

KULTURA | SZTUKA  
CULTURA | ART

SIĘCI SPOŁECZNOŚCIOWE  
CIAS | REDES SOCIALES

VISTU **ARTE**

# EL NAHUAL

UNA LEYENDA MESOAMERICANA

*MEZOAMERYKAŃSKA LEGENDA*

CALAVERITAS  
LITERARIAS

*CALAVERITAS:  
MEKSYKANSKIE  
FRASZKI*

# LA CATRINA

ENTRE CALACAS,  
GLAMOUR Y ETERNIDAD

*MIĘDZY KOŚĆMI, GLAMOUR I  
WIECZNOŚCIĄ*

[www.vistularte.com](http://www.vistularte.com)





# PORTADA

## STRONA TYTUŁOWA

Elegante, sarcástica y más viva que nunca, La Catrina regresa en esta entrevista exclusiva para recordarnos que la muerte también tiene estilo y sentido del humor. Hija artística de José Guadalupe Posada y símbolo eterno del Día de Muertos, la Dama de los Huesos habla sin tapujos sobre su fama mundial, las modas que la imitan sin entenderla y el poder de las mujeres que hoy llevan su rostro como emblema de memoria y rebeldía.

Elegancka, sarkastyczna i bardziej żywa niż kiedykolwiek, La Catrina powraca w tym wyjątkowym wywiadzie, by przypomnieć nam, że śmierć również może mieć styl i poczucie humoru. Artystyczna córka José Guadalupe Posady i wieczny symbol Święta Zmarłych, Szlachetna Kościotrupia Dama mówi bez ogródek o swojej światowej sławie, o modach, które ją naśladowują bez zrozumienia, oraz o sile kobiet, które dziś noszą jej wizerunek jako znak pamięci i buntu.

# CARTA

## EDITORIAL

### LIST REDAKCYJNY

Bienvenidos a la primera revista digital en español y polaco un proyecto creado con pasión, ideas frescas y una visión global desde Polonia para el mundo.

Nace un nuevo espacio de encuentro, de conocimiento y de inspiración. Aquí hablaremos de lo que nos mueve, nos conecta y nos transforma: salud, ciencia, tecnología, arte, redes sociales, cultura y mucho más.

Esta revista es un puente entre lenguajes, culturas y maneras de ver el mundo. Queremos crear comunidad, compartir información de valor y abrir conversaciones que trasciendan fronteras.

¡Gracias por ser parte de este inicio!

La primera revista digital desde Polonia escrita en polaco y español. ¡Esto recién comienza!

Con cariño,  
J. Walle

*Witamy w pierwszym cyfrowym magazynie w języku hiszpańskim i polskim, projekcie stworzonym z pasją, świeżymi pomysłami i globalną wizją z Polski na świat.*

*Powstaje nowa przestrzeń spotkań, wiedzy i inspiracji. Będziemy tutaj mówić o tym, co nas porusza, łączy i zmienia: zdrowie, nauka, technologia, sztuka, media społecznościowe, kultura i wiele więcej.*

*Ten magazyn to most między językami, kulturami i sposobami postrzegania świata. Chcemy budować społeczność, dzielić się wartościową wiedzą i otwierać rozmowy, które przekraczają granice.*

*Dziękujemy, że jesteś częścią tego początku!*

*Pierwszy magazyn cyfrowy z Polski, napisany po polsku i po hiszpańsku. To dopiero początek!*

Z serdecznymi pozdrowieniami,  
J. Walle

El contenido no puede ser reproducido total o parcialmente sin citar la fuente y la liga a la página [www.vistularte.com](http://www.vistularte.com)

El contenido tiene fines informativos y de entretenimiento exclusivamente.

Las respuestas de entrevistas, contenido de los artículos particulares y los anuncios es responsabilidad exclusiva de los autores y los anunciantes y no refleja necesariamente el punto de vista de la revista **VISTULARTE** y **ALIVE TODAY FOUNDATION**.

El contenido de los anuncios publicitarios, así como el producto o servicio que ofrecen es responsabilidad exclusiva de cada anunciante.

(c) 2016-2025 ALIVE TODAY FOUNDATION.

Todos los derechos reservados.

¿Te interesa colaborar con nosotros?

Escríbenos un mensaje a [vistularte@gmail.com](mailto:vistularte@gmail.com)

---

*Zawartość nie może być powielana w całości lub w części bez podania źródła i linku do [www.vistularte.com](http://www.vistularte.com)*

*Zawartość służy wyłącznie celom informacyjnym i rozrywkowym.*

*Odpowiedzi na wywiady, treść poszczególnych artykułów i reklam jest wyłączną odpowiedzialnością autorów i reklamodawców i niekoniecznie odzwierciedla poglądy magazynu **VISTULARTE** i **ALIVE TODAY FOUNDATION**. Za treść reklam, jak również za produkt lub usługę, które oferują, odpowiada wyłącznie reklamodawca.*

(c) 2016-2025 ALIVE TODAY FOUNDATION.

Wszelkie prawa zastrzeżone.

Chcesz z nami współpracować?

Wyślij nam wiadomość e-mail na adres [vistularte@gmail.com](mailto:vistularte@gmail.com)

NOVIEMBRE / LISTOPAD 2025

KULTURA | SZTUKA | HISTORIA | NAUKA | TRENDY | SIECI SPOŁECZNOŚCIOWE  
CULTURA | ARTE | HISTORIA | CIENCIA | TENDENCIAS | REDES SOCIALES

# VISTULARTE

Esta revista electrónica es una creación de la Fundación "Alive Today Foundation".

Ten e-magazyn jest dziełem Fundacji "Alive Today".



<http://www.alivetoday.org>

KRS **0000651571**

NIP **6762518425**

**FUNDADOR "ALIVE TODAY FOUNDATION"  
Y GESTION "VISTULARTE"**

ZAŁOŻYCIEL FUNDACJI "ALIVE TODAY"  
I ZARZĄDZANIE "VISTULARTE"

Juan Walle

**REDACCIONES** ARTYKUŁY I REDAKCJA

Weronika Bazydło

Anna Kraus

**ARTE Y DISEÑO GRÁFICO**

PROJEKT ARTYSTYCZNY I GRAFICZNY

Juan Walle

**PUBLICIDAD REKLAMA**

[vistularte@gmail.com](mailto:vistularte@gmail.com)

**FOTOGRAFIAS** FOTOGRAFIE

Juan Walle

Anna Kraus

Weronika Bazydło

**FOTOGRAFIAS Y ANIMACIONES**

FOTOGRAFIE I ANIMACJE

90% de nuestras fotografías y animaciones son realizadas con Inteligencia artificial (AI), así que los derechos son propiedad de Alive Today Foundation, en caso de lo contrario se dará el reconocimiento al fotógrafo.

90% naszych fotografii i animacji powstaje przy użyciu sztucznej inteligencji (AI), dlatego prawa autorskie należą do fundacji Alive Today Foundation; w przeciwnym wypadku, autorstwo zostanie przypisane fotografowi.

6

*Poesia*

8

**CALAVERITAS  
LITERARIAS**

***CALAVERITAS:  
MEKSYKANSKIE FRASZKI***

18

**LA CATRINA**

**ENTRE CALACAS,  
GLAMOUR Y ETERNIDAD**

***MIĘDZY KOŚCMI, GLAMOUR I  
WIECZNOŚCIĄ***

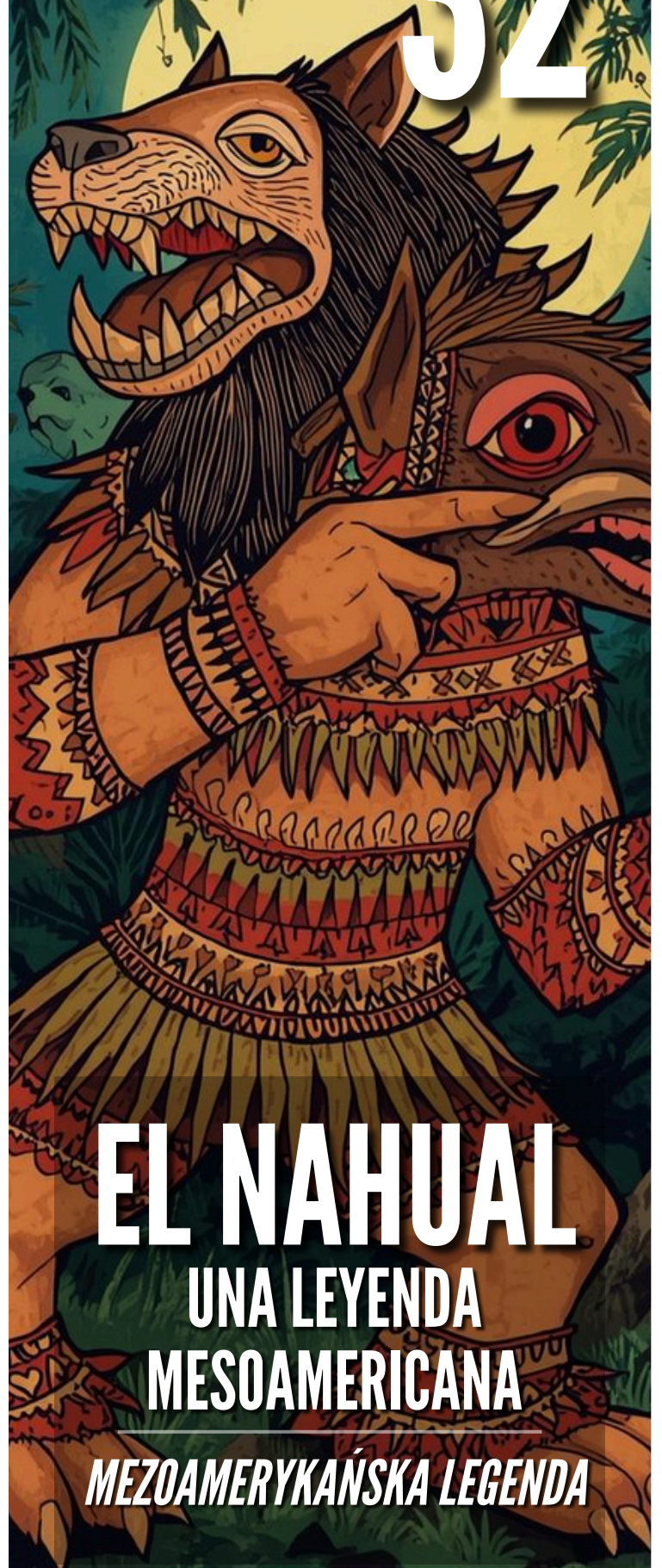
26



**NEONOWY  
ZAWRÓT GŁOWY**

***EL VÉRTIGO DEL  
NEÓN***

32



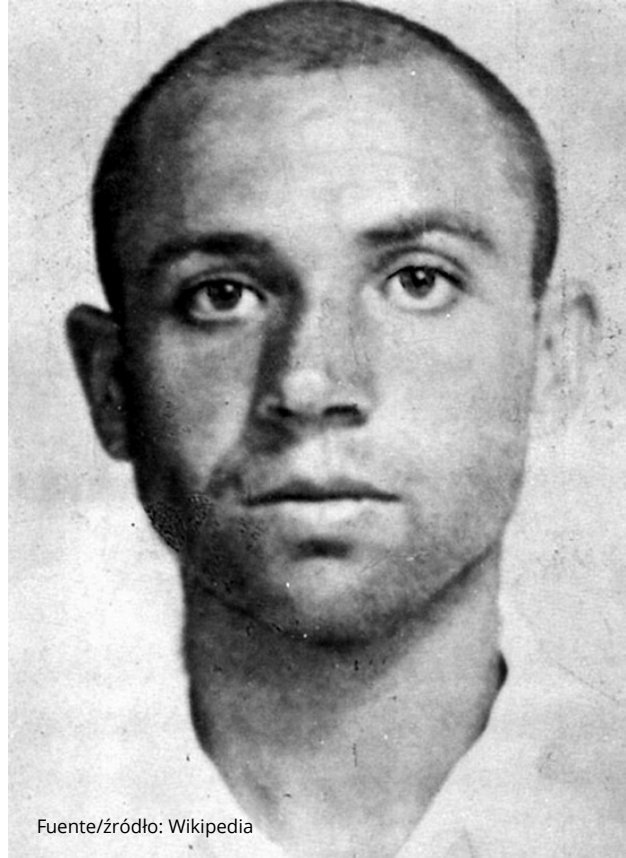
**EL NAHUAL**  
**UNA LEYENDA  
MESOAMERICANA**

***MEZOAMERYKAŃSKA LEGENDA***

# Poesia

**Miguel Hernández** fue un poeta y dramaturgo español, perteneciente al movimiento literario conocido como la Generación del 36 (la primera generación de la posguerra). Fue una de las grandes voces de la literatura española del siglo XX. Su poesía se caracteriza por fusionar elementos tradicionales de la lírica española con una subjetividad. Con motivo de la celebración de su nacimiento, el 30 de octubre de 1910, conmemoramos su legado poético.

**Miguel Hernández** był hiszpańskim poetą i dramaturgiem, związanym z nurtem literackim znanym jako Pokolenie '36 (pierwsze pokolenie powojenne). Był jedną z najważniejszych postaci literatury hiszpańskiej XX wieku. Jego poezja łączyła tradycyjne elementy liryki hiszpańskiej z głęboką subiektywnością. Z okazji jego urodzin, przypadających 30 października 1910 roku, wspominamy jego poetycki dorobek.



Fuente/źródło: Wikipedia

## Vientos del pueblo me llevan

Si me muero, que me muera  
con la cabeza muy alta.  
Muerto y veinte veces muerto,  
la boca contra la grama,  
tendré apretados los dientes  
y decidida la barba.

Cantando espero a la muerte,  
que hay ruiseñores que cantan  
encima de los fusiles  
y en medio de las batallas.

## Canción última

Pintada, no vacía:  
pintada está mi casa  
del color de las grandes  
pasiones y desgracias.  
Regresará del llanto  
adonde fue llevada  
con su desierta mesa  
con su ruinoso cama.  
Florearán los besos  
sobre las almohadas.  
Y en torno de los cuerpos  
elevará la sábana  
su intensa enredadera  
nocturna, perfumada.  
El odio se amortigua  
detrás de la ventana.  
Será la garra suave.  
Dejadme la esperanza.

## Niosq mnie wiejskie wiatry

Jeśli umrę, pozwól mi umrzeć  
z głową bardzo wysoko.  
Martwy i dwudziestokrotnie martwy,  
usta na trawie,  
Zacisnę zęby  
i zdecydował o brodzie.

Śpiewam, czekam na śmierć,  
że są słowiki, które śpiewają  
nad karabinami  
i w środku bitew.

## Ostatnia piosenka

Malowane, nie puste:  
namalowany jest mój dom  
kolor tych dużych  
pasje i nieszczęścia.  
Wróci od płaczu  
gdzie to zostało zrobione?  
ze swoim opuszczonym stołem  
ze swoim zniszczonym łóżkiem.  
Pocałunki zakwitną  
na poduszkach.  
I wokół ciała  
podniesie prześcieradło  
jego intensywne pnące  
nocny, pachnący.  
Nienawiść jest stłumiona  
za oknem.  
To będzie miękki pazur.  
Zostaw mi nadzieję.

# T-SHIRTS

DÍA DE LOS



[WWW.KTRINES.COM](http://WWW.KTRINES.COM)



**CALAVERTAS  
LITERARIAS**

***CALAVERTAS:  
MEKSYKANSKIE  
FRASZKI***

Una calaverita literaria es un poema breve, lleno de humor, sarcasmo y muerte. Escribir calaveritas (antiguamente llamadas panteones) es una tradición del Día de Muertos. Cada una combina la celebración de la vida y la muerte en una forma cómica. Las calaveritas pueden servir para una sátira o crítica, pero siempre con un toque ligero de alegría.

La tradición es tanto para adultos como para niños. La forma es corta, con pocos versos, rimas y lenguaje coloquial. Es importante recordar que, en 2003, la UNESCO proclamó el Día de Muertos como Obra Maestra del Patrimonio Oral e Inmaterial de la Humanidad.

Las calaveritas se escriben en el Día de Muertos sobre personas vivas (artistas, políticos, amigos), como si estuvieran fallecidas. No se trata la muerte con tanta seriedad como en Polonia, sino con distancia emocional, humor y sátira. Es una forma divertida y al mismo tiempo profunda de hacer crítica social.

Las calaveritas se publican en la prensa, en medios digitales o se escriben en las escuelas, acompañadas de dibujos coloridos típicos del Día de Muertos.

**Calaverita literaria (dosłownie: literacka czaszka) to krótki wiersz pełen humoru, ironii i... śmierci. Pisanie calaveritas (dawniej zwanych panteones) to tradycja Dnia Zmarłych w Meksyku. Każda z nich łączy w sobie świętowanie życia i śmierci w formie żartobliwej, często satyrycznej. Calaverity mogą służyć jako forma krytyki społecznej, ale zawsze w tonie lekkim i wesołym.**

*Tradycja ta jest zarówno dla dorosłych, jak i dla dzieci. Forma jest krótka, składa się z kilku wersów, rymów i potocznego języka. Warto przypomnieć, że w 2003 roku UNESCO uznało Dzień Zmarłych (Día de Muertos) za arcydzieło niematerialnego dziedzictwa ludzkości.*

*Calaverity pisze się o żyjących osobach (artystach, politykach, przyjaciółach), jakby już nie żyły. W Meksyku śmierć nie jest traktowana z taką powagą jak w Polsce, lecz z dystansem, humorem i ironią. To zabawna, a jednocześnie głęboka forma refleksji nad życiem.*

*Takie wierszyki ukazują się w prasie, w mediach cyfrowych lub powstają w szkołach, często z towarzyszącymi im kolorowymi rysunkami typowymi dla Dnia Zmarłych.*



De alguna manera, podríamos compararlas con los epigramas polacos (fraszkki). Aunque los epigramas son una forma tradicional y universal que aborda cualquier tema (la vida cotidiana, el amor) y no solo la muerte, también son breves, riman, incluyen humor y sátira.

El famoso poeta polaco Jan Kochanowski escribió un epigrama sobre la muerte titulado "De la muerte". En él, el autor reflexiona sobre la vida y la muerte, y su impacto emocional en quienes quedan. Demuestra que somos indefensos ante la muerte, y al mismo tiempo refleja la simbología de la mortalidad, el pensamiento trascendental y las preguntas espirituales, todo envuelto en una forma concisa, humorística y con un remate ingenioso al final. La tradición del folclor eslavo se caracteriza por reflexionar sobre la fugacidad de la vida.

Lo dijo graciosamente una cabeciblanca  
Al escuchar la canción que decía:  
"Lo que siento es que ella llega por mí";  
-Por favor, quien es la muerte, deseo  
conocerle!

**De la muerte, Jan Kochanowski**  
(Traducción editorial)

A diferencia de los epigramas, las calaveritas no se enfocan en reflexionar sobre la muerte, sino en usarla como herramienta literaria para comentar la vida y a los vivos. La muerte nos espera a todos — pero mientras llega, podemos jugar con ella con humor.

Las composiciones suelen inspirarse en recuerdos y anécdotas, como la memoria de una mascota. El autor de la calaverita elige una cualidad de la persona y la exagera. La burla, sí, pero faltar al respeto.

*W pewnym sensie można je porównać do polskich fraszek. Choć fraszki są formą uniwersalną, dotyczącą codzienności, miłości czy obyczajów, a niekoniernie śmierci, to również są krótkie, rymowane, żartobliwe i często satyryczne.*

*Słynny polski poeta Jan Kochanowski napisał fraszkę o śmierci zatytułowaną „O śmierci”. Autor rozważa w niej przemijanie i emocjonalny wpływ śmierci na żyjących. Pokazuje bezsilność człowieka wobec losu, a jednocześnie symbolikę śmierci, refleksję transcendentalną i duchową, a wszystko ujęte w zwięzłej, dowcipnej formie, z błyskotliwą puentą. W słowiańskiej tradycji ludowej skłania się do refleksji nad ulotnością życia.*

*Śmiesznie to rzekła jedna białogłowa  
Słuchając pieśni, w której są te słowa:  
"Rada bym śmierci, by już przyszła na mię";  
- Proszę, kto śmiercią, niech go też mam  
znamię.*

**O śmierci, Jan Kochanowski**

*W przeciwieństwie do fraszek, calaverity nie skupiają się na rozważaniu śmierci, lecz traktują ją jako narzędzie literackie do komentowania życia i ludzi. Śmierć czeka na wszystkich — ale dopóki nie przyjdzie, można z nią igrać z humorem.*

*Inspiracją dla autora mogą być wspomnienia i anegdoty, np. pamięć o ukochanym zwierzątku. Twórca wybiera cechę danej osoby i wyolbrzymia ją w zabawny sposób. Chodzi o żart, a nie o brak szacunku.*



LA PORTENTOSA VIDA  
*DE LA MUERTE,*  
EMPERATRIZ  
DE LOS SEPULCROS,  
VENGADORA DE LOS AGRAVIOS  
*DEL ALTISIMO,*  
Y MUY SEÑORA  
DE LA HUMANA NATURALEZA,  
cuya célebre Historia encomienda à los Hombres  
de buen gusto

FRAY JOAQUIN BOLAÑOS,  
*Predicador Apostólico del Colegio Seminario de Propaganda Fide de MARIA Santísima de Guadalupe extramuros de la muy Noble y Leal Ciudad de Zacatecas en la Nueva Galicia, Exáminador Sinodal del Obispado del Nuevo Reyno de Leon.*



IMPRESA EN MEXICO  
en la Oficina de los Herederos del Lic. D. Joseph de Jauregui,  
Calle de San Bernardo. Año de 1792.

Fuente/źródło: Archive.org  
(captura de pantalla/zrzut ekranu)

Las primeras calaveritas literarias surgieron del libro *La portentosa vida de la Muerte*, escrito por Fray Joaquín de Bolaños y publicado en 1792. En aquel entonces servían para criticar a la alta sociedad que quería parecerse a las élites europeas. Así, la crítica se convertía en una forma de justicia social.

En el siglo XIX, el artista mexicano José Guadalupe Posada creó las famosas ilustraciones de *La Calavera* (originalmente, *La Calavera Garbancera*), que luego Diego Rivera bautizó como "*La Catrina*".

El dibujo de la calavera siempre acompaña a las calaveritas. No se trata solo de escribir versos, sino también de incorporar elementos visuales del Día de Muertos. No hay Día de Muertos sin *Catrina*.

*Pierwsze calaveritas pojawiły się w książce La portentosa vida de la Muerte („Cudowne życie Śmierci”) autorstwa Fraya Joaquína de Bolaños z 1792 roku. Wówczas służyły do krytykowania elit, które chciały naśladować arystokrację europejską. W ten sposób satyra stawiała się formą sprawiedliwości społecznej.*

*W XIX wieku meksykański artysta José Guadalupe Posada stworzył słynne ilustracje do „La Calavera” (pierwotnie La Calavera Garbancera), które później Diego Rivera nazwał „La Catrina”.*

*Rysunek czaszki zawsze towarzyszy calaveritas. Nie chodzi tylko o słowa, ale również o oprawę wizualną związaną z Dniem Zmarłych. Nie ma Dnia Zmarłych bez Catriny.*



Uno de los ejemplos más conocidos es la calaverita de Posada, "Revumbio de calaveras":



Quien quiera gozar de veras  
y divertirse un ratón,  
venga con las calaveras  
a gozar en el panteón.

Literatos distinguidos  
en la hediondez encontré,  
en gusanos confundidos,  
sin ellos saber por qué.

Y en gran tropel apiñados  
los vendedores corrían,  
contentos y entusiasmados  
por el negocio que hacían.

Cereros de sacristía  
que roban la cera al rato,  
que con mucha sangre fría  
se echan el sufragio al plato.



Jednym z najbardziej znanych przykładów jest calaverita Posady „Rewolta czaszek” (Revumbio de calaveras):



*Kto chce zabawy od serca,  
Niech z czaszkami ruszy w cmentarza wnętrza.  
Niechaj z nimi w grobie płąsa  
Tam dopiero radość gęsta!*

*Uczonych literatów grono  
Spotkałem w smrodzie, w ziemi złożono,  
Z robakami się mieszała,  
Sami nie wiedząc, co się z nimi działo dalej.*

*A w tłumie, w wielkim zgietku,  
Sprzedawcy biegli w pośpiechu,  
Zadowoleni, roześmiani,  
Bo dobry interes robili z umarłymi.*

*Cerownicy z zakrystii świętej,  
Co świecę kradną w mgnieniu ręki,  
Z chłodem we krwi, bez obawy,  
Wsuwają ofiary na własne potrawy.*



Papel picado | Fot. Weronika Bazydło



En 2022, la revista *El Heraldo de México* publicó una calaverita literaria dedicada a la presidenta Claudia Sheinbaum, quien la recibió durante una audiencia pública. El autor no se identificó. La mandataria la compartió en su Instagram con agradecimiento, destacando la importancia de luchar contra la corrupción.

“Al salir de la Audiencia Ciudadana  
La tilica y flaca a Claudia Sheinbaum  
Se le apareció  
Buscando llevarse a más de un  
Funcionario corrupto directo al panteón  
Sacó de su bolsa una lista  
Imposible de terminar  
Y muy segura dijo:  
Una Jefa de Gobierno no puede faltar  
Comenzó a buscarla en su lista,  
Vuelta y vuelta sin parar  
Pero Claudia dijo:  
En esa lista no me has de encontrar.  
La calaca muy burlona le decía sin cesar:  
Calla, calla, mi doctora, ahorita  
Te voy a encontrar.  
Ya cansada de buscar pregunto intrigada:  
¿Cómo le haces para gobernar  
Sin corrupción desmesurada?  
Ay, calaca, ven que te voy a explicar  
Cómo se debe trabajar.  
Lo primero que hay que hacer es al pueblo escuchar  
A esta ciudad le faltaba movilidad,  
Pero con el Cablebús lo pudimos solucionar.  
Un récord Guinness ganamos por ser  
Los transportes públicos más largos.  
La calaca escuchaba atenta e intrigada.  
Me impresiona, doctora,  
Creo que eres muy apasionada.  
Espera, que aún no término,  
Pues me falta platicar  
Los que a los niños les he ofrecido  
Con Mi beca para empezar  
La educación podemos garantizar  
Este programa un derecho debe ser  
Así que al Congreso lo vamos a proponer  
Vaya, vaya, Tacubaya, sigo sin entender  
¿Cómo le haces, mi doctora  
Para sin corrupción ejercer?  
No es gran ciencia, calaquita,  
Simplemente debes entender  
Que por el bien de todos  
Primero a los pobres debes poner.”



W 2022 roku meksykański dziennik *El Heraldo de México* opublikował calaveritę poświęconą prezydentce Claudii Sheinbaum, którą ta otrzymała podczas publicznego spotkania z mieszkańcami. Autor pozostał anonimowy, a Sheinbaum udostępniła wierszyk na swoim Instagramie z podziękowaniami, podkreślając znaczenie walki z korupcją.

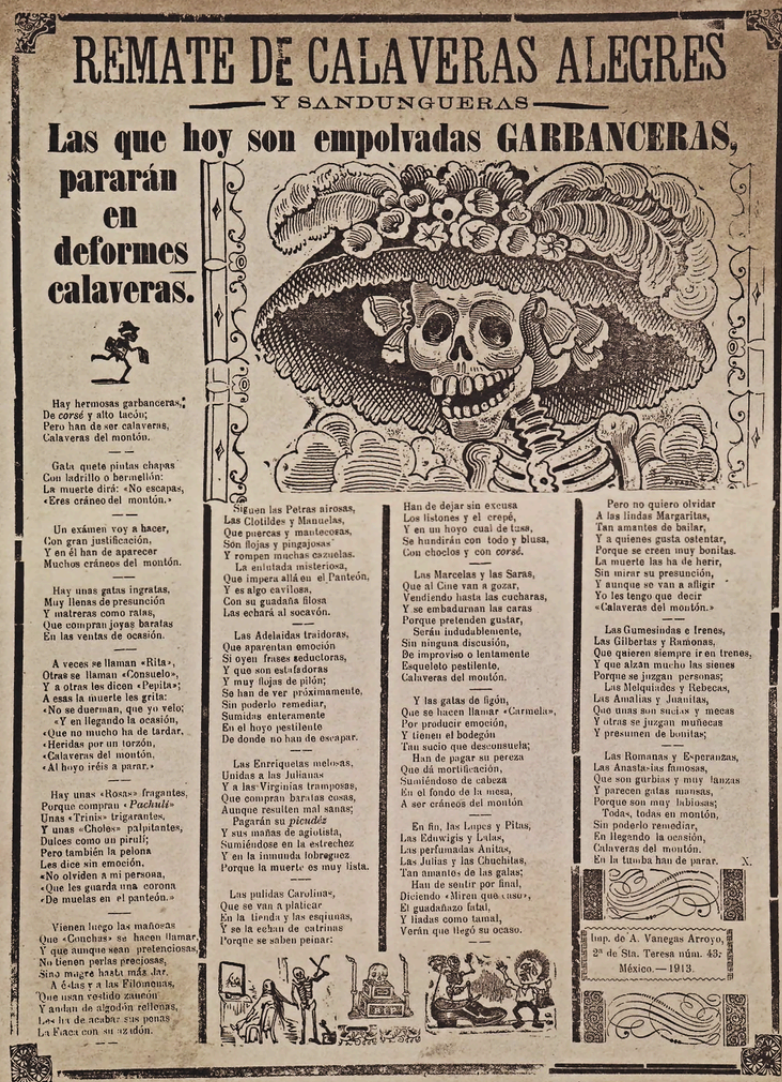
Gdy z Audiencji Obywatelskiej wyszła spokojnie,  
Zjawiła się Śmierć — chuda i dostojnie.  
Szukając wśród skorumpowanych urzędników,  
Chciała zabrać paru wprost do cmentarnych krzyków.  
Z kieszeni wyjęła listę długą bez końca,  
I rzekła z pewnością, nie tracąc słońca:  
— Szefowa rządu też być musi,  
Bo inaczej lista mnie nie wzruszy!  
Przewraca kartki w tę i nazad,  
A Claudia mówi: — Na próżno szukasz, zaraz!  
Na tej liście mnie nie znajdziesz,  
Bo z uczciwości mnie poznajesz.  
Śmierć, rozbawiona, chichocze z cicha:  
— Cicho, cicho, doktorko licha,  
Zaraz cię znajdę, choć się chowasz,  
Bo każdy swe winy gdzieś zachowasz!  
Lecz zmęczona w końcu pyta zdziwiona:  
— Jak rządysz bez korupcji, kobieto szalona?  
Claudia na to: — Podejź bliżej,  
Pokażę ci, jak pracować w ciszy.  
— Najpierw trzeba słuchać ludzi,  
To ich głos naprawdę budzi.  
W tym mieście brakło ruchu, transportu,  
Ale Cablebús dał nam nowy komfortu.  
Rekord Guinnessa nawet zdobyliśmy,  
Najdłuższe linie w świecie zrobiliśmy!  
Śmierć słuchała zafascynowana,  
— Doprawdy, doktorko, jesteś oddana!  
— Poczekaj, jeszcze nie skończyłam,  
Dla dzieci też coś wymyśliłam.  
Z programem „Moja stypendia na start”  
Edukację możemy każdemu dać!  
Ten program prawem musi się stać,  
Więc w Kongresie będę go bronić raz po raz!  
Śmierć kręci głową, wciąż nie pojmuje:  
— Jak bez korupcji rządzić się próbuje?  
— To nie magia, calaquita droga,  
Trzeba zrozumieć prostego Boga:  
Dla dobra wszystkich, powiem szczerze —  
Najpierw ubogich stawiaj w mierze.



Las calaveritas literarias también están presentes en la cultura popular. La Rosa de Guadalupe, una telenovela mexicana producida por Televisa desde 2008, incluye en varios episodios concursos escolares de escribir calaveritas.

Club de Cuervos, una serie cómica de Netflix, también menciona epitafios y bromas típicas de estas composiciones en un episodio dedicado al Día de Muertos.

Los niños aprenden a escribir calaveritas en programas como Plaza Sésamo México o Once Niños, junto con otras tradiciones de la festividad.



La calaverita de Posada | Fuente: Wikipedia  
Calaverita autorstwa Posady | Źródło: Wikipedia

*Calaveritas literarias są obecne również w kulturze popularnej. W meksykańskiej telenoweli Cudowna róża (emitowanej od 2008 roku) pojawiają się konkursy szkolne na najlepszą calaveritę.*

*W serialu Club de Cuervos (Netflix) bohaterowie żartują epitafiami i wersami typowymi dla tych wierszyków.*

*W programach dla dzieci, takich jak Ulica Sezamkowa México czy Once Niños (11 Dzieci), uczniowie uczą się pisać calaverity razem z innymi tradycjami Dnia Zmarłych.*



La música mexicana está llena de referencias al Día de Muertos y a las calaveritas. La banda La Santa Cecilia tiene una canción alegre y dinámica llamada "Calaverita".

En el folclor popular también existen calaveritas al Pancho Villa (tras su muerte en 1923), en una tradición de versos orales. Fue una figura emblemática de la Revolución mexicana que se convirtió en ícono cultural.

En las escuelas, los niños aprenden no solo a escribir, sino también a cantar calaveritas: pequeñas canciones rimadas y humorísticas. Varios artistas (como Ely Guerra, Natalia Lafourcade y Mon Laferte) participan en conciertos donde se recitan calaveritas.



*Meksykańska muzyka również pełna jest odniesień do Dnia Zmarłych i calaveritas. Zespół La Santa Cecilia ma piosenkę „Calaverita” – radosną i taneczną.*

*W tradycjach ludowych powstawały też calaverity poświęcone Panchowi Villi (po jego śmierci w 1923 roku), w ramach tradycji ustnych wierszy ludowych.*

*W szkołach dzieci uczą się nie tylko pisać, ale także śpiewać calaverity: krótkie, rymowane i dowcipne piosenki. Wielu artystów, m.in. Ely Guerra, Natalia Lafourcade czy Mon Laferte, występuje na koncertach, podczas których recytuje się calaveritas.*



CALAVERA CATRINA

Vale la pena intentar crear un epigrama grotesco propio. La receta para una calaverita literaria perfecta incluye: elegir una persona (pública o conocida), imaginar una situación cómica, exagerarla con humor e ironía y escribir versos cortos y rimados. ¡Y listo! Si no tienes mucha destreza en esta lírica popular mexicana, la IA puede ayudarte. Y sorprendentemente, mucha prensa mexicana lo recomienda.

¿Vamos a probar? ¿Qué calaverita literaria la IA podría escribir sobre nuestra revista? Los resultados fueron estos:

☠ La Muerte leyó Vistularte, quedó encantada del arte. Dijo: "¡Qué revista divina!, me la llevo a mi vitrina... ¡para leerla en mi parte!" ☠

Con esta nota alegre, podemos sonreír un poco, al tiempo que recordamos a los seres queridos que ya no están.

Quizás este año te animes a escribir una calaverita literaria y a incorporar un pedacito de la cultura mexicana en tu celebración del Día de Muertos. ¿Qué personaje y qué situación elegirías tú?

*Warto spróbować stworzyć własny groteskowy epigram. Przepis na idealną calaveritę literacką jest prosty: wybrać osobę (znaną lub bliską), wymyślić zabawną sytuację, przedstawić ją z humorem i ironią, a całość ubrać w krótkie, rymowane wersy.*

*Jeśli nie masz wprawy w tej meksykańskiej formie, może pomóc sztuczna inteligencja. Co zaskakujące, wiele meksykańskich mediów już ją do tego wykorzystuje!*

☠ Śmierć zajrzała do Vistularte, zachwyciła się sztuką w karcie. Rzekła: „Cudne to wydanie, do trumny je dziś zabiorę – niech mi w wieczność zostanie!” ☠

*Z tą wesołą nutą możemy się uśmiechnąć, wspominając tych, których już z nami nie ma.*

*A może w tym roku spróbujesz napisać własną calaveritę i wnieść odrobinę meksykańskiego ducha do swojego Dnia Zmarłych? Kogo byście wybrali na bohatera swojej calaverity?*



# T-SHIRTS

## DÍA DE MUERTOS

[WWW.KTRINES.COM](http://WWW.KTRINES.COM)





# LA CATRINA

ENTRE CALACAS,  
GLAMOUR Y ETERNIDAD

*MIĘDZY KOŚCMI, GLAMOUR I  
WIECZNOŚCIĄ*

# La

**Señora Catrina, gracias por recibirnos. Debo decir que se ve... espectacularmente esquelética.**

Ay, muchas gracias, mi vida. Es que una hace lo que puede con lo que queda. Ya ve, ni arrugas tengo... ¡ventajas del más allá!

**Empecemos por lo clásico: ¿qué relación tiene con su "padre", José Guadalupe Posada?**

Ay, Posadita... ese hombre sí que tenía ojo. Me creó flaquita, elegante y con sombrero francés. Nada de túnicas lúgubres, ¡yo siempre fui una calaca con estilo! Él me dio vida —bueno, vida simbólica— y Diego Rivera me puso en las fiestas. Gracias a ellos, pasé de huesuda a ícono.

**¿Qué significa ser una mujer muerta pintada hoy en día?**

¡Ah, qué pregunta tan viva! Mire, ser una mujer muerta pintada hoy es un acto de resistencia y de memoria. Porque detrás del maquillaje, del sombrero y las flores, hay una historia: la de una sociedad que se ríe de la muerte para no dejar que la muerte se ría de ella.

Cuando me pintan, las mujeres están diciendo: aquí estoy, soy mortal, pero también inmortal en mi cultura. Es un gesto poderoso. Claro, algunas lo hacen para la selfie, y otras para honrar a sus muertos - yo acepto ambas, pero prefiero las que saben por qué lo hacen.

# Catrina

***Pani Catrina, dziękujemy, że nas przyjęła. Muszę przyznać, że wygląda Pani... spektakularnie szkieletowo.***

*Och, bardzo dziękuję, kochanie. Robi się, co można z tym, co zostało. Widzisz, nawet zmarszczek nie mam... zalety życia pozagrobowego!*

***Zacznijmy od klasyki: jaki ma Pani związek ze swoim „ojcem”, José Guadalupe Posadą?***

*Och, Posadita... ten człowiek miał naprawdę oko. Stworzył mnie szczupłą, elegancką i w kapeluszu francuskim. Żadnych ponurych szat, zawsze byłam kością z klasą! On dał mi życie — no dobrze, życie symboliczne — a Diego Rivera wprowadził mnie na przyjęcia. Dzięki nim przeszłam z bycia kościstą do ikony.*

***Co dziś znaczy być „umarłą kobietą pomalowaną”?***

*Och, jakie żywe pytanie! Widzisz, bycie „umarłą kobietą pomalowaną” dzisiaj to akt oporu i pamięci. Bo za makijażem, kapeluszem i kwiatami kryje się historia: historia społeczeństwa, które śmieje się ze śmierci, żeby śmierć nie śmiała się z niego.*

*Kiedy mnie malują, kobiety mówią: „Oto jestem, jestem śmiertelna, ale też nieśmiertelna w mojej kulturze”. To potężny gest. Oczywiście niektóre robią to dla selfie, a inne, żeby uczcić swoich zmarłych. Akceptuję obie, ale wolę te, które wiedzą, po co to robią.*

**¿Y cómo se siente al ver su rostro multiplicado en maquillajes, disfraces y desfiles en todo el mundo?**

Orgullosa, pero también un poquito escéptica, no le voy a mentir. Me encanta que me saquen a pasear, que me conviertan en símbolo de identidad mexicana, de elegancia, de vida y muerte al mismo tiempo.

Pero cuando veo a influencers europeas diciendo "Catrina aesthetic", sin tener ni idea de quién fue Posada, me dan ganas de aparecerme en sus stories y darles un pequeño sustito educativo. (Ríe)

**A jak się Pani czuje, widząc swoje oblicze powielone w makijażach, przebraniach i paradach na całym świecie?**

Dumna, ale też trochę sceptyczna, nie będę kłamać. Uwielbiam, gdy mnie wystawiają na pokaz, gdy stają się symbolem meksykańskiej tożsamości, elegancji, życia i śmierci jednocześnie.

Ale kiedy widzę europejskie influencerki mówiące „Catrina aesthetic”, nie mając pojęcia, kim był Posada, mam ochotę pojawić się w ich stories i dać małego edukacyjnego stracha. (Śmiech)



**Hoy en día, mucha gente se pinta la cara como usted en el Día de Muertos. ¿Lo considera un homenaje o una copia sin sentido?**

Mire, hay de todo. Algunos lo hacen con respeto, otros porque vieron un tutorial en TikTok. Pero no me quejo: mientras sigan recordando que la muerte también puede tener glamour, estoy feliz. Eso sí, si se van a pintar, ¡que combinen los colores y eviten el glitter barato!

**Usted ha inspirado desfiles, canciones, películas... ¿Cuál ha sido su aparición favorita?**

Me encanté en Coco, aunque no me invitaron al estreno... muy mal. Pero me gusta ver cómo el mundo por fin entiende que no soy terror, soy tradición. Además, ¡qué gusto ver calaveras con ritmo y mariachi!

**¿Y cómo celebra usted el Día de Muertos?**

Pues trabajo horas extras, querido. Saludo a las almas que regresan, reviso los altares y me doy mis vueltas por los panteones. Al final, me tomo mi chocolate caliente y un pan de muerto, sin gluten, por supuesto, que una debe cuidarse.

**Dziś wiele osób maluje twarz jak Pani w Dzień Zmarłych. Czy uważa Pani to za hołd, czy bezsensowną kopię?**

Widzisz, różnie bywa. Niektórzy robią to z szacunkiem, inni dlatego, że widzieli tutorial na TikToku. Ale nie narzekam: dopóki pamiętają, że śmierć też może mieć glamour, jestem szczęśliwa. Tylko proszę, jeśli już się malują, niech dobiorą kolory i unikają taniego brokatu!

**Zainspirowała Pani parady, piosenki, filmy... Które swoje wystąpienie lubi Pani najbardziej?**

Zachwyliłam się w „Coco”, choć nie zaproszono mnie na premierę... bardzo źle. Ale lubię widzieć, że świat w końcu rozumie, że nie jestem straszna, jestem tradycją. Poza tym, cóż za radość widzieć czaszki z rytmem i mariachi!

**A jak Pani obchodzi Dzień Zmarłych?**

Cóż, pracuję nadgodziny, kochanie. Witam dusze, które wracają, sprawdzam ołtarze i robię swoje rundy po cmentarzach. Na koniec piję gorącą czekoladę i jem „pan de muerto”, bez glutenu, oczywiście, trzeba o siebie dbać.



# T-SHIRTS

## DÍA DE LOS MUERTOS



[WWW.KTRINES.COM](http://WWW.KTRINES.COM)

KTRINES



**En el universo de las leyendas mexicanas, ¿cómo se lleva con otras figuras, como La Llorona o El Charro Negro?**

Ah, La Llorona y yo... tenemos estilos diferentes. Ella es el drama; yo, la elegancia. Ella grita "¡Ay, mis hijos!", yo digo "¡Ay, mi sombrero!". (Ríe)

Pero en el fondo la respeto. Representa la culpa, el dolor, la maternidad rota. Yo soy más la aceptación, el recordatorio de que todos terminamos siendo polvo, pero polvo bien peinado.

Y El Charro Negro... bueno, digamos que tiene su encanto, pero a mí me gustan los hombres que ya superaron su pacto con el diablo.

**W świecie meksykańskich legend, jak dogaduje się Pani z innymi postaciami, jak La Llorona czy El Charro Negro?**

*Och, La Llorona i ja... mamy różne style. Ona to dramat, ja elegancja. Ona krzyczy „¡Ay, moje dzieci!”, ja mówię „¡Ay, mój kapelusz!”. (Śmiech)*

*Ale szanuję ją. Reprezentuje poczucie winy, ból, złamaną macierzyńskość. Ja jestem bardziej akceptacją, przypomnieniem, że wszyscy kończymy jako proch, ale proch dobrze uczesany.*

*A El Charro Negro... cóż, powiedzmy, że ma swój urok, ale ja lubię mężczyzn, którzy już przeszli swoje pakt z diabłem.*

**¿Y qué opina de La Llorona? Algunos dicen que le ha robado un poco de protagonismo.**

¿Celosa yo? ¡Por favor! Que se quede con sus lamentos y sus niños extraviados. Yo prefiero los altares llenos de flores, velas y pan de muerto. Además, ella llora... yo celebro. Es la diferencia entre un drama y una pasarela.

**¿Le molesta que a veces se la confunda con una decoración o una moda pasajera?**

No me molesta... me entristece un poco. Porque cuando me reducen a un adorno de escaparate, olvidan que nací como una crítica social. Yo no era una muñeca, era una bofetada elegante a la hipocresía.

Así que sí, pueden venderme en tazas, en camisetas, en pasteles, pero ojalá recuerden que bajo mi sonrisa hay una historia de desigualdad, arte y resistencia. Ser símbolo no es poca cosa, mi cielo.

**¿Qué le diría a los vivos que le temen a la muerte?**

Que no se apuren, todos me van a conocer eventualmente. Pero mientras tanto, vivan bonito, rían mucho y dejen un altar digno, que no quiero flores de plástico cuando me visiten.

**A co sądzi Pani o La Lloronie? Niektórzy mówią, że odebrała jej trochę uwagi.**

*Zazdrosna ja? Och, proszę! Niech zostanie przy swoich lamentach i zagubionych dzieciach. Ja wolę ołtarze pełne kwiatów, świec i „pan de muerto”. Poza tym, ona płacze... ja świętuję. To różnica między dramatem a wybiegem modowym.*

**Czy przeszkadza Pani, gdy czasem mylą Panią z dekoracją lub modą sezonową?**

*Nie przeszkadza... trochę mnie to smuci. Bo kiedy sprowadzają mnie do ozdoby witryny, zapominają, że narodziłam się jako krytyka społeczna. Nie byłam lalką, byłam eleganckim policzkiem dla hipokryzji.*

*Więc tak, można mnie sprzedawać na kubkach, koszulkach, ciastach, ale oby pamiętali, że pod moim uśmiechem kryje się historia nierówności, sztuki i oporu. Bycie symbolem to nie byle co, kochanie.*

**Co powiedziałyby Pani żywym, którzy boją się śmierci?**

*Niech się nie spieszą, wszyscy mnie w końcu poznają. Ale tymczasem, niech żyją pięknie, dużo się śmieją i zostawią godny ołtarz, bo nie chcę plastikowych kwiatów przy mojej wizycie.*

## **Si pudiera dar un mensaje a las mujeres de hoy, vivas, ¿qué les diría?**

Que no esperen a morirse para vivir libres. Que se rían más, que se pongan su corona de flores aunque no haya motivo.

Y que no dejen que nadie les diga cómo deben verse, porque al final, todos terminamos igual de calaveras. La diferencia está en la actitud. Yo no tengo carne, pero tengo carácter, y eso es lo que perdura.

## **¿Cómo se define usted?**

Soy el espejo que sonrío cuando todos callan. Soy la prueba de que la muerte no tiene por qué ser fea ni triste. Soy el recordatorio de que lo único eterno... es el estilo.

## **Y por último... ¿cómo quiere ser recordada?**

Como la muerte más coqueta del continente. Y si es posible, con un epitafio que diga: "Aquí yace La Catrina: siempre en los huesos, nunca fuera de moda."

## **Gdyby mogła Pani przekazać przesłanie dzisiejszym kobietom, żywym, co by Pani powiedziała?**

*Nie czekajcie, aż umrzecie, żeby być wolne. ŚmieJCie się więcej, noście swoje wianki z kwiatów, nawet jeśli nie ma powodu.*

*I nie pozwólcie nikomu mówić, jak powinnyście wyglądać, bo na końcu wszyscy kończymy jako czaszki. Różnica jest w nastawieniu. Ja nie mam ciała, ale mam charakter, i to się liczy.*

## **Jak Pani siebie definiuje?**

*Jestem lustrem, które się uśmiecha, gdy wszyscy milczą. Jestem dowodem, że śmierć nie musi być brzydka ani smutna. Jestem przypomnieniem, że jedyne, co jest wieczne... to styl.*

## **I na koniec... jak chce być Pani zapamiętana?**

*Jako najbardziej kokieteryjna śmierć na kontynencie. A jeśli to możliwe, z epitafium, które mówi: „Tu spoczywa La Catrina: zawsze w kościach, nigdy niemodna.”*



ONIZACJA  
NEONISATION

# NEONOWY ZAWRÓT GŁOWY

*EL VÉRTIGO DEL NEÓN*



Hace sesenta años, abundaban en Varsovia. Anunciaban restaurantes, bares, cines, tiendas y talleres artesanales. Por la noche iluminaban la ciudad con diferentes colores. Y aunque a algunos les impedían dormir, los varsovianos los adoraban. ¿Qué eran los neones y por qué desaparecieron?

Las respuestas a esta pregunta nos las da el Museo del Neón, que desde hace unos meses tiene su nueva sede en la cuarta planta del Palacio de la Cultura y la Ciencia.

*Szczęśćdziesiąt lat temu było ich pełno w Warszawie. Reklamowały restauracje, bary, kina, sklepy i warsztaty rzemieślnicze. W nocy rozświetlały miasto różnymi kolorami. I choć niektórym uniemożliwiały spanie, warszawiacy i tak je kochali. Czym były neony i dlaczego zniknęły?*

*Odpowiedzi na to pytanie dostarcza nam Muzeum Neonów, które od kilku miesięcy ma nową siedzibę na czwartym piętrze w Pałacu Kultury i Nauki.*

Esta institución privada lleva 20 años coleccionando neones de Polonia y del extranjero. También se dedica a la restauración, iluminación y reproducción de neones históricos.

La primera lámpara de neón fue inventada por el francés Georges Claude en 1910. Colocó dos electrodos dentro de un tubo de vidrio lleno de gas neón. Gracias a la descarga luminiscente, el gas comenzó a emitir luz.

El neón emite luz roja o naranja, pero la lámpara también se puede llenar con otros gases nobles. El argón da luz verde y el helio, amarilla.

En 1912, Claude vendió su primer neón a una peluquería del Boulevard Monmartre de París.

---

*Ta prywatna placówka już od 20 lat kolekcjonuje neony z Polski i zagranicy. Zajmuje się także odnawianiem, rozświetlaniem i odtwarzaniem historycznych neonów.*

*Pierwsza lampa neonowa została wynaleziona przez Francuza, Georges'a Claude'a, w 1910 roku. Umieścił on dwie elektrody wewnątrz szklanej rurki wypełnionej gazem neonem. Dzięki wyładowaniu jarzeniowemu gaz zaczął emitować światło.*

*Neon emituje światło czerwone lub pomarańczowe, ale lampę można napełnić też innym gazem szlachetnym. Argon da światło zielone, a hel żółte.*

*W 1912 roku Claude sprzedał swój pierwszy neon do salonu fryzjerskiego przy Boulevard Monmartre w Paryżu.*

Poco después, fabricó un neón para anunciar Cinzano (vermú italiano) e iluminó la entrada de la Ópera de París. La empresa Claude Neon vendió franquicias de su iluminación de neón a ambos lados del Atlántico.

Ya en la década de 1920, los neones iluminaban los centros de grandes ciudades como Nueva York, Los Ángeles, París, Berlín o Varsovia.

En el Museo de Neones de Varsovia podemos admirar más de 100 objetos. Y gracias a los documentales podemos descubrir cómo se creaban los neones en los años 60 y 70.

Uno de los retos más difíciles a los que se enfrentaba el diseñador era elegir la tipografía adecuada para el contenido del anuncio. ¡Había varios miles de tipos de letra!

---

*Wkrótce potem wykonał neon reklamujący Cinzano (włoski wermut) oraz oświetlił wejście do Opery Paryskiej. Firma Claude Neon sprzedawać franczyzy na swoje oświetlenie neonowe po obu stronach Atlantyku.*

*Już w latach 20. XX wieku neony rozświetlały centra wielkich miast, takich jak Nowy Jork, Los Angeles, Paryż, Berlin czy Warszawa.*



*W warszawskim Muzeum Neonów możemy podziwiać ponad 100 obiektów. A z filmów dokumentalnych możemy dowiedzieć się, jak wyglądało tworzenie neonów w latach 60. i 70.*

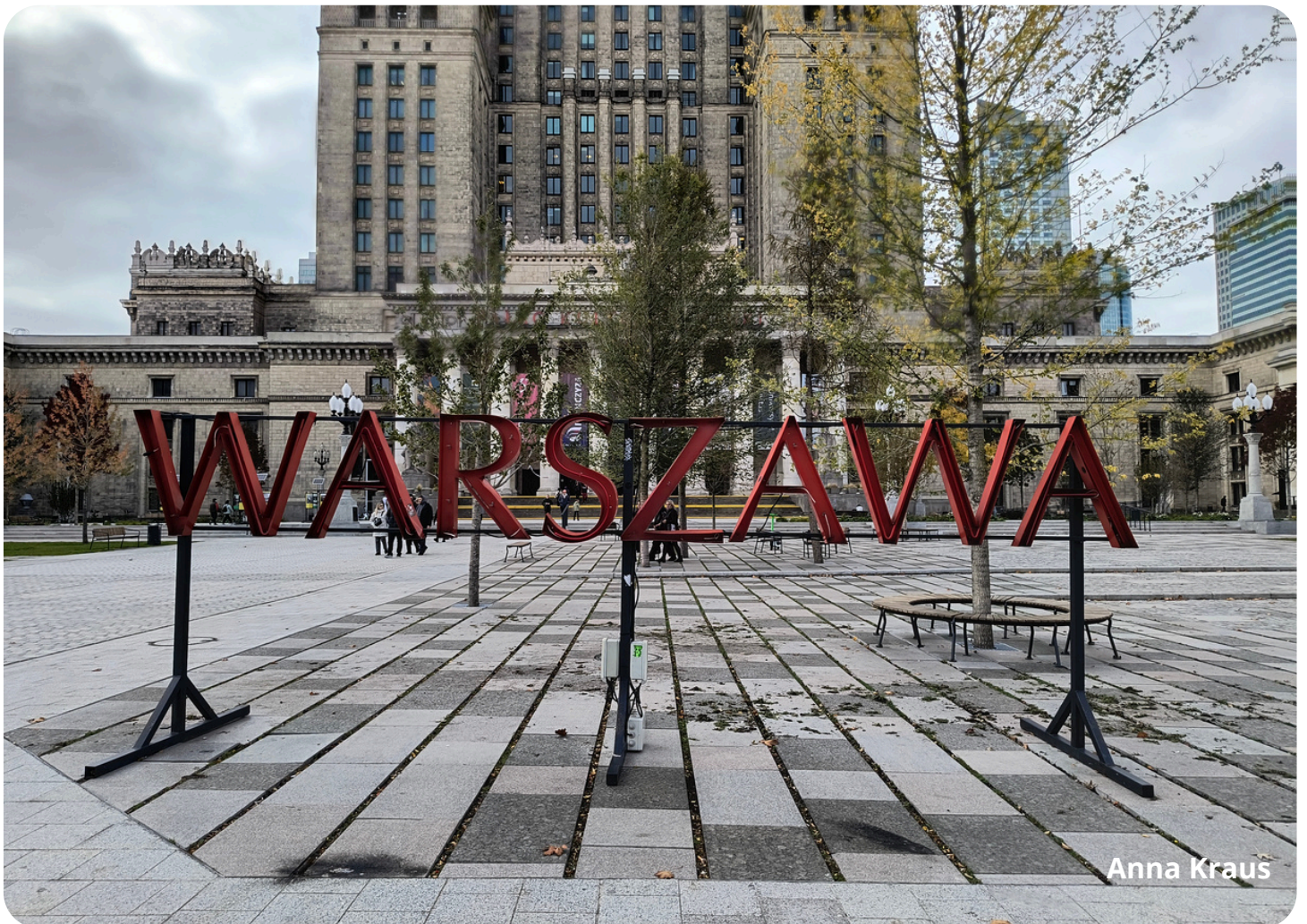
*Jednym z najtrudniejszych wyzwań stojących przed projektantem był wybór czcionki pasującej do treści reklamy. Wzorów czcionki było kilka tysięcy!*



Anna Kraus



Anna Kraus



Anna Kraus

La realización de los neones en Varsovia corría a cargo de artesanos empleados en la Empresa Capitalina de Instalaciones Publicitarias Lumínicas.

En los años 80, cuando Polonia se enfrentaba a una crisis, se empezaron a apagar los neones debido al alto consumo de energía. En los años 90, fueron sustituidos por grandes vallas publicitarias. Hoy en día, la iluminación LED está entrando en el espacio urbano.

Sin embargo, esto no significa que los creadores de neones hayan cesado su actividad. Seguro que conocéis el neón WARSZAWA situado frente al Palacio de la Cultura.

Su creador es Romuald Szczerba, fundador de la empresa Euro Neon Servis y conservador de objetos en el Museo de Neones.

---

*Realizacją neonów w Warszawie zajmowali się rzemieślnicy zatrudnieni w Stołecznym Przedsiębiorstwie Instalacji Reklam Świetlnych.*

*W latach 80, kiedy Polska zmagala się z kryzysem, z powodu wysokiego zużycia energii neony zaczęto wyłączać. W latach 90. Zastąpiły je wielki billboardy. Dzisiaj w przestrzeń miasta wkracza oświetlenie ledowe.*

*Nie oznacza to jednak, że twórcy neonów zaprzestali działalności. Na pewno znacie neon WARSZAWA stojący przed Pałacem Kultury. Jego twórcą jest Romuald Szczerba, założyciel firmy Euro Neon Servis i konserwator obiektów w Muzeum Neonów.*



fot. Anna Kraus

Os animamos a visitar el Museo de Neones y a buscar neones en el espacio público de Varsovia.

Texto y fotos: ANNA KRAUS

---

*Zachęcamy do odwiedzin w Muzeum Neonów oraz wypatrywania neonów w przestrzeni publicznej Warszawy.*

*Tekst i zdjęcia: ANNA KRAUS*

collection  
**VIVA  
ME  
XI  
CO**

**KTRINES**®

[www.ktrines.com](http://www.ktrines.com)



# EL NAHUAL

UNA LEYENDA MESOAMERICANA

---

*MEZOAMERYKAŃSKA LEGENDA*

**El Nahual es una criatura mitológica presente en las creencias mesoamericanas de El Salvador, Guatemala, Honduras y México. Su origen se remonta a tiempos prehispánicos. Según la leyenda, es mitad humano y mitad animal. La palabra proviene del náhuatl, lengua de las primeras naciones de Mesoamérica, y significa “disfraz”, “máscara” o “compañero espiritual”.**

La leyenda combina elementos de la naturaleza y de la brujería. El nahual puede transformarse de persona en animal (en lobo, jaguar, águila, coyote o colibrí), aunque su significado varía según la región. En México, especialmente en el sureste, el término suele referirse con un brujo y puede tener una connotación peyorativa. Vocabulario en lengua castellana y mexicana (1555) lo describe así:

«Nagual es usado en el sentido original del concepto de brujo transformador, esto es, el uso temporal de un animal u otra forma para realizar brujería o un fin dañino».

Los nahuales poseen la capacidad de cambiarse, poderes sobrenaturales y una profunda conexión con lo espiritual. No son buenos ni malos, sino ambivalentes. Por costumbre, salen de noche. Se los puede reconocer por sus características extrañas: ni humano ni animal, por sus cicatrices o por su conocimiento de lo sobrenatural. Según la leyenda guatemalteca, el nahual causa miedo y caos en quienes se cruzan con él durante la noche.

***Nahual to istota mitologiczna obecna w wierzeniach mezoamerykańskich w Salvadorze, Gwatemali, Hondurasie i Meksyku. Jej pochodzenie sięga czasów prekolumbijskich. Według legendy jest w połowie człowiekiem, w połowie zwierzęciem. Słowo pochodzi z języka nahuatl, używanego przez pierwsze narody Mezoameryki, i oznacza „przebranie”, „maskę” lub „duchowego towarzysza”.***

*Legenda łączy elementy przyrody i czarostwa. Nahual może przemieniać się z człowieka w zwierzę (w wilka, jaguara, orła, kojota lub kolibra), choć znaczenie tej postaci różni się w zależności od regionu. W Meksyku, szczególnie na południowym wschodzie, termin zwykle odnosi się do czarownika i może mieć pejoratywne konotacje. Słownik języka hiszpańskiego i meksykańskiego (1555) opisuje go tak:*

*„Nagual używane jest w pierwotnym znaczeniu koncepcji czarownika transformującego, to znaczy, tymczasowego użycia zwierzęcia lub innej formy w celu wykonywania czarostwa lub szkodliwego działania”.*

*Nahuale posiadają zdolność przemiany, nadprzyrodzone moce oraz głębokie powiązanie z duchowością. Nie są ani dobre, ani złe, lecz ambiwalentne. Zwykle wychodzą nocą. Można je rozpoznać po dziwnych cechach: ani człowiek, ani zwierzę, po bliznach lub po znajomości świata nadprzyrodzonego. Według legendy gwatemalskiej, nahual budzi strach i chaos wśród tych, którzy spotykają go w nocy.*



## Mesoamérika

En la mitología maya, sobre todo en **Guatemala**, el vínculo entre la naturaleza, el cosmos y los seres humanos era la base de las creencias. La cosmovisión maya dice que cada persona está protegida por su nahual desde el día de su nacimiento. El sagrado calendario Cholq'ij (un calendario lunar de 260 días) indica qué nahual corresponde a cada individuo. El nombre del calendario se traduce como "contar los días en orden". Hoy en día, es posible descubrir tu nahual personal en varias páginas web introduciendo tu fecha de nacimiento.

En San Sebastián de las Grutas, en el corazón de la Sierra Sur de **Oaxaca**, el pueblo aún cree en la leyenda de su protector, el nahual. Se dice que vive en las grutas, guarda el agua y protege el lugar - uno de los destinos turísticos de la región. Algunos creen que el nahual simboliza la fertilidad y el resguardo. Su misterio atestigua un profundo vínculo entre la tierra, lo místico y el pueblo. Acerca a los humanos a la naturaleza: uno no puede existir sin el otro.

---

*W San Sebastián de las Grutas, w sercu Sierra Sur w **Oaxaca**, ludzie nadal wierzą w legendę swojego opiekuna, nahuala. Mówi się, że mieszka w grotach, strzeże wody i chroni miejsce – jedno z turystycznych celów regionu. Niektórzy uważają, że nahual symbolizuje płodność i ochronę. Jego tajemnica świadczy o głębokiej więzi między ziemią, mistycyzmem a ludźmi. Zbliża człowieka do przyrody: jedno nie może istnieć bez drugiego.*

## Mezoameryka

*W mitologii Majów, zwłaszcza w **Gwatemali**, więź między przyrodą, kosmosem a człowiekiem była podstawą wierzeń. Kosmologia Majów mówi, że każda osoba jest chroniona przez swojego nahuala od dnia narodzin. Święty kalendarz Cholq'ij (lunarne 260-dniowe kalendarium) wskazuje, jaki nahual odpowiada każdemu człowiekowi. Nazwa kalendarza tłumaczy się jako „liczenie dni w kolejności”. Obecnie można odkryć swojego osobistego nahuala na różnych stronach internetowych, wpisując datę urodzenia.*





En **El Salvador**, la leyenda de hombres y mujeres que se transforman en lobos, monos o cerdos sigue muy viva. Este mito prehispánico ha sido transmitido de generación en generación. El nahualismo enseña que cada persona posee una dualidad: lo humano y lo cósmico. En el país, los nahuales más comunes son los de mono, símbolo de sabiduría e inteligencia.

Antes de la colonización española, el nahualismo no era considerado maligno. Eso cambió con la llegada de los conquistadores y la Iglesia católica, que torcieron la leyenda y prohibieron numerosas tradiciones. Con el tiempo, el mito se distorsionó hasta asociarse con el pacto con el diablo, en lugar de con la conexión con la naturaleza.

Muchos relatos salvadoreños cuentan la historia de una curandera que se transforma en cerdo para hacer cosas negativas y malas, y atacar a la gente. Cuando es descubierta y curada con ajo y agua bendita, escandaliza al pueblo al reaparecer en forma humana, con heridas en el cuerpo.

*W Salvadorze legenda o ludziach, którzy przemieniają się w wilki, małpy lub świnie, jest nadal żywa. Ten prekolumbijski mit był przekazywany z pokolenia na pokolenie. Nahualizm uczy, że każda osoba posiada dualność: ludzką i kosmiczną. W kraju najczęstszymi nahualami są małpy, symbol mądrości i inteligencji.*

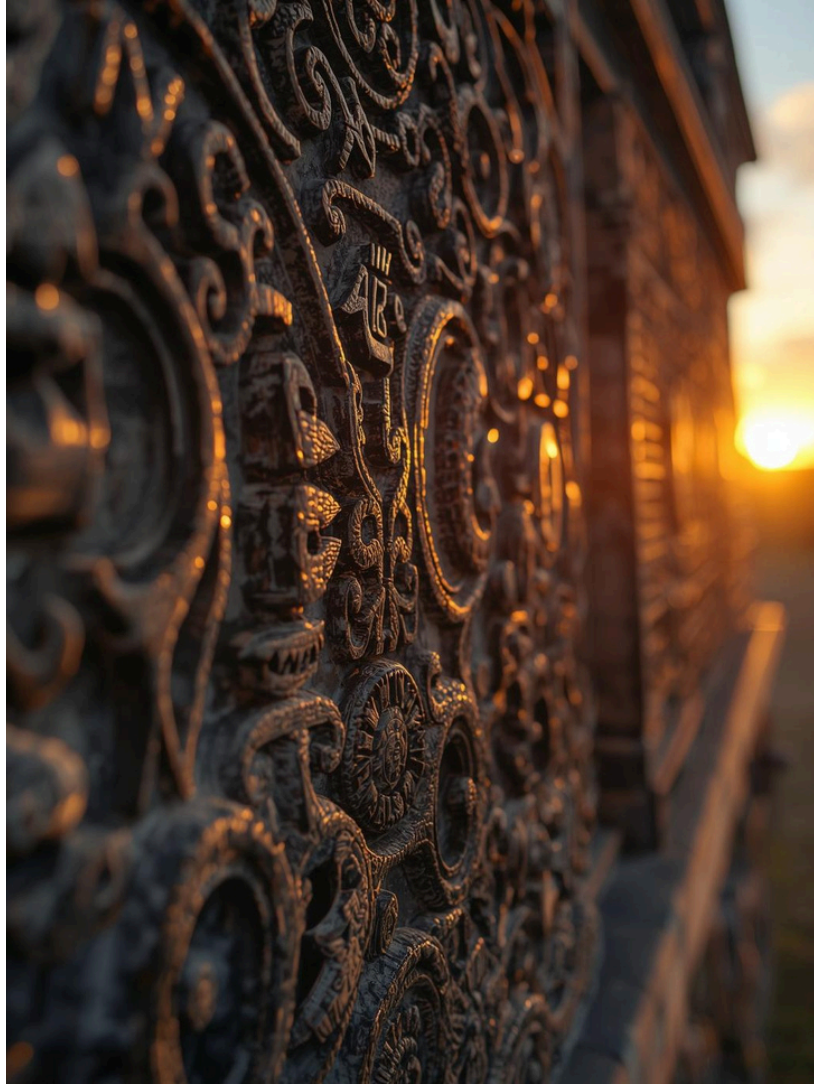
*Przed hiszpańską kolonizacją nahualizm nie był uważany za zły. Zmieniło się to wraz z przybyciem konkwistadorów i Kościoła katolickiego, który przeinaczył legendę i zakazał wielu tradycji. Z czasem mit zniekształcono, kojarząc go z paktem z diabłem, zamiast z połączeniem z naturą.*

*Wiele opowieści z Salwadoru opisuje historię uzdrowicielki, która przemienia się w świnie, by czynić złe czyny i atakować ludzi. Kiedy zostaje odkryta i wyleczona czosnkiem i wodą święconą, skandalizuje mieszkańców, pojawiając się ponownie w ludzkiej postaci, z ranami na ciele.*

El nahual también aparece en **Honduras**, junto con otras leyendas fascinantes. El mito dice que la persona puede convertirse en animal durante la noche, y sus intenciones pueden ser tanto buenas como malas.

Entre las leyendas hondureñas afines destaca la del Cadejo, un personaje en la forma de un perro negro de ojos rojos que ataca a cualquier persona que encuentra durante la noche.

Otra habla del Sisimite (también del náhuatl), un hombre-simio (mitad humano, mitad mono) que habita las montañas y, según la leyenda, secuestra a mujeres del pueblo.



*Nahual pojawia się również w **Hondurasi**, wraz z innymi fascynującymi legendami. Mówi, że człowiek może przemieniać się w zwierzę nocą, a jego zamiary mogą być zarówno dobre, jak i złe.*

*Wśród podobnych legend honduraskich wyróżnia się opowieść o Cadejo, postaci czarnego psa o czerwonych oczach, który atakuje każdego, kogo spotka w nocy.*

*Inna mówi o Sisimite (również z języka nahuatl), człowieku-małpie (połowa człowiek, połowa małpa), który zamieszkuje góry i według legendy porwuje kobiety z wioski.*

# T-SHIRTS

# DÍA DE MUERTOS

[WWW.KTRINES.COM](http://WWW.KTRINES.COM)



KTRINES

*Day de Muertos*

## En la cultura popular

En 2016, el Teatro La Siembra de Trinidad, Santa Bárbara (Honduras), hizo la obra *El sueño del nahual*. Veinte artistas indígenas y españoles presentaron un espectáculo en vivo. La leyenda del nahual sirvió como pretexto y símbolo de la conquista hace más de 500 años. La representación culminó con la quema del nahual gigante, un jaguar, que simbolizó la ruptura del pueblo indígena con sus tradiciones: una esencia ancestral reducida a cenizas, como un recuerdo paradigmático de las conquistas. La fotogalería, con más de 16 Chimeneas Gigantes y actores en vestuarios impresionantes, está disponible en el fotoreportaje de la revista El Heraldo y vale la pena revisarla.

En 2025, el autor mexicano Ignacio Romero Lana publicó la novela *El Nahual*, que narra el encuentro místico entre Poncho, el guardián nahual, y Mateo, un joven en busca de respuestas en su vida.

## W kulturze popularnej

W 2016 roku Teatro La Siembra w Trinidad, Santa Bárbara (Honduras) wystawiło spektakl *El sueño del nahual*. Dwudziestu artystów indiańskich i hiszpańskich zaprezentowało widowisko na żywo. Legenda nahuala posłużyła jako pretekst i symbol podboju sprzed ponad 500 lat. Przedstawienie zakończyło się spaleniem gigantycznego nahuala, jaguara, który symbolizował zerwanie związku ludu indiańskiego z tradycjami: esencja przodków sprowadzona do popiołów, jako paradygmatyczne wspomnienie podbojów. Fotogaleria, z ponad 16 gigantycznymi kominami i aktorami w imponujących kostiumach, jest dostępna w fotoreportażu magazynu El Heraldo i warto ją obejrzeć.

W 2025 roku meksykański autor Ignacio Romero Lana opublikował powieść *El Nahual*, która opowiada o mistycznym spotkaniu Poncha, strażnika nahuala, i Mateo, młodego człowieka szukającego odpowiedzi w swoim życiu.

# EL NAHUAL

Ignacio Romero Lana



Ilustración generada como recreación artística inspirada en la obra *El Nahual*, de Ignacio Romero Lana  
Ilustracja wygenerowana przez AI

# La Leyenda del GUERRERO JAGUAR

1ª EDICIÓN

Vale la pena mencionar la novela gráfica guatemalteca *La leyenda del guerrero jaguar*, escrita por Juan Pablo Mijangos e inspirada en la música de la banda Alux Nahual. Publicada en 2022 en una edición limitada de 600 copias, incluye un CD con la banda sonora interpretada por el grupo. La historia sigue al semidiós Xik' Akán ("Serpiente con Alas" en idioma quiché) que visita al mundo humano para ayudar en tiempos de miedo y parálisis. Podemos interpretar muchos elementos de la novela en el contexto de la leyenda del nahual: una mezcla de lo animal y lo humano, ambas esencias unidas.

*Warto wspomnieć o gwatemalskiej powieści graficznej La leyenda del guerrero jaguar, napisanej przez Juana Pablo Mijangos i inspirowanej muzyką zespołu Alux Nahual. Opublikowana w 2022 roku w limitowanej edycji 600 egzemplarzy, zawiera CD z muzyką zespołu. Historia opowiada o półbogiu Xik' Akán („Wąż z skrzydłami” w języku k'iche'), który odwiedza świat ludzi, by pomagać w czasach strachu i paraliżu. Wiele elementów powieści można interpretować w kontekście legendy nahuala: mieszanka zwierzęcia i człowieka, dwie połączone esencje.*

Por su parte, el psicólogo mexicano Armando Carranza explora el tema en su libro *Nahual. Tu animal interior*, donde busca las conexiones entre la salud mental y las manifestaciones del alma. Se centra en los sueños y en la visión chamánica frente a la medicina moderna.



Ilustración generada como recreación artística inspirada en la obra *La leyenda del guerrero jaguar*  
Ilustración wygenerowana przez AI

*Z kolei meksykański psycholog Armando Carranza bada temat w książce Nahual. Tu animal interior, w której szuka powiązań między zdrowiem psychicznym a manifestacjami duszy. Skupia się na snach i wizjach szamańskich w konfrontacji z nowoczesną medycyną.*

El escritor salvadoreño Miguel Ángel Espino, en su libro *Mitología de Cuscatlán*, incluye la leyenda en el relato “Los pájaros nahuales”, junto a otros mitos indígenas.

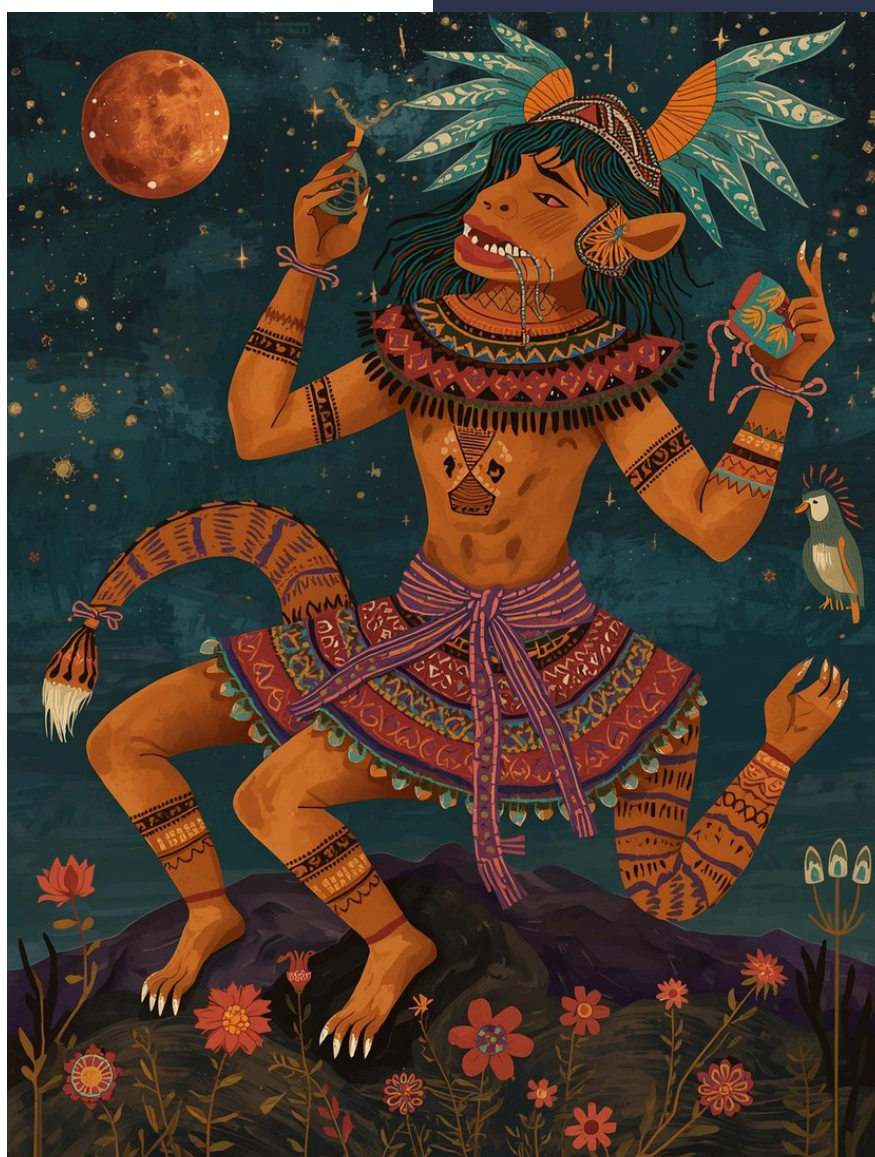
Otro prominente escritor salvadoreño, Francisco Gavidia, se refiere al nahual en su relato “La Loba”, donde leemos:

“Era Kola que, convertida en loba, robaba y hasta mataba. Esta es la forma en que Kola se volvía loba: coloca una sartén en una hoguera en el centro de la casa, da saltos horribles, invoca a Ofo y luego, sobre la sartén, vomita su espíritu en forma de un líquido opalino. Entonces queda convertida en loba”.

*Salvadorski pisarz Miguel Ángel Espino w książce Mitología de Cuscatlán zawiera legendę w opowiadaniu „Los pájaros nahuales”, obok innych mitów indiańskich.*

*Inny wybitny pisarz z Salvadoru, Francisco Gavidia, odnosi się do nahuala w opowiadaniu „La Loba”, w którym czytamy:*

*„Była Kola, która przemieniając się w wilczycę, kradła, a nawet zabijała. Tak Kola stawiała się wilczycą: kładzie patelnię na ogniu pośrodku domu, wykonuje okropne skoki, wzywa Ofo, a potem, na patelni, wylewa swój duch w postaci mlecznego płynu. Wtedy staje się wilczycą”.*





Hay muchas películas que tratan sobre el nahual. Una de ellas es la animación mexicana *La leyenda de la nahuala* (2007), dirigida por Ricardo Arnaiz. La obra nos lleva a la Nueva España de 1807, donde conocemos a los hermanos Leo y Nando. El último es atrapado por la bruja conocida como La Nahuala, que intenta obtener su espíritu. La película incorpora elementos del Día de Muertos y ganó dos premios a Mejor Película de Animación: el Premio Ariel y la Diosa de Plata. Actualmente está disponible en Netflix y YouTube, junto con sus secuelas sobre otras leyendas mexicanas.

El mito también ha trascendido al mundo de los videojuegos. En *Shadow of the Tomb Raider* (2018), Lara Croft lucha contra un jefe-enemigo llamado "nahual", que robó un arco ancestral que ella debe recuperar. El nahual es una criatura mística que parece un jaguar.

*Jest wiele filmów poświęconych nahualowi. Jednym z nich jest meksykańska animacja La leyenda de la nahuala (2007) w reżyserii Ricardo Arnaiza. Akcja przenosi nas do Nowej Hiszpanii w 1807 roku, gdzie poznajemy braci Leo i Nando. Ten ostatni zostaje uwięziony przez czarownicę znaną jako La Nahuala, która próbuje zdobyć jego ducha. Film zawiera elementy Dnia Zmarłych i zdobył dwie nagrody dla najlepszego filmu animowanego: Premio Ariel i Diosa de Plata. Obecnie dostępny jest na Netflix i YouTube, wraz z kontynuacjami opowiadającymi o innych meksykańskich legendach.*

*Mit przeniknął również do świata gier wideo. W Shadow of the Tomb Raider (2018) Lara Croft walczy z bossem-wrogiem zwanym „nahual”, który ukradł pradawny łuk, który musi odzyskać. Nahual jest mistyczną istotą przypominającą jaguara.*



Otro ejemplo es The End is Nahual: If I May Say So, disponible en Steam. Este juego de apuntar y hacer clic combina humor y diseño artístico inspirados en los mitos mesoamericanos. El título juega con la palabra "nahual" de forma ingeniosa.

Existe además el juego de rol Nahual: A Tabletop RPG, de Mexican Urban Fantasy, disponible en español e inglés. Trata sobre nahuales, mestizos y la cultura indígena ancestral. Sin duda, una forma divertida de pasar el tiempo o aprender más sobre la mitología mexicana.



*Innym przykładem jest The End is Nahual: If I May Say So, dostępny na Steam. Ta gra typu point-and-click łączy humor i artystyczny design inspirowany mitami mezoamerykańskimi. Tytuł sprytnie gra słowem „nahual”.*

*Istnieje również gra fabularna Nahual: A Tabletop RPG, od Mexican Urban Fantasy, dostępna w języku hiszpańskim i angielskim. Opowiada o nahualach, metysach i starożytnej kulturze indiańskiej. Z pewnością jest to zabawny sposób na spędzenie czasu lub poznanie meksykańskiej mitologii.*



## Conclusión

Centroamérica guarda muchos secretos y leyendas. El Nahual, uno de ellos, ha sobrevivido a lo largo de siglos y países. Su mito nos muestra nuestra conexión con la naturaleza, entre lo natural y lo sobrenatural. Nos enseña que todos llevamos dentro una dualidad del alma, dos esencias, ni buenas ni malas. Vale la pena aprender más sobre el nahual y, a través del mito, descubrirnos a nosotros mismos.

## Podsumowanie

*Ameryka Środkowa skrywa wiele tajemnic i legend. Nahual, jedna z nich, przetrwał przez wieki i w różnych krajach. Jego mit pokazuje nasze powiązanie z naturą, między tym, co naturalne, a tym, co nadprzyrodzone. Uczy nas, że każdy z nas nosi w sobie dualność duszy, dwie esencje, ani dobre, ani złe. Warto dowiedzieć się więcej o nahualu i poprzez mit odkrywać samego siebie.*

# VISTULARTE

Siguenos en nuestras redes sociales.  
*Obserwuj nas w mediach społecznościowych.*



[www.vistularte.com](http://www.vistularte.com)

[vistularte@gmail.com](mailto:vistularte@gmail.com)

