**LENGUAS INDÍGENAS DE MÉXICO**

En México existen 68 lenguas indígenas con aproximadamente 364 variantes lingüísticas. Algunas de las más habladas son el náhuatl, el mayo, el mixteco y el zapoteco. La mayoría de las lenguas habladas se concentran en las zonas centro y sur del país, dado que la mayoría de los pueblos indígenas se encuentran en esas zonas. Se sabe que, de aproximadamente 122 millones de mexicanos, 7 millones hablan una lengua indígena.

Desafortunadamente más de 60 lenguas están en riesgo de desaparecer dado que para algunas de ellas no existe una forma de escritura. La pérdida de las lenguas va acompañada con la pérdida de los conocimientos tradicionales sobre la naturaleza y el universo que conforman la cosmovisión de los pueblos indígenas, su valor cultural e intelectual, por lo que es preciso preservarlas.

Actualmente existen talleres, eventos académicos y artísticos con la finalidad de dar a conocer la diversidad de diferentes lenguas indígenas.

Las lenguas indígenas son reflejo de las costumbres y la cultura de cada comunidad; por ello, cada vez que muere una lengua muere una cosmovisión del mundo.

**PUEBLOS INDÍGENAS DE MÉXICO**

Los pueblos indígenas son distintas comunidades que asumen una identidad y una tradición cultural basándose en los antiguos pueblos autóctonos de la región de las épocas precolombinas, como la cultura maya y azteca. En México existen 56 grupos o pueblos indígenas y aproximadamente 15 millones de personas pertenecen a uno de estos grupos. Los Estados con una mayor presencia de pueblos indígenas son Oaxaca, Guerrero, Puebla, Veracruz y Yucatán. Lamentablemente, existen diferentes amenazas para estos pueblos indígenas, entre las cuales destacan la discriminación, la sobreexplotación de recursos naturales por parte de la sociedad en general y la migración.

En cuanto a religión se trata, un elevado porcentaje de pueblos indígenas practican la religión católica en México, aunque algunos otros practican la religión popular, la cual es una mezcla de diferentes elementos precolombinos y africanos, como danzas y rituales.

Pero, ¿a qué se dedican estos pueblos indígenas? Algunas de las tareas a las que se dedican muchos de estos grupos indígenas son la elaboración de artesanías, tales como textiles, barro y cerámica para su comercialización. Otras personas de estos pueblos se dedican a colectar hierbas comestibles del campo, frutos y verduras para poder venderlos en los mercados tradicionales.

**LA CULTURA TEOTIHUACANA**

La cultura teotihuacana fue una de las más importantes en México, se extendió por el Estado de Puebla y los valles centrales de México. Teotihuacán fue el resultado de varios grupos humanos dispersos, ocupaba 20 km2 y fue un centro religioso en el que adoraban al Sol y la Luna. Su sociedad estaba estructurada en 3 grupos sociales: comerciantes, militares y sacerdotes.

Gracias a conquistas e invasiones, el poder de Teotihuacán se extendió por más Estados, teniendo hasta 200.000 habitantes. Entre los años 650 y 700 d.C. fue destruida e incendiada. Se supone que su decadencia fue gracias a problemas internos que aprovecharon pueblos invasores. El prestigio de la Ciudad perduró y se hizo legendaria para culturas posteriores, como la azteca. Las estructuras más importantes y conocidas de la cultura teotihuacana son: la Pirámide del sol, que es la más grande e importante, la Pirámide de la Luna, que es la segunda estructura más grande, el Templo de Quetzalcóatl y la Ciudadela.

**DÍA DE MUERTOS**

El Día de Muertos, que se festeja el 1 y 2 de noviembre, aunque normalmente comienza la noche del 31 de octubre cuando se encienden las primeras veladoras, es una celebración mexicana para honrar a los muertos que se remonta a la era prehispánica y que tras la llegada de los españoles se mezcló con las fiestas católicas de los fieles difuntos.

Para esta celebración, se debe poner una ofrenda o altar, en el cual deben estar presentes las fotografías de nuestros muertos, velas, frutas, comida tradicional, en ocasiones la comida que era la preferida de nuestro muerto, calaveritas de azúcar, el tradicional pan de muerto y un vaso de agua. Para los muertos que eran adultos pueden colocarse bebidas alcohólicas tradicionales, como tequila o pulque y en el caso de los niños, pueden ponerse juguetes. Además, esta ofrenda debe ser decorada con papel picado de colores y flores de cempasúchil, las cuales indican el camino de regreso a casa.

Cabe señalar que al igual que las flores de cempasúchil, cada elemento en la ofrenda tiene un significado en particular, por ejemplo, las velas están asociadas a la luz que guía a las almas a volver a casa.

**LA COMIDA MEXICANA**

La gastronomía de México se compone de diversos platos típicos en los que se refleja la riqueza que se ha acumulado durante el tiempo: desde la época prehispánica, a la colonial e incluso la contemporánea y es que, aunque nuestra cocina es reinventada continuamente, algo de nuestros pueblos originarios se mantiene en ella.

Todo esto llevó a la gastronomía mexicana a ser reconocida, por la UNESCO, como Patrimonio Inmaterial de la Humanidad en el año 2010.

Lamentablemente, no existen recetas 100% prehispánicas. Esto se debe a la falta de fuentes o códices que las hayan registrado y al mestizaje gastronómico que se dio durante La Colonia. Por lo tanto, los platillos que conocemos ahora han existido gracias a la preservación que han hecho las comunidades indígenas y mestizas.

Los ingredientes básicos y representativos de los platillos mexicanos son: el maíz, el chile, el frijol, el nopal y el jitomate.

Ahora bien, algo indudable es que los colonizadores aportaron: grasas animales, trigo, harina, carne de vaca y pollo, productos lácteos como leche y quesos, entre otros que hicieron que la gastronomía se diversificara aún más.

La cocina mexicana, también se caracteriza por sus salsas, que sirven de acompañamiento para los platos tradicionales, preparadas a base de especias, algunas de las cuales fueron traídas por los colonizadores.

**LA LUCHA LIBRE**

Es la llamada que nos anuncia que lo bueno está por comenzar. La lucha libre es la versión de la lucha estilo libre o lucha olímpica, que se caracteriza por su estilo de llaves a ras de lona, acrobacias aéreas, reglas y folclor propios del país.

En la lucha libre, algunos luchadores utilizan máscara para poder cubrir su imagen real y así, crear una nueva identidad. Al luchar, los personajes pueden pelear con otro luchador que también tenga máscara, a esta lucha se le llama, máscara contra máscara, pero si el oponente no tiene máscara, se dice que es máscara contra cabellera. Para un luchador enmascarado, es decir, con máscara, al perder una pelea no sólo pierde su máscara, también pierde su identidad.

En la década de 1950, aparecieron en México personajes quienes hoy día se consideran las leyendas de la lucha libre profesional, por ejemplo: El Santo, Blue Demon, Mil Máscaras, El Cavernario, entre otros.

Para la lucha libre, inicialmente se usaba un cuadrilátero de cuatro caras y a partir del 2000 se empezó a utilizar un ring hexagonal. La Arena México y la Arena Coliseo, en la Ciudad de México, son las catedrales de la lucha libre mexicana.

**DEPORTES MEXICANOS**

Hablar de deporte en México no sólo implica mencionar los deportes más conocidos a nivel mundial como el fútbol. Existen otros dos deportes clásicos en el país.

El primero de ellos y el más antiguo hasta ahora es el tradicional juego de pelota, el cual era jugado por las civilizaciones precolombinas, aproximadamente desde el año 1400 a.C. Se cree que se practicaba en la vida cotidiana y celebraciones religiosas. El objetivo de éste era mantener la pelota en juego, no debía caer al piso, los jugadores utilizaban codos, caderas y rodillas para pasar la bola de un lado a otro y poder meterla en un aro que se encontraba en lo alto de la cancha. Se dice que la bola pesaba aproximadamente 4 kilogramos.

El segundo deporte mexicano, nacido a principios del siglo XX, es la Charrería mexicana. Este deporte combina la equitación con el jaripeo, el cual consiste en montar caballos, reses vacunas y realizar diferentes ejercicios, como lanzar una cuerda sin matar al animal. Estas prácticas deportivas se llevan a cabo en lugares llamados “Lienzos Charros”, los hombres que practican este deporte son llamados “Charros” y las mujeres “Escaramuzas”. Se dice que se originó después de la Revolución Mexicana en los Estados de Hidalgo y Jalisco y fue extendiéndose en todo el país.

**MÚSICA FOLCLÓRICA**

La música folclórica de México es el resultado de la mezcla cultural que vivió el país a lo largo de su historia. Desde la época precolombina muchas culturas se entremezclaron, pero con la llegada de los españoles se produjo una verdadera mezcla cultural, se puede decir que la música mexicana es una manifestación del mestizaje que se dio entre las muchas tradiciones europeas, americanas y africanas, entre otras.

La música mexicana es muy diversa, y las manifestaciones culturales varían de acuerdo a la región del país. Sin embargo, las rancheras y la música de los mariachis se han impuesto como prototipo predominante de música folklórica nacional, tanto dentro como fuera del país. La figura del charro, sus rancheras y sus mariachis son un auténtico producto cultural, surgido de los pueblos del occidente mexicano. Además de las rancheras, otra vertiente importante de la música tradicional mexicana es la norteña, la música banda y la grupera. Aunque tienen relación con la ranchera y el mariachi, sin duda la música norteña es radicalmente distinta, sobre todo por incorporar instrumentos más modernos y ser, por lo general, más bailable.

**SITUACIÓN COVID-19 EN MÉXICO**

Actualmente en México hay 8.261 casos confirmados, y hasta ahora un 37% de esos casos han requerido hospitalización. Afortunadamente 3.087 personas se han podido recuperar del virus.

Al igual que en otros países, la situación del virus es delicada y la mayoría de la gente también se encuentra en confinamiento, sin embargo, la situación se vuelve complicada para nuestro país porque hay personas que no pueden dejar de asistir a su trabajo, además existen personas dedicadas al comercio informal y deben salir constantemente a la calle para poder ofrecer y vender sus productos.

Por otro lado, se sigue insistiendo a la población, a través de diversos medios, a que permanezcan en su casa y, que las personas que padecen enfermedades crónicas, como diabetes o hipertensión, deben extremar precauciones para evitar contagios porque tienen mayor riesgo de complicarse. También se hace constante mención de que combatir esta pandemia es tarea de todos, por lo que se deben seguir las indicaciones correspondientes que da nuestra Secretaría de Salud.

**DIFERENCIAS DEL CONFINAMIENTO ENTRE MÉXICO Y FRANCIA**

Por el momento México permanece en fase 2, hasta el momento no se necesita un permiso para poder salir a la calle y también es posible salir a hacer deporte sin la restricción de que sea una hora al día y sólo a 1 km a la redonda del domicilio.

No existe una multa al permanecer fuera de casa por mucho tiempo y en algunos supermercados no es necesario hacer fila al entrar ya que no hay gran cantidad de gente. Algo que podría tomarse como ventaja a esto, es que ciertas personas prefieren hacer sus compras en las famosas “tienditas de la esquina”, que son una especie de pequeños centros de venta de alimentos y otros productos, algo muy similar a un Carrefour exprés y se llaman así, porque literalmente, las encontramos en cada esquina. También existen pequeños restaurantes familiares, conocidos como “cocinas económicas o fondas”, y al igual que muchos restaurantes en Francia, sólo están dedicados a la venta de comida para llevar. Aunque por el momento, todas estas medidas no son tan estrictas como aquí, se prevé que al entrar en una fase 3, las medidas serán un poco más extremas.

**LA HISTORIA DEL CHOCOLATE EN MÉXICO**

El chocolate nació en México en donde se bebía desde la época prehispánica. Con la conquista viajó a Europa y de ahí a todo el mundo. Para los habitantes de Mesoamérica el cacao era símbolo de abundancia o riqueza, el cual era empleado en el momento de rituales religiosos dedicados al Dios Quetzalcóatl. Almacenarlo o beber el chocolate en agua era solo para guerreros o personajes de la alta sociedad.

En el siglo XVI cuando Cristóbal Colón llego a América, los indígenas tomaban el conocido “xocolatl” una bebida con un fuerte sabor, se cree que, en los primeros tiempos, el cacao se consumía como una bebida a base de fermentación, algo parecido a una cerveza.

También se dice que el chocolate se preparaba con miel o flores, se le agregaba pimienta gorda, hierbas, maíz, entre otras cosas.

Cuando llegó Hernán Cortés a México, en 1519, los españoles adquirieron la costumbre de consumir la bebida de chocolate al igual que los aztecas, con la única diferencia de que ellos le agregaban azúcar.

**EL TURISMO EN MÉXICO**

México es un país con una gran riqueza natural y lugares únicos, por lo cual es uno de los líderes del turismo internacional. Esta posición de privilegio también se fundamenta en su variada oferta de atractivos turísticos, donde destacan la diversidad de paisajes, como sus hermosas playas, lugares místicos, llenos de testimonios arqueológicos heredados de sus pobladores originarios, además de construcciones o monumentos.

A lo largo de todo el país se cuenta con Pueblos mágicos, que son ciudades o pueblos caracterizados por proteger y guardar su riqueza cultural. En la mayoría de ellos los pobladores nativos muestran a los visitantes las construcciones que narran su historia, museos que acopian su acervo cultural y la forma en que mantienen vivas sus tradiciones ancestrales, en ceremonias y festivales, donde puedes disfrutar de actividades culturales y de entretenimiento.

Algunos lugares que puedes visitar si vas a México son: La Riviera Maya, el Estado de Oaxaca, la Ciudad de México, El Estado de Quintana Roo, y dentro de cada uno de ellos puedes recorrer sus centros arqueológicos y parques Nacionales.

**FLUJO MIGRATORIO**

La migración mexicana tiene una larga tradición histórica junto a nuestro vecino norteamericano. La línea fronteriza separa no solo a dos países, sino a un país con un nivel de vida mucho más alto que el otro, siendo esta una de las principales causas que ha motivado el fenómeno migratorio desde sus inicios. En los últimos años, la migración mexicana a Estados Unidos ha experimentado cambios importantes en el volumen, modalidades, origen y destino de los flujos migratorios que se dirigen a ese país.

Además, México ha sido tradicionalmente una nación de acogida de refugiados, asilados y trabajadores inmigrantes procedentes de distintos países y regiones del mundo, muchos de los cuales llegan en caravanas, y quienes han encontrado trabajo y un lugar donde vivir en el territorio mexicano, sin embargo, hay inmigrantes que una vez en México insisten en llegar a la frontera norte del país buscando cruzar a Estados Unidos.

Dadas las circunstancias y ser el país fronterizo con Estados Unidos, México sigue siendo la principal nación de origen de migrantes latinoamericanos en este país.

**EL MURALISMO MEXICANO**

Es un movimiento artístico que fue iniciado en la década de 1920 creado por un grupo de pintores mexicanos como parte de las políticas de modernización tras la revolución de 1910. Se trata de un movimiento inspirado por un propósito: construir una identidad nacional para aglutinar a los diferentes sectores de la sociedad mexicana, dadas las profundas desigualdades sociales de la época, especialmente educativas y culturales.

Para 1923 el Muralismo se volvió muy conocido dentro y fuera de México. Los llamados “Los Tres Grandes” fueron los pintores David Alfaro Siqueiros, Diego Rivera y José Clemente Orozco.

El Muralismo cambió la manera de pensar de muchos acerca de los indígenas mexicanos, destacando su cultura y la enseñanza de su historia. Muchos murales fueron creados en la mayor parte de México entre 1920 y 1970 con temas relacionados a políticas y nacionalismo, enfocado, a veces, en la Revolución Mexicana, en la identidad mestiza y en la historia de las culturas mesoamericanas.

El pensamiento fundamental de los muralistas era el rechazo a la idea de que el arte es sólo para una minoría selecta, en realidad es para todo el pueblo.

**LA MALINCHE**

Malintzin o Malinalli, mejor conocida como La Malinche, fue la mujer que sirvió a Hernán Cortés como intérprete en lo que hoy es México. Su nombre deriva del náhuatl y más tarde fue bautizada por los españoles como Marina.

Pero ¿cómo llegó Malintzin hasta Hernán Cortés para ser intérprete? Cuando Hernán Cortés había emprendido su campaña por la conquista de México, se enfrentó al pueblo maya de Tabasco en una batalla en la que resultaron victoriosos los europeos. Para calmar al español, el cacique o autoridad del lugar, le hizo varios regalos y le dio alrededor de 20 esclavas entre las que estaba Malintzin. Pronto el conquistador descubrió el gran valor que tenía la mujer que sabía náhuatl y maya, así como sus variantes.

En su travesía hacia la toma del Imperio azteca, entre 1519 y 1521, la mujer dejó de ser Malintzin y, Marina se colocó en lo más alto de la avanzada conquistadora como Doña Marina, ya que sin ella los españoles no podían entender la lengua de la Nueva España. Sin embargo, su papel fue más allá de ser sólo una traductora, se dice que logró el entendimiento entre culturas, sin el cual la conquista pudo haber sido mucho más violenta.

**TELENOVELAS MEXICANAS**

Son programas televisivos, los cuales pueden emitirse en capítulos seriados o individuales y éstas, han logrado impactar en varios lugares del mundo, no sólo por su historia, sino por los personajes que participan en ellas. En ciertas telenovelas se refleja la situación que viven muchos mexicanos, la forma de vida o la cultura, mientras que otras son una exageración de la realidad, una historia ficticia.

Con el paso de los años, las telenovelas han perdido valor para la juventud, éstas suelen verse para los jóvenes como programas de entretenimiento sin contenido educativo. Sin embargo, las telenovelas siguen siendo la máxima expresión de la televisión mexicana para muchas personas, sobre todo para los mayores de 40 años, también son vistas como un negocio perfecto y un poderoso mecanismo de influencia.

Y, aunque hoy en día la población prefiera mirar series extranjeras o reality shows, muchas telenovelas en México fueron y siguen siendo grandes éxitos.

**MEDIO AMBIENTE**

El patrimonio natural de México es único, ya que es uno de los países más megadiversos de todo el planeta, pero esto, no es sólo un privilegio que los mexicanos podemos disfrutar, es una responsabilidad que tenemos con el mundo. Actualmente, México también es uno de los países en América Latina con más bienes **Patrimonio Natural UNESCO**, además, cuenta con 182 áreas naturales protegidas, que son porciones de territorio (terrestre o acuático) cuyo fin es conservar la biodiversidad representativa de los ecosistemas.

Simultáneamente, el cuidado de especies animales y vegetales en peligro de extinción, también han sido una prioridad para los mexicanos. Hoy en día se han logrado conservar al menos 8 especies animales, entre las cuales se encuentran el águila Real, representada en nuestro Escudo Nacional, el jaguar y el lobo mexicano. Para cuidar nuestro patrimonio natural, el gobierno mexicano ha implementado ciertas medidas, como la creación de la Gendarmería ambiental.

Al igual que otros países, México tiene el compromiso de combatir el cambio climático, realizando acciones para disminuir la generación de gases de efecto invernadero.