigación para y con las mujeres de la comunidad, así como ocupar los servicios con los que cuenta la población y habitar el territorio.

3 El tequio es “ese trabajo colectivo necesario que expresa la capacidad del *jää'y* [persona] para combinar sus intereses individuales y familiares con los de la comunidad, en el cual no hay retribución monetaria y es obligatorio. La participación en el tequio es, precisamente, la forma de trabajar de un individuo para la comunidad, la que da respetabilidad frente a los demás comuneros” (Floriberto Díaz, citado en Robles Hernández y Cardoso Jiménez, 2007, p. 59).

El proceso de la IAP

Mëkin-tsotsin mëët ja aa-ayöök (sanando con la lengua ayöök)

Para la mayoría de las personas que conforman el grupo Orquídeas, el tiempo es muy importante; por ello, para esta investigación se optó por trabajos concretos y que les permitieran a las mujeres participantes atender sus actividades cotidianas, por lo que pensamos en hacer las cosas lo más prácticas posibles.

Así que, cuando nos reunimos para la primera cita, a la que asistieron diecisiete personas del grupo Orquídeas, dialogamos sobre lo que estaba sucediendo en la comunidad, es decir, sobre la salud y las plantas dentro del territorio. A partir de ello, noté que inmediatamente comenzaron a entrar en confianza, por lo que empezaron a platicar y a opinar con cierta libertad sobre el tema, reconociendo que en torno a éste había una problemática de la que era necesario hablar, sobre todo en nuestra propia lengua.

En un segundo momento, estando todas ahí, para aprovechar el tiempo, iniciamos con nuestra primera actividad, que fue el mapa de recursos y uso de la tierra, el cual tiene como objetivo “concretizar en un mapa, la visión que los pobladores tienen de la utilización del espacio y de los recursos, y ubicar las informaciones principales relevantes” (Geilfus, 2009, p. 63); entre todas plasmamos nuestros conocimientos, dibujando la comunidad y lo que se encuentra en ella. Por ejemplo, las participantes sabían exactamente dónde se amarraban los borregos ya que, generalmente, son mujeres quienes están al cuidado de los animales domésticos. Además, ubicaron los ojos de agua, terrenos de siembra, los nombres de los dueños de los terrenos, así como los pinos y sembradíos a la orilla de la comunidad.

Figura 4. Mapas del territorio, plasmados por integrantes de Orquídeas



Fuente: Saraí Jiménez Orozco, San Marcos Moctum, 2021

A partir de esta actividad, definimos la ruta para el transecto; este ejercicio tiene como objetivo “iniciar en el terreno una discusión, y estructurar en un diagrama, las diferentes áreas (topográficas u otras) dentro de la zona de influencia de la comunidad, con sus diferentes usos, problemas asociados y potenciales de desarrollo. [...] puede servir de punto de partida a la discusión de alternativas” (Geilfus, 2009, p. 65). La ruta a seguir fue rumbo a los lugares denominados *Kots'ap* y *Kruuswiinti*, a donde acude la mayoría de las personas de Moctum para recolectar plantas que curan. El transecto se inició en la esquina del sembradío de caña, atrás de la agencia de policía de la comunidad, siguiendo toda la carretera hasta llegar a *Kots'ap* y parte de *Kruuswiinti*, en donde socializamos conocimientos sobre las plantas, el territorio y anécdotas de cada una de nosotras relacionadas con esto.

También contamos con la presencia de niñas y niños —nietas, sobrinos y primos de nosotras—, quienes nos acompañaron en todas las reflexiones y actividades como integrantes del grupo. Al término del recorrido, compartimos algunos alimentos y aguas frescas; este espacio nos ayudó, a quienes participamos en el recorrido, a emitir algunas opiniones acerca de nuestros diferentes sentirens.

Figura 5. Orquídeas iniciando el transecto



Fuente: Saraí Jiménez Orozco, San Marcos Moctum, 2021

Expresamos que la caminata nos había gustado porque así, entre nosotras, nos hacíamos el recordatorio de las distintas plantas y sus diferentes funciones que encontrábamos por la zona del recorrido. Desde nuestra propia experiencia y uso, reconocimos un total de cincuenta y seis plantas, algunas para curar el susto o espanto, alguna dolencia estomacal, cólicos, corajes, etcétera. También las clasificamos por sus propiedades,⁴ en plantas calientes y frías y por cómo se han usado en la comunidad a través del tiempo hasta hoy en día. Por acuerdos colectivos desde Orquídeas, no hubo autorización para que esa información saliera o salga de la comunidad.

Además, opinamos que era necesario caminar y encontrarse entre compañeras porque esto representa un trabajo y una experiencia de aprendizaje sobre las plantas que mantienen la salud de la comunidad; se reconoció que este conocimiento y esta práctica no deben perderse. Valoramos este encuentro como un espacio de y para nosotras; por esa razón, coincidimos en que es importante mantenerlo, pues muy pocas veces destinamos tiempo para dialogar entre nosotras. En este encuentro con otras, pudimos conversar y expresarnos como más nos gusta, sin sentir temor a equivocarnos y dándonos cuenta de lo importante que es juntarse entre mujeres de distintas edades a manifestar, expresar y debatir temas en común, como lo son las plantas que la mayoría nombra y sabe encontrar dentro del territorio.

Figura 6. Orquídeas llegando a Kots'ap durante el transecto



Fuente: Saraí Jiménez Orozco, San Marcos Moctum, 2021

4 Esta investigación no fue un estudio etnobotánico; por ello, no se resaltan los datos de clasificación bajo esta técnica. La clasificación se realizó de manera tradicional. Tampoco se recolectaron plantas (colectas botánicas); sólo se reconocieron en el transecto de acuerdo a la experiencia de cada participante del grupo Orquídeas.

Como siguiente actividad, dialogamos sobre una reconceptualización de los términos “salud” y “herbolaria” en pensamiento mixe. Esto lo hicimos desde nombrar las cosas como se van viviendo, como se van haciendo, como se van sintiendo, es decir, fuimos haciendo y pensando interpretaciones para los términos “estar bien”, “estar sano” y “sentirse bien” en lengua mixe. Durante las actividades no mencionamos el término “salud” en español puesto que no existe en mixe y porque no estamos acostumbradas a nombrar las cosas en nuestra lengua de la manera en la que lo hace la tradición teórica occidental. Ésta fue una de las partes del proceso más interesante y más rica para todas.

Figura 7. Integrantes del grupo Orquídeas dialogando con niñas de la comunidad durante el transecto



Fuente: Saraí Jiménez Orozco, San Marcos Moctum, 2021

A manera de provocación y para que entre todas empezáramos el proceso de aterrizar la interpretación que teníamos de estos términos, lancé dos preguntas iniciales en mixe:⁵

1. *Tits jawe'e mëkin-tsotsin?* (¿A qué se le nombra estar sano, fuerte?)
2. *Tits jawe'e yaktijp ku jayu tö'k aa-tö'k joot nyayjawaji?* (¿A qué se le nombra sentirse bien, sentirse feliz, pleno o en paz?)

⁵ Entre paréntesis coloco solamente aproximaciones de la traducción al español, pues el proceso de interpretación fue, precisamente, el ejercicio.

Conforme transcurrían las actividades, fueron saliendo otros términos en mixe que ayudaron en la estructuración de una posible definición e interpretación de lo que podría significar la salud desde el pensamiento y la concepción mixe, como son “jot'amēj” y “aköj-jotköjk” (estar en armonía, en paz); los términos fueron representados en dibujos. También estuvieron presentes niñas y niños en el taller, quienes igual hicieron dibujos para la actividad. Después se socializaron los resultados en colectivo.

Dentro del grupo Orquídeas, se encuentra una compañera mixteca de Guerrero que lleva tres años viviendo en la comunidad. Ella habla la lengua mixteca, por lo tanto, también realizó el ejercicio en su lengua a partir del término “estar bien” porque, al igual que en mixe, en mixteco no existe el término “salud”, sino que es una composición de varias palabras, como “estar bien, estar en paz, en armonía”.

Durante el tiempo de socialización de los respectivos dibujos, el tema estuvo muy relacionado con la alimentación y la producción de los alimentos, la importancia de conocer de dónde provienen las cosas que consume cada familia, la producción de hortalizas de la comunidad, así como diferentes ejemplos de cada uno de los términos comprendidos en mixe.

Figura 8. Plasmando imágenes desde el entendimiento de la salud en pensamiento mixe



Fuente: Saraí Jiménez Orozco, San Marcos Moctum, 2021

El otro término que trabajamos fue sobre el entendimiento de los conocimientos sobre las plantas curativas en su conjunto: desde el mixe “ja ääy-ja öjts” (herbolaria, la flora en su conjunto), fuimos describiendo y diciendo las experiencias de cada integrante; por ejemplo, cómo nos curamos o quiénes nos curan cuando nos enfermamos y con qué plantas nos han curado. A partir de ahí, opinamos sobre cómo entendíamos cada una de ellas y la importancia de su uso.

Además, no dejamos de lado que, al hablar sobre las plantas, no precisamente tenían que encontrarse en el monte o retiradas de la comunidad, sino que también podían estar en la alimentación de cada persona. Por ejemplo, hay quelites que, al mismo tiempo, sirven como alimento y tienen la función de disminuir la fiebre; también hay tés que se consumen de manera cotidiana y a su vez ayudan a controlar el azúcar o los triglicéridos en la sangre. Y, así, una infinidad de plantas comestibles que realizan una doble función, por lo que afirmamos que el mejor alimento para vivir más saludable son las plantas, como los quelites que mantienen en armonía el cuerpo y nuestro vivir cotidiano.

Figura 9. Dibujo de Orquídeas sobre la importancia de producir los propios alimentos



Fuente: Saraí Jiménez Orozco, San Marcos Moctum, 2021

Otra actividad que propusimos fue realizar visitas a los hogares de cada integrante del grupo Orquídeas para que pudiéramos platicar con cada quién con más libertad y de manera más profunda sobre cómo se curaban en sus casas, con sus respectivas familias, qué plantas tenían en los terrenos y cómo las utilizábamos cada una de nosotras.

En la mayoría de nuestras familias, como integrantes de Orquídeas, hubo varias coincidencias en cuanto a las formas de curar; asimismo, las plantas que tenían en nuestros terrenos y las formas de utilizarlas eran muy similares. Aunque también hubo casos en los que algunas compañeras tenían ciertas plantas, pero no sabían para qué o cómo ocuparlas, y otras que sí sabían cómo. Nos dimos cuenta de que cada persona del grupo tenía una forma de conocer y saber diferente.

Figura 10. Trabajo en equipo; plasmando la voz de mujeres mixes



Fuente: Saraí Jiménez Orozco, San Marcos Moctum, 2021

En esas visitas, las plantas que resaltaron fueron la ortiga, la flor de campana, el tabaco, las hojas de col, el sauco, el plátano blanco, el té limón, el árnica, la ruda, las hojas de guayaba, el té de canela, la hoja de vaporub, *māāx'ōnīk ōjts*, *apya'ajk*, el helecho, la suelda, *kax ōjts*. Además de las que se producen como alimento, como los quelites, el huele de noche, el chayote, las guías, la hierba mora, el cilantro, la col, las zanahorias, los rábanos, las acelgas, los ejotes, el betabel, los chiles, las espinacas y el apio, por mencionar algunas.

Figura 11. Integrante del grupo Orquídeas narrando sus prácticas de producción de sus propios alimentos



Fuente: Saraí Jiménez Orozco, San Marcos Moctum, 2021

Opinamos y acordamos que es importante seguir realizando recorridos en otras estaciones del año para observar y conocer exactamente qué plantas se encuentran en los diferentes climas y temporadas, tanto en los hogares como en los distintos puntos del territorio de la comunidad.

Resultados

Tö'k aa-tö'k joot (el equilibrio del ser)

A partir de esta experiencia, recordamos y valoramos el papel que juegan las mujeres en las comunidades indígenas, ya que, en muchas otras, tal como en Moctum, somos nosotras las principales conocedoras y portadoras de los conocimientos sobre las plantas, así como las principales actrices para mantener el equilibrio comunitario entre la tierra, la salud del cuerpo y alma, y lo que eso significa desde la cotidianidad. Es decir, somos las mujeres, amas de casa, mamás, abuelas, tías, primas, hermanas, parteras, curanderas, campesinas, cocineras, estudiantes, maestras del ayöök, el idioma milenario, quienes realizamos todas esas prácticas cotidianas que mantienen el conocimiento vivo. Somos quienes estamos en todos los ámbitos de la comunidad, aunque muchas veces pasemos desapercibidas en muchos de los procesos comunitarios; somos nosotras las que hacemos otra parte esencial de la comunalidad.

Figura 12. Maíz nativo de Moctum, esencial para una alimentación equilibrada



Fuente: Saraí Jiménez Orozco, San Marcos Moctum, 2021

Algo significativo que surgió es que nos reconocieramos, unas a otras, el papel que cada una desempeña, así como el conocimiento que tiene cada una en su familia y en la comunidad en general; precisamente, ese equilibrio, aunque nadie lo nombre en la comunidad, sigue siendo la base y el eje principal para hacer y hablar del territorio y la comunidad.

La lengua ayöök desempeñó un papel fundamental en el aprendizaje colectivo. Fue muy satisfactorio haber realizado todos los diálogos en ayöök durante todas las actividades porque fue un ejercicio en una lengua que casi todas las que estuvimos presentes dominamos. La salud, entendida por las mujeres mixes, es algo mucho más profundo y complejo porque lo relacionamos con nuestra forma de vida cotidiana y el medio en el que nos desenvolvemos, es decir, existe una conexión con las partes del territorio que habitamos, la cual escuchamos para poder actuar, sanar y curar.

En ayöök, no es posible decir “salud” con una sola palabra; hay varias formas de enunciar y entender el concepto. Por ello, desde Orquídeas Llegamos a ciertas reflexiones en ayöök que a continuación registro y trato de interpretar, personalmente, en español.

1. Xö'n jayu ayöök wya'anyjö'n may aa-ayöök jawe'e tijënaxa, o'yip jawe'e yakwinmotuwa kuwĩ jayu wya'any "tö'k aa-tö'k joot" jats wa'awĩ jayu tyijp jats ka'awĩ ti'uk'a'ixnuwat uk ka'a'wĩ kyää'ya jats jawe'e ja jayu tiyakwimpijtnuwat juu'wĩ tyuump uk myooyp. Uk naywĩnxippa jawe'e ku jayu nyatsyokjuwa, wa'awĩ jayu nyakyojtsjot'amëjjajĩ jats otyöömpi jayu, jats tyüwawĩ jayu wya'any.

Una palabra en mixe puede significar muchas cosas dependiendo en qué contexto/diálogo se utilice. "Tö'k aa-tö'k joot" puede ser entendido como "un solo pensamiento, un solo corazón", "el que hace algo o da algo de corazón", es decir, que no espera que le devuelvan el favor o, incluso, que le den las gracias cuando se trata de alguna ayuda, regalo o favor. Lo mismo sucede con "kojtsjot'amëja": esto tiene que ver con las palabras que uno dice frente a alguna desgracia, enfermedad o al momento que uno cura a alguien más; deben ser palabras que digan lo que estás sintiendo en ese momento, que transmitan que tienes fe en que todo estará bien y que sea de manera muy honesta.

Figura 13. Chiles recién cosechados en la comunidad de San Marcos Moctum



Fuente: Saraí Jiménez Orozco, San Marcos Moctum, 2021

2. Nay'ooyts jawe'e tyëjkiwa axö'n jayu wya'any ku yakkëts "ja më-kin-ja tsotsin" o'yip jawe'e jayu tiwinmotuwiwat jats kuwĩ jayu we'em wya'any wa'awĩ yaktijp jats tsöjwĩ jayu nyayjawajĩ: kaaypĩ-jë'kxp, jats jä'ä jawe'e nyi'kxmip tiwe'e jayu y'am-jyootm pyüimp jats naywe'empa

ku jayu oy nyax-tye'ka, ky'i'ji-xyaj majo mēēt. Uk nay'o'yip jayu we'em wyaampa xō'n tō'k mukojs'anaxy "mēki tsots xyuwī nyayjawaji paatsy yuwe'e we'em jyatka".

Lo mismo sucede con cómo se entiende “*mēkin-tsotsin*”: al momento de decirlo es porque la persona se siente bien, come y bebe, es decir, tiene que ver con la forma de alimentarse. De esa manera también se expresa la fuerza que uno tiene para caminar, trabajar, inclusive el solo hecho de estar parado y mantener el equilibrio. Aunque también este término se puede utilizar de manera despectiva; por ejemplo, una persona que le está faltando al respeto a una persona adulta o alguien que roba o hace maldades es porque se siente “*mēki-tsots*”.

3. *Juu'ts jawe'e jayu tyijp akōjk-jōtkōjk wa'ats jawe'e yakwinmotuwa jats ja'a jawe'e we'em nayja'wujup uk yaktijp ja jayu pīn tii jāpixjup, o'yixup juu'wī ka'a tii ti'ukwinmaaynī jāpixjupī pīn tii tyukxajpātup axō'n tyējk, ज्यात्स्य, pīn niipī-kājxp, pīn tōōmpī-pējkp.*

Lo que se nombra como “*akōjk-jōtkōjk*” sería el sentir felicidad por una persona que tiene lo necesario para vivir, que puede trabajar para conseguir lo esencial, que no tiene preocupaciones porque tiene lo fundamental para ser y estar: por ejemplo, una casa, animales —como caballos que le ayuden en el trabajo— y tierra para sembrar, trabajar y comer.

Figura 14. Flor de sauco, planta medicinal de San Marcos Moctum



Fuente: Saraí Jiménez Orozco, San Marcos Moctum, 2021

4. Ja mëkin-tsotsin nayjā'āts jawe'e kuwī jayu timēēta ja pēēmtik juu'we'e jayu y'uukp jyī'kxp, xō'namī jayu jyōōntsyka nyaaknaxyjī tō'k kajpīnkīj. Ax paatsyts yuwī we'em yakwinmotuwa kīx yē'ēwī ja mëkin-tsotsin tiyajkp, kīx kuwī kya'itit tiwī jayu y'ōōkup jyē'kxup, uk jya-ti'a jayī y'awup tipēmīt ka'atsī ja majo yakmēētāt juu'wī jayu tyuktānap tyukjōōntsykap.

También el “mëkin-tsotsin” (estar bien) está directamente relacionado con los alimentos que se consumen y se siembran en cada familia y comunidad. Se entiende de esa manera porque, si uno tiene productos sanos que consumir, eso mismo nos dará el “mëkin-tsotsin”; al contrario, si se consumiera cualquier otra cosa sin nutrientes y sin saber de dónde proviene, no se tendría la fuerza necesaria para ser y estar.

Las mujeres una vez más afirmamos que tener buena salud o estar bien desde la cultura y la comunidad está relacionado de manera estrecha con la alimentación, es decir, lo que se come y se consume en cada hogar; para ser más específicas, lo que se produce en cada familia para consumo. Es por ello que el huerto familiar toma un papel bastante importante en el tema de la salud y cómo es entendido desde nosotras: “no puede haber, ni se podría hablar de salud, si no se trabajara la tierra, si no produjéramos nuestros propios alimentos”, comentamos. Además de servir como insumos para estar en armonía en cuerpo y alma, los alimentos producidos en casa también han tenido un gran impacto en la economía de las familias porque significan un gasto menos: cuando se tiene lo que se va a comer, principalmente verduras, ya no es necesario ir a las tiendas a surtirse de alimento.

5. Kuwe'e jayu pyīkjī-y'anyjī yakwinmaaypts jawe'e wintsowī jayu kī jyotkita'aky, wintsowī jayu kī tsyotsipīk. Winkopk jawe'e jatsjam yak'ixat ja aajy-ōjts pīn juu'wī jayu myēēt tō'k naxkīj-kajpīnkīj, jats juu' jayu tyaktsotsipējkp, mëki-tsots tyak'ijtp naywe'empa pīn pēn tso'yip wa'a'we'e titsēk jats tō'k aa-tō'k jootjam titōnīt.

Algo sumamente importante para Orquídeas es la forma de curación que existe en la comunidad, es decir, para que una persona pueda estar plenamente sana, es esencial, para nosotras, saber cómo tratar al enfermo, si curarlo de manera caliente o fría, qué cosas utilizar, dónde conseguir-las y sobre todo qué actitud debe tomar la persona que está curando; por

ejemplo, se deben tener y saber decir las palabras adecuadas que ayuden a la persona enferma a sentirse querida y apreciada, que le den fuerza psicológica, y de esta manera ayudarse entre ambas.

Dentro del grupo, hay una mujer no mixe, originaria de una comunidad mixteca de Guerrero; su lengua es el mixteco, también dio a conocer lo que para ella significa estar bien:

6. *Kundaá niyu, neé kuntuú vaa koe ñe kusiniyu koe kusuchíniyo kuu nduú kuachi. Kou kuee xin ndiíniyo naveeyu kuntee vaána.*

Lo cual lo interpretó de la siguiente manera: “Estar bien para mí es estar feliz, no tener preocupaciones, no tener enfermedades, estar plena, no tener problemas y que mi familia esté sana”.

7. *Ja uu'k ja ji'kx winkopk jawe'e yakpēmīt am-jootm jā'ä juu' jayu wi-inm kyejxpī-nyüpp / Es importante darle al organismo los alimentos que nosotros mismos sembramos (niño, 8 años de edad).*

Durante las reflexiones estuvieron presentes niñas y niños, en su mayoría familiares nuestros. Para los niños y niñas quedó claro que la alimentación define la calidad de vida de cada persona en cuanto a la salud; por ejemplo, es importante no ingerir comida no nutritiva, incluso dañina (chatarra); de allí la relevancia de sembrar los propios alimentos. Para ellos, el tema de la salud está en primer plano para el bienestar; también lo están las plantas curativas porque ya conocen muchas de sus propiedades benéficas para el cuerpo, incluso para el alma; además, saben en dónde se encuentran, aunque recalcan que es necesario seguir caminando por los lugares donde están las plantas, sobre todo con las abuelitas, y cuidar de estos espacios.

Es importante mencionar que los niños y niñas pudieron acompañarnos durante todo el proceso de encuentros porque, debido a la pandemia, las escuelas de la comunidad se encontraban cerradas. El haber podido caminar con sus mamás o abuelitas y haber podido interactuar de manera colectiva fue realmente significativo y una fuente de mucho aprendizaje para ambas partes porque volvimos a mirar y reflexionar con una perspectiva diferente el territorio que compartimos. Es un conocimiento que muchas veces no se aprende en el aula, en donde no se realizan este tipo de ejercicios para nuestra comunidad y mucho menos en la propia lengua, el ayöök.

8. Entre todas pudimos llegar a una definición más cercana del “*më-kin-tsotsin*” (estar fuerte, sano) como: *Ja mëkin ja tsotsin ja'a jawe'e kuwĩ jayu jot'aměj tsoj-yakxon nyayjawajĩ, jayu nyaxyĩ-tye'ka, jayu y'uu'ki-jyĩ'kx, nyi'ipĩ-kyex pĩntiwĩ jayu pyüimp y'am-jyootm, juu'we'e jayu aköj-jotköjk tyak'ijtp jats ku jayu pu'uk-awata kyaaky-tyojkx, myook-xyějk, jayĩ jyööntsyka tö'k aa-tö'k joot, tsöj-yakxön ka'a tii äjkĩn, ka'a tii tsaatsywinma'yĩn.* / Estar bien tiene que ver con sentirse pleno consigo mismo, es decir, de manera corporal pero también de manera espiritual, desde el alma. Así como también valerse por sí mismo, poseer la capacidad de tener, caminar y sembrar los principales alimentos que podemos comer, beber en la cotidianidad, lo que nos ayuda a mantenernos en un pleno equilibrio, sin angustias ni preocupaciones.

Así como se trabajó el tema de la salud, también se trabajó el de las plantas. Desde el grupo Orquídeas pensamos que

Ja aajy-öjts wa'a jawe'e jöntsikin kix jawe'e tiyajkp ja nijkĩn-ja xää'mĩn kuwĩ jayu pyĩkjĩ-y'anyjĩ, jawe'e tiyajkp ja majo ja tsotsin jatsĩ jayu nyaxyĩ-tyěka tsoj-yakxon, naywe'em ja aa-ja joot tyakxee'm-tyaktijö'na kuwĩ jayu ti'uu'k-ti'jĩ'kx jowum xěě, jyawin'itac / Las plantas son vida, en todos los sentidos de la palabra, porque son las que nos dan la frescura y tranquilidad cuando nos enfermamos, son las que dan fuerza y bienestar para que podamos ser y estar en armonía. Así mismo, también son alimento para nuestro cuerpo y alma en nuestro vivir cotidiano que nos ayuda para sanar.

Entre todas aseguramos que los conocimientos sobre las plantas curativas (herbolaria) de la comunidad es muy importante para mantener nuestro cuerpo y espíritu en equilibrio: así como la alimentación es fundamental para que el cuerpo esté saludable, también lo es lo espiritual porque existen plantas específicas que sirven, por ejemplo, para curar el espanto o la tristeza, emociones que también forman parte del bienestar de una persona.

Durante la caminata para la identificación de las plantas, encontramos la siembra de ocote en *Kots'ap*, lugar en donde abundan las plantas o al que las personas acuden más cuando hay algún malestar en sus familias. La siembra de ocotes fue un proyecto gubernamental que consistió en que los

comuneros de Moctum debían sembrar estos árboles en los terrenos comunales; para este proyecto dieron un fondo económico a las autoridades agrarias, un proyecto similar al de Sembrando Vida.

Figura 15. Cosecha de ejotes



Fuente: Saraí Jiménez Orozco, San Marcos Moctum, 2021

Al respecto, reflexionamos que, cuando llegó ese programa del Gobierno, quizá las autoridades no tomaron la mejor decisión porque empezaron a desmontar y limpiar terrenos vírgenes para sembrar esos ocotales o pinos, sabiendo que la tierra no era apta para esa especie; además, con su introducción se amenaza a las plantas con propiedades curativas y otras especies que mantienen el suelo porque, cuando caen las hojas de los ocotales, la resina quema el suelo y mata la vegetación que brota en esos terrenos. Dado que esto amenaza a varias especies de plantas con propiedades curativas, vimos estas acciones como algo grave. Opinamos que no se trata de que sea solamente un grupo el que tome una decisión, sino que, más bien, se debe tomar una resolución a nivel comunitario, es decir, se propuso que tuviéramos una reunión con las autoridades, agrarias y municipales, sobre el proyecto y el tema de las plantas, donde plantearíamos el problema desde el grupo, desde la voz de las mujeres, para que después las autoridades puedan presentarlo en una asamblea donde toquen ese punto en específico.

También observamos el uso de agroquímicos en los espacios de trabajo cercanos a la comunidad; por ello, surgió la inquietud de proponer que las autoridades pongan reglas sobre el uso de esos líquidos que amenazan a las plan-

tas y los animales; esto es especialmente relevante en los terrenos destinados al trabajo, como la milpa, en donde se encuentran un sinfín de quelites y se tiene que cuidar el medio ambiente en su conjunto.

Durante todo este proceso, pudimos descubrir, de manera conjunta, la forma en la que entendemos el territorio desde la alimentación, las plantas con propiedades curativas y la lengua ayöök, desde la comunidad y las experiencias, es decir, desde esas voces que casi no se escuchan pero que están presentes en todos los acontecimientos del pueblo; mujeres portadoras de conocimientos que muchas veces no se nombran dentro de la comunidad pero que con los hechos la siguen tejiendo día con día.

Conclusión

Të'extëjkta, ja aa-ayöök jats ja aajy-öjts winmotumöjkin tö'k it-naxwiin (las mujeres, la lengua mixe y las plantas curativas como elementos interdependientes para el entendimiento del territorio).

Pudimos concluir, desde el grupo Orquídeas, que es imposible entender a las plantas sin hablar del territorio y sin hacerlo en la lengua ayöök, es decir, es una relación totalmente interdependiente. No se puede hablar de manera separada de ellas sino en su conjunto, como parte de un territorio y parte de una cultura.

Es por ello que, cuando se parte de la lengua mixe, el entendimiento es aún más profundo porque entonces no sólo se puede hablar de las plantas sino entender qué papel juegan, el lugar que ocupan o lo que significan dentro del territorio. Por esta razón, en muchas investigaciones, cuando alguien ajeno a la cultura, en este caso no mixe, llega a las comunidades con proyectos o estudios, en vez de que nutra y fortalezca los tejidos comunitarios, saquea los conocimientos colectivos porque fragmenta y ve sólo una parte de ellos, dado que desconoce la función y el entendimiento de la vida misma de la comunidad.

De ahí también que, en la comunidad de Moctum, antes de hablar de salud, es necesario hablar de una medicina integral, que se trata de la interrelación del bienestar físico-emocional, del cuerpo y del alma, así como de la alimentación de cada hogar y persona, es decir, es importante hablar y saber de dónde salen esos alimentos que se consumen en la cotidianidad y que, a su vez, sirven de medicina.

Desde el grupo Orquídeas estamos convencidas de que hay que seguir abonando a los procesos de preservación y conservación de los cono-

cimientos, saberes y prácticas de la comunidad, principalmente haciendo visibles diferentes temas como el de este trabajo de investigación; una labor que implica un intercambio de saberes, en este caso, desde la voz de las mujeres. Para conservar el conocimiento comunitario, es importante generar diálogo y aprender entre todos; esto sucede desde el momento en el que se intercambia conocimiento en la comunidad o en cualquier otro espacio y, a su vez, esto hace que se mantenga a través del tiempo. En este caso, pudimos vivir y disfrutar el proceso del diálogo entre varias mujeres de diferentes edades, incluyendo a niñas y niños.

Figura 16. Grupo Orquídeas en San Marcos Moctum



Fuente: Saraí Jiménez Orozco, San Marcos Moctum, 2021

Esta investigación generó un sentido de pertenencia del grupo hacia la comunidad porque se vincularon varios conocimientos entre las personas adultas, jóvenes y niños que forman parte de ésta. Una de las actividades principales fue la reconceptualización de los términos relacionados con la salud desde la lengua mixe, así como de los conocimientos de plantas curativas y alimenticias entendidas desde el pensamiento mixe en el grupo, dentro del cual se vislumbraron diferentes perspectivas y conocimientos.

Se profundizaron los temas sobre las plantas con propiedades curativas existentes en la comunidad, así como su situación actual dentro del territorio comunal, lo cual llevó a que el grupo reflexionara sobre la impor-

tancia y la necesidad de cuidarlas y protegerlas, así como identificar y evitar las acciones que causan su desuso, pérdida gradual y potencial extinción.

Además, con la información brindada por el grupo, se pudo concretar un registro de las imágenes, características, propiedades, modo de preparación y administración de las plantas medicinales desde la taxonomía ayöök. Esta información no salió de la comunidad por acuerdos tomados desde el grupo Orquídeas, quienes expresaron que, para poder preservar, primero se tiene que cuidar el territorio de Moctum, en el cual se encuentran las plantas.

Otro punto que es necesario mencionar es la presencia de niños y niñas en la mayoría de las actividades que se realizaron. Pudieron vivir una experiencia desde las otras enseñanzas, conocimientos y aprendizajes transmitidos por parte de sus propias abuelas, tías y mamás. Este tipo de conocimiento no se imparte ni aprende en las aulas, desde lo académico formal, sino que se comparte en lo cotidiano, desde la experiencia de cada familia, desde la lengua ayöök y la sabiduría de las mujeres.

Finalmente, es importante mencionar que, en Orquídeas, tomamos la decisión de tener un acercamiento con las autoridades agrarias y municipales de la comunidad para comunicarles de manera grupal la información que arrojó esta investigación participativa y, a su vez, tomar acciones en conjunto para salvaguardar las plantas que aún existen en el territorio.

Bibliografía

- Ander-Egg, E. (2003). *Repensando la investigación-acción-participativa*. Lumen Hvmanitas.
- Geilfus, F. (2009). *80 herramientas para el desarrollo participativo*. Instituto Interamericano de Cooperación para la Agricultura. <https://repositorio.iica.int/handle/11324/4129>
- Robles Hernández, S. y Cardoso Jiménez, R. (2007). Floriberto Díaz. Escrito. *Comunalidad, energía viva del pensamiento mixe. / Ayuujksënää'yën - ayuujkwënää'ny - ayuujk mëk'äjtën*. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Vásquez García, C. M. (2013). *Tuknäax'äjten-tëk'äjtsën: Të'ëxyëxyëjk-yää'ytyëjk ja tsyënää'yïn ja tyänää'yïn Ayuujk, Wäjäwemp, Nëwemp. / Transformaciones de las relaciones mujeres-hombres Ayuujk, Oaxaca, México: Una apuesta de-colonizadora [tesis de maestría]*. FLACSO Ecuador. <http://hdl.handle.net/10469/6267>