Blog
Spirituality



Una mujer con el rostro pintado como *La Catrina*, personaje mexicano también conocido como *La Muerte Elegante*, observa el *Desfile de las Catrinas* el 26 de octubre de 2025 en la Ciudad de México. (Foto: Helga Leija/GSR en español)



by Helga Leija

View Author Profile

Join the Conversation

October 31, 2025

Share on BlueskyShare on FacebookShare on TwitterEmail to a friendPrint

Llegué a la Ciudad de México la última semana de octubre. Por todas partes, los cempasúchiles enmarcan las puertas y sus pétalos alfombran las banquetas. El *papel picado*, con sus figuras recortadas a mano, cuelga sobre las calles junto a elegantes calaveras vestidas de catrinas. La música alegre se mezcla con las risas de los niños y los pregones de los vendedores. Cada rincón de la ciudad vibra con vida, memoria y fiesta.



Artesanía alusiva al *Día de los Muertos* en Ciudad de México. (Foto: Helga Leija/GSR en español)

A México no vine sola: traje conmigo mi duelo por la muerte de una gran amiga y mentora, la hermana Esther Fangman. En nuestro monasterio de Atchison, Kansas, armé un altar para ella, con velas, fotografías y ofrendas. Ese altar, en la intimidad del monasterio, se siente muy distinto a lo que he visto aquí. En la Ciudad de México, rodeada de desconocidos disfrazados y con el rostro pintado —en medio de una de las celebraciones más coloridas del país— sentí algo que había echado de menos en Estados Unidos: conexión. En este tiempo que he pasado aquí he llegado a comprender algo profundo de mi cultura: en México no lloramos a solas.

> "Aquí el dolor se comparte, se acompaña, se mira de frente y se honra. En estos días he recordado a los que ya partieron —familiares, mentores, hermanas, amigos— y los he sentido cerca": Hna. Helga Leija por celebración del Día de los Muertos
>
> Tweet this



Una adolescente vende artesanías de calaveras decoradas y vasijas con imágenes de animales durante el *Desfile de las Catrinas* el 26 de octubre de 2025 en la Ciudad de México. (Foto: Helga Leija/GSR en español)

Aquí las familias levantan los altares en comunidad. Llevan ofrendas para recordar a sus seres queridos: pan de muerto, flores, velas, fotos, dulces, copal, tequila. Aquí el dolor se comparte, se acompaña, se mira de frente y se honra. En estos días he recordado a todos los que ya partieron —familiares, mentores, hermanas, amigos— y los he sentido cerca, acompañándome.

Cuando era niña aprendí en la escuela a hacer altares: primero en cajitas de zapatos, como un tipo de diorama, luego en grande para concursos y celebraciones. También aprendí a escribir *calaveras literarias*, unos versos ingeniosos que se burlan de la muerte. En ese entonces nadie cercano había muerto, así que no comprendía la hondura de nuestra tradición.

Este año, aprovechando que estoy en la Ciudad de México, decidí vencer mi miedo irracional a las multitudes y asistir al *Desfile de las Catrinas*. Era un río de color y movimiento. El centro estaba repleto de familias esperando el desfile. Vi personas con disfraces y sombreros enormes y niños corriendo con las caritas pintadas de calaveras, y escuché su risa resonando por las calles. Los vendedores ofrecían calaveras de azúcar, velas, diademas de flores y sombreros de catrinas, y los artistas del maquillaje ambulantes transformaban rostros por menos de 5 dólares.

> "Tal vez otras culturas no comprendan la alegría en el Día de los Muertos, pero es una fiesta de vida. Me recuerda que las almas de quienes amamos regresan cada año, en alas de las mariposas monarca, como creían nuestros ancestros": Hna. Helga Leija
>
> Tweet this

- 
UNLOCK YOUR
INTUITION
Make
Every Day
Count
I GIVE THANKS TO GOD
FOR CREATION
AND FOR BEING
WONDERFULLY
MADE
LA
TRISTEZA
TAMBIÉN
ES PARTE DEL
CAMINO.
Aguanta
Corazón
No seas
Cobarde

La Hna. Helga Leija armó este altar en memoria de su mentora y amiga, la Hna. Esther Fangman, en su monasterio en Atchison, Kansas, EE. UU. (Foto: Helga Leija/GSR en español)

- 

Un *alebrije*, figura colorida de animal que refleja la dualidad de lo real y lo mítico, se exhibe en el centro de la Ciudad de México durante las celebraciones del *Día de los Muertos*. (Foto: Helga Leija/GSR en español)

- 

Escaleras de entrada a un negocio decoradas con calaveras y velas en la Ciudad de México durante las celebraciones del *Día de los Muertos*. (Foto: Helga Leija/GSR en español)

Seguí a la multitud, abriéndome paso entre la gente, atraída por la música, los colores y la alegría. Crucé una plaza llena de vendedores y decorada con luces, flores de cempasúchil y *alebrijes*, coloridas figuras de animales que reflejan la dualidad de lo real y lo mítico.

El *Desfile de las Catrinas* fue impresionante. José Guadalupe Posada creó originalmente a *La Catrina* como una crítica social a los mexicanos que rechazaban sus raíces indígenas para parecer europeos, cuando en realidad no llevamos nada cuando morimos. Su intención era mostrar que, al final, todos somos iguales: la muerte nos desnuda y nos iguala.

Pero *La Catrina* también encarna la dualidad. Es muerte y vida al mismo tiempo: un esqueleto elegante vestido de colores vivos. Representa la contradicción de la decadencia transformada en belleza, de la crítica convertida en arte, del duelo que se vuelve celebración.

La celebración del *Día de los Muertos* refleja la misma dualidad de mi vida, atrapada entre dos mundos. Bajo la sombra de políticas que a veces me hacen sentir invisible o insegura, soy muy consciente de que el color de mi piel, mi acento y mi identidad como mujer mexicoamericana me marcan como "otra". Sé que muchos latinos viven la misma tensión en Estados Unidos. Pero aquí, en México, estoy reclamando mi lugar en la vida: soy, sin disculpas, profundamente mexicana. Llevo dentro el coraje de quienes me precedieron; sus historias me han hecho ser la mujer que hoy soy.

> "La *Catrina* encarna la dualidad. Es muerte y vida al mismo tiempo. Representa la contradicción de la decadencia transformada en belleza, la crítica convertida en arte, el duelo que se vuelve celebración": Hna.Helga Leija por Día de los Muertos
>
> Tweet this



Dos niños, uno con el rostro pintado como catrina, se preparan para ver el *Desfile de las Catrinas* el 26 de octubre de 2025 en la Ciudad de México. (Foto: Helga Leija/GSR en español)

Al ver a *las catrinas* y a las familias celebrando, recordé que vale la pena vivir. Tal vez otras culturas no comprendan la alegría de la celebración en el *Día de los Muertos,* pero para mí es una fiesta de vida. Me recuerda que las almas de quienes amamos regresan cada año, en las alas de las mariposas monarca, como creían nuestros ancestros. Este año sentí la presencia de Esther en la celebración y en la alegría de la gente. Mi fe me dice que volveré a ver a mis seres queridos, que la resurrección es real, que la muerte no es un final, sino una continuidad.

Estar en la Ciudad de México me ha ayudado a transformar el duelo en gratitud, a aceptar que la tristeza y la alegría caminan conmigo en este misterioso viaje de la vida. Así que, después del desfile, con Esther en el corazón, me detuve a tomar un tequila y brindé por ella (aunque sé que prefería el bourbon).

Pasar el *Día de los Muertos* en la Ciudad de México ha sido una profunda afirmación de amor, memoria e identidad. Aquí me he sentido en comunidad: con los vivos, con los muertos, con mi cultura y con los ritmos de vida que nos sostienen. Sé que no estoy sola, que pertenezco, y que la vida —siempre— merece celebrarse.

> "El Día de los Muertos refleja mi vida atrapada entre dos mundos. Bajo políticas que a veces me hacen sentir invisible, soy muy consciente de que mi piel, mi acento y mi identidad como mujer mexicoamericana me marcan como 'otra'": Hna. Helga Leija
>
> Tweet this

- 

Desfile de las Catrinas el 26 de octubre de 2025 en la Ciudad de México, una tradición mexicana que honra a los difuntos en el marco del Día de los Muertos. (Foto: Helga Leija/GSR en español)

- 

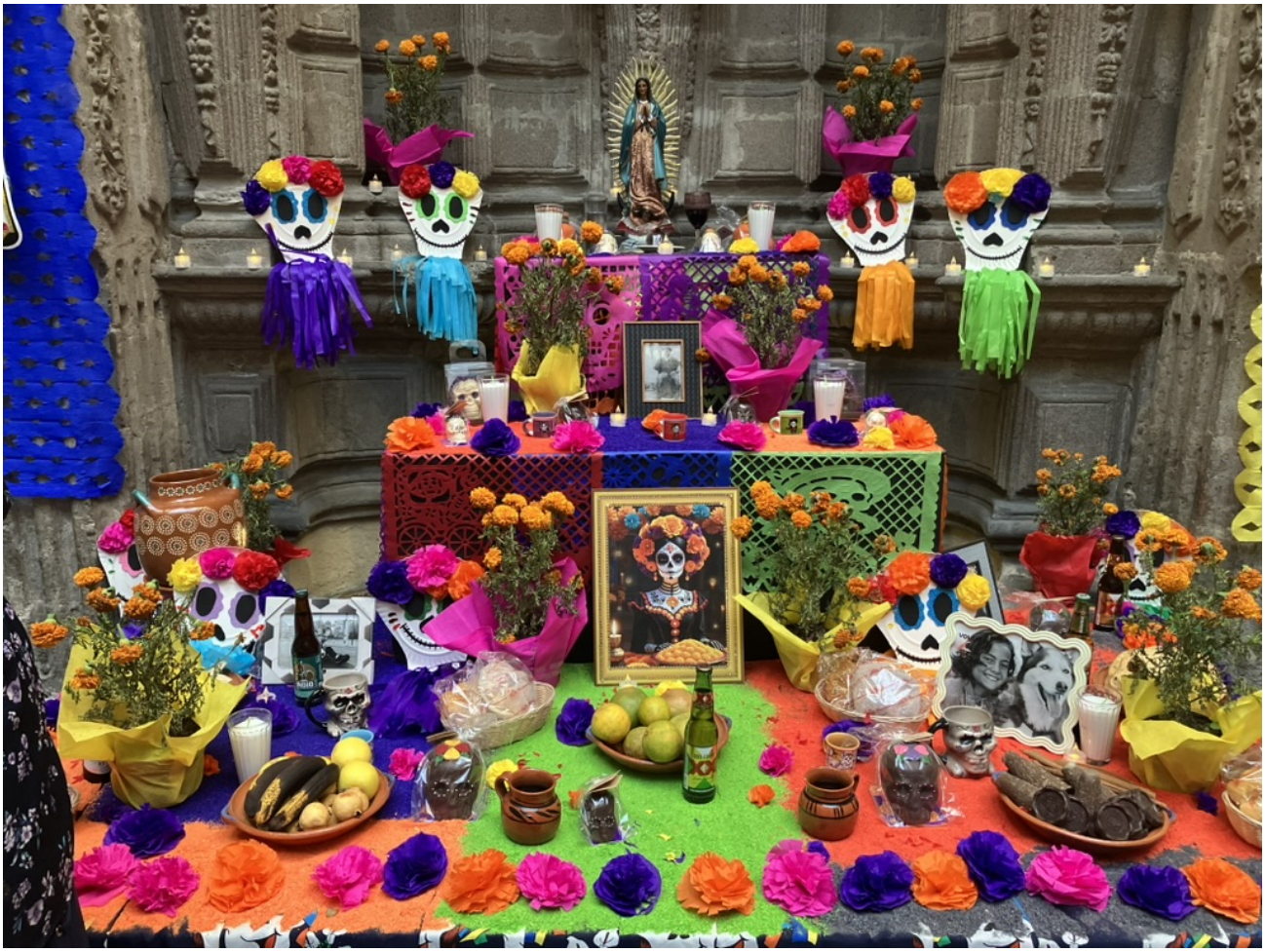
Personas con disfraces alusivos a representaciones de la muerte caminan por las calles durante el *Desfile de las Catrinas* el 26 de octubre de 2025 en la Ciudad de México. (Foto: Helga Leija/GSR en español)

- 

Mujeres jóvenes disfrazadas y maquilladas posan durante el *Desfile de las Catrinas* en la noche del 26 de octubre de 2025 en la Ciudad de México. (Foto: Helga Leija/GSR en español)

- 

Una mujer trans, disfrazada de Frida Kahlo, sostiene un cartel para pedir "una vida llena de momentos felices" durante el *Desfile de las Catrinas* el 26 de octubre de 2025 en la Ciudad de México. (Foto: Helga Leija/GSR en español)

- 

Altar del *Día de los Muertos* en un restaurante en el centro de la Ciudad de México. (Foto: Helga Leija/GSR en español)

- 

Una mujer maquilla a una niña como catrina en el centro de la Ciudad de México durante el *Desfile de las Catrinas*. (Foto: Helga Leija/GSR en español)

- 

  Un joven con la mitad del rostro pintado como catrina, representando la dualidad de vida y muerte, en el centro de la Ciudad de México, durante el *Desfile de las Catrinas*. (Foto: Helga Leija/GSR en español)

Relacionado: El Día de Muertos en México celebra la vida en "otra dimensión"

Advertisement