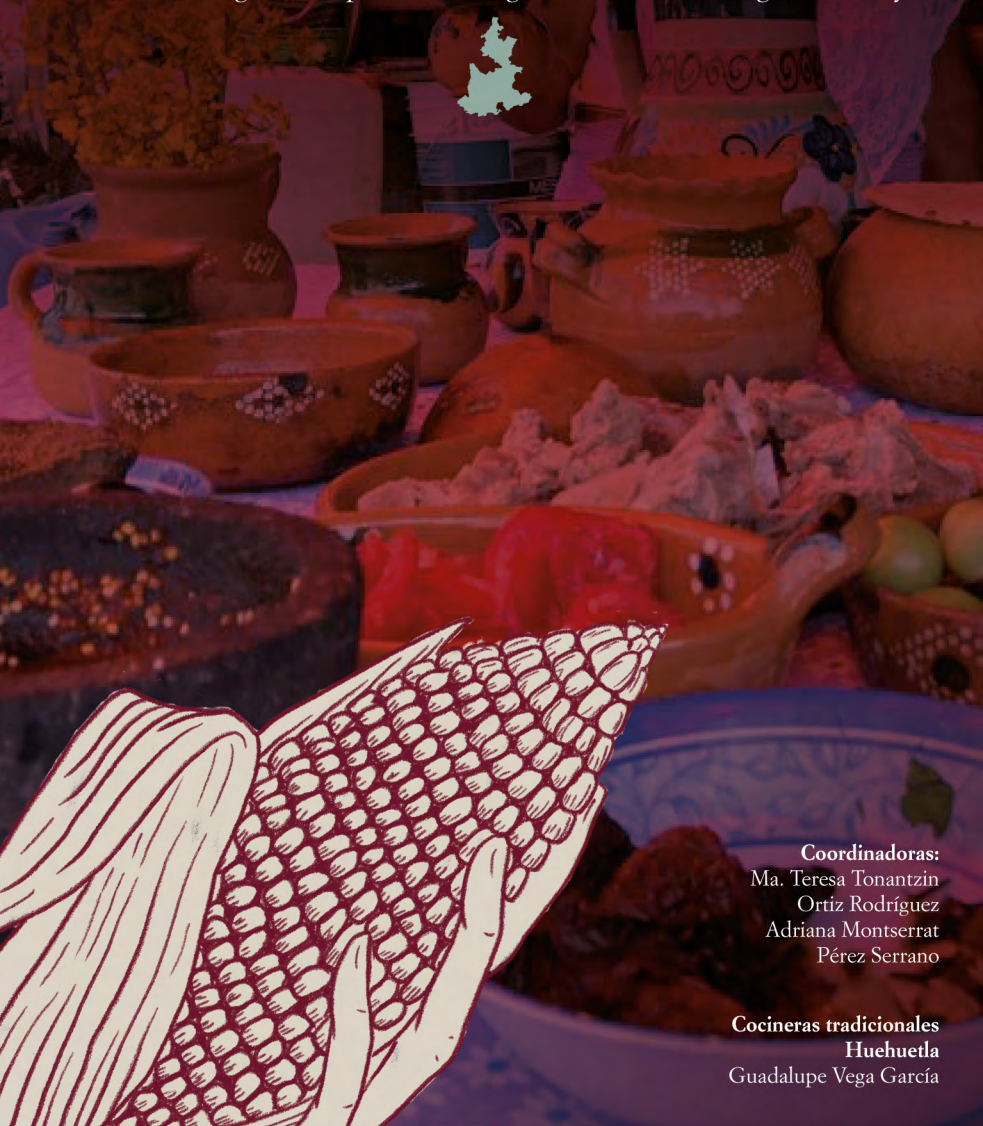


LIK GALHTÁWAKGA XPALAKATA LALA NA MAKGSKALAYAW KI LIWATKAN UNU XKILHTSUKUT

Fascículo 1. Lakgaxtlaw xpalakata talakgalaman chu lala makgxtúm na layaw



Coordinadoras:
Ma. Teresa Tonantzin
Ortiz Rodríguez
Adriana Montserrat
Pérez Serrano

Cocineras tradicionales
Huehuetla
Guadalupe Vega García

LIK GALHTÁWAKGA XPALAKATA LALA NA MAKGSKALAYAW KI LIWATKAN UNU XKILHTSUKUT

Fascículo 1. Lakgaxtlaw xpalakata talakgalaman chu lala makgxtúm na layaw

Coordinadoras:

Ma. Teresa Tonantzin
Ortiz Rodríguez
Adriana Montserrat
Pérez Serrano

Cocineras tradicionales Huehuetla

Guadalupe Vega García

Xa tiku makgtayninkgolh akgxni tatlawalh uyma likgalhtawakan

Cocineras tradicionales Huehuetla

Guadalupe Vega García
Rosario López Sánchez
Ana Vega Santiago
Karina Hernández García
María Rosa García
María Guzmán García
María Méndez Hernández
Carmen Francisco Hernández
Carmen Tizo Rodriguez

Tuxtla

Zenaida Bonifacio Juárez
Martha López de Aquino
Rosalia López Zacarías
Sonia Esteban Lucas
Justa Juárez Juárez
Adriana Núñez Bonifacio

Buena Vista de Cuauhtémoc

María Soledad Iiniestra Ayala
Soledad Carrera Rodríguez
Estela Toledano Martínez
Angélica García Álvarez
Isabel Delgado Carrera

Tlacotepec de Benito Juárez

Petra de Jesús López
Galdina de Jesús López
Gilberta de Jesús López
María Nieves de Jesús Rojas

Equipo académico:

Dra. Ma Teresa Tonantzin Ortiz Rodríguez

(responsable y coordinadora, enlace Concytep-Sectur Estado de Puebla, profesora investigadora Universidad Intercultural del Estado de Puebla)

Dra. Adriana Pérez Serrano

(apoyo y asesoría metodológica, El Colegio de Tlaxcala, A.C. - COLTLAX)

Mtra. Margarita Núñez Bonifacio

(ayudante de investigación, egresada de la UIEP y del COLTLAX así como enlace directo con grupos de acción de Tuxtla, Zapotitlán de Méndez)

LT Lourdes Yanalte Cabrera Ramírez

(Enlace directo con grupos de acción y autogestión comunitaria en Huehuetla, adicionalmente apoyo en instrumentos metodológicos cualitativos y cuantitativos, maestrante del COLTLAX)

Egresados de la Lic. en Turismo Alternativo UIEP:

Héctor Del Ángel Gaona Ricaño

(entrevistador y enlace con cocineras tradicionales de Huehuetla)

Lic. en TA Berenice Delgado Niestra

(entrevistadora y enlace con cocineras tradicionales de Tlacotepec de Benito Juárez)

Estudiante matriculada de la Lic. en Turismo Alternativo UIEP

Teresa Rojas de Jesús

(entrevistadora y enlace con cocineras tradicionales de Tlacotepec de Benito Juárez)

LIK GALHTÁWAKGA XPALAKATA LALA NA MAKGSKALAYAW KI LIWATKAN UNU XKILHTSUKUT

Fascículo 1. Lakgaxtlaw xpalakata talakgalaman chu lala makgxtúm na layaw

Las opiniones vertidas en el presente documento son responsabilidad única de las y los autores, y no representa la postura de la institución que edita.

Coordinadoras:

Ma. Teresa Tonantzin
Ortiz Rodríguez
Adriana Montserrat
Pérez Serrano

Cocineras tradicionales
Huehuetla
Guadalupe Vega García

Sergio Salomón Céspedes Peregrina

Gobernador Constitucional del Estado de Puebla

Javier Aquino Limón

Secretario de Gobernación del Estado de Puebla

Gabriela Bonilla Parada

Presidenta del Sistema Estatal para el
Desarrollo Integral de la Familia

María Isabel Merlo Talavera

Secretaria de Educación del Estado de Puebla

Eduardo Castillo López

Presidente de la Junta de Gobierno y Coordinación
Política del
H. Congreso del Estado Libre y Soberano de Puebla

María Belinda Aguilar Díaz

Presidenta del Tribunal Superior de Justicia del
Estado de Puebla

Victoriano Gabriel Covarrubias Salvatori

Director General del Consejo de Ciencia y
Tecnología
del Estado de Puebla

Luis Gerardo Aguirre Rodríguez

Responsable del Área de Publicaciones

Esperanza Ricaño Erasmo

Corrección de estilo

Laura Alejandra Fernández Gutiérrez

Diseño editorial y de portada

Ma Teresa Tonantzin Ortiz Rodríguez

Adriana Montserrat Pérez Serrano

Autoras

Primera edición, México, 2023

Publicado por el Consejo de Ciencia y Tecnología de
Puebla (CONCYTEP) B Poniente de La 16 de Sept. 4511,
Col. Huexotitla, 72534. Puebla, Pue.

ISBN: 978-607-8901-97-5

CÓDIGO IDENTIFICADOR CONCYTEP: C-A-2023-II-152

La información contenida en este documento
puede ser reproducida total o parcialmente por
cualquier medio, indicando los créditos
y las fuentes de origen respectivas.

WANTU NA LIKGAHTAWAKGAYAW

**KA TSINU KA LIKGATSI TUKU NA
LIKGALTAWAKGAYAW 1**

**1. KALAKGAPASWE TSINU XPALAKATA
KI LIWATKAN 3**

**2. ¿TUKU XPALAKATA XLAKASKINKA
TALAKGALAMAN LIWAT? 4**

**3. NI PAKGS WANTUWAYAW
WANPUTÚM XA TALAKGALAMAN
TAWAYKAN 6**

**4. WAN TU WAYAW AKININ, NA WA
WOKGO LAKGAPAXALNANIN 14**



KA TSINU KA LIKGATSI TUKU NA LIKGALTAWAKGAYAW

Wa kintalakapastaknikan xla makgtúm likgaltá wakga makgtayanan pi ni natsangay xakgama tamakgtakgliht kminkachikin tani tachixkuwinita chu namakgtayakgoy latamanin wanti maklakaskinkgonit xatatsokgni xlakata tamakgtakalhta namatlasiyan xpustakan mi liwat.

Wa uma makgtúm likgalhtáwakga talak kaxtlawanit limakgxtúm kachikin xla chixkuwin, lakchajan, kamanán, lakkgolon, kamakikgolh xatakatsin xamakgan liwat, chu tiku lakgati ni na tapasankgay ki liwatkan tu unu xkilsukut chu litum na xkgaliw akgtúm kapsnat nima skinkgamakgtayan ni chi kaitila para ti a chatúm na kgalxtuy ki liwatkan kumu ni kgalhi kintalakaskinkgan.

Cha uma likgalhtáwakga xalhuwa ti tlawakgolh wa uymá tapakgsikgo Huehuetla, Tuxtla, Zapotitlán de Méndez, Buena Vista de Cuauhtémoc (municipio de San Sebastián Tlacotepec) chu xlakcabecera de Tlacotepec de Benito Juárez.

Wa pi makgskalaputuna likgalhtáwakga xatat-sokgni wantu na maxkiyan limakgtliwak namastay



talakaskin kachikin anta laktsukulh yama talakapastakgni xla xamakgan liwat.

Lakgxtúm kalaw nitu tapatsankgama wantu katsiyaw, tlan kin na litastuway wapi akgtanks na maskujuyaw tu katsiyaw, chu na tkan na lisawanikgoyaw kiliwatan wan ti min takgchokgoy kin kachikin.

Wa uymá likgalhtawaka na waniyan xlala tlan na makgtanuya.



1. KALAKGAPASWE TSINU XPALAKATA KI LIWATKAN

Xlan max kgalhiya minchik chu pukuxtu niku chanana lha kumu kin. Chu xlan uma tiyat mintlát makgamaxkiakgon, pi chi ka tamawa watiya na maxkiakgoya mi lakgskgatakan. Uma tiyat tamastatilha kgata kata. Wi litúm tuku na mixkikana nima ni ukxilhaw lha kumu kin tawaykan.

Chama liwat tuku kin kamaxkiyan kin tiyatkan lha chu uma tawakat taxanan, chu tachanan kakg nima makiyaw kgpukuxt, chu kuxi, nipxi, stakgna chu makgalayaw, pakgs uyma liwat wa talakaskintilhay unu kachikin.

Pakgs uymá tuku chanaw, man lakaskinaw lha xananaw, chu pakgs tu makiyaw kin taxanan, watiya lakaskinaw lha kaxtlawakan ki liwatkan, nima chali chali liwayanaw, chu paskua, akgxni tapuchuwakan chu tamunukan, chu santunu, chu akgxni katulhuwa lipaskuananaw kin kinta-chunukan chu akgtuminik kachikin.

Pakgs lha kumu kaxtlawayaw ki liwatkan makglakaskinaw takatsini chu tuku namaklakaskinay ¡Xlikana, na chana hkuyat lhu xtalakasking!



2. ¿TUKU XPALAKATA XLAKASKINKA TALAKGALAMAN LIWAT?

Pakgs xlakaskinka talakgalaman nima kin kamaxkiakgon kin tatakan.

Wa uma talakgalaman kin kamaxkiyan tlan lataman, chu talakapastakgni xlakata lala na chana-naw chu nakgalhiyaw lagatsu ki liwatkan ni chi makgat na anaw putsuyaw.

Xa kiliwatkan masiyu kin tasmaninkan, kin tapa-chuwankan, kin talipawankan.

Pakgs uma, tuku kin kalilakgapaskgoyan amak-gapitsin, wantu chanaw kin pukuxtukgan chu kin takgalinkgan, wantu kgalhiyaw chiki, kin kamalak-gapastakgayn lala xkinkgamawikoyan kin tatakan.

Kin kuentakgan chu na makgskgalayaw pakgs uma talakgalaman tuku kin kamaxkiakgon, xpalakata tlan na tamakglhtakgalhaw xpuhuankgonit.

Xa ma limakgskalat uma talakgalaman liwat pakgs wa wanputúm pi kamaxkiw litliwakg chu ka lakgapaskgolh ninchu xkiltasukut, chu na xlagaskinkga



pi na ukxilhaw wa pi tlan liwat na lisawanikgoyaw wa paxialhnanin.

Akg tanks ka ukxilht uma cuadro, wa na masiiniyan xlala wi taskujut xpalakata ki liwatkgan chu lala akg tanks takaxtlawa.

Cuadro 1: Ka ukgxilt lala wi xa taskujut chu tukilitkatsinkan ni chi tapasankgama xa talakgalaman liwat.



Tiku tlawalh Margarita Núñez Bonifacio



3. NI PAKGS WANTUWAYAW WANPUTÚM XA TALAKGALAMAN TAWAYKAN

¿Pi kgatsiya? Akgtanks xli takatsit pi cha tu wayaw ni pakgs xa makgan liwat, maski wa liwat niima xlakgoy ki nanakan chi nima kin tlawayaw ni pakgs xa makgan. Akgtanks ki lilakapastaktkan, chá pi xlakaskink:

- a. Kgatsiya na lakgapaskgoyaw ti makgskgalaputungkoy chu anta kgalhipuntonkgoy xa makgan xliwatkan, wa chuwanimakgow: xmakatsinanin tachanan, xtlawaninanin liwat xa tasmanin, chu makgapits chanananin, wa litalakgaskgoy agentes sociales.
- b. Na lakgapasaw liwat nima watiya tu tiyataxtutilhakgoy xlakgmakgasna kilhtamakú chu lhuwa ki lakan tlawakgoyaw. Ki litlawatkan akgtúm tankgsniwtani na putlakgawilikgoyaw.
- c. Cha xlipakgs tatsokgni na laksakaw tipatúy eso chi tipatati liwat nima puwanaw na tiyataxtukgot akgtúm takgalhwan xla litalakgapasni.



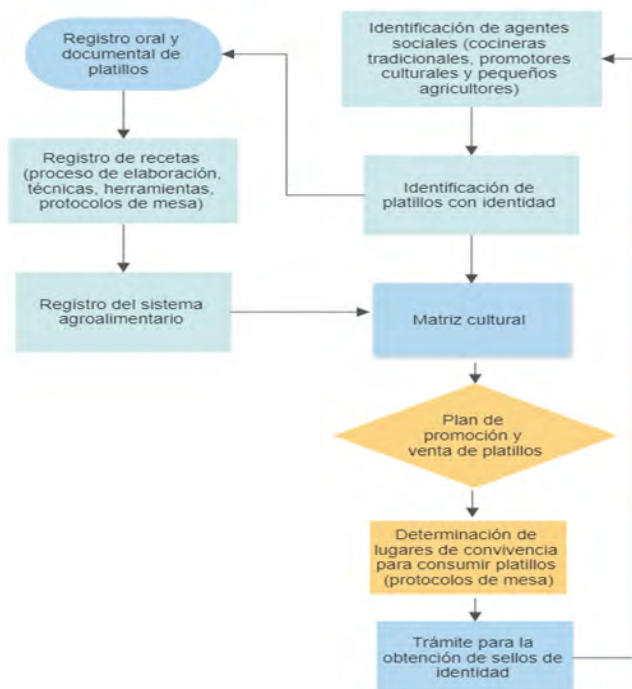
- d. Cha lha akxn ki litlawatkan akgtúm tatsokgni tani na wanaw lalaa minkgoy uma tipatúy, eso tipatati liwat nima laksakaw, kiliwiltkan akgtúm tatsokgni tani na makatsininanaw chu akgtúm tani nalhkaxtutilhayaw lalaa kaxltawakan tipatúm liwat.
- e. Nana lala tlawatilhakan tatsokgni , na xlitatlawat akgtúm tatsokgni tani na wanaw tuku tatlawakan, tu maklakaskinkán chu lalaa tlawakan tipatúm liwat.
- f. Cha na akgtanks ki litsokgtkan lala tlawakan, ti tlawakgoy chu ti wakgoy uyuma tuku chanaw, tuku mamakxtumiyaw chu tuku makgastakaw.
- g. Atsinu aya nanakgalhsputuyaw, cha kgatsiya wa pakgs ki litsokgtkan lalaa tlawayaw, ni tlawayaw, ti tatlawakgoyaw chu ni liwaya wayaw uyuma liwat, chu na kiliwanan-tkan lala kakaxtlawayaw chu tu wiliyaw tani wayanaw.
- h. Cha tu xlikgalhsputnat ki litlawatkan akgtúm pumakamin xla taskgalay tachanan tani akgtanks nataputsani xtalakgapasni tipatunu liwat.



Akgtanks ka ukxilht cuadro xli akgtó, anta wi akgtúm diagrama tani wanit lalaa na tlawaya tu jkawanini ktatsokgni nima ukxilhwa, wa uyuma kgantúm tiji nima na stalaniya ni chi akgtanksangapat lha na tlawaya. Kmalakastakayan pi cha uyuma tatsokgni chu taskujut ka limakgxtúm xlitatlawat, ni lhi a'an pi ka chatúm ti natlaway, maski ka kgalhkitsis xliwanat uyuma tu makgskgalaputungkoy chu anta kgalhipuntonkgoy xa makgan xliwatkan.



**Cuadro 2: CHA UYMA CUADRO KIN KAMASIINIMAN
LALA NA KATSIYAW PI WA XA MAKGAN LIWAT**



Tiku tlawalh Margarita Núñez Bonifacio

Cha uyuma pumakamin xla taskgalay tachanan wa tipatúm liskuni nima ti malaknulh antropólogo Guillermo Bonfil Batalla akxni kat 1990, wa xliwankan na takatsiy pi cha kachikin xa limaxk-gan maski ti tanukgoch luwanan chu maski la chiyu anan tu nalh luwa xa tlan cha lalaa makgs-kgalakgoy xtachanankan luwa xtanana lalaa xt-lawakgo xa lakgmakganin.



Ka ukxilht cuadro xli akgtutu, cha uymá ka lakumu akgtúm formato nima namatsamatilhaya lha nakgalhitilhaya takatsin nima na tlajatilhaya ktatsokgni nima ukxilhwa. Napuwana pi ka xakstu tachanan walapi cha tu maklakaskin wa tlawatilhakgoy kachikin xa lha anta chuwa pi tini lipawankgo. Chuwa cha pi chuna na lhi chananan talhtsi xala anta, na mamakxtuminana chu na lhi makgastaka tuwan chu xawat takgalhinin pus chuna na wankan pi wa tamaklaskin xa lha anta.

Cha kin lhuwa makglhuwata tlawayaw chi masmaniyaw jkintachanankan nima nix tlawakan makgasa. Ka kiliwiliw, ¿Pi xkatsiya pi cha ma paxnu ni xa lha América?, Wanti liminkgolh luwanan, cha kin ti tsukuw makgastajkgoyaw. Katsita ti wi takatsin nima kilakan tlawaya maski niwa, wa xliwankan pi ni pustsayaw xtamakgtaykan ti lhuwa timalaktsukikgolh pus kilakan tlawayaw chiyu . Na nana chu ni kin malaktsukiw ma nalitsapaya laktsu chuwux klhagat cha na kilakan tlawayaw.

Cha lakgachunin, wa luwanan ti kichinkgoy jkachikin xlanan tlawakgoyacha tani lakapulhkgoy kintakatsinkan, tu tlawayaw, lalaa tlawayaw chu tu maklakaskinaw, wata watiya chu tlawakgoy kin chu nalh tlawayaw, lakumu chu ma kuxi xa lakgpakgni



nima stakgokan kbolsa. Eso chi wa ma cazwila nima nalh tlawakgoka klaktsu jkachikin.

Cha ma nakgalhiya eso na tlawaya wintu ni wix malaktlani eso chi ni wa masiyunim ti xa makgan wa wanikan ni mi laa', nalh mi la katiwa maski na tlawaya mu ni wix wa malaktlani. Na ka chuna lay ma ka katuwa wantu maklakaskina, ka tanu tanu ti tlawakgoy pus ka anta ki likitkan kpustan, kplaza eso chi kpakgakgxtu anawi kiyaw, maski kin chu wa xokgoyaw cha ni ki lakan, anta tlawakgokan klaklanka kchiki chuwa maklakaskinaw chu wa tumin tlan chi na kiyaw.



***Cuadro 3. CHA UYMÁ CUADRO WANIKAN MATRIZ
DE CONTROL CULTURAL, WA TALAKASKIN AKXNI
KATSIPUTUNAW PI AKGTÚ M LIWAT UNU XKILHTSUKUT.***

Tu na maklakas- kina xla tachanan	Kila		Ni Kila	
	Ka niitu lipawan	Xa tlan	Na mastaya	Ka chuna wankanit
Tu na tatlawaya				
Ka katuwa tuwan				
Tu nalimakgamiya				
Tu namaklakaskina				
Liskuni				
Tu nalimakchaya				
Tani tlawakan liwat				
Wan tu ta- maklaskin tlan namatsuwiya				
Ka katuwa tu tamaklaskin				



Wan tu nila ka tixama				
Naskgoyonana				
Tatakanal				
Tapaskwan				
Tamajkatsin				
Talakapastakni				
Takanal xa makgan				
Wa tu uku				
Tamakxtumit				

Akxni lha na matsamatilhayaw cuadro xli akgtu-tu walapi ukxilhaw pi cha tu tamaklaskin kilakan chuwa nitu tu tanu na lipawanaw...|Aya tlan, cha ki liwatkan kgalhi xli talakgapasni!

Cha lipikwa tu tamaklaskin ni lhuwa kilakan eso chi ka chuna wankanit, wa liwat nitu xli talakgapasni, ka wa pi tlawayaw kumu na kanana xtlawakgoy ki nanakan chu kintsekan maski na ka lakatunu max wa ti katsikgolh.



4. WAN TU WAYAW AKININ, NA WA WOKGO LAKGAPAXALNANIN

¿Xkatsiya pi tipalhuwa liwat wantu taway México lha makgasa ka pakgs xwakgoy, chanchu uku kamán, paxialhnanin tlan wakgoy chu ti kalhiakgo tumin?

Chuna lalh kPuebla anta xkilhtsukut mole, cha wan-chu paxialhnanin xlagatiakgo tanu liwat nalh wa wantu chali chali shwokgoy pues chanchu pustak-gan liwat tsukgokolh tlawakgo mole ka ni kgawa xhu xtlawakan ma mole maski ni anta wa xkilhtsukut. Wanchu uymá liwat lisawanikgokan paxialhnanin.

Ni achatúm ka maxkiw talakaskin palha nastay wan tu unu xkiltsukut ki kiwatkan, tlan watiya kin na lisawanikgoyaw paxialhnanin chu tlan kin na litaxtuyaw.

Cha lhu makgxtúm na layaw ni chi kin kamalhti-makgan uymá takatsin, chu tini kinti kgawanin palh tu tanu liwat na tamawayaw tu ni lu xa tlan.

Cha uma likalhtáwakga kin ka waniyan wa pi tlan tlawayaw xanal tamaxtumit wan tu na kin ka mak-gtayakgoyan xpalakata ki talakgalaman liwat.



Chu uymá tamaxtumit akgtuminika natalakgo xa lakatano tlan chi na makgskalayaw kin takalaman liwat.

Wa kliwat tu unu xkilhtsukut uymá tamaxtumit na tsokgwali xhu tlan na lisawanikgo paxialhnanin.

Xlakaskinkga na kalhiyaw kin tamaxtumitkan wa uymá na ukxilha tipalhuwa liwat chuna wan pi unu xkiltsukut, tlan chi na kgalhi akgtúm sello tu na lilakgapaskgo amakgapitsin pi unu xala liwat.

Ka man kin tla na lisawanikgoyaw paxialhnanin ni ka tila tun tanu tlan na litaxtuy.

Wa uma sello na kin kamaxkiyan kin takawanikan tlan chi nastayaw kiliwatkan, chu ni katinilh kin talakgapastakni xalakata lala chananaw, lala makiyaw kin tachanan, chu palh lala makgskalayaw kin takalhinkan tu yawayaw kchiki. Xa lakatanu likgalhtawakan na lixakgatliyan.

Akxni na kin kgalakapaskanan tlan na tamaxtumiyaw, chu na chiwinanaw xlakata lala na skujaw chu tlan na stayaw ki liwatkan tu unu xkilhtsukun.

Katsiya kiliwalitkan ninchu na tastay ki liwatkan unu kin kachikinkan. Chu pakgs na ukxilhaw tu



napustayaw wa liwat. Pakgs uma tlan xlakaskiw tu xa makgan xtalakgaskin.

Wa uymá na lakgati tikukinkalakgapaxialhnankgo-yan. Akxni na katsiyawa palh lala naskujaw wanchu na ukxilhaw xpalakata xa tu liwat tlan na stayaw, chu na ukxilhaw pini lakgalhuwa na tastay uymá liwat ni chi talatlawamaw amakgapitsín.

Anta unu kgalspu ki likgaltawakankan xlakata kin talakgalaman liwat, tlan chu lakgxtúm kgalaw ni chi tapatsankgama uymá talakgapastakni tu xla kiliwatkan unu skilhtsukut.

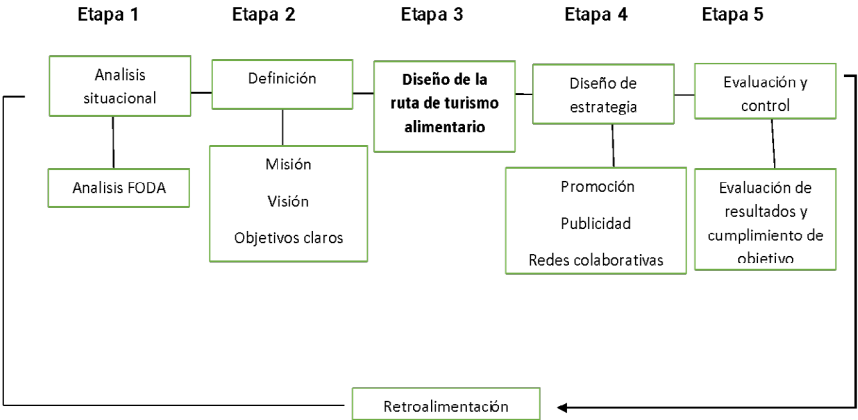
Wantu tsinu tsinu tapatsankgama, xpalakata we ni ma nalh tatlaway lha uku.

Wapi lakgatiya tlakg na katsiya xlakata uma takgalhtawaka tlan na kin xakatliya.

Cha uyma akgtitati likgalhtáwakga kin kamasiini-llan xlakata kuenta na tlawayaw xpalakata talakgalaman liwat chu na tlan na litaxtuyaw.



*Cuadro 4. CHA UMA CUADRO KIN KAMASIINIMAN TU
KI LITLAWATKAN XLAKATA TALAKGALAMAN LIWAT.*



Tiku tlawalh Margarita Núñez Bonifacio



