



**Agua y Vida: Mujeres, Derechos y Ambiente AC**  
**Instituto Nacional de Desarrollo Social**  
**Instituto Mexicano de la Juventud – Programa Coinversión Social 2017**  
**Lekil utsilal, sbuts k'inal: alimentación y salud para el buen vivir de las y los**  
**jóvenes indígenas de los Altos de Chiapas – Segunda etapa**



**ARTÍCULOS ELABORADOS POR LAS Y LOS ESTUDIANTES**

**Introducción:**

En este documento transcribimos las aportaciones y reflexiones de las y los estudiantes que participaron de los talleres teóricos con respecto a la elaboración de huertos desde el método de cultivo biointensivo, a partir de la perspectiva de la permacultura ecofeminista.

**1. Artículos de las y los estudiantes de la Universidad Autónoma de Chiapas**

**1.1. La organización de la comunidad frente al sistema capitalista**

Vivimos en un sistema muy complejo, en el cual hay muchas fuerzas, pero también existen las fuerzas de la organización, las fuerzas de las comunidades. Así, pensamos que la lucha por la vida, la conciencia, la comunidad, la lucha por integrar todo para el cuidado de la Madre Tierra, recuperar lo que nos han arrebatado, recuperar la vida, puede ser fortalecida en las comunidades. Hoy en día hay un sistema hegemónico capitalista que trata de rompernos, por eso es importante luchar contra este sistema, hacer esa lucha constante, sembrar nuestros propios alimentos es una rebeldía, elegir la bicicleta como medio de transporte, elegir comer sano, juntarnos con gente que piensa igual, aterrizar e implementar iniciativas como las de una alimentación sana, consciente, que no dependa de las grandes empresas.

Estamos viendo que las iniciativas de huertos y de permacultura vienen sobre todo de jóvenes. Chiapas es el primer estado con más jóvenes del país, con mayor población juvenil, así que está en nuestras manos cambiar, la creatividad no va a surgir como concesión del sistema, debemos oponernos a lo que nos limita la vida. Cultivar nuestros propios alimentos, elegir alimentos sanos, romper esos esquemas, recuperar la dignidad humana, porque la vida también sucede en colectivo. En este sentido, la construcción inicial de comunidad refleja esta lucha, el sentido de la comunidad es la continuidad de estas luchas, de las iniciativas de colaboración entre pares, amistad y sororidad y compartió. Nosotros los jóvenes nos interesamos por estos trabajos, por la naturaleza, nos interesa y nos gusta convivir con los árboles y el aroma de las flores. Nos gusta estar conectados con el medio ambiente, el bosque, la bici, la agricultura y también con el huerto porque en muchas de nuestras familias se siembra hortalizas.

Es importante el huerto aquí en la escuela porque además de que damos un ejemplo, convivimos. Nos llama la atención por los huertos, la unión que expresa, la bici. Necesitamos la lucha en contra del sistema, no puede ser que existan mujeres embarazadas tomando Coca Cola, eso es muy fuerte, y es justo por este contexto capitalista que estamos aquí buscando y creando otras alternativas, para cambiarlo, no podemos dejar la vida en manos del sistema capitalista. Mientras no nos hagamos conscientes de lo que esos hábitos consumistas implican, no podemos organizarnos y luchar en contra de ellos para transformarlos. Tampoco podemos ignorar la diabetes, el exceso de azúcar y la destrucción de los bosques.

## 1.2. La importancia de pensar la sustentabilidad

Sabemos que las y los jóvenes no somos de comer verduras, no nos gusta mucho. En las escuelas, a veces eso es lo único que encontramos. Necesitamos recuperar los alimentos tradicionales, y nos damos cuenta de que la cultura del consumismo nos da la oportunidad de crear alternativas y poder cambiar esta herencia occidental, este sentimiento de crear un huerto o tener alternativas para reproducirlas a otras personas que están más alejadas de estas reflexiones.

Los huertos de cultivos biointensivos son una buena oportunidad de iniciar procesos de sustentabilidad alimentaria. Para realizar estas iniciativas, primero se necesita compromiso y responsabilidad para trabajar en la creación y durante el tiempo que tenga vida. Pertenecer a un huerto de la universidad es algo fuera de lo común. La razón de pertenecer al huerto va más allá de una simple calificación, pues nos estamos formando con nuevas maneras que reproducen otro tipo de alimentación, ya sea dentro de la escuela y/o en nuestros hogares. Participar de un huerto, proporciona:

- ✓ La emoción de realizarlo y/o ser parte del huerto,
- ✓ La autoestima con la idea de ser progenitores de nuevas vidas (plantas medicinales, comestibles, de ornato, etc.) que contribuyen al propio bienestar de nuestro entorno y por qué no, de nuestro planeta.
- ✓ Aprender a dedicarnos a un proceso, ya que manteniendo esta parte todo ello contagia a los demás compañeros.

Por lo tanto, los huertos universitarios proporcionan una forma de convivir. Al proyectar un futuro a través del huerto estamos dando un ejemplo ante la sociedad de consumir lo que producimos. También es una enseñanza que se da sobre todo a los niños, los niños son el futuro de la humanidad, por lo tanto a ellos se debe enseñar. Además, la alimentación tiene que ver mucho con el estudio académico. Si nos alimentamos sanamente tenemos rendimiento en el estudio.

Los huertos universitarios son una experiencia única además de una alternativa sustentable, de relacionarnos con otras personas, saber que hay otros mundos y no sólo el que nos hacen ver. Las relaciones sociales que se desenvuelven además de la cooperación humana, ya que los huertos nos vuelven más sensibles a las cosas naturales, todo lleva un proceso, y lo más importante es conocer nuevas personas que compartan las mismas ideas.

Los huertos pueden volverse parte de nuestra cotidianidad y de proyecto personal para trascender hacia lo social. Podemos compartir con otras personas una visión, conocimiento y formas de cómo relacionarme con la naturaleza. Además de socializar de forma concreta (a través de letreros y otras estrategias de comunicación) las prácticas e inquietudes que realizamos. Todos estos elementos hacen que los huertos universitarios nos permiten pensar y construir estrategias de sustentabilidad.

Podemos ir más allá y pensar en que la relación entre huertos universitarios y sustentabilidad radica en poder vincular en término sociopolítico el impacto de políticas públicas relacionadas con la alimentación, con lo que sucede en las formas organizativas de producción de alimentos. Lo que se decide arriba impacta abajo, pero también lo que se organiza abajo, puede impactar arriba.

### 1.3. Los huertos universitarios y su relación con las carreras de sociología y antropología

Me entusiasma mucho la creación de este proyecto y me entusiasma más el conocer compañeros que les guste compartir estos saberes. Aquí voy a mencionar la relación entre los huertos y las carreras de antropología y sociología.

Primero, me emociona que pueda aprender el proceso, me emociona trabajar sobre la relación con la tierra y las plantas, poderlas cuidar y ver que existe vida y lo mucho que significa lo esencial que es para nuestra existencia. Todos los estudiantes, y de mi parte, quiero aportar trabajo, dedicación y cuidado...Tal vez algunas ideas loquitas de diseño y apoyaría en todo lo que pudiera como difusión con los compañeros, etc.

Pienso que la antropología tiene íntima relación con el huerto universitario pues representa un sin fin de saberes que podemos aprender con estudiantes y como ser humano y espiritual. Lo ligaría en temáticas cómo:

- ✓ Antropología Económica- Modelos de autoproducción-Alternativas de consumo
- ✓ Antropología Alimenticia – Creación de nuestros alimentos
- ✓ Antropología Médica – Plantas medicinales (cosmovisiones)
- ✓ Antropología Ecológica - Movimientos que se están gestando en nuestro inmediato

Quiero decir que la relación que existe entre mi licenciatura con el huerto universitario es esta parte del quiebre sistémico, pues se considera que desde la llegada de las economías mundiales, las comunidades tradicionales han llevado procesos de cambio o han sido partícipes del “quiebre cultural” pues las comunidades tradicionales, más que por decisión, han sido influenciadas tanto por el Estado como por las multinacionales. Todo este cambio va en relación al cambio en la alimentación. El vestido, la moda, el lenguaje, el trabajo, como entre otros muchos factores. A todo lo mencionado lo podemos asociar con una sola palabra GLOBALIZACIÓN.

Ahora, con respeto a la sociología, esta disciplina ve los hechos sociales y los analiza, y los huertos pueden ser un puente para realizar el análisis social a partir del estatus de salud de la sociedad. La carrera de sociología estudia el comportamiento del ser humano y con el huerto sería una gran aportación el como llamar la atención para que nos alimentemos sanamente y de una manera correcta.

### 1.4. Elementos de un huerto universitario para nuestra vida:

En este artículo vamos mencionar porqué los estudiantes consideran que un huerto universitario es importante. Lo más importante es que ser parte de un huerto universitario es un acto de rebeldía y comunidad. Contrapone el optimismo y el placer, la celebración de la vida a las fuerzas destructivas.

A continuación mencionamos todo lo que pensamos que nos puede aportar un huerto universitario:

- ✓ Ser parte es como una iniciativa para hacer un huerto fuera de la universidad, llevarlo por ejemplo a casa.
- ✓ Saber y conocer como uno puede sembrar, cosechar y consumir para tener una buena alimentación.
- ✓ Tener más responsabilidad en un huerto, cuidaría cosas que hay dentro de él.
- ✓ Aprendemos a investigar en la práctica y a compartir.

- ✓ Con el huerto, los docentes pueden enseñar agroecología, alimentación consciente y el proceso científico en diálogo con los conocimientos locales.
- ✓ Nos ayuda a mantener vínculo con las cosas nutritivas hacia nosotros y porque también aprendemos de cada cultivo.
- ✓ Aprendemos a cultivar distintas plantas medicinales y también verduras,
- ✓ El huerto puede ser el inicio para la búsqueda de nuestra autonomía. Sumaremos a los demás a las prácticas de alternativas.

Para terminar, mencionamos que un huerto es un espacio de resistencia, antisistémica en el cual se comparten los saberes de la Tierra, un lugar en el que se aprende y desaprende la relación con la tierra, el cuerpo/territorio, la vida, el pluriverso. Tener un huerto universitario es un ejemplo del saber-hacer que contagiará otros/otras a sensibilizarse y actuar en defensa de la vida.

### 1.5. La permacultura en la Universidad

La permacultura surge a partir de la década de 1970 en Australia, llegando a México a principios de la década de 1980. La permacultura propone trabajar con la naturaleza, no en contra de la naturaleza, y para eso, parte de los diseños ya existentes en la naturaleza – lo que engloba un principio de reflexión y observación no dualista, sino que integrado. Por ejemplo, diversificar permite evitar las plagas porque a unos bichitos les gustan ciertas plantas y otras no. En su diseño, la permacultura rompe con los esquemas dualistas, cartesianos, y parte de las formas que existen en la naturaleza humana y no humana.

La permacultura puede relacionarse con el ecofeminismo, pues afirma que tanto las mujeres como la naturaleza son dominadas por el sistema. En este proceso, aprender sobre la permacultura me invitó a reflexionar y a pensar en una nueva forma de vida. En lo personal, estoy en un proceso de transición en donde intento repensarme y cambiar o mejorar mis actos, tanto en el cuidado de mi cuerpo, de mi mente y también mejorar como miembro de la sociedad y naturaleza. Partir de la filosofía, de los valores de la permacultura es cambiar toda la forma de pensar y de vivir, y podemos partir de la permacultura para la creación del huerto universitario.

Podemos hacer un huerto desde la permacultura en la universidad usando las siguientes técnicas, que son fáciles y todos podemos colaborar: buscar el bienestar espiritual, manejo adecuado del agua y de los desechos, el uso de bicicletas y estacionamiento para bicicletas, la medicina complementaria integral, la gobernanza de las mujeres. Podemos hacer lombricomposta, agricultura vertical, usar material reciclado, construir captadores de agua de lluvia y la conservación e intercambio de semillas. En vez de cemento, se puede poner gravilla para caminar. El reciclaje y reutilización creativa lo podemos hacer en la universidad, porque entendemos que tenemos la oportunidad de tener muchas cosas pero las desechamos, pensamos que no sirve, cuando en realidad esa misma cosa, como una botella, se puede volver una maceta. En vez de ir a una tienda y comprarlo, cuando de ese mismo puede salir muchas cosas.

Yo creo que podríamos hacer un huerto con una forma muy llamativa en el cual mucha gente pueda interesarse a realizarse este mismo proyecto. La organización, es una parte muy esencial de este proyecto, porque si no nos organizamos y lo hacemos como “al ahí se va”, no creo que lleguemos al objetivo que nos planteamos. El amor, pues para tener el amor a la naturaleza, porque por lo general, ya la gente no le llama la atención la naturaleza, yo creo que le tenemos que tener un amor porque gracias a ella vivimos. La dedicación, yo digo que esto tiene que decir mucho a la dedicación vamos a tener a nuestro huerto, porque si no le dedicamos tiempo y

atención no vamos a llegar a lo que queremos. Y finalmente el compromiso, es la forma que uno le da seguimiento al proyecto para que así llegamos a nuestro objetivo.

Nuestra fortaleza para realizar estas técnicas de permacultura sería trabajar en equipo porque así es como se logran las mejores cosas, y también juventud, porque pues al estar jóvenes tenemos la capacidad y no hay nada que nos impidan. Tenemos el deseo de mejorar la calidad de vida, de ir mejorando todo, no solo como persona, porque al hacer esto es como una conexión que existe con la naturaleza, con la naturaleza y con uno mismo. Como estudiantes tenemos muchas fortalezas, como las redes de apoyo, iniciativas como jóvenes y también herramientas, la corresponsabilidad y estamos, con los talleres, creando consciencia colectiva sobre la alimentación. Podemos construir el trabajo colectivo, y desde la universidad tenemos posibilidad de espacio y disponibilidad de material, además de alianzas como por ejemplo con las compañeras de Agua y Vida.

Es así que nuestras fortalezas para realizarlas, sería el apoyo tanto de la institución, las asociaciones exteriores de la facultad y de docentes, como de nuestros propios compañeros, la unidad. Yo pienso que si unimos nuestros conocimientos, nuestras ideas que tenemos para poder hacer un conjunto de más aportaciones y así hacer un huerto con mejores cultivos. También como fortaleza sería el optimismo, pues tenemos las ganas de hacer que tengamos esta ilusión, esa esperanza de que vamos a poder cultivar grandes hortalizas y es un factor importante.

Pero no podemos dejar de ver que hay algunas limitaciones o dificultades, como el poco tiempo, la falta de dinero y de interés por parte de otros estudiantes, y a veces en muchos hace falta la autocrítica. Aunque el espacio para hacer un huerto aquí en la universidad es una ventaja, hay mucha gente que no se interesa, entonces eso es uno de los mayores problemas.

Hay problemas más profundos como el desconocimiento de nuestras habilidades y capacidades, el descrédito que vivimos los jóvenes, y eso nos crea apatía y nos dificulta hacer cualquier seguimiento. También nos hace falta la comunicación entre la mayoría de las personas. Yo creo que cuando somos niños tenemos más desarrollada la capacidad de observar a la naturaleza y que cuando crecemos perdemos esa capacidad de observación e interacción con la Naturaleza.

Pero la mayoría ya tenemos un conocimiento de cómo tener un huerto o desarrollarlo en casa, por eso se nos hace más fácil y eso es lo más esencial y lo más básico que pueda llegar a hacer una persona.

## **2. Artículos de las y los estudiantes de la Universidad Intercultural del Chiapas – Unidad interdisciplinaria de Oxchuc**

### **2.1. El capitalismo en las comunidades**

Muchos de los problemas que vivimos en las comunidades tienen que ver con el sistema consumista y con el sistema capitalista, que son lo mismo. Porque por ejemplo, mi mamá compra alimentos empaquetados porque son más baratos, a pesar de que yo le comparto lo que estoy aprendiendo con el proyecto sobre los huertos y la alimentación sana.

En las comunidades, la verdad es que somos muy capitalistas, estamos en este sistema porque usamos todas esas cosas del sistema capitalista: todos tenemos celulares y en las comunidades usamos pesticidas, agroquímicos. Yo no he visto que alguien de las comunidades haya salido a

defender el mundo para que sea más verde, y eso es un problema muy grande. Tenemos que reconocer que en nuestras familia consumimos empaquetados, enlatados y hasta comida chatarra.

Nos damos cuenta que estamos enfocados en el capitalismo porque ¿quién de aquí trae su pozol? Todos traemos o compramos refrescos, y eso se impulsa desde las comunidades, igual que la tecnología, como los fertilizantes que nos da el gobierno con programas como PROAGRO. En algunas partes de la comunidad sí salen a la lucha, pero es más por obligación que por voluntad. Y es muy difícil rescatar los cultivos orgánicos porque hay campesinos que ya no tienen maíz y trigo criollos y solo compran transgénicos. Yo empecé a juntar PET y ahorita tengo como 240 botellas de PET para reciclar y si te ven en la comunidad juntando botellas te dicen que estás loco, pero yo digo que sí somos los locos que creemos que podemos cambiar al mundo.

Ahora bien, también reconocemos que aunque vivamos en este sistema capitalista y lo reproducimos, por otro lado también pensamos en el cuidado de la naturaleza y la organización del trabajo en equipo para otras alternativas. En mi casa sí hacemos nuestro huerto, y también hay huertos y cultivos de traspatio que son orgánicos en muchas comunidades. Por eso yo creo que para salir del capitalismo e ir a la sustentabilidad primero tenemos que empezar por la comunidad y crear una vida diferentes, con alternativas e ideas para también desde ahí luchar, como el ejemplo del cartel con la gente manifestándose y luchando en las calles.

## **2.2. Bat'el K'inal Kuxlejal – por una permacultura desde las comunidades**

Para que la permacultura sea apropiada para nuestras comunidades, tenemos que rescatar los valores y principios que teníamos y que se han perdido debido a la inserción de las comunidades indígenas en el sistema capitalista kaxlan. Definimos entonces la permacultura desde nuestras perspectivas culturales como Bat'el K'inal Kuxlejal que literalmente significa *Cultura para toda la vida*.

Los principios de la permacultura son una síntesis de las culturas indígenas, por ejemplos de algunos solares de Oxchuc. Son una síntesis de principios que ya están en la naturaleza, pero que sin embargo en este mundo consumista estos principios se han roto y la permacultura intenta recuperarlos, a través de ecoaldeas, instituciones, o personas que los aplican en su vida diaria también estamos en procesos comunitarios de cambio. Hay varios refranes de la cultura tseltal que podrían expresar muy bien los principios de la permacultura para integrarlo, y en las culturas tseltales y tsotsiles reconocemos la importancia de los sueños tanto lúcidos como no lúcidos, Nop'jibal – imaginar, son muy importantes y están relacionados con los valores y principios de la permacultura.

Una de las claves de la permacultura es observar los ritmos de la naturaleza, y trabajar conforme estos ritmos. En las comunidades, antes siempre se trabajaba con la naturaleza, y por eso digo que tenemos que recuperar eso: el trabajar con la naturaleza como si fuera mi amiga, ella me da y yo le doy, es una cuestión de reciprocidad.

Es importante recordar que la mayoría de nosotros hemos sido criados desde la agricultura, por eso nuestras fortalezas son los conocimientos que ya tenemos. Por ejemplo con las plantas medicinales, hemos visto que los niños y las niñas saben mucho y las identifican porque sus papás les han enseñado.

### **2.3. Jowel nop'jibal – somos los locos que creemos en un mundo mejor**

Consideramos que una de nuestras fortalezas para transformar las condiciones pobreza en que vivimos es que somos los locos que creemos en un mundo mejor. Los jóvenes somos creativos y tenemos iniciativa. Hacer un huerto en la universidad en medio a tantas fuerzas contrarias es como una locura.

Pero creo que sí lo podemos y para realizar el huerto biointensivo universitario tenemos como fortalezas que la universidad nos brinda el espacio y las herramientas y que pienso que tenemos tiempo suficiente para organizarnos y cuidarlo, si es eso lo que queremos. Van haber dificultades con respecto al agua de riego que escasea y a la infertilidad del suelo, pero podemos cada uno traer tierra negra que sea fértil y construir un captador de agua. Vamos necesitar de semillas criollas y para su conservación podemos usar plantas productoras de semillas con las que ya se cuentan en las comunidades, como el cilantro y los quelites, sin embargo nos hace falta conocimiento sobre cuando una semilla está lista para guardar o sembrar. Pero creo que otro problema es la falta de dinero, o como decimos por acá: chabal takin.

Pero como la mayoría de nosotros hemos sido criados desde la agricultura, nuestras fortalezas son los conocimientos que ya tenemos. Y las dificultades pueden ser los materiales que están en otros lados y no podemos conseguir tan fácilmente, pero sí podemos organizarnos e intentarlo. Por ejemplo con las plantas medicinales, hemos visto que los niños y las niñas saben mucho y las identifican porque sus papás les han enseñado.

Desde nuestras comunidades hay mucha relación con la permacultura que podemos rescatar de lo que hemos aprendido en los talleres, como por ejemplo, el que la tierra está viva, es sagrada y es la conexión entre todos los seres vivos, y que por eso hay que respetar a todo ser viviente.

Todo lo que hemos aprendido sobre permacultura es muy importante para aplicar en la casa o en la comunidad. Son cosas muy llamativas e interesantes, que son conocimientos, que en lo personal me parecieron interesantes y que muchos ya tenemos en las comunidades, pero que se han ido perdiendo.

### **2.4. La composta como parte del método biointensivo**

Aquí queremos recuperar lo que pensamos como grupo de estudiantes sobre la importancia de la composta, que hemos aprendido en los talleres. Nos gustó mucho tener más información sobre la composta, lo que no sabíamos era cómo reconocer si la composta estaba funcionando bien. Me imaginaba que sólo era poner los descomponedores y que ellos hacían todo el trabajo, pero que hay que revisar día a día, darle agua, oxígeno, saber si está bien.

Digamos que es como nuestro pequeño hijito, cuidar de él. También identificar qué eran los cultivos de carbón, que son las plantas que se secan rápido y que se deshacen fácilmente lo cual crea energía, energía que es fundamental para el abono. Lo más importante para nosotros es reconocer que la composta no es un basurero, tampoco es algo que dentro de ella se pudre, sino que algo que se desintegra o se descompone.

Para nosotros, fue muy interesante conocer los diferentes ejemplos de compostas, en donde qué material se debe poner para crearlo. Aprendimos que un cultivo para composta es aquel que sembramos para obtener material para la pila de composta, principalmente en las temporadas

que no producimos cultivos para alimentarnos. El Carbono es todo aquello que produce energía, depósito de energía, carbono. Los cultivos eficientes en carbono son aquellos que generan muchas hojas, como la milpa, el sauco, las vainas. Los cultivos para composta alimentan al suelo y así se construye reciprocidad: nos alimentamos del suelo y volvemos a alimentar el suelo, lo cuidamos.

La composta es mucho mejor para el suelo que los fertilizantes químicos, ya que estos no agregan materia orgánica y algunos de ellos se pueden lixiviar si las plantas no los utilizan de inmediato. Una pila de composta también recicla los desperdicios del huerto, las hojas y los desechos de la cocina, transformándolos en alimento para el suelo.