



PERSONAE

www.revistapersonae.com

ES EXCELENCIA



*Laura
Méndez,
vanguardista*

Reportajes Arte Teatro Gastronomía Política

No. 285
Agosto
2023

\$30.00



PRESENTAN
EL MUSICAL MÁS GRANDE DE TODOS LOS TIEMPOS

AMOR SIN BARRERAS

WEST SIDE STORY®

★ BIBY GAYTÁN ★

LUIS "POTRO" CABALLERO ★ AXEL MUÑIZ ★ MARCO LEÓN ★ ANA PAULA CAPETILLO

Debut teatro musical

ORQUESTA EN VIVO · A PARTIR DE AGOSTO 2023



Accesos en boletia.com
y [GQTICKET.COM](https://gqticket.com)

04

Conductora
Zelma
Cherem



06

Político
Antonio
Attolini



08

**Comu-
nicador**
Alonso
Millán
Zepeda



10

**Embajador
de
Indonesia,**
Cosmas
Cheppy
Triprakoso
Wartono



PERSONAE, Revista mensual
Número 285, Agosto 2023
Editor Responsable
Lic. Ramón Zurita Sahagún

Número de Certificado de Reserva
otorgado por el Instituto Nacional
del Derecho de Autor
04-2004-110117512000-102.

Número de Certificado de
Licitud de Título: 12973

Número de Certificado de
Licitud de Contenido: 10546

Diseño: Elba Rodríguez
Fotografía: Laura Méndez

26
Arte



12 **Verso Converso**

El costo de no decidir para evitar desastres

14 **Ambrosía**

Los Vinos de Jerez- Xérès-Sherry DO

16 **Gastronomía**

Vive la experiencia KYU

17 **Cine**

Estrenos

18 **Misceláneo**

Meterse en la piel del otro: empatía
Educación, la base más importante

22 **De Viaje**

Bellezas de la República Mexicana 2

24 **Reporte Político**

Tres actos, tres libros en una pandemia

30 **Ex Libris**

Muere Milan Kundera...

32 **Personajes**

Las dunas serpentean en la playa...

34 **Sexualidad**

Nueva y vieja era en tu vida sexual

36 **Psicología**

Nunca hay que dejar de volar

38 **Mundo Publicitario**

40 **Teatro**

Teatrikando

Domicilio de la Publicación:
Hamburgo #70, Despacho 205
Col. Juárez, C.P. 06600, CDMX

personae@prodigy.net.mx
www.revista-personae.com

📞 revistapersonae / Chichicaste Editorial
📧 @Revistapersonae
📧 @revistapersonae
📺 Revista Personae

Ventas y Publicidad

(55) 55 35 18 02 / (55) 55 35 34 68

Las opiniones expresadas por los autores
son responsabilidad de quien lo escribe
y no reflejan necesariamente el punto de
PERSONAE.

DIRECTORIO

Presidente y Director General

Lic. Ramón Zurita Sahagún

Subdirectora General

Fernanda Zurita Cobo

Directora Editorial

Rosaura Cervantes Conde

Presidente del Consejo Editorial

Emilio Trinidad Zaldivar

Directora

Irma Fuentes

Director Jurídico

Roberto Vidal Méndez

**Coordinadora de entrevistas
y reportajes especiales**

Xóchitl Ximénez

Colaboradores

Bernardo González Solano

Carlos Bonilla

Patricio Cortés

Josué Cruz

Benjamin Bernal

Carlos Valdés

Roxana Wiley Cota

Kury Galeana

Marcela Magdaleno

Elliot Barrascout

Zuleyka Franco

Karla Aparicio

Josefina Fernández Cueto

Juan Danell

Raquel Estrada

Jaquelin Machado Garduño

Gerardo Loaiza

Edith Damian

Corresponsales

Vicente Cantú

Fernando Zurita Villar

Fotógrafos

Mario Torres

Fer Santiago

Dirección de Arte y Diseño

Elba L. Carmona Rodríguez

Web Master

Ma. Fernanda Vazquez Rosas

Corrección de Estilo

Rodrigo Ruiz Merino

Asistente de Dirección

Consuelo Criollo

Redacción

Rosa Luisa Flores Lira

Impresión

Smartpress Vision S.A. de C.V.

Tel. 56 11 73 49

Distribución

Comercializadora GBN

S.A. DE C.V.

Tel. 0155 5618 8551

comercializadoragbn@yahoo.com.mx

comercializadoragbn@gmail.com

Representantes Guadalajara, Jal.

Leopoldo Romo

Monterrey, N.L.

Pedro A. Zurita Sahagún

Villahermosa, Tab.

Ing. José Luis Cueto

Tiraje Mensual

15,000 ejemplares

Donde vayas, **te informamos**

El medio en el que puedes confiar...

DIARIOIMAGEN

México

www.diarioimagen.net

edictosdiarioimagen@yahoo.com.mx



@DiarioImagenOnLine



@DiarioImagen

edicion@diarioimagen





Curvy Zelma, rompiendo esquemas en la TV



Rompiendo esquemas en la televisión, **Zelma Cherem, Curvy Zelma**, se va abriendo paso, y demuestra que también las bellezas que no son talla cero tienen cabida en el gusto del público. Es modelo, empresaria, conductora, y hoy es titular de la versión mexicana de **La Rueda de la suerte** transmitida por TV Azteca.

Desde pequeña le atrajeron los reflectores: “Siempre supe de qué lado me quería ir, porque, honestamente, la escuela me costaba mucho trabajo. Encontraba más paz en las cosas artísticas que en cosas como matemáticas, ciencias”.

A los quince años audicionó para *Buscando a Timbiriche, la nueva banda*. Después entró al musical *Anjou*, cuento de terror patrocinado por CONACULTA, con el que hizo gira internacional: “Por completo otra experiencia. Yo no tenía experiencia, simplemente tenía las ganas y la onda de entrarle a lo que venga y querer ser parte, dije: “yo voy a entrar por donde tenga que entrar”. Conocí la disciplina, los compañeros, la gente que sí estudia para hacer eso y que para cantar necesitan un estudio, para bailar otro y entonces empecé a conocer cosas que me gustaron muchísimo”.

También participó en la serie de MVS, *Roomies*: “Yo siempre por la vida entrándole porque era lo que yo quería. De ahí soy conductora de un programa que se llamaba *Locas por el fútbol*, fue lo primero que hice de conducción, no tenía idea de fútbol, ni siquiera lo veía, pero hice todo, aprendí y dije que sí. Después, estudié en el CEA de Televisa tres años, de ahí soy egresada”.

Formó parte del programa *Ponte Fit*, experiencia que le ayudó a redefinirse: “Tenía otro tipo de cuerpo, era más delgadita y demás; pero, con todo y todo, nunca era suficiente para la gente, entonces a partir del *hate* (odio), es que yo creo mi propio concepto de **Curvy Zelma** para que me dejaran de molestar, **porque si tú te burlas de ti mismo, ya nadie te puede molestar**. Era más pequeña y el tema de la gordura siempre ha sido un tema muy doloroso en mi vida, ya fuera para entrar en proyectos, una relación, para la ropa, hasta que decidí hacer mi escudo y al mismo tiempo empezar a sacarle provecho a lo que yo tenía”.

Llega entonces el programa que la catapultó, *Este es mi estilo*, ganando el reality show: “Ahí doy un cambio, me convierto en una mujer mucho más segura, agarro mis curvas, engordé mucho más, también, ya era de otra forma, pero encontré mi poder en mi carisma, en mi personalidad y en las cosas positivas que tengo y **me di cuenta que mi valor no es una talla, no es un peso, no es una forma física, mi valor es mucho más profundo e importante que eso**”.

Durante la pandemia fue conductora de *Venga la Alegría*, programa donde también tuvo una sección de moda, fue semifinalista *Survivor*: “Una chica *curvy*, por la que nadie apostaba que iba a aguantar, no sé si de pronto con todo el dolor, ni siquiera sé cómo le hice, pero siempre he tenido eso, ¡me aferro a lo que a lo que quiero y para adelante! Y trabajo en ello hasta lograrlo. Quizá, no voy a ser la mejor, pero al menos voy a intentarlo, con miedo, pero lo hago”. “Me encantan los realities, la verdad, porque nomás hay que ser uno mismo en las situaciones que se presentan, y a mí me aman o me odian, pero siempre soy fiel a quién soy yo, a lo que pienso y a lo que creo”, **nos comenta**.



Pasamos a su nuevo programa: “Es mi gran oportunidad, pienso que así como me cambió la vida *Este es mi estilo*, estoy segura que *La rueda de la suerte* es otro cambio que viene a marcarla”.

Lo describe: “Es un programa familiar muy mexicano, sin pretensiones, se hizo la adaptación para que las pistas, las frases de mamá, las comidas, todo sea muy relacionado a nuestro país. Hay muchos programas que quieren ser como de otro país, aquí *queremos honrar al país en el que nacimos*, con las virtudes que tenemos, musicales, de comida, de artistas y con nuestra gente, que viene a participar. Puede jugar desde la persona más mayor, es decir, desde la abuelita, hasta el más pequeño. Hay muchas opciones pero, a veces, tienen contenidos más fuertes, que no puede ver toda la familia, muchas bromas pesadas, quizás groserías, aquí es un programa blanco. Es como esos chistes antiguos, esas cosas de antes, ese humor bonito sin pretensión, simplemente por pasar un rato bonito, agradable, divertido, te vas a ganar un coche, eso, te vas a ganar un dineral, te puede cambiar la vida en un segundo”.

“Es muy honesto, nadie está fingiendo hacerse el gran conductor y soy de acá arriba. ¡No! Aquí estamos nosotros igual, no hay pretensión. También se está abriendo la televisión a la diversidad y si no me equivoco, sería la primera mujer

curvy en estar al frente de algo así, dando oportunidad a la gente de ver otros cuerpos. Eso va a ser fuerte y también habrá quién me tire mucho *hate* de entrada, pero no me importa, porque puedo motivar a un chico o una chica que esté en su casa sintiéndose apenado por la persona que es o por el cuerpo que tiene”.

“La gordofobia es tan grande que todos te indican qué debes de ser, que debes de achicar tu cuerpo, que debes de operarte, que debes de comprar la pastilla para dejar de comer, que debes de lograr entrar en una talla menos. No es que yo promueva la obesidad, yo soy una gordita saludable, me hago estudios dos o tres veces al año y ni colesterol”, **expone**.

Aunque no encaja en los cánones de belleza hegemónicos, la televisora apuesta por ella, le pregunto a qué lo atribuye y responde: “100% a mi personalidad, yo no pongo el valor en mi físico, lo pongo en todo lo demás. Soy una mujer muy chambeadora que ha salido de situaciones muy fuertes, vengo de una familia que ha luchado, que me mantengo sola desde los 20 años y que tras las adversidades he ido adelante y no he dejado de perseguir mis sueños. Soy una mujer que ha encontrado su valor más allá de la talla y eso es una fuerza con la que camino y es mi bandera, a donde vaya la llevo con mucho orgullo, así como hay mujeres que se sienten muy bellas, ¡yo me siento



muy chingona! Además, me siento muy guapa, muy sexy porque sí lo soy. Me pongo mis bikinis, me pongo los colores que quiero, utilizo también mis curvifajas, cuando quiero tener justamente esa cintura de Ninel Conde y cuando me la quito, sigo siendo bella. Ser curvy es mi súper poder y así lo llevo, así lo siento de corazón y todos los días me lo refuerzo, busco ser una mejor persona y luchar justamente para que más personas como yo, más grandes, otros colores, otras razas, otros estilos puedan también incursionar y que normalicemos lo normal”.

“Yo invitaría a la gente a que busque qué es lo que la hace auténtica, qué es lo que la hace única, qué es lo que la hace diferente, probablemente, todo eso, que en su momento, como yo, creía que eran mis defectos, son tus mayores virtudes. Incluso este cuerpo es mi mayor virtud, en este momento, es el cuerpo que me da de comer, es el cuerpo que me hace trascender y es el cuerpo que me da la posibilidad de estar viva. Les diría que piensen que ustedes van a estar con ustedes mismos toda su vida, les recomendaría que se lleven bien con su ser y que les guste o que quieran a la persona que son, no es fácil el amor propio”, **concluye**.



Josué Cruz 



Fotografía: verificado.com.mx

Antonio Attolini, defensor del obradorismo

Patricio Cortés ✍

Antonio Attolini emanó del movimiento **#YoSoy132**. En la campaña del 2018, fue el vocero juvenil de Andrés Manuel López Obrador. Ha fungido como asesor parlamentario y funcionario en MORENA, aunque se ha dado a conocer más por su participación en diversos medios impresos y electrónicos, al ser uno de los más acérrimos defensores de la 4T.

Si bien difiero en más de un punto con nuestro entrevistado, recuerdo que es una entrevista y no un debate por lo que la charla se da en un tono afable. Sorprende que sea egresado de una costosa institución privada, él declara: “Soy de la reserva patriótica del ITAM, somos pocos, pero benditos”.

Le pido un diagnóstico de las políticas enfocadas a la juventud, más allá del programa Jóvenes construyendo el futuro: “Yo ya no soy joven, pero ser joven es una actitud y es una actitud que siempre presenta la infinita posibilidad de futuro. Eso tiene este país, ya los jóvenes tienen una idea de futuro en donde pueden estudiar la preparatoria o la universidad con los apoyos que reciben del gobierno, pueden decidir hacerlo en casi cualquier lugar del país porque se han hecho también inversiones históricas en infraestructura educativa, las universi-

dades Benito Juárez, no se diga aquí en la Ciudad de México con la Universidad Rosario Castellanos y la Universidad de la Salud, y sobre todo, los jóvenes ya no son carne de cañón de una política de seguridad, de búsqueda de captura y abatimiento. En este país, fueron considerados daño colateral e, incluso, amonados como cadáveres y señalados como parte del crimen organizado, si no recordemos cómo sucedió con Jorge Antonio y Francisco Javier en marzo de 2010 en el Tecnológico de Monterrey, los estudiantes de doctorado que el presidente Calderón señaló que estaban armados hasta los dientes, cuando no era así. Entonces la situación en este país ha cambiado, recordemos de dónde venimos para saber a dónde vamos y creo que fundamentalmente este país le ha dado futuro a toda persona que hoy nace y crece indistinto del código postal en el que esté, es muy importante para la 4T”.

Recalco que es el grupo demográfico con más votantes y expone: “Sí, aunque la combinación de una política social exitosa se da en la medida que no solamente se ha atendido a los jóvenes por ser el grupo demográfico más grande, sino que también, por ejemplo, la pensión de adultos mayores, que dignifica una vida de lucha y les permite tener un

retiro, informal, pero digno, también apoya mucho en la estabilidad familiar a distintos ámbitos de la población. O sea, no solamente se atiende a los jóvenes por ser jóvenes o a los ancianos por ser ancianos, sino a una idea integral y plena de vida, el desarrollo está en todos los ámbitos de nuestra dimensión familiar. Eso es lo que destaca a la 4T de los gobiernos neoliberales y conservadores”.

Se inclina por un precandidato: “Claudia Sheinbaum, la ex jefa de gobierno, es para mí la mejor propuesta para poder encabezar la Coordinación nacional de los Comités en defensa de la cuarta transformación (*de facto* la candidatura presidencial de MORENA) se cuentan por 70 mil en todo el país, uno en cada sección. Su visión de futuro no es la de zigzaguear y encontrar el hilo negro, sino la de la transformación que ha iniciado el presidente López Obrador, profundizarla con alcances aún mayores y eso requiere de una capacidad política y también de un proyecto. Después de cómo inició este sexenio, en 2018-2024, se presenta una oportunidad inédita a todo este país de poder realmente llegar al primer mundo, pero no como lo entendían los conservadores y neoliberales sino sin dejar a nadie atrás y sin dejar a nadie afuera, para que haya una modernidad desde abajo”.

Reconozco que un país no se construye en cuatro años, sin embargo, la pregunta de 'hasta cuándo seguiremos culpando a los gobiernos del pasado' me parece pertinente y responde: "Tú mismo lo dijiste, el país no se inventó hace cuatro años y hay muchas cosas en la herencia de los neoliberales y los conservadores, no nos vamos a cansar de señalarlos porque existen. Hay una base conservadora que le encantaría regresar al país de los privilegios y también gobernamos para ellos, porque estamos buscando que se den cuenta de que para que nos vaya bien a todos, a todos, a los ricos, a pobres, de izquierda, derecha, librepensadores, religiosos, del campo, de la ciudad, hombres y mujeres, viejos y jóvenes, primero van los y las más pobres. Entonces, vamos a seguir siendo consecuentes con esa visión y vamos a seguir refrendando nuestro orden de prioridades, aunque los conservadores estén en desacuerdo, este país ya no discrimina por origen, apellido o código postal".

Al solicitarle una autocrítica de los pendientes de la 4T, evade: "No. De la crítica y de los errores se encarguen nuestros críticos y adversarios. Yo creo que vamos bien, estamos bien, de buenas, así lo reflejan las encuestas, así lo reflejan los votos, el peso, la relación con Estados Unidos, la reducción en las tasas de incidencia delictiva, el número de inversión que ha recibido, el número de apoyos que se dispersan ya a 30 millones de personas en este país. Vamos muy bien y eso da cuenta la forma de gobernar y sobre todo la manera democrática en la que se ha ido refrendando, tenemos 23 gubernaturas y creo que vamos a acabar con 27".

Declara: "Yo creo que el *obradorismo* nos ha enseñado que 'con el pueblo todo y sin el pueblo nada', y esa es nuestra principal resistencia para el andado oligárquica, mediática y económica".



Hago hincapié que quien llegue a la presidencia, en 2024, difícilmente tendrá la fuerza e influencia del actual mandatario, opina arqueando las cejas: "Pero si la fuerza no la tiene el presidente, la fuerza la tiene el pueblo de México. Si refrendamos que es el pueblo de México el dique de contención para el regreso de los privilegios de los neoliberales, de los conservadores, quien asuma eso, lo entienda, defienda y promueva, en su visión de gobierno, no va a tener ningún problema".

Entrevistado en el preámbulo de una plática sobre debates a jóvenes de MORENA, le expongo que yo ya no percibo debates de ideas sino intercambios de adjetivos, difiere: "Yo creo que sí hay debate de ideas, hoy se habla de un proyecto, el proyecto-la transformación o el proyecto de la corrupción, el proyecto de los privilegios, el proyecto-la conservación de un mundo desigual que se asumía natural y no político. Yo creo que hoy sí se discute si queremos avanzar y profundizar un modelo de transformación apoyado por el movimiento social más importante del mundo, que es el *obradorismo*, o si queremos regresar a un mundo en donde los apellidos, los códigos postales y los materiales de la cuna, tres condiciones que uno no elige, pero que determinaban el proyecto de vida de la gente. Hoy, en la reacción conservadora, se ve que eso es básicamente lo que quieren, son muy violentos, son gente muy nerviosa, entonces pareciera que no hay ideas, pero en realidad lo que no tienen ellos es proyecto".

Tras catalogar al *obradorismo* como el movimiento social más importante del mundo, pide sustente la afirmación, explica: "No hay un movimiento social hoy en Europa, en Asia, en América Latina, en África más potente, más grande, mejor articulado y con una visión de gobierno y de proyecto que esté conquistando tanto y también el sentido común de un país como el *obradorismo* en México. Somos punta de lanza en el continente, pero también el reflejo de lo que deberían aspirar continentes como Europa o Asia. Lo que estamos logrando hacer en tan pocos años en menos de 10 años, gobernamos a casi 90 millones de personas. Eso no lo ha logrado ninguna fuerza política en el mundo y hoy estamos aspirando poder gobernar al menos otros seis años y entramos corrigiendo 36 años de desigualdad neoliberal. Entonces, yo creo que esto que estamos haciendo, la profunda transformación social que estamos liderando en el *obradorismo*, no hay ningún movimiento social en el MUNDO que lo tenga".

La pregunta consecuente es ¿Cómo definimos el obradorismo, sacando a la figura de López Obrador?, presto responde: "No lo podemos sacar, el *obradorismo* sigue el ejemplo de un hombre que, si bien, las palabras pesan, el ejemplo arrastra. Es el ejemplo de vida, de lucha consecuente que ha hecho Andrés Manuel López Obrador lo que nos inspira a seguir luchando para poner siempre por delante a los pobres, vivir en la justa medianía, poner el poder al servicio de los demás para, solo así, convertirlo en virtud. Ese tipo de enseñanzas son los que dan al *obradorismo* tal fuerza moral, autoridad moral para poder seguir reclamando y tutelar los destinos de este país".

Entonces ¿qué pasará cuando él en el 2025 se vaya su a rancho?, es la pregunta final, contesta: "Nada. El *obradorismo* es una corriente de pensamiento que se inspira en la vida y nombre de una persona --que así dejara de existir en el plano terrenal el día de mañana--, deja un legado en sus acciones".



Alonso Millán Zepeda, director de Capital 21, el canal de la Ciudad de México



Dirigir una televisora pública implica distintos retos que una televisora privada, porque, obviamente, los objetivos son distintos, en torno a ello giró la entrevista con **Alonso Millán Zepeda**, director de Capital 21, el canal de la Ciudad de México.

Destaca: “Uno de los desafíos más importantes, que el mismo ritmo de la comunicación pone sobre la mesa, es generar un medio público entretenido, con un buen manejo de la información, con nuevas voces, con pluralidad, con contenidos que les que permitan a la gente verse reflejada, resonar en esa pantalla y seguir haciendo de los medios públicos un punto de encuentro para personas de varias edades, de varios lugares, de varios países; para eso también nos apoyan mucho las redes sociales”.

Sobre su sello como director de la televisora, comenta: “No he parado de insistir en el tema de lo popular y lo entretenido. Si un medio público no es un viaducto que nos permita que por ahí circulen un montón de conversacio-

nes, un montón de ideas, no creo que sirva como medio de comunicación. Un medio comunicación no solamente emite un mensaje, sino hay que generar mecanismos para recibirlos y, a partir de esa investigación, esas consultas y esos ejercicios, poder generar nuevo contenido y poner en el centro un entretenimiento desde y por lo popular”.

El entretenimiento ya lo proporciona la televisión comercial, por lo tanto, el cuestionamiento es que aporta la televisión pública: “Para empezar la lógica, no estamos inmersos en una lógica de mercado, lo popular no se mide en pesos, se mide en sonrisas, en reacciones, en diálogos, en reflejos. Lo popular, para mí, es este *algo* que nos permita de identificarnos en esos modos de ser ciudadano y, en mi caso, en esos modos de ser chilango. Entretenido es lo transversal, un programa de opinión tiene que generar entretenimiento, pero también tiene que generar un noticiero, una serie, un documental o un especial en el Zócalo de la Ciudad”.

Maluma o Peso Pluma se pueden ver en Bandamax, ¿qué los diferencia?, es la siguiente pregunta que responde: “Yo creo que ellos son populares, son entretenidos porque justo generan este efecto en el cual la gente se ve reflejada en ellos, digamos yo no me voy a contraponer a esas sinergias. Lo que sería interesante, en un medio público, es seguir encontrando esos argumentos que permitan a la gente encontrarse alrededor de una pantalla. Puede ser Peso Pluma y puede ser Maluma, pero también creo que hay otros argumentos, la historia de los pueblos originarios, la lucha feminista, los pueblos afro, el tema está en encontrarlos, en buscarlos, en ponerse en ponerse a trabajar”.

Alonso Millán, también es vicepresidente de la Red de Radiodifusoras y Televisoras Educativas y Culturales de México, ha declarado que recibió ‘un medio en terapia intensiva y ahora está en terapia intermedia’, se explica: “No es fácil, recibimos medios públicos saqueados, sin lana, sin inversión, mucha

producción terciarizada (lo que incrementa costos), difícil llegarle al tema tecnológico, estar al día es muy caro, imagínate con 18 años de rezago. Fue muy complicado recibir esos medios, no hablo solo sobre Capital 21, sino en general del panorama de los medios públicos federales y locales, recibimos medios públicos saqueados, entonces es empezar de cero, es inventar canales de televisión, es generar procesos, procedimientos, estructura. Al mismo tiempo, sin dejar de operar, la televisión por ley tiene que estar prendida, tienes que estar pensando en futuro, el vivo manda. Entonces es una terapia, de acá, de acá, de acá, de acá (señala distintas partes del cuerpo), no es fácil”.

Un referente, cuando hablamos de medios públicos, suele ser la BBC de Londres, nuestro entrevistado marca su distancia: “Para empezar, creo que el modelo de la BBC es un esquema que se vende como público, pero toca lugares de lo privado, que no sé si necesariamente en el modelo en México nos convenga hacer una BBC. A mí me gustaría un conjunto de medios diversos, la infraestructura instalada en México no es poca, hay una tradición en medios públicos, generalmente hay universitarios, cada estado tiene uno, los medios federales, tiene al IMER, Radio Educación, Canal 14, Canal 22, que generaran este concepto de soberanía cultural, que cada quien hable de lo que es su territorio, de lo que es su cultura, que es algo que no nadie más te lo va a poder ofrecer. En vez de una BBC como una gran cadena de televisión, lo que quisiera es una mayor coordinación en los medios públicos donde aprovecháramos la diversidad, los ritmos distintos, los estilos distintos, los tonos para coordinarnos en torno a dar un buen servicio a la población”.



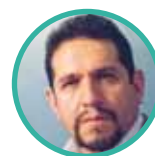
El canal arrancó cuando los streamings iniciaban su dominio por lo que preguntó si llegó tarde, difiere: “Capital 21 es un medio joven, lleva 15 años, yo creo que nunca es tarde para emprender la televisión. Es un medio vivo, que se consume, que nos va a permitir generar un diálogo con la ciudadanía. Más bien, lo que hay que hacer, es pensar en otros problemas e incluso si tuviéramos más recursos, nuestros problemas serían otros, nuestras preguntas serían otras. En la austeridad es importante ser creativos, administrar lo que tenemos y ponernos al servicio de la gente”.

Al hablar de austeridad, no podemos omitir el hecho de que muchos pensábamos que con la 4T los medios recibirían más recursos, lo cual no sucedió, el entrevistado externa: “Creo que si tuviésemos más lana, nuestros problemas serían otros. Hay lo que hay, o sea, con lo que tienes haz lo que puedas y hay que ser creativos y dar un servicio digno, a la altura de los ciudadanos, que nos ven. El arte de mi encargo es administrar lo que tenemos”.

La credibilidad es el otro tema donde le comento que, por ejemplo, frente a la caída del Metro, no es precisamente la televisora del gobierno capitalino donde uno buscaría información, refuta: “Te invito a ver a Loret, entonces a ver si al él sí le crees. Qué quieres ver un nuevo comercial haciendo interpretación de la caída del Metro, que han venido saboteando, haciendo una infodemia más peligrosa que la pandemia, ¿qué prefieres? Lo que hay que generar son medios públicos, y no es fácil, con nuevas caras, nuevos rostros, nuevos formatos e ir generando esa credibilidad. Este es un proceso, es una construcción de públicos”.

El desafío no es sencillo, confiesa: “No está fácil, la tele es un trabajo de *muy* en vivo, todo el día y todos los días está prendida, hay 24 de diciembre, 31 de diciembre es muy absorbente. Somos una tele pequeña, joven, además, no tenemos esa gran infraestructura, esos edificios, esas unidades móviles, esas tecnologías que tienen los medios comerciales. Me sorprendió la forma en que en que esto está de pie, dices *¡guau!* con lo que tenemos vamos a darle un giro, le cambiamos la imagen, cambiamos los formatos, sumamos nuevas caras. No es sencillo, el vivo es muy cañón, no hay un periodo de tregua. Me he quedado calvo, he dormido poco, pero estoy enamorado de lo que hago”.

La imagen que proyecta Alonso Millán no es la del ejecutivo promedio, de hecho, rehúye los sacos y corbatas: “¡Ni Dios lo mande! Bueno, pues, no me voy a disfrazar, así soy yo, así he sido y más bien agradezco la confianza que me tienen para haberme dado este encargo”.



Patricio Cortés 

Cosmas Cheppy Triprakoso Wartono, embajador de Indonesia en México

En esta ocasión logramos charlar con el representante de uno de los protagonistas del sureste asiático, el archipiélago más grande del mundo y una nación en constante crecimiento, **Cosmas Cheppy Triprakoso Wartono**, embajador de Indonesia en México.

La entrevista se da entorno a las relaciones bilaterales entre nuestras naciones, donde nos dice que en el rubro político ‘no hay obstáculos en nuestra relación’, ya que se trata de naciones que se respetan y hay una amistad mutua: “Ambos somos potencias regionales, no hay diferencias importantes en la relación bilateral y multilateral, coincidimos en Naciones Unidas, somos parte de la organización MIKTA (también incluye a Corea, Turquía y Australia, es decir está conformada por países con ubicaciones geográficas estratégicas). Nuestras naciones desde hace 70 años establecieron relaciones diplomáticas, y se han apoyado”.

Sin embargo, reconoce que desde el punto de vista económico hay mucho trabajo pendiente: “En ese rubro, no hemos tenido una relación muy fuerte porque México siempre trabajó con Estados Unidos e Indonesia en Asia y con Europa; pero hace cuatro años se incrementó el intercambio económico, alcanzando los tres mil millones de dólares y espero que se desarrolle más, ya que México puede ver a Indonesia como un país con gran potencial y viceversa”.

En abril pasado estuvimos de manteles largos y la celebración continua: “Este año, por el 70 aniversario de la relación bilateral, la embajada de Indonesia quiere celebrar y estrechar lazos haciendo una *Expo Indonesia en México 2023* con la finalidad de reunir empresarios mexicanos e indonesios. Regularmente lo que hacemos en la embajada es difundir lo que es Indonesia para darla a conocer. Con esta expo podremos difundir con mayor detalle los productos indonesios, ya que México como potencia regional puede servir de puente para ingresar al resto de los mercados latinoamericanos”.

El evento se llevará a cabo del 03 al 06 de agosto en el Centro Internacional de Exposiciones y Convenciones WTC. Expo Indonesia en México 2023 contará con actividades como sesiones de diálogo sobre inversión, sustentabilidad, turismo y oportunidades de negocios. Incluso se espera formalizar un acuerdo bilateral, cuyas negociaciones ya concluyeron, sólo falta el evento protocolario.

“Con el objetivo de que la sociedad mexicana conozca nuestra existencia en general, no solamente contamos con la expo, el gobierno indonesio, desde hace tiempo, realiza foros para invitar a los empresarios de Latinoamérica y el Caribe llamados INA-LAC para que el mercado de Indonesia se expanda en la región, ya que incluye otros países que también cuentan con gran potencial como Brasil y Argentina, este año es el momento que empujamos todo el mercado de Indonesia a México. Además, visito cada estado de la República Mexicana para promover las mercancías de Indonesia. Las puertas de la embajada están abiertas, si hay un interés, nosotros siempre estamos listos para recibirlos”.

Destaca los puntos a desarrollar: La exportación de carne (ya sea ganado en pie o carne congelada), con cooperación **Halal**, es decir que cumplan con una norma de origen musulmán; hablamos de alimentos que no estén **catalogados como Haram por la Sharia, o sea, el cerdo, los animales sacrificados incorrectamente, el etanol y otros tóxicos, los animales carnívoros, la sangre, los alimentos contaminados, etcétera**). “Para exportar productos a Indonesia hay que aprender las medidas de productos halal para que ambos países tengan un estándar”. **Unificar normas sanitarias: a través de sus respectivos reguladores.**





Economía creativa: “Ambos países pueden aprender de su potencial, por ejemplo, en el cine sabemos que México produce muchos directores famosos, como a Guillermo del Toro que ganó el OSCAR® y podemos aprender de ellos; Indonesia tiene *muchas star apps*, a nivel mundial; tenemos una inversión de más de 20 mil millones de dólares, dirigidas por jóvenes y esperamos que también México aprenda de esa parte, es aprender cada uno del otro”.

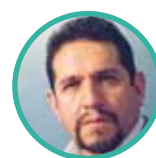
Reitera: “Económicamente hay poco conocimiento del potencial de México y viceversa, se puede aprovechar la cercanía con Estados Unidos como el punto de partida de promover e incrementar las relaciones a nivel regional. A su vez, México puede aprovechar la ubicación en el ASEAN (Asociación de Naciones de Asia Sudoriental), así como de otros tratados comerciales y asociación regionales con los que contamos. Está el ASEAN plus 5, incluye a China, Corea del Sur, Japón, Australia, Nueva Zelanda y las empresas mexicanas pueden aprovechar a Indonesia como punto de entrada para esos mercados que, en total, tienen una población de casi 2 mil millones de habitantes”... “Otro desafío es no tener un tratado de libre comercio con México y hay que competir con los países que sí aprovechan los beneficios que ofrece dicho instrumento”, **comenta.**

Entre la guerra europea y las secuelas económicas de la pandemia han dejado una economía mundial endeble, no obstante el diplomático expone que el impacto a su país ha sido más moderado: “La pandemia y los conflictos bélicos afectaron mucho porque sí cortaron comunicaciones y se pusieron más barreras, pero en el caso de Indonesia-México, la relación se favorece, porque a pesar de la guerra entre Ucrania y Rusia, Indonesia todavía puede mantener su crecimiento económico y solamente perdió 2%; en cambio México, sí bajó 16% y los países Europeos que tenían más que perder, cayeron entre 20 y 30% su crecimiento económico. Por eso vimos que, en la crisis, existe la oportunidad y podemos aprovecharla, y se reflejó el crecimiento económico en las exportaciones durante la pandemia, entre 2020 y 2022 las exportaciones de Indonesia hacia México crecieron bastante porque hay una necesidad que Indonesia puede surtir. Aprovechando que la economía en China estaba de bajo nivel y la guerra comercial entre China y Estados Unidos, entra Indonesia porque México necesita insumos”.

Indonesia es una nación con un crecimiento sostenido y que poco a poco asciende en el ranking de las economías mundiales, por lo que preguntamos a su representante, cómo lo logran, expone: “Lo principal es sostener

el poder adquisitivo de la gente, eso es lo que apoya lo económico, por las compras que hacen las personas. El gobierno apoya a la mayoría de las pequeñas y medianas empresas, eso lo podemos llamar incentivos económicos del gobierno al pueblo para que puedan generar economía, también se dan incentivos como moratorias en los créditos, apoyos en el consumo de luz, etcétera. Esa es la diferencia con los países europeos, donde el mismo gobierno no apoya al sector empresarial mediano y pequeño”.

Para concluir, habla de “la importancia del rol de los medios para impulsar la cooperación entre ambos países y promover la presencia de Indonesia en los sectores social, cultural y educativo. Destaca la importancia de mantener una cooperación más allá de lo económico y ejemplifica que el año pasado se firmaron cinco acuerdos con universidades mexicanas y, en el marco del 70 aniversario de las relaciones, hay actividades como talleres, exposiciones y muestras de cine”.



Patricio Cortés 



El costo de no decidir para evitar desastres

Alguna vez se han preguntado ¿cuántos aviones se encuentran volando en el mundo en un día? Recientemente, el día 6 de julio, una aplicación que me gusta y que uso frecuentemente “[Flight Radar 24](#)”, mostró que había 134,286 aviones en el aire. Esta aplicación que es de uso libre (yo tengo la versión plata, por la que pago como \$80.00 Pesos al año), y permite a uno seguir un vuelo en tiempo real en cualquier lugar del mundo y nos muestra cuál es el tipo de aeronave, fecha de construcción, la trayectoria que lleva, el tiempo restante para llegar al destino y si va a tiempo o no. Yo la uso para, de alguna manera, acompañar a mis familiares en sus vuelos. Por supuesto, también puede uno ver los vuelos hacia y del nuevo aeropuerto Felipe Ángeles, que usa las siglas de NLU, supongo *Nueva Santa Lucía*. Si esta cifra de **vuelos por día**, la dividiéramos entre los segundos de un día, nos resultaría **1.5 vuelos por segundo**, pensando que cada avión despegó en ese tiempo.

Se escucha fácil ese número, pero el que un avión esté volando, requiere de mucha tecnología y de una cantidad importante de personas para que esto suceda. Si se presenta una falla en un avión en pleno

vuelo, las consecuencias pueden ser catastróficas, a diferencia de un automóvil o autobús, que solo tendría que orillarse y esperar a ser arreglado o remolcado, la condición de una aeronave es muy diferente, no puede orillarse en cualquier lugar y no necesariamente puede aterrizar en cualquier aeropuerto. Por ejemplo, los grandes aviones que provienen de Europa cada tarde a la CdMX, a los que se les dice cariñosamente “*heavies* (pesados)”, como los Jumbo, Boeing A380 de dos pisos, o el Boeing 787 Dreamliner (como el que ‘vendimos’), no pueden aterrizar en cualquier aeropuerto de México, de manera que, si tienen una emergencia, deben contar con suficiente combustible para llegar a Cancún, Guadalajara o Monterrey, algunos de los pocos aeropuertos que los pueden recibir.

Ahora, si consideramos que [de acuerdo con la SEMOVI en la CdMX hay 29,128 vehículos de transporte público \(62% microbuses, 22% autobuses y 16% combis\)](#), y con base al [Reporte Trimestral de Hechos de Tránsito del 1er trimestre de 2020](#), en donde se reporta que hay 14.2% de accidentes en ese lapso, tendremos un promedio de 6.8 accidentes al día en la CdMX, en donde está involucrado el

transporte público. En el caso de las aeronaves, la tasa de accidentes en el mundo es de 1.94 por millón de vuelos, que resulta entonces en cerca de 0.25 accidentes aéreos o un accidente aéreo cada 4 días a nivel mundial. Datos del Consejo Nacional de Seguridad de Estados Unidos indican que con un poco menos de 70 millones de vuelos al año, **la posibilidad de morir en un accidente aéreo es de 1 en 205,552 y la de morir en un accidente vehicular es de 1 en 102**. Es claro, que si esa fuera la tasa de accidentes en el ramo de la aviación nadie volaría. ¿Por qué es diferente, si ambos son medios de transporte? Primero, los aviones son muchísimo más costosos que un autobús o microbús, debido a la cantidad de tecnología e ingeniería usada en su diseño para tener estándares muy altos de seguridad. Segundo, cada avión es revisado y checado cada que aterriza y su mantenimiento requiere de cambios completos de piezas cada determinado número de horas de vuelo. Tercero, hay muchas personas involucradas en la logística de vuelo de cada aeronave, ya sea en tierra o en el espacio aéreo. Cuarto y último, el costo de un pasaje aéreo es caro. Estas cuatro características, no necesariamente se aplican en el transporte público.



La aplicación Flight Radar 24, detectó el día 6 de julio, 134,386 vuelos en el mundo. Es el día en que más vuelos ha registrado esa aplicación.



**La erupción submarina del volcán Hunga Tonga-Hunga Ha'apai del 15 de enero de 2022
Envío 55 millones de toneladas de vapor de agua a la atmósfera y estratósfera.**

De manera, que si es posible mitigar la posibilidad de accidentes, incluso desastres, pero requiere de conocimiento, de monitoreo, sistemas de aviso y de capacidad de reacción. Aun así, es complicado cubrir todos los aspectos, por ejemplo, en el caso de la aviación, la actividad de volcanes, que es incierta, ¿qué tanto efecto puede tener en los aviones en vuelo? Existe una institución VAAC (Volcano Ash Advisory Center. Centro de Avisos de Emisión de Ceniza Volcánica), que depende de la NOAA (Oficina Nacional de Administración Oceánica y Atmosférica) en Estados Unidos, el Centro VAAC de Washington, es el que vigila el cuadrante en dónde se encuentran los volcanes de México, Centroamérica, Colombia y Ecuador, vigilándolos con satélites que detectan la presencia de emisión de ceniza, su altura y dirección, para así notificar a aeropuertos, para que avisen a las aeronaves en la región y que eviten entrar a nubes de ceniza volcánica, que podrían dañar el fuselaje y motores.

La reputación de la actividad volcánica ha cambiado recientemente. Recordarán la erupción del volcán Hunga Tonga-Hunga Ha'apai que el 15 de enero de 2022, produjo una inmensa nube de ceniza y un tsunami importante. La eva-

luación del material emitido por el volcán alcanzó más de 20 Km de altura. Ya que la explosión fue submarina, la ceniza y vapor de agua, ambas partículas de unas cuantas micras de tamaño (menores que el diámetro de un cabello), se quedaron flotando en la estratósfera y provocaron cambios químicos y disminuyeron la cantidad de luz solar que recibimos, incrementando la temperatura de la superficie del Planeta, lo que provocó las olas de calor actuales a nivel global. Además de que también se ha investigado que agua salada, viajando a través del campo magnético de la Tierra, lo puede alterar, al inducir corrientes eléctricas y campos electromagnéticos secundarios.

Cuando pensamos que entendemos los efectos de estos fenómenos naturales, como volcanes, sismos, tsunamis y huracanes, nos damos cuenta de que aún hay cosas que descubrir e investigar. Ahora contamos con mucha información de una gran cantidad de instrumentos que utilizan inmensas computadoras con modelos sofisticados con muchos datos para estudiar a nuestro Planeta, pero la misma ciencia nos indica que aún sabemos poco del impacto que tienen los fenómenos, en conjunto con la actividad del ser humano sobre la Tierra.

¿Qué necesitamos hacer? ¿Más información? Sí sería útil, pero creo que involucrar a las personas es necesario y prioritario. La incertidumbre sobre qué va a pasar, sobre si va a temblar, o entrar en erupción un volcán, o si vendrá un gran ciclón tropical o huracán, generan dos posibles reacciones: que tomemos decisiones sobre qué hacer, o no hacer nada y esperar a que no pasen esos eventos. Generalmente optamos por la última, ya que tomar decisiones requiere de información (que cuesta), disminuye la incertidumbre y también el riesgo. Optar por decidir "no decidir", curiosamente es la opción más cara. Un paso a la vez. Aunque ya esté lloviendo, deberíamos usar menos agua en nuestras tareas diarias, usar menos energía eléctrica, revisar los puntos vulnerables ante sismos en nuestra casa, si cae ceniza volcánica, recogerla al igual que la basura en banquetas y calles, que tapan el drenaje. Hay que hacer algo ¡Ya!

Prevenir es decidir.



Carlos Valdés González ✍



LOS VINOS DE JEREZ- XÉRÈS-SHERRY DO

El conjunto geográfico formado por la zona de producción y la zona de crianza del jerez se conoce con el nombre de Marco de Jerez. **El “Marco de Jerez” es el territorio vitivinícola español de las provincias de Cádiz y Sevilla, en la comunidad autónoma de Andalucía,** donde se produce el jerez, cuyo nombre es una denominación de Origen, pero también una tipología y estilo de vinos.

Es un placer entrevistar a un gran amigo, el **Sommelier Raúl Vega**, Formador Homologado en Vinos de Jerez, Formador Homologado en Brandy de Jerez, Formador en Vinos de España, Educador de Vinos de Rioja, Formador en Cava, Certificaciones Internacionales Otorgadas por los Consejos Reguladores de las DO's; capacitador, docente y especialista en Vinos, Juez de Vinos y Destilados, Sommelier Oficial de Portugal. **Propietario de Terravid y Propietario del club de Eno-Gastronomía Mesa 19.**

Cuéntanos Raúl, ¿Qué es el vino de jerez y por qué se llama así? El vino de jerez es un vino fortificado, es decir, tiene una cantidad de alcohol añadida superior a 15 grados. Se llama vino de jerez porque está elaborado en la Provincia de Jerez de la Frontera en Andalucía, España.

¿Dónde se producen estos vinos?

Se producen en “El Marco de Jerez” que abarca 9 términos municipales: Jerez de la Frontera, El Puerto de Santa María, Sanlúcar de Barrameda, Trebujena, Chipiona, Rota, Puerto Real, Chiclana de la Frontera y Lebrija.

¿Cuáles y cuántas son las variedades de uva que se utilizan para la elaboración del jerez?

3 variedades de uvas: Blanca Palomino que se utiliza exclusivamente para los vinos secos; Pedro Ximénez y Moscatel, estas dos últimas uvas son exclusivamente para vinos dulces.

¿Cómo se elabora?

Todos los vinos de jerez son elaborados con base de uvas blancas, específicamente las variedades Palomino, Moscatel y Pedro Ximénez. Para la elaboración de los vinos blancos de uva Palomino primero se hace una vendimia, después la uva pasa por un proceso de prensado y por un proceso de fermentación, ahí ya tenemos el vino propiamente. Al vino se le retiran las lías, viene un proceso que se llama *primera selección*, en ese proceso se catan todos los tanques de acero inoxidable, cada tanque va adquiriendo una personalidad diferente, se clasifican todos los vinos de acuerdo con la personalidad

que van adquiriendo en sus depósitos, los tanques en donde se encuentran aromas, sabores ligeros y afrutados, se marcan con una raya, eso significa que se van a convertir en finos. Si el vino del otro tanque es más estructurado, con características organolépticas mayores, se le clasifica como oloroso y se le marca con un círculo, aquí ya tenemos dos tipos de vinos, los finos y los olorosos. Los finos se marcan porque se irán a un proceso llamado *crianza biológica* y los olorosos se van a ir directamente a un proceso llamado *crianza oxidativa*. Antes de vaciar el vino a las barricas, cuando todavía están en el tanque de fermentación, ahí es donde se le fortifica, se les agrega alcohol vínico. Estos vinos normalmente llegan como a 12 o 12.5 grados de alcohol, a los vinos que marcaron como finos se les va a fortificar para que suba su alcohol a 15 grados. Y a los marcados como olorosos se les agrega más alcohol para que lleguen a 17 grados. A las barricas se les llaman *botas* y no se llenan al tope, se deja un espacio, en ese espacio que queda libre, los vinos que se fortificaron a 15 grados les aparece el *velo de flor*, cubriendo el vino e impidiendo que el vino entre en contacto con el oxígeno. El velo de flor es una especie de nata que se forma en la parte superior de la ba-

rica. A los vinos olorosos que tienen 17 grados de alcohol, no se le desarrolla el velo de flor por el alto grado de alcohol, el vino entra en contacto con el oxígeno y ese oxígeno hará que ese vino se oxide, a eso se le llama crianza oxidativa. Para la elaboración de los vinos dulces, los que son con las uvas Palomino y Pedro Ximénez, primero es una vendimia tardía porque vamos hacer vinos dulces, esa uva se tiende en el suelo de patios muy grandes en un proceso llamado *soleo* o *pacificación*, es dejarlo ahí para que el sol haga efecto en la uva y se haga uva pasa, que evapore sus líquidos y concentre los azúcares. Ya que tenemos esa uva pasa, se hace un vino, se hace una prensa y se fermenta, se le añade alcohol a 17 grados, y se manda exclusivamente a crianza oxidativa, en el sistema de criaderas y soleras.

¿Cómo se clasifican estos vinos? En tres tipos: secos, dulces y semidulces, estos últimos son una mezcla de un vino seco con un poquito de los vinos dulces, ósea, un Palomino mezclado tal vez con un poquito de Pedro Ximénez o quizás con un poco de Moscatel, para que termine siendo un vino semidulce.

¿Cuántos tipos de vinos de jerez hay? Hay 10 tipos de vinos de jerez, 5 correspondiente a secos y 5 correspondiente a dulces. Finos, Manzanillas, Palomino, Amontillado, Oloroso y Palo Cortado, estos son los 5 vinos secos, no tienen nada de azúcar residual. Luego vienen los 5 vinos dulces: Pale Cream, Medium, Cream, y los dos más dulces son el Pedro Ximénez y el Moscatel.

¿Cuál es la copa ideal para el vino de jerez? Antes se utilizaba mucho el catavino era lo más común, pero ahora se recomienda más las copas amplias porque todos estos vinos son muy expresivos y se desarrollan todo el tiempo.

¿En qué momento podemos tomar una copa de jerez? Tenemos 10 tipos de vino, con diez personalidades diferentes para tomar en cada momento, para refrescarnos de una tarde calurosa, es ideal una Manzanilla o un Fino muy frío, o se puede tomar como aperitivo, también tenemos vinos más serios como el Oloroso y Palo Cortado que podemos tomarlos en la tarde, los vinos dulces se recomiendan para postres o en las tardes o noches que se antoja algo dulce para acabar el día.

¿Con qué tipo de comida se acompaña? Los vinos de jerez se maridan muy bien con todo tipo de comida: española, italiana, asiática y son ideales para la comida mexicana. Se acompañan muy bien con aperitivos: jamón ibérico, embutidos, aceitunas, quesos, setas, croquetas, sopas, arroces, ceviche, aguachile, cochinilla, pescado, mariscos, barbacoa de horno, birria, estofados, chile en nogada, moles, frutos secos, dátiles, chocolates, postres y con muchos platillos más.

¿Qué es el sistema de criaderas y solera? El sistema de criaderas y soleras es un método de envejecimiento del vino, ron y brandy. En este sistema, las barricas se apilan una sobre otra, para permitir el trasiego en cascada. Es decir, el cambio de líquidos de una barrica a otra por gravedad.

¿Qué significan las siglas VOS y VORS? VOS (*Vinum Optimum Signatum* o *Very Old Sherry*), vinos de más de 20 años de vejez calificada y calidad excepcional. VORS (*Vinum Optimum Rare Signatum* o *Very Old Rare Sherry*), vinos con más de 30 años de envejecimiento y calidad excepcional.

¿Qué papel juega el enoturismo en la promoción de los vinos de jerez? “El Marco de Jerez” brinda al enoturista la oportunidad de conocer y vivir la pasión por el jerez en su lugar de origen, visitando las fabulosas bodegas donde se cata directamente de la bota. Visitar la Ruta del Vino y Brandy, además hay una gastronomía sumamente rica en sabores, matices y perfecta para acompañar cada vino.

“Cuando el sol quiso hacerse vino, emprendió hacia Jerez su camino”.

Mi estimado Raúl Vega, te agradezco mucho tu tiempo para esta entrevista.



Sommelier Especialista en Vinos
Josefina Fernández Cueto





VIVE LA EXPERIENCIA



KYU
MEXICO CITY



Vivir la experiencia **KYU** es sentirse en casa. La bienvenida es cálida y las instalaciones maravillosas, con esa increíble pared llena de leños y la espectacular “Dama KYU” creada por 2 ALAS (Andrew Antonaccio) al fondo.

Nos recibe **Gabriel Sánchez**, el gerente, quien nos da un pequeño tour para tomar algunas fotografías de la terraza con vista a la avenida Presidente Masaryk, con su techo movable que da unos contraluces muy lindos para las fotos, además de la hermosa barra.

En esta ocasión, también pudimos platicar con **el Chef Juan Cortés**, quien compartió parte de los platillos estrella, razón por la cual le pedimos una degustación sorpresa, y así iniciamos la tarde con uno de los platillos con la firma de la casa, la **Coliflor rostizada**, que si bien en redes sociales luce espectacular, su sabor va más allá, esa mezcla con el queso cabra va creciendo sin opacar a la coliflor y se combina magistralmente con la vinagreta de hierbas y shishito, fue mucho más perfecta de lo que yo esperaba.

Una recomendación que nos hace el **Chef Juan Cortés** (@chefjuancortes) es que todos los ingredientes se degusten en el mismo bocado, y con el **Mero rostizado**, por supuesto que así lo hicimos, y le añadimos los frijoles blancos estofados en sake con puré de cilantro, la combinación resultó interesante al paladar, para continuar con un **Pollo frito estilo coreano**, sumamente crujiente, lleno de sabor y lo complementamos con espinacas salteadas.



Y de la comida coreana llegamos al estilo Thai con el Arroz frito, el cual es cocinado en un bowl de piedra. **Hugo Castañeda**, nuestro mesero, nos hace el favor de revolverlo con sumo cuidado para integrar el huevo con el jengibre con el resto de los ingredientes, incluyendo el secreto de la casa. Ahora sí cerramos la tarde con una joya, con una **Panna Cotta de Lima Kaffir**, hoja de kaffir, crumble de avena, sorbete de fresa y albahaca, ¡deliciosa!

En la coctelería hay bebidas muy interesantes, y si buscan sin alcohol, está el Tónico Tailandés que lleva té de limón, flor de sauco y lima kaffir o **el “Deja ir a ese hombre”**, con mango, chile coreano y jugo de limón, en esta ocasión solo optamos por una bebida de frutos rojos.

Música con volumen adecuado para poder charlar con los amigos, socios o familia, el servicio es muy bueno, y todos comandados por el capitán **Fernando Góngora**. Tienen tarjetas de regalo y platillos de temporada. Seguramente regresaremos pronto a probar el pastel de Coco, sugerencia de **Alfonso Garza, Galo PR**.

Reservaciones: 55 8848 3496

Domingo - Lunes 13:00 - 23:00 hrs.

Martes 13:00 - 00:00 hrs.

Miércoles - Sábado 13:00-01:00 hrs.

Chef corporativo Germán Caraballo

Goldsmith 66, Polanco, Polanco III

Secc. Miguel Hidalgo, 11540

Ciudad de México, CDMX

FB <https://www.facebook.com/kyumexico/>

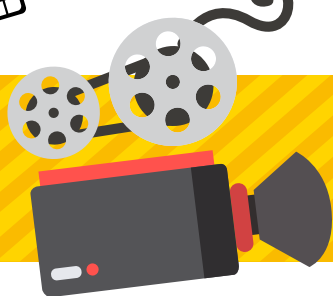
Ig <https://www.instagram.com/kyumexico/>

Miami | Mexico City | New York

By @sasorigroup



CINE



CINE ESTRENOS

Elliot Barrascout Ramírez / www.cineenlinea.net

MAGALODON 2: EL GRAN ABISMO

Prepárate para la máxima descarga de adrenalina en agosto con “Megalodón 2: el gran abismo”, una emocionante atracción que supera al éxito de taquilla de 2018 y lleva la acción a alturas más altas y profundidades aún mayores, ¡con múltiples Megs gigantes y mucho más! Sumérgete en aguas desconocidas con Jason Statham y el ícono de acción global Wu Jing, mientras lideran un audaz equipo de investigación en una inmersión exploratoria en las profundidades más oscuras del océano. Su viaje se convierte en un caos cuando una operación minera malévola amenaza su misión y los obliga a una batalla de alto riesgo por la supervivencia. Enfrentados a colosales Megs e implacables saqueadores ambientales, nuestros héroes deben correr, ser más astutos y nadar más rápido que sus depredadores despiadados en una trepidante carrera contra el tiempo. Sumérgete en la experiencia cinematográfica más electrizante del año con “Megalodón 2: el gran abismo”, ¡donde las profundidades del océano solo se comparan con las alturas de una emoción pura e imparable!

Agosto 3, Estreno nacional

GRAN TURISMO: DE JUGADOR A CORREDOR

Basada en la historia real de Jann Mardenborough, la película narra cómo se cumple el deseo más grande de un adolescente jugador de Gran Turismo cuyas habilidades hacen que gane una serie de competencias de Nissan para convertirse en un verdadero piloto de carreras profesional... Dirigida por Neill Blomkamp y protagonizada por David Harbour, Archie Madekwe, Darren Barnett, Emelia Hartford, Orlando Bloom.

Agosto 24, Solo en cines

TORTUGAS NINJA: CAOS MUTANTE

Después de años de estar protegidos del mundo humano, estos hermanos se propusieron ganarse los corazones de los neoyorquinos y ser aceptados como adolescentes normales realizando actos heroicos. Su nueva amiga April O'Neil les ayudará a enfrentarse a un misterioso sindicato del crimen, pero pronto intentarán desequilibrarlos desatando un ejército de mutantes sobre ellos.

Agosto 10, Solo en cines

HIJOS DE PERRA

Dicen que el perro es el mejor amigo del hombre, pero ¿qué pasa si el hombre es un completo idiota? En ese caso, quizá sea momento para una dulce revancha al estilo perruno. Cuando Reggie (Ricardo O'Farrill), un Border Terrier ingenuo y optimista es abandonado en las calles de la ciudad por su humilde dueño, Doug (Will Forte; The Last Man on Earth, Nebraska), Reggie estaba seguro de que su amado dueño nunca lo dejaría a propósito. Pero cuando Reggie conoce a un Boston Terrier parlanchín y mal hablado llamado Bug (Carlos Ballarta), un perro callejero que ama su libertad y cree que tener dueño es para perdedores, Reggie se da cuenta que estaba en una relación tóxica y empieza a ver a Doug como el canalla despiadado que es. Determinado a buscar revancha, Reggie, Bug y los amigos de Bug, Maggie (Michelle Rodriguez), una inteligente Pastor Australiano que ha sido desplazada por el nuevo perrito de su dueño, y Hunter, un ansioso Gran Danés estresado por su trabajo como animal de apoyo emocional, juntos traman un plan y se embarcan en una épica aventura para ayudar a Reggie a encontrar su camino a casa... y hacer que Doug pague mordidiéndole el apéndice que más ama. (Pista: no es su pie).

BLUE BEETLE

De Warner Bros. Pictures llega el largometraje “Blue Beetle”, que marca la primera vez que el Superhéroe de DC aparece en la pantalla grande. La película, dirigida por Ángel Manuel Soto, está protagonizada por Xolo Maridueña en el papel principal y su alter ego, Jaime Reyes. Jaime Reyes, recién graduado de la universidad, regresa a casa lleno de aspiraciones para su futuro, solo para descubrir que la casa no es exactamente como la dejó. Mientras busca encontrar su propósito en el mundo, el destino interviene cuando Jaime inesperadamente se encuentra en posesión de una antigua reliquia de biotecnología alienígena: el Escarabajo. Cuando el Escarabajo de repente elige a Jaime como su anfitrión simbiótico, se le otorga una increíble armadura capaz de poderes extraordinarios e impredecibles, cambiando para siempre su destino cuando se convierte en el superhéroe BLUE BEETLE.

17 de agosto, Solo en cines



EMPATIA

Meterse en la piel del otro.



*POR KARLA APARICIO.

¿Verdad que has tenido la sensación, muchísimas veces, de hablar con alguien y sentir que no quiere escucharte a ti, más bien quiere que acabes para contestarte contándote lo suyo, o con su biografía, diciendo lo que hizo en una situación similar? O te interrumpe diciendo algo así como: “al menos tú sí”, o “a mí me pasó”, o “ya verás cómo”. Peor aún, ¿te ha pasado que si siquiera te escucha? ¿que ni siquiera está con su mente ahí y te interrumpe en cuanto tiene oportunidad, para exponer su tema que no tenía nada que ver con el que tú estabas compartiendo? Cuando lo único que tu querías, era ser escuchado. **¿Con qué sensación te quedas?**

Hace unos cuantos días vino Ana a platicar a mi casa. Ella es una persona muy especial y muy querida, fue un gran apoyo en la época en la que era empresaria incansable; era como mis otros ojos, mis antenas, mis oídos y además (y lo sigue siendo), mi gran amiga. Hacía tiempo que no nos veíamos, pero el cariño y la comunicación han estado intactos. Hoy está pasando por tiempos duros: los duelos, las cargas y las responsabilidades la alcanzaron. Sobre la mesa y con unas copas de vino abrió su corazón y me compartió cómo se sentía. Después de compartirle y actualizarla sobre mi estado -una de sus grandes cualidades es que sabe, sin haberlo estudiado,

ser empática; lo es por naturaleza- me comparte sus experiencias, lágrimas, abrazos y penas que no tenían fin. Al sentir su sentir, lo único que quería era ayudarla en cada abrazo a encontrar la salida, así que mi mente no dejaba de buscar cómo podría rescatarla. No me hace bien verla sufrir. Dejé de enfocarme en ella buscando soluciones. “Nos dieron las diez, las once, las doce y las tres”, nos despedimos con mucho cariño. Pero yo me quedé en sus zapatos, quería protegerla y que mejoraran las cosas.

Un par de días después tuvimos el honor de recibir en mi ciudad a Miguel Llausas, coach en desarrollo emocional, otro gran amigo de su servidora, quien me invitó a su oportuno y beneficioso taller de gestión emocional. Obviamente, gustosa asistí, y es que continuamente se aprende con él. En el taller aprendimos a hacer un mapa de nuestras emociones, muy útil. Este consiste en saber identificar las situaciones que nos quitan la paz para llevarlas de la mejor manera. Cerramos tocando el tema al que quiero llegar, y por el que quiero compartir con ustedes mis pensamientos: La diferencia entre ser empático y ser simpático. ¡Fue interesantísimo, les juro! Hicimos un ejercicio con otro de los compañeros del taller, que no conocíamos, en el que nos sentamos frente a frente, y en 5 minutos teníamos que compartir algún

problema personal. El que escuchaba no podía dar opinión alguna, solo podía oír o preguntar nada más que sobre el tema. Al finalizar el ejercicio, retroalimentamos lo ocurrido junto a todo el grupo, y a todos nos ocurrió algo mágico: todos abrimos nuestro corazón y lo más maravilloso es que conectamos, aún sin conocernos, y lo que la otra persona estaba pasando nos espejaba, es decir, lo estábamos viviendo o lo habíamos vivido. Fuimos escuchados y escuchamos; fuimos comprendidos y comprendimos, no nos juzgaron ni juzgamos; salimos todos felices y en paz. En verdad: fue algo como **“descarga de las cargas”**. Al final es lo que todos necesitamos.



LA CONEXION ES LO QUE NOS HACE SENTIR MEJOR.

SIMPATÍA VS. EMPATÍA

Me quedé de a mil. Yo no conocía la diferencia entre simpatía y empatía; es más, no tenía ni idea. Cuando alguien acudía a mí y abría su corazón contándome sus penas, inmediatamente quería ver cómo ayudar, o qué haría yo en su situación... Creo que eso es normal, querer ayudar, pero ¡NOOOOO! eso está FATAL. Así no es la cosa, porque eso lo convierte en simpatía y la simpatía aleja, no conecta.

Salí del taller con la piedrita en el zapato, así que me apliqué a investigar más sobre el tema. Encontré esta tablita que me dejó muy claras las diferencias entre empatía y simpatía:

EMPATÍA	SIMPATÍA
TIENDE A LA CONEXIÓN	TIENDE A LA DESCONEXIÓN
ESCUCHA PARA COMPRENDER	ESCUCHA PARA RESPONDER
SE CENTRA EN LA EMOCIÓN	BUSCA LA APROBACIÓN
REQUIERE APRENDIZAJE	ESPONTÁNEO
RESPUESTA NO VERBAL	RESPUESTA VERBAL
NO JUZGA	JUZGA
NO MUTUA	MUTUA
PLANO EMOCIONAL	PLANO INTELECTUAL
ESCUCHA LOS SENTIMIENTOS	ESCUCHA LAS PALABRAS
SE CENTRA EN LA PERSONA	SE CENTRA EN LA SOLUCIÓN

La empatía nos permite establecer vínculos más sólidos y positivos con los demás. Para que quede más claro: cuando Ana me compartió su dolor, si yo hubiera conectado primero conmigo para poder conectar desde el corazón con ella, y solo le hubiese escuchado para comprenderla (no para responder, que es muy distinto) hubiera sido empática. Pero lo que hice fue ser simpática, recomendándole lo que yo haría en su situación; ¡hasta le tenía cita con psicólogo, entrevistas de trabajo, etc! Ahí yo ya me había ido al plano intelectual, no estaba conectando con el alma: escuchaba las palabras, no los sentimientos. Estaba enfocada en buscar soluciones. Debí solo conectar con las miradas, guardar silencio y agradecerle de corazón haberme compartido sus vivencias. Podría haberle dicho: “realmente no sé qué decirte, pero me alegra que me lo hayas contado” y abrazarla.



CONECTAR:

Con muy buena intención aconsejamos a otras personas sobre qué hacer basándonos en qué haríamos nosotros en esa situación y la cosa no es así:

- Primero, quizá, la otra persona no quiere recibir en este momento un consejo.
- Segundo, estamos diciéndole lo que NOSOTROS haríamos con nuestras circunstancias, no lo que la otra persona puede hacer con las suyas. Y esta es una diferencia abismal.

Por lo general entendemos como empatía “lo que yo haría en tu situación”. Pero ser verdaderamente empático no es “lo que yo haría en tu lugar”, sino “lo que yo haría o cómo me sentiría en tu situación, si yo fuera tú”. Es ponerse en el lugar del otro, pero con sus circunstancias, con sus limitaciones, con su experiencia, con su visión del mundo, con sus valores... Como se dice muchas veces, “ponerse en sus zapatos” o, para que se entienda mejor, podríamos decir “*meternos en su piel*”. Y conectar con respeto, humildad, silencio, observación, mirando a los ojos, respirando juntos y comprendiendo al otro con sus condiciones y limitaciones. Eso es estar disponible.

La empatía es una elección, primero hay que volverse vulnerable para conectar, para reconocer ese sentimiento en el otro. Rara vez una respuesta empática comienza con: “Al menos tú sí...”. Si te comparten algo doloroso, mejor responder algo como: “Realmente no sé qué decir, pero me alegra que me lo hayas contado”. Es raro que una respuesta nos haga sentir mejor, pero lo que sí nos hace sentir mejor es la conexión.

Nadie murió ni se deshidrató llorando. Cuando alguien llora, hay que dejar que lo haga, no hay que interrumpir. Mejor no hablemos y solo conectemos. Es hermoso cuando te escuchan y te abrazan, con esos abrazos que llenan el alma... Hoy más que nunca tenemos que ser empáticos en este mundo. Y a mi amiga Ana, prometo que en nuestro próximo encuentro conectaré con tu presencia, seré más empática y menos simpática, y respiraremos juntas. Disculpa mi ignorancia... Ya estoy en el camino.

Con KA-riño, Karla Aparicio



Educación, la base más importante

La formación integral tiene como objetivo central la consolidación de los alumnos como estudiantes, es decir, que la mayoría logre el máximo aprovechamiento de su esfuerzo, y como seres humanos valiosos y creativos. En este sentido es importante fomentar y organizar actividades y programas extracurriculares, complementarios a los planes y programas de estudio, con el objetivo fundamental de fortalecer las actividades tendientes a la formación integral de los estudiantes para propiciar su desarrollo en los ámbitos educativo, humanístico, cultural, artístico, recreativo, cívico, deportivo y de salud. Esto deberá traducirse en el mejoramiento de su nivel de vida, de la comprensión de sí mismos, de su medio ambiente y de su sociedad.

Si partimos de la visión de la estrecha relación que hay entre la sociedad y la educación, es precisamente esta sociedad la que nos va determinando y la que va estableciendo cuáles son o cuáles deben ser los contenidos educativos que la escuela debe reafirmar. Por eso no se puede desligar que, cuando comenzamos en esa carrera hacia abajo y llegamos a la

comunidad, es importante contextualizar las condiciones concretas en que esa comunidad se está desarrollando para que la escuela sea realmente el vehículo, el instrumento, que permita la educación, la formación de los individuos.

Las acciones deben enfocarse a dar respuesta a las necesidades de salud, mediante la promoción del auto cuidado y de una relación adecuada con el entorno ecológico, propiciando la adopción de hábitos para una cultura física y recreativa, mediante la ejercitación y la práctica del deporte; estimulando la sensibilidad, la creatividad artística y el disfrute de los bienes culturales; incentivando la formación ciudadana con el reforzamiento de los valores de universalidad, pluralidad, tolerancia, respeto y solidaridad; y desarrollando vínculos con la sociedad, con el fin último de participar en el desarrollo nacional.

Lo más importante no es solo que el desarrollo educacional se mida por resultados cuantitativos en una evaluación, sino que justamente todo eso vaya significando, además de la

aprehensión de los modos de conductas, modos verdaderamente humanos. Por ahí está el gran reto que enfrentan cada día los educadores, de enseñar, pero también de educar.

*Ya lo dijo Gandhi:
"No hay camino para la paz,
la paz es el camino."*

La comunidad educativa tiene un importante reto: visibilizar que las distintas manifestaciones de la violencia son un problema que impide que la escuela sea el entorno protector que deseamos, un lugar donde todos sus miembros hagan real el derecho a la educación y alcancen el mayor de sus potenciales.

Educar a niños y niñas para que sepan identificar la violencia, protegerse de ella y evitarla en su comportamiento, les ayudará a crecer seguros y conscientes de la importancia de proteger la paz. En Educación Primaria podemos empezar a hacer algunas reflexiones sobre qué es la violencia, de dónde viene y cuál es nuestro papel para prevenirla y atacarla.



El tema de las redes sociales, de la tecnología, de la electrónica, la robótica y todo este maravilloso mundo que están viviendo nuestros niños y jóvenes está súper revolucionado; pero, también es en cierto modo un problema si no lo sabemos utilizar para bien. Uno de los elementos que determina la cultura científica de los países es poder generar en la población infantil motivación y competencias científicas que permitan formar a futuro científicos y profesionales innovadores que valoren la ciencia, la tecnología y la innovación como un elemento central en su quehacer profesional, una mayor búsqueda de conocimiento y su aplicación.

Se deben fortalecer sus competencias en estos temas debido a su formación, contar con estrategias y herramientas pedagógicas que permitan un acercamiento de los niños y las niñas en temas científicos, no coartar su creatividad y en cambio sí revisar cómo esto puede ser un motor de innovación, aplicación de ideas que puedan enriquecer el conocimiento y facilitar procesos claves en la adquisición de competencias.

Sin embargo, sabemos que hay comunidades que apenas tienen un aula con recursos cuestionables y a veces ni siquiera los indispensables, alejadas de toda civilización entre muchas otras cosas...

Hablando de todos estos problemas que se pueden presentar dentro de la educación en nuestro país, los principales nudos educativos y productivos de la actualidad pudieran ser los siguientes:

Los Docentes, desde luego tienen un rol invaluable, y en la actualidad están obligados a tener cambios de actitud, desarrollar destrezas y habilidades para sobrevivir en el entramado mundo de la Web, a efectos de almacenar, filtrar y distribuir información. El docente de hoy enseña al profesional del mañana, por lo tanto, debe tener una visión 360° que le permita ver más allá e incursionar en los avances y tecnologías educativas sin miedo al cambio. Los docentes deberían preguntarse: ¿Qué estrategias necesito implementar para lograr los objetivos deseados?

Los estudiantes, sin duda, manipulan con eficiencia dispositivos tecnológicos y pueden familiarizarse y adaptarse a las nuevas tecnologías con cierta naturalidad y facilidad, sin embargo, hoy día son "algo flojos" (lo digo en forma de crítica constructiva), para la lectura y el estudio, esto se debe a mi consideración a que ellos aprenden de formas diferentes (no tradicionales) por lo tanto hay que enseñarles de forma diferente.

Instituciones Educativas. Creo que no están preparadas para incorporar Tecnologías de Información y Comunicación en los procesos educativos y, en algunos casos como ya habíamos hecho referencia, ni a lo básico se puede tener acceso. ¿Cómo implementar tecnologías, si en muchos de los casos no se cuenta con lo elemental?



Los jóvenes egresados de la educación media superior tecnológica, se caracterizan por carecer de experiencia laboral, contar con escaso capital social y estar formados en un número reducido de carreras, muchas de ellas "saturadas" en el mercado laboral, lo que se traduce a menudo en altas tasas de desempleo y subempleo, una baja productividad e ingresos precarios en el primer empleo o actividad económica que realizan.

En México hay alrededor de 6 millones de jóvenes que no trabajan ni estudian y, además, se enfrentarán en los próximos años a acelerados cambios en los procesos productivos, educativos y laborales promovidos por las nuevas tecnologías... **Para incorporarlos provechosamente al mercado laboral, es necesario adoptar los modelos más avanzados de integración entre educación y trabajo.**

Vienen retos muy importantes para el mundo de la educación y el trabajo, con el internet, la automatización creciente y la inteligencia artificial, pero lo más importante es que nuestras autoridades tomen decisiones oportunas para hacer políticas públicas en beneficio de la educación, la cultura y la salud en México.



Zuleyka Franco
Perito Grafóloga y Grafoscópica

EXPLORANDO LAS BELLEZAS

DE NUESTRA REPÚBLICA

MEXICANA Parte 2

México está lleno de lugares increíbles para explorar entre ríos, cascadas, cenotes, parques, playas, montañas, arquitectura, catedrales, palacios, museos, mercados, plazas, puentes, un sin fin de bellezas, las cuales nos tomaron años para poder recorrerlas. Aquí les dejo una lista con las más interesantes:

MICHOACÁN

Con su hermosa plaza y catedral, El Jardín de las Rosas, Los edificios de piedra rosa, El Volcán Parícutín, Laguna de Pátzcuaro, Los Chorros de Varal, Lago de Chapala, Tzararacua y su festival de cine, su Museo del Dulce, El Acueducto, El Bosque de Cuauhtémoc, el Callejón del Romance, Reserva de la Biosfera de la Mariposa Monarca.

GUERRERO

La Quebrada, Playa La Ropa, Isla Ixtapa, Capilla de La Paz, Punta Diamante, Playa Las Gatas, Playa Barra Vieja, Catedral de Santa Prisca en Taxco, Grutas de Cacahuamilpa, Fuerte de Acapulco, La Roqueta y su famosa Costera Miguel Alemán.

AGUASCALIENTES

La Feria de San Marcos, El Sabinal, El Cristo Roto, Boca de túnel, Plaza de las 3 Centurias, Templo de San Antonio, Museo Ferrocarrilero, El Cristo Rojo, Museo de La Insurgencia, Cerro del Muerto, Jardín De San Marcos, Casa de la Cultura, Centro Histórico, El Ocote, Real de Asientos, Balneario Ojo Caliente, Iglesia de San Blas, Plaza Patria y su famosa Catedral De Nuestra Señora de Aguascalientes.

TAMAULIPAS

Playa Miramar, Laguna del Carpintero, Catedral de la Inmaculada Concepción, Plaza de la Libertad, Pirámide de las Flores, Plaza de Armas, Antigua Aduana Marítima, Canal de la Cordura, Espacio Cultural Metropolitano, Puente de Tampico.

SINALOA

Faro de Mazatlán, Viejo Mazatlán (Centro Histórico), Plazuela Machado, Isla de La Piedra, Zona Dorada, Playa Stone Island.

HIDALGO

Grutas Xoxafi, Reserva de la Biosfera de la Barranca de Metztitlán, Grutas de Tonalongo, Pueblo mágico de Zimapán, Zona Arqueológica De Tula, Pueblo mágico Real del Monte, Prismas Basálticos, Museo de los Duendes, Pueblo Mágico Huasca De Ocampo, Tuzoofari, Dinoparque en el Museo del Rehilete, Pachuca de Soto y su reloj monumental, Museo de Minería.

BAJA CALIFORNIA

Playas Rosarito, Catedral de Nuestra Señora de Guadalupe, San Felipe, Islas Coronado, Bóveda Forestal Desvelas, El Salto, Cañadas en Ensenada, La Lobera en San Quintín, Museo Comunitario de Tecate, Museo Sol del Niño, Centro Estatal de Artes, Observatorio San Pedro Mártir, Parque de La Bandera en Ensenada y los Viñedos Del Valle de Guadalupe.

CAMPECHE

El Malecón, Fuerte San Miguel, Las Murallas de la Ciudad, el Museo de Arquitectura Maya, el Museo de la Ciudad, Centro Cultural Casa no.6, Plaza Independencia, La Catedral, Centro Cultural el Palacio, Edzná, Hacienda Uayamon, Ruta del Río Bec, Calakmul, Santa Rosa Xtampak, Becal, Isla aguada.

COLIMA

Barranca De Suchitlán, Campo 4, El Remate, El Terreno, Laguna de Carrizalillo, Zona Mágica, Reserva de La Biosfera Manantlán, Manantiales de Zacualpan, Laguna El Naranjal, Estero Palo Verde, Grutas de San Gabriel, La Piedra de Juluapan, Manantiales Cristalinos en Coquimatlán, Parque Nacional Del Nevado de Colima, Volcán de Colima, El Salto, Cerro La Cumbre, Archipiélago de Revillagigedo.



QUERÉTARO

Centro histórico de la ciudad, Templo de Santa Rosa de Viterbo, Casa de Escala, Casa de La Corregidora, Templo de La Cruz, La Alameda, Fuente de Neptuno, Panteón de Los Queretanos Ilustres, Cerro de Las Campanas, Teatro De La Republica, La Catedral, Fuente Del Márquez, Casa De Los 5 Patios, Las Monjas, Templo de La Cruz, Estatua de Santiago, Casa de La Marquesa, Mirador, Andador Libertad.

TABASCO

Villahermosa, Tapijulapa Pueblo mágico, Playas de Paraíso, Parque Museo de La Venta, Sitio Arqueológico de Comalcalco, Santuario de Los Girasoles, Pomona, Pantanos de Centla, Cascadas de Agua Blanca, Puyacatengo Río de La Sierra, Grutas de Coconá, Museo Papagayo, Yumka, Eco Parque Agua Selva, Drupa, Museo Interactivo del Chocolate, Reserva Ecológica Villa Luz.

YUCATÁN

Catedral de San Ildefonso, La Pinacoteca Juan Gamboa, El Parque de Santa Lucía, Museo de Arte Popular, Centro de Artes Visuales, El Gran Museo del Mundo Maya, el mercado local, Sitio Arqueológico de Uxmal, El Sitio de Kabah, Dzibilchaltún, Casa Montejo, El Pasaje de La Revolución, Centro Cultural El Olimpo, Palacio de Gobierno, Cenotes de Santa Bárbara, Chichen Itzá, Ruta de los Conventos de Yucatán.

SAN LUIS POTOSÍ

Parque Tangamanga, Ciudad Valles, Xilitla, Río Verde, Cascadas de Tamul y La Cueva, Puente de Dios en Tamasopo, Ruta del Mezcal, Catedral de San Luis Potosí, Túnel de Ogarrio, Centro de Artes, Museo de Artes, El Sótano de Las Golondrinas, Cascada Minas Viejas, Jardín surrealista de Edward James, Cascadas El Meco y El Salto.

NUEVO LEÓN

Hacienda de Guadalupe, Linares, Cañón de La Huasteca, Grutas de Bustamante, Cañón del Chititín, Cueva de La Boca, Cañón de Matacanes, Parque Ecológico Chipinque, Bioparque Estrella, Parque Natural La Estanzuela, Cerro de La Silla, Canal de Santa Lucía, Parque Nacional El Sabinal, Presa El Cuchillo, Boca de Potrerillos, Santiago Nuevo León, Grutas de García, Museo Palacio de Gobierno, Museo de Historia, Museo del Noroeste, Barrio antiguo, Catedral Metropolitana, Parque La Fundidora, Macroplaza y Museo Del Río.



Edith Damian



Disfruta de ésta y más experiencias con



Recompensas

Soriana

POR
\$350.00
DE COMPRA MÍNIMA EN SORIANA

OBTÉN UN CUPÓN CON
50%
DE DESCUENTO
VÁLIDO DE 1 A 4 PERSONAS EN TU

PASAPORTE BIOPARQUE
CANJEABLE EN LA TAQUILLA DEL PARQUE

(LA PROMOCIÓN APLICA EN LA COMPRA DE 1 A 4 PASAPORTES BIOPARQUE DIRECTO EN EL PARQUE)
"EN TIENDAS SORIANA PARTICIPANTES"



PRESENTA EL CUPÓN DE MARTES A DOMINGO EN LA TAQUILLA DE BIOPARQUE ESTRELLA MÉXICO. La promoción aplica en la compra de 1 a 4 Pasaportes Bioparque directo en el Parque. *No aplica con otras promociones, ni en BTI (Bioparque Transporte Incluido). No Negociable. Aplican Restricciones. Esta promoción no aplica para compras en línea en www.bioparquemexico.mx PREGUNTA POR LA PROMOCIÓN EN ATENCIÓN A CLIENTES.

Bioparque Estrella México • WWW.BIOPARQUEMEXICO.MX

TELS. (55) 5089 9990

Km. 38.5 Carretera Jilotepec-Ixtlahuaca, Municipio Chapa de Mota, Edo. de México



TRES ACTOS, TRES LIBROS EN UNA PANDEMIA

Vaya encrucijada. Es un desayuno franco, infrecuente, pero como siempre, fresco, fluido tal cascada de tiempos viejos rescatados con prisa, por el breve espacio de la charla. Han pasado los días con sus horas a cuestas, y forman semanas y mayores tiempos; pero en los sabores de las viandas está impreso ese gusto único de amistad cierta.

--Escribe uno, dos, tres, o los artículos que consideres sobre tus libros ¿Quién mejor que el autor para hablar de su obra?

¿Será que el autor sea el más indicado para esa tarea? No estoy muy seguro de ello. Lo indiscutible es que la pandemia ayudo a reflexionar y decidir para que, en ese orden, **Campanas Rotas**, **la divagancia de la sangre** y **Las viudas del neoliberalismo** vieran la luz primera, durante esos dos años de locura sanitaria global (agosto 2020-agosto 2022). Y no es que sean escritos, como dice la jerigonza del gremio periodístico, al vapor. Nada de eso.

El lapso acusa brevedad. Tal vez, sólo tal vez (y este término me encanta por su rebeldía), desvelara ansiedad, angustia, por la incertidumbre de no poder cumplir el más grande compromiso con el Ser y Quehacer; con la infinita responsabilidad de haber tomado esos trozos de realidad ajena durante 40 años, dramática por su crueldad, y no trascenderlos lo suficiente para dejar un retablo lo más aproximado posible de los sucesos que roen la entraña de la historia contemporánea con el olvido.

Las siete historias de **Campanas Rotas**, resultan descarnadas, terribles aquellas del etnocidio en Guatemala, es algo que nunca deja de atormentar y perturbar el dormir. Así, en silencio y a solas, como suele ser esa bendición de abrazarse a Morfeo hasta con impunidad. Y otras levantan, enarbolan la dignidad humana y sobre todo el valor intrínseco de la mujer, en este caso, campesina, para lograr los cambios que exige toda sociedad que se precie democrática y justa.

Tienen, las historias, un hilo conductor que el lector descubre conforme avanza en el texto frente a sus ojos, en el que encuentra retratada esa demencia humana que no es sencillo explicar ni entender, pero que ahí está y permanece a través del tiempo, como si esto no se moviera en absoluto.

Campanas Rotas abre la puerta para que **la divagancia de la sangre** reclame, cuestione, y lleve a extremos, quizás filosóficos -sin querer irrumpir en esos terrenos- el quehacer periodístico, pero sí con la firme convicción de que la práctica de informar es la más grande de las responsabilidades y por tanto disciplinas de las actividades sociopolíticas y económicas para engrandecer el pensamiento de la sociedad, y del peso que tiene en el curso del desarrollo de la humanidad.

Jorge Martínez Aparicio, prologuista del libro, lo resume: "Se trata de una obra confeccionada como una narrativa de reflexiones construidas, cargadas y acumuladas por los años que aporta la

experiencia vivida, en la búsqueda de figuras descifrables y coherentes ante una paradójica realidad casi siempre extraña, extravagante, absurda y contradictoria. “Es la narrativa desde el reportero, que como muchos de los ejemplares de esta especie alcanzan su realización en el ejercicio de escribir; y que, como condición para perdurar y crecer en el medio, han de contar con un espíritu atrevido, sagaz, aventurero, siempre dispuesto a explorar, improvisar y vivir intensamente. “Incorpora, así mismo, un conjunto de poemas inspirados desde la intimidad, que, como pasajes incrustados, otorgan continuidad y descanso a lo largo de la trama que transcurre como si fuera un monólogo, aunque dialogado y en un solo acto. “Diálogos y monólogos —con uno mismo— relatados en tercera persona. El ejercicio del escritor inmerso en la soledad ante el desafío intimidante del teclado, con cientos de ideas, anécdotas, notas, recuerdos, sensaciones, todo lo guardado de aquellas circunstancias álgidas e intensas en el recorrido del reportero; y ante el premio por plasmarlos en el texto.

“Es una novela acerca del trabajo periodístico; y enlazada poéticamente. Puede leerse, incluso, como una secuencia de ensayos críticos en torno del periodismo como actividad, y mirada desde diferentes aristas.”

Y en esa secuencia narrativa es que los materiales que conforman **Las viudas del neoliberalismo** el lector encontrará textos que desvelan en la realidad la vida cotidiana del México cotidiano, profundo en ocasiones, y artículos sobre la circunstancia global, esas viudas que conforman lo que deja el neoliberalismo y que someten a los individuos y a los pueblos a situaciones cada vez más críticas por hambre, inflación en el mercado de alimentos, crisis hídricas, que ya se palpan como la guerra del agua, la violencia generada por las crisis permanentes, la incapacidad de los gobiernos, Estados y del propio sistema neoliberal, para enfrentar emergencias sanitarias globales, el trazo que marcan los generales del más alto rango militar, para regir las relaciones entre Gobierno,

sociedad civil y la milicia, el fracaso de las pretendidas acciones de organismos como Naciones Unidas con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) que ya no se podrán cumplir, y sobre todo historias que tocan el alma por la profundidad que desvelan. Un conjunto de escritos que vieron el futuro que hoy es presente.

Éstas serían entre otras muchas **Las viudas del neoliberalismo**, un sistema que se nos dijo hace 40 años acabaría con la desgracia humana, y en eso se ocuparon los gobiernos de Miguel de la Madrid Hurtado, Carlos Salinas de Gortari, Ernesto Zedillo Ponce de León, Vicente Fox Quezada, Felipe Calderón Fournier, Enrique Peña Nieto, y el de Andrés Manuel López Obrador que en su imaginario afirma que acabó con esta corriente del capitalismo salvaje, pero que en la práctica el esquema permanece en plenitud; hecho un fracaso, pero con la vigencia permisiva del gobierno y el Estado.

Juan Danell Sánchez ✍



jdanel1@hotmail.com <https://www.facebook.com/juan.danell>

*Laura
Méndez,
abierta al
conocimiento*





Combinar las pinceladas y la escultura con la enseñanza le llena el espíritu. Ama dar clases y dar talleres. La Maestra Laura Méndez destaca: “Para ser maestro necesitas ser una persona totalmente abierta y compartir tus conocimientos sin reservas, no a todos los artistas les gusta ser maestros ya que para ello se necesita tener vocación y tener sobre todo mucho conocimiento y experiencia con distintas técnicas porque esto enriquece el aprendizaje de los alumnos que muchos ya son artistas plásticos. En lo personal trato de pintar todos los días o estudiar y experimentar, porque es parte de mi vida el día que no lo hago, siento que me falta algo”.

Es vanguardista, es inquieta, es disciplinada, es desafiante -donde el ‘no puedo’, simplemente no existe-. La Maestra Laura Méndez, quien ha investigado y estudiado técnicas antiguas como es el encausto, cera fría, batik, pintura en seda también técnicas nuevas como las tintas al alcohol, resinas epóxicas lo que la ha llevado a viajar y tomar cursos en el extranjero para perfeccionar las técnicas y así impartirlas en sus talleres.

Su primer contacto con el arte y en concreto con la pintura se remonta a cuando ella tenía 4 o 5 años de edad, en la sala de su casa: “Recuerdo a mi mamá que me ponía en una tinita en la sala y me recostaba en ella, y así observaba un mural -que abarcaba toda la sala-, los personajes eran Adán y Eva, con el árbol, la manzana y la serpiente me daba mucho miedo... Y yo me ponía a pensar del por qué estaban sin ropa o por qué había una plantita cubriéndole algunas partes del cuerpo... luego me quedaba dormida y soñaba con los colores”.



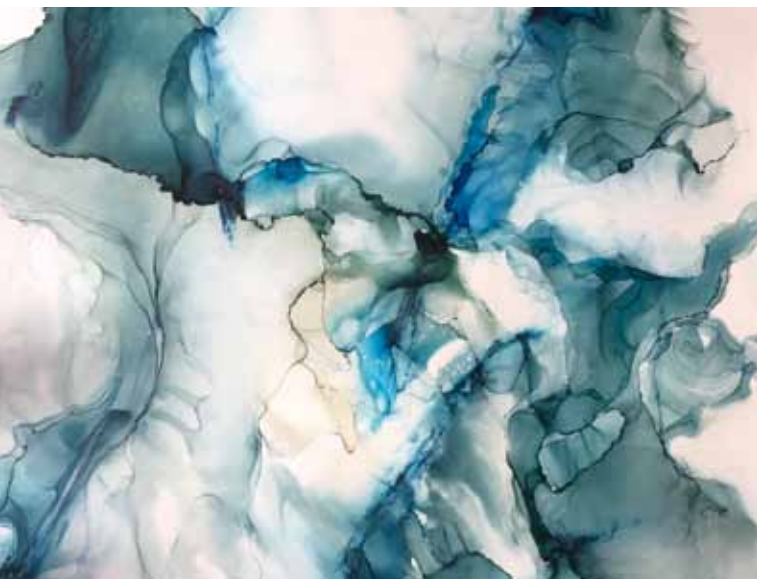
La vida le llevó a los 19 años a dar clases de inglés en un jardín de niños donde realizaba -para los niños- murales en papel pellón, con recortes y crayones, y fue en este tiempo cuando descubrió su vocación por la enseñanza e inconscientemente crecía en su interior esta necesidad de expresarse a través de los lienzos, los colores, los pinceles y hasta con las mismas manos, que más adelante adquiriría técnicas diversas relacionadas con el arte. Pasaron los años y en cierta ocasión que llevó a su hijo a su práctica de fútbol, vio que detrás del lugar de entrenamiento daban clases de pintura y otros aspectos artísticos y así comenzó esta gran historia profesional con muchas pinceladas, mucho color y disciplina... Así llegó a la Escuela Nacional de Artes Plásticas y al terminar contactó a diversos maestros de realismo y empezó a tomar clases particulares, y confiesa, “La figura humana fue y es lo que más me interesó”.

“Me empecé a involucrar mucho. Aprendía todo lo que tenía que aprender del tema o del maestro en turno y me iba con otro maestro y después con otro. Duraba buen tiempo con cada uno, porque a un maestro le tienes muchas cosas que aprender. Tomé diversos seminarios, talleres, y fui creciendo y creciendo, además de que estudiaba mucho. El internet me dio la posibilidad de encontrar técnicas que aún no llegaban a México y eso se conjuntó con el hecho de tener a mis hermanas viviendo en Estados Unidos -una en Chicago y la otra muy cerca de Canadá-, lo que me permitía pasar temporadas y tomar clases allá. Por ejemplo, las tintas al alcohol, el encausto, cera fría, resinas epóxicas etc., que han sido un boom en mis talleres, y que trabajo desde hace más de 10 años”.

“Después de estudiarlas y perfeccionarlas, comencé a dar cursos de todo esto y a mi taller venían maestros artistas de distintos estados de la República. Me di a conocer en ese sentido porque era la que traía nuevas técnicas. Fue padrísimo porque tuve una época de muchísimo trabajo, de muchísima gente, entonces cree talleres a los que yo denominaba *maratones* de arte en los que en un fin de semana impartía talleres intensivos”.

¿Cuántas técnicas manejas? Actualmente más de 15 técnicas distintas.

Aunque percibo que todas las técnicas las gozas, debo preguntar, ¿con cuál te identificas más? La verdad es que con todas. No te puedo decir cuál sí o cuál no, porque cuando las estoy aplicando, estoy disfrutando lo que estoy haciendo y me clavo muchísimo. En el caso del óleo, el cual lo trabajé durante muchísimo tiempo, lo tuve que dejar por problemas respiratorios que me afectaron tanto las sustancias tóxicas, como el aguarrás y pigmentos del óleo ya que trabajaba sin



ventilación y aparte tenía el mal hábito de limpiar los pinceles con un trapo y al hacer esto los tóxicos entran por los poros de la piel, esto hizo a que tenía que conectarme a un respirador ya que tenía los pulmones inflamados y por una año estuve con tratamientos que incluían desinflamatorios como la cortisona.

Comentaste que iniciaste con óleo, ¿qué ocurre cuando aparece el acrílico en tu vida? Yo estaba acostumbrada al óleo que tardaba muchísimo en secar, puedes difuminar, integrar y suavizar los colores con mucha facilidad, y con el acrílico tienes que trabajar rápido ya que el secado es casi inmediato. Es otra forma de trabajar, te enseñas a trabajar de una forma más rápida, más espontánea, más libre... **¡A mí me liberó!**

“¿Qué pasa con el óleo? Te permite trabajar y ser muy detallista, hacer las cosas despacio, y el acrílico no, el acrílico es todo lo contrario. te enseñas a ser mucho más hábil para pintar y lograr de la misma manera que como con el óleo difuminados y veladuras teniendo cuidado de no ensuciar los colores logrados, aprendes a pintar con brocha seca y lograr esfuma-

dos sin mezclar los colores, (risas). Te comparto una anécdota, a veces mezclo colores y lo hago de manera instantánea que mis alumnas --cuando estoy dando clase--, me preguntan '¿qué color le pusiste?'. Es algo que no lo pienso, es automático les digo, ese tiene Azul Prusia, tiene un poquito de verde, tiene un poquito de sombra tostada..."

Y esto nos lleva a sus trabajos de restauración: "De manera natural puedo combinar e igualar los colores a la perfección y eso me ha ayudado, además de aplicarlo a mi obra, también a restaurar... Me han dado muchísimos cuadros a restaurar, entonces tienes que encontrar los colores perfectos del tiempo en que lo realizaron, vamos, he tenido cuadros muy antiguos, por lo que debo ver los materiales que puedan acoplarse al momento actual, incluso reparar lienzos muy dañados además de sustituir materiales, y eso te lo da los treinta y tantos años que tengo en esto".

Continúa: "Hablando de técnicas, hay una que le llama mucho la atención a mis alumnos que es el encausto, el trabajar con cera, el hecho de que puedas trabajar con lumbre, con un soplete que lo usas para dirigir la cera, nivelando la cantidad de flama para controlar la obra. ¡Es una técnica muy, muy padre! El encausto se utilizaba para tapar las fisuras de los barcos de madera, porque al mezclarlos con resina queda como piedra. La forma de sacarle brillo al encausto es padrísi-

ma, porque no es barnizarlos por encima, es pulirlo con a mano con una franela, y sacas unos brillos de la cera de abeja ¡preciosos! Aparte, estás trabajando con cosas naturales que nos dan las abejas".

"Las tintas también me gustan mucho porque te dan soltura, son muy brillantes. Las manejas con alcohol y tinta, a su vez con varias herramientas para lograr distintos efectos como popotes, aire comprimido, pistola de aire, etc. pero lo bonito de la técnica es que logras unos abstractos increíbles con un colorido muy vivo... Muchas de las técnicas las he dado en distintas partes de la república donde tengo que viajar con todos mis materiales dependiendo de la técnica que vaya a impartir. Esta experiencia me ha permitido conocer mucha gente y artistas que han enriquecido su arte utilizando alguna de mis técnicas. Donde más he dado talleres ha sido en Querétaro, Puebla y Toluca. Como maestra siempre aprendes de tus alumnos y de otros artistas".

Esto le lleva a compartir lo que hace dentro de sus talleres, y siempre es iniciar por el dibujo. -"Aunque hayas cambiado del figurativo al abstracto, nunca lo debes de dejar-". Por ello en sus pinturas podremos encontrar tanto figurativo como abstracto. "Para mí una pintura abstracta debe estar bien trabajada, a base de capas, buena composición y armonía... Soy muy crítica del arte. Me gusta el arte moderno, a lo mejor un simple brochazo espontá-

neo puede ser algo interesante porque es parte de ti cuando ya sabes pintar, cuando ya manejas todas las técnicas y ya experimentaste mucho, entonces hasta un rayón tuyo puede ser maravilloso".

Enfatiza que se debe comenzar a pintar con el figurativo y después pasar al abstracto y no al revés, porque de esta manera se adiestra la mente y la mano, se está consciente del proceso, y esta parte de la conversación nos llevó a sus inicios con el figurativo y su meta por llegar al hiperrealismo, con el que se podía identificar ante la perfección que demanda, pero descubrió cuán importante le era ver las pinceladas en su obra, así que su camino fue ir tras lo nuevo, por lo novedoso, a descubrir las nuevas propuestas desde otras partes del mundo... "Ya dominada cada técnica, comenzar a enriquecerlas mezclando técnicas y no solo aplicadas al lienzo si no también en muebles y arte objeto".

Antes de despedirnos, hablamos sobre su parte altruista, y así llegamos a la Fundación Amarte de la que es socia y para la cual realiza exposiciones y apoya a más artistas. "Hacemos dos o tres exposiciones al año", señaló.

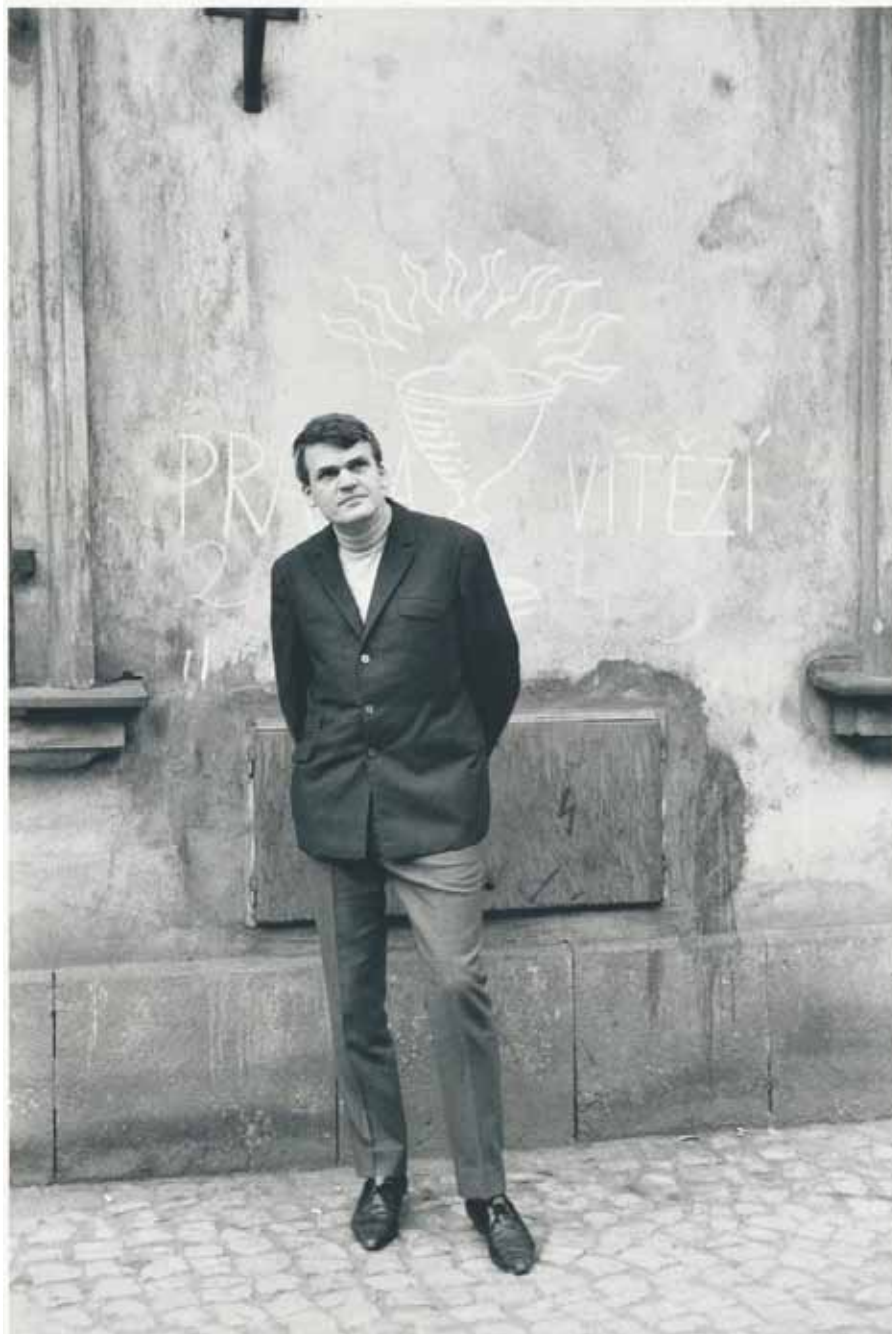
FB Laura Mendez Art
lg Laura.workshop

Rosaura Cervantes 





A los 94 años de edad, muere **Milan Kundera,** autor de “La insostenible levedad del ser”



Milan Kundera, foto: Gisele Freund, IMEC/Fonds MOC, Archivo de la Galería de la Capital Praga.
<https://espanol.radio.cz>

Entre segundo y segundo, fallecen diariamente millones de personas que no nos importan absolutamente nada, aunque los medios de comunicación a veces cuenten maravillas de los difuntos. Si creen que exagero revisen algunos periódicos dizque nacionales de hace dos o tres días y verán lo que ha sucedido en los últimos días en nuestro país. En un caso cuentan que una comentarista de televisión y de radio fue, casi casi, la madre de Umberto Eco, aunque simplemente fue una más del “maldecir azteca”. En otro, peor, la desprestigiada y corriente “clase política mexicana”, si es que esto existe, lloró como las desaparecidas plañideras autóctonas, junto con no pocos “columnistas” que le hacen el juego al “mesías tropical” que acaba de toparse con su némesis, la muerte de un vividor profesional que navegó en las ubérrimas aguas de la “política nacional” durante nada menos que seis décadas (sesenta años bien despachados, lo que hace pensar “¿cómo aguanta el pueblo mexicano a tanto cabrón que no soporta ni un día vivir fuera del presupuesto porque eso es “vivir en el error”, dijera el Tlacuache tuxpeño César Garizurieta), “doctorándose” en el chapulineo mexicano, saltando de partido en partido y cobrando de puesto en puesto, lo que hizo creer que eso lo convertía en el remedo de un personaje inglés como Winston Churchill, así lo compararon algunas de las mejores plumas periodísticas mexicanas. Los nombres poco importan, todo mundo sabe a quien me refiero. Sin embargo, sí hay otros difuntos que motivan pergeñar algunas líneas sobre su pase al otro mundo.

Por razones de la vida entre escritores, editores y otros personajes del mundo de los libros, siempre que salía a colación el nombre de **Milán Kundera** (Brno, Checoslovaquia, 1929), recordaba a Fernando Valdés, un buen amigo, editor excepcional, de esos que ya no hay, que sin hacer mucha boruca fue el principal promotor de Kundera en México. Por recomendación de Fernando, propietario de Plaza y Valdés editores, conocí a Kundera y su obra, hace más de 4 décadas. Y, con la tutela del inolvidable periodista potosino Benjamín Wong Castañeda, a la sazón director de El Sol de México, en el suplemento de libros de ese periódico publiqué varios reportajes sobre la novelística del exiliado Milan Kundera en París.

Por esas razones, ese periódico mexicano, sin ínfulas intelectuales de izquierda —esa izquierda que siempre tiene la razón y la verdad, porque así lo dictamina su Biblia apócrifa—, dio cuenta que hubo una época, en la Europa de fines del siglo pasado, en que el sentido de la moral de las clases liberales y creativas estuvo marcada por los libros de Milan Kundera. “¡El optimismo es el opio del pueblo! ¡Cualquier atmósfera saludable apesta! ¡Viva Trotsky!”, escribió Kundera en *La broma*, su primera novela (1968) —el año central de muchos países en el mundo, cuando México empezó a darle la espalda a su historia revolucionaria de 1910—, y en esas tres frases, que, en efecto, eran una broma que se dirigía a la tragedia, ya anunciaba toda su literatura. Las notas necrológicas anunciaron que el gigante literario solitario había muerto el martes 11 de julio a los 94 años de edad en Ciudad Luz, la capital francesa que lo acogió en 1975, cuando el gobierno checoslovaco lo envió al exilio.

Bien dice Luis Alemany, el corresponsal de *El Mundo* en Madrid, cuando cuenta que el escritor checo fue otro más de los grandes autores internacionales que nunca recibió el Nobel de Literatura, y que fue un activo militante contra el comunismo desde su exilio en Francia. En español, no solo fue la Editorial Tusquets la que publicó a Kundera, antes lo hizo Plaza y Janés, que Fernando Valdés representaba en México. Por eso, “la broma de *La broma* era cosa de amor y política porque su personaje, Ludvik John, era un estu-

diente checo, virtuoso militante del Partido Comunista, que en su cortejo a Marieta, su pretendida, le enviaba unas notas chistosas en las que pretendía presentarse como un rebelde: “¡Viva Trotsky!”. Por desgracia, Marketa, la guapa Marketa, era una mujer cuya principal característica era la ausencia de sentido del humor y eso hacía que la broma de Ludvik cayera en las manos equivocadas. Entonces, el buen comunista iniciaba su caída en desgracia, una sucesión de sesiones de autocrítica que, paso a paso, se iba volviendo una ceremonia de teatro absurdo”.

Kundera insistió muchas veces en que ese absurdo de sus libros habla del amor y del sexo, no del comunismo, pero siempre fue difícil abstraerse de la lectura política. Por edad, a Kundera le tocó vivir la desestalinización de su país en su década de veinteañero y pasar la Primavera de Praga con 39 años. Ingresó en la Universidad y fue expulsado. Se empleó en trabajos manuales y deambuló en las afueras de la cultura de su país. Vino una época de malos tiempos. Pero hubo varios libros intermedios. Hasta que su tiempo fue el momento de Kundera. *La insoportable levedad del ser* (1984) fue la novela de aquel año en el Viejo Continente (que parecía nuevo) y la expresión más compleja de la literatura kunderiana.

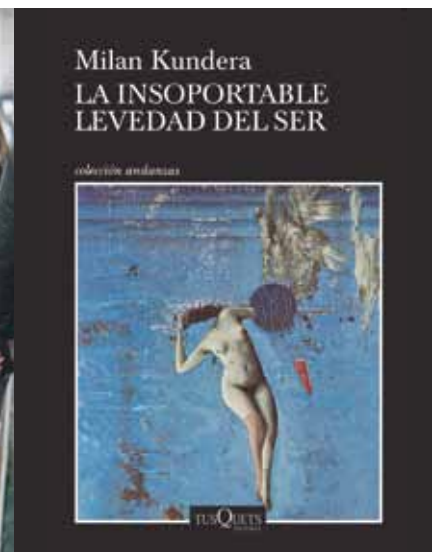
Las primeras líneas del libro en cuestión dicen: “Si la Revolución francesa tuviera que repetirse eternamente, la historiografía francesa estaría menospreciando orgullosa a Robespierre. Pero

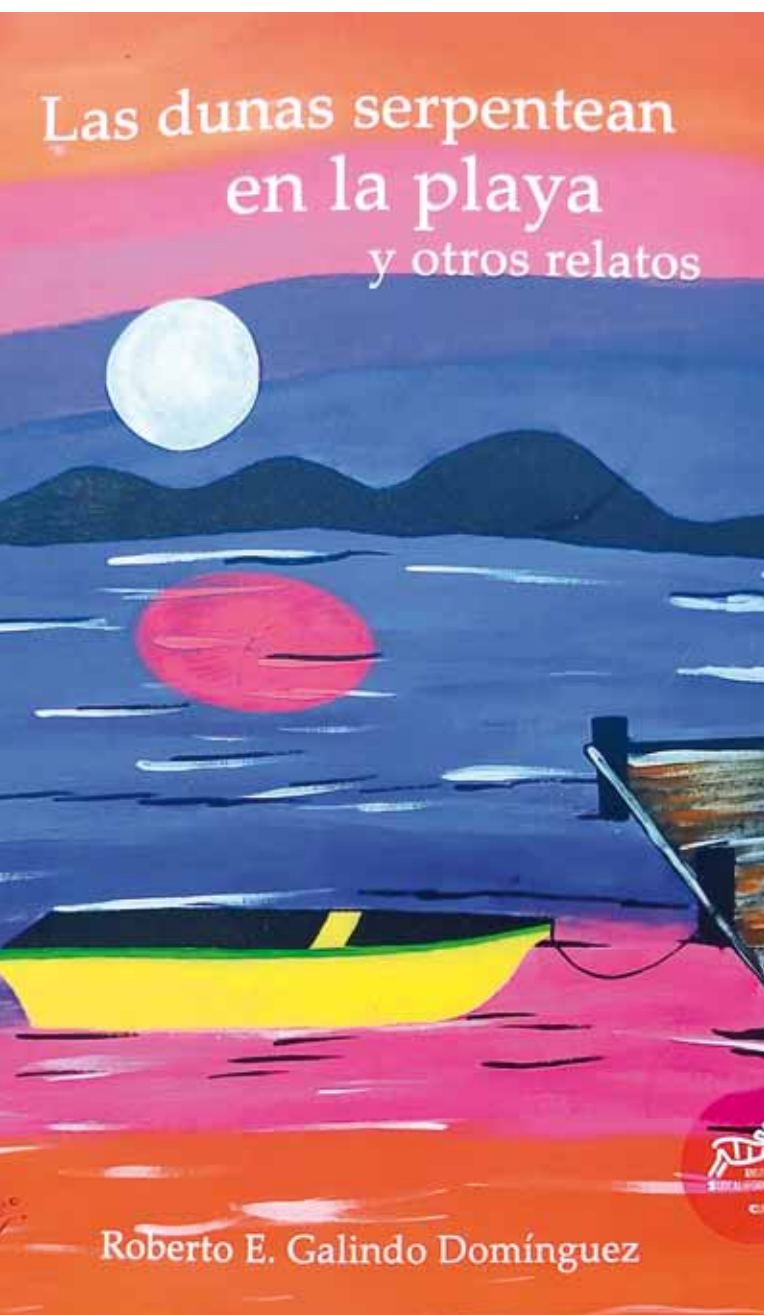
dado que habla de algo que ya no volverá a ocurrir, los años sangrientos se convierten en meras palabras, en teorías, en discusiones, se vuelven más ligeros que una pluma, no dan miedo”.

La insoportable levedad del ser es a las veces una novela erótica y filosófica y una memoria sin énfasis ni dramas de la Primavera de 1968 en la capital checa, de la invasión soviética. Llegó en el mismo año que *El nombre de la rosa*, de Umberto Eco, y entre los dos libros quedó definida una forma de rebeldía solitaria, irónica y apolítica propia del fin del siglo pasado.

Posteriormente, llegó un libro más de relatos, *La inmortalidad*; fue entonces que Kundera hizo a un lado su idioma original, el checo, por el francés que le abrió las puertas para vivir y escribir, e inició la segunda mitad de su carrera literaria. Kundera siguió escribiendo hasta 2013 y después su voz se fue apagando. La memoria también, cuestiones de la edad. Como ya no concedía entrevistas nadie sabrá si se sintió pasado de moda en su última década de vida, en los años que el mundo volvió al énfasis y el moralismo. Si los lectores lo olvidaron, creo que todos le debemos un desagravio. Hay que leerlo o releerlo. Fue un gigante literario solitario. VALE.

Bernardo González Solano ✍





Qué nos lleva a leer un libro en días cuando el culto a la ignorancia y la carencia de pasión por el saber están en apogeo, cuando hemos normalizado las faltas de ortografía y la cibernética es una maquina demoledora de tiempo y talento, qué lleva a los seres humanos a indagar en el mundo de las letras, abrir un libro sin dibujos, mantener la concentración un día o dos, leyendo letra por letra, dedicar tiempo, sacrificar fiestas, para descubrir lo que alguien más dijo, vivió o interpretó.

Solamente la seducción irreversible de sucesos muy personales que se dejan fluir a través de la palabra, acariciando la poesía, imaginando eventos, invitándonos a ponernos en el cuerpo de otras personas en circunstancias extremas, sintiendo esa taquicardia, el miedo, el placer, motivándonos a salir de ese letargo y también motivándonos viajar en un tiempo y un espacio indefinidos para gozar de mundos ajenos.

El escritor Roberto Galindo logra este objetivo con su libro **“Las dunas serpentean en la playa”**, de ediciones del Instituto sudcaliforniano de Cultura, sus letras estimulan e invitan a abrir los ojos de la vida para hablar con personas de mundos lejanos, conocer cazadores de piratas, tribus aisladas, comunidad de pescadores, tesoros escondidos y misterios insólitos, acción, suspenso, amores prohibidos, descripción de lugares misteriosos, y barcos hundidos.

Logra provocar algo semejante a la literatura de Marco Polo y Emilio Salgari, atmósferas donde no se sabe si lo narrado es realidad o es ficción. Somos lo que escuchamos y contamos, somos la suma de experiencias y entre tetragramas y bocas del inframundo, el autor, maneja varias voces en sus cuentos, la del observador, la primera y la segunda persona, dentro de un túnel sin tiempo, donde se mezclan pensamientos, ideas y misiones que van engarzándose hasta terminar, generalmente en finales abiertos o insólitos, donde le concede al lector la última opinión. Galindo es un periodista, un arqueólogo, un buzo y un explorador, quizá por ello, exalta a sus personajes a través de la descripción psicológica, deja fluir su pluma sin enturbiar sus emociones. Las fantasías personas sazonan los relatos ya que inicia describiendo su andar por territorios lejanos y culmina explorando territorios seductores de mujeres que generalmente viven con la adrenalina en la lengua. Me pregunto cómo selecciono sus cuentos y qué más historias tiene que contar... Quedaremos en espera de más relatos.



Marcela Magdaleno /



CÁMARA DE
DIPUTADOS
LXV LEGISLATURA



En la **Cámara de Diputados**,
reformamos la **ley** para que
el **Sistema Educativo
Nacional** integre las opciones:

**presencial, en línea o
virtual, abierta y a
distancia, certificación
por examen y educación
media superior abierta.**

• • • • •

***Así, fomentamos el
uso consciente de las
tecnologías de la
información y la
inclusión en la sociedad
digital.***

**PORQUE MÉXICO ERES TÚ,
LEGISLAMOS PARA TODAS Y TODOS.**



CAMARADEDIPUTADOS



CAMARADEDIPUTADOSMX



MX_DIPUTADOS



MX_DIPUTADOS



DIPUTADOS_MX



Nueva y vieja era en tu vida sexual

¿Qué significado tiene esto? ¿De qué se trata? Muchos cambios se están dando en lo referente a la apertura de consciencia del ser humano. Bien, el cambio de paradigma referente a la Sexualidad no es la excepción y consiste básicamente en **“unir lo que ha estado dividido y en dualidad. La Sexualidad y El Amor”** y para ello es importante que logres un estado de evaluación que te permita detectar en dónde están las trampas de tu vida que durante mucho tiempo te han mantenido(a) dividido(a).

Ahora bien, la Vieja Era te mantendrá en la división, la competencia, la rivalidad, el egoísmo por tus propios deseos sobre los demás, el sometimiento y el control hacia tu pareja, el sexo obsesivo y compulsivo que solo va a lo genital y al desfogue de una calentura física. La Vieja Era de la Sexualidad te mantiene en estados de ansiedad y vacíos de insatisfacción porque muchos de tus encuentros sexuales se han vuelto mecánicos debido a que tratas a tu cuerpo como a un robot al que mantienes programado y sometido a los sistemas tanto económico como político, religioso y científico. ¿Qué te quiero decir con esto? Que desgraciadamente, por no estar en un estado de alerta consciente,

tu realidad sexual es y ha sido manipulada por situaciones externas a ti, es decir, “otros” manejan tu realidad y tú te tienes que adaptar a esa realidad, dependiendo “impotente” de ella y creyendo erróneamente que no tienes opción, ya que de lo contrario, eres irrealista y utópico(a).

Si tú todavía estás bajo el paradigma de la Vieja Realidad de la Sexualidad, posiblemente seguirás cayendo en alguno de los siguientes esquemas y creencias ya sea que tú mismo(a) te comportes así o juzgues a otros por comportarse así: *Las niñas bien no son lanzadas, los verdaderos machos tienen muchas viejas, las madres solteras no valen la pena, hay una edad para tener relaciones sexuales, los hombre viejos son rabos verdes, las mujeres divorciadas son presa fácil de caza, hombre maduro puto seguro, el hombre llega hasta donde la mujer quiere, emborráchala y afloja, emborráchate y finge demencia, a las mujeres y a los hombres ni todo el amor ni todo el dinero, las mujeres casadas son anorgásmicas, los hombres casados son encantadores, los divorciados tienen muchos problemas, los hombres son animales en celo, después de los 40 hay que usar viagra, usable y desechable, etc...*

Esquemas y creencias como el que *las mujeres o son madres, o son putas o son vírgenes, o son tontas, y los hombres o son impotentes, o son bien machos, o son proveedores o de plano maricones* y nos mantienen a todos en una gran división entre hombres y mujeres, y más triste, aún divididos(as) dentro de cada uno de nosotros. Esta división crea una polaridad y un *antagonismo hacia nosotros(as) mismos(as) que nos obliga a estar en posturas tipo: “Si elijo esto, pierdo o renuncio a aquello”* entrando, la mayor parte del tiempo en conflictos internos que, paradójicamente, aumentan tu división interna.

Al no profundizar más allá de esto, te pierdes del poder que tienes de que en cada elección puedes balancear las dos polaridades de tu decisión y obtener una mejor respuesta. Por ejemplo: “Si busco un hombre que me mantenga tengo que ceder a todos sus caprichos del tipo que sea”, cuál es la polaridad aquí. “Me dejo controlar vs. descubro mis potencialidades de mujer”. Si te quedas hasta este punto, lo que te sucederá a corto, mediano o largo plazo es que **caerás en comportamientos de represión, condicionamiento, manipulación y re-**

sentimiento que te producirán estados de ansiedad, insatisfacción y enojo que, a su vez, se multiplicarán porque caerás en reclamos hacia el otro debido a tus “demandas insatisfechas” y esta situación, a su vez, le detonarán, al otro, sus propias carencias y necesidades de control y sometimiento generándose así innumerables peleas que solo van desgastando la “relación” que desde el principio no tenía una intención clara de impulso y crecimiento mutuos sino todo lo contrario.

Ahora bien, en la parte contraria “descubro mis potencialidades de mujer” del mismo ejemplo, paradójicamente, mientras más sometida y controlada te sientes por tu hombre, tus deseos de “ser tú misma” (potencialidades de mujer) se van convirtiendo poco a poco en obsesión y, con ello, buscas a toda costa tu independencia de mujer y terminas imponiéndote ante el otro con actitudes que pueden ir desde tomar decisiones sin considerar al otro, buscar amistades que te sigan la corriente respecto a tus ideas liberales, forzar salidas a lugares sin considerar prioridades del otro, no tomarle llamadas, realizar fugas geográficas repentinas, conseguir trabajos informales sin compartir gastos, condicionar los encuentros sexuales o, incluso conseguir un amante (que no siempre es alguien de confiar), volverte exigente e intransi-

gente bajo el pretexto de “me lo merezco” metiéndote así en más problemas y provocando y detonando, nuevamente, en el otro (ahora en el otro extremo de la polaridad) su necesidad de control cayendo, posiblemente, en conductas de rivalidad y competencia aumentando, en ambas partes, el desgaste físico, emocional, mental y espiritual en una historia sin fin en la que nadie gana aunque pretendan que sí. Las relaciones sexuales que se tengan siempre tendrán intenciones de dominio, condicionamiento y abuso de ambos con cuyos resultados siempre serán, casi seguro, ansiedad, preocupación, recelo, deseos sexuales frustrados, miedo a mostrarse tal cual, hipocresía, zozobra, deseos de venganza, desesperación, impotencia, inseguridad y desconfianza y, cuyas intensidades variarán dependiendo del momento, el sexo, la edad, la posición social, el rol y la historia personal de cada uno. ¿Cómo puedes obtener balance y equilibrio del ejemplo anterior?

Cuestionate a profundidad para qué buscas un hombre que te mantenga, es decir, busca quién te implantó esa creencia, qué quería respecto de esa creencia y qué sentimientos y emociones le producía esa creencia. Tienes que tener claro, si eres tú quién lo decide o es un fundamento familiar, social, económico, político y/o científico.

Por otro lado, reflexiona si sabes cuáles son tus potencialidades, quién te hizo creer que tus potencialidades de mujer no son válidas o suficientes, qué es lo que realmente quieres y cómo te sentirías al lograrlo. Teniendo claro los dos puntos anteriores es más fácil que logres el balance entre lo que te gustaría en una relación de pareja y tus potencialidades de mujer. En cuanto a los hombres, respecto al ejemplo anterior, el cuestionamiento sería: para qué busco mantener y someter a una mujer; quién me implantó esa creencia, qué quería y qué sentimientos le producía. Luego, cuestionense qué pasaría si, como hombres, impulsan a una mujer a incrementar sus potencialidades. Qué ganarían y qué perderían y porqué, en su mayoría, han preferido controlar y someter. Como hombres las preguntas serían: ¿quién soy sexualmente? ¿qué quiero en mi vida sexual? ¿para qué lo quiero? ¿Qué siento y qué me emociona'?



Jaquelin Machado
G. - Psicóloga /
c-ha-p@hotmail.com
Sexualidad Mágica perfil
Índigo y Desarrollo de Consciencia
Tel: (222) 6171475 , +52 1 222 6171475





NUNCA HAY QUE DEJAR DE VOLAR

Volar desde un lenguaje simbólico nos lleva a desarrollar el potencial que el ser humano tiene para lograr las metas y objetivos que se ha propuesto, buscando que sean alcanzables para evitar la frustración cuando no se han realizado y solo quedan como ideales no cumplidos. “Volar” también significa una sensación gratificante de libertad, y la posibilidad de elección, sin que influyan los comentarios negativos y la crítica de otras personas. Es una sensación de paz y tranquilidad porque no existe nada que pueda intervenir en la toma de decisiones, por lo general, representa la autonomía de elegir lo que se desea. Ahora bien, para lograr sentirse en libertad no se debe reprimir las emociones, de lo contrario, esto ocasionará ser preso en la cárcel interior y es cuando se altera el estado emocional con grandes consecuencias para la salud. Por tanto, el efecto dominó repercute en el actuar de la persona, y como solución, se puede optar por gestionar las emociones negativas para convertirlas en positivas. Así mismo, cambiar los esquemas mentales que han provocado alteraciones en el comportamiento, es decir, entender la importancia de cuidar la libertad que se perdió por encontrarse en un momento vulnerable y buscar que ayude a sentir nuevamen-

te, la tan anhelada expansión del ser. En alguna ocasión, hemos escuchado **“Vuela tan alto que no te alcancen tus miedos”**. Se piensa que es fácil, pero al momento de ponerlo en práctica se hace todo lo contrario, entonces podemos decir que **el miedo es un pulpo que abraza los pensamientos**, y se puede ser presa del temor al no contar con las herramientas emocionales necesarias para desafiar lo que mentalmente se crea. Cuando esto pasa, hay que entender qué genera el sentir miedo, esto puede transportarnos al pasado, a lo que no se ha enfrentado, y con el transcurrir del tiempo, ha tomado fuerza alterando la vida en un paradero de terror sofocante y solamente afrontándolo, es cuando la libertad aparece, como una gran luz que ilumina el camino hacia la transformación y ese temor, no vuelve hacer gobierno. Cuando se logra emprender nuevamente el vuelo, se debe reparar en las personas que nos acompañan y elegir quién se ha ganado un lugar especial y es parte de nuestro mundo, tomando en cuenta, que no solo está presente en los momentos gratos, también en situaciones difíciles; es alguien en quien se puede confiar y su apoyo es incondicional. Sin embargo, también hay personas tóxicas, que solo buscan hacer daño. A partir de esta si-

tuación aparece el semáforo en rojo y es necesario, emprender el vuelo, aunque las alas estén cansadas de volar tan alto, para evitar que la mala energía arrastre a lo negativo. Cada persona que pasa por la vida deja algo de sí, de las malas experiencias solo se deben rescatar las enseñanzas como aprendizaje y continuar... El gran viaje por la vida. Y como las aves, continuar sin mirar atrás, recorriendo el mundo, acompañado de los sueños por realizar. Abrir las alas, aunque a veces se sienta que se está solo o quizás, como uno más de la multitud, pero hay que recordar... **“Nunca hay que dejar de volar”**, aunque la fatiga aparezca, las tormentas interiores provoquen insomnio y los obstáculos sean como gigantes demoledores. Hay que tener el espíritu y la valentía de un águila para seguir, **no importa si se tiene que empezar desde cero, siempre con la mirada puesta en el horizonte**. En ocasiones se sentirán ganas de parar y está bien, hay que aprovechar ese descanso como un respiro necesario para cargarse de energía positiva, motivarse y desafiar las expectativas. Solo, no hay que quedarse estacionado por mucho tiempo en ese estado porque aparece la apatía y la necesidad de estar en la zona de confort, donde no existe la movilidad y la vida

siempre es de cambios, retos y aventuras. Cada logro representa haber pasado antes por un desafío y al final se podrá disfrutar de lo que se obtuvo, pero antes, hay que atreverse a confrontar al destino y no esperar ser llevado y conducido por la corriente en su fuerza voraz que alejará del objetivo principal. Emprender de nuevo el vuelo implica una decisión y es cuando la fuerza interior fortalece el espíritu, que tiene la capacidad de aprovechar las oportunidades que se presentan, porque ellas son las encargadas de generar la energía que se requiere para llegar lejos, todo es cuestión de perseverar y no rendirse. Nunca hay que dejar de volar y vivir la vida con plenitud y entusiasmo.

CONSEJOS DE LAS AVES

Se encuentran en armonía con su entorno y les gusta disfrutar cada día. Se reúnen en grupo para emprender el vuelo. Desarrollan el trabajo en equipo y tienen un guía como su líder, al cual respetan y es elegido de manera democrática porque saben que es el más preparado, el más empático y siempre busca el bien común. Cada una sabe que es hermosa y no se comparan con nadie, solo externan su propia personalidad, única y cautivadora, haciendo lo que mejor saben y aportando beneficios para su comunidad. Les gusta disfrutar los lugares que conocen y se consideran parte de un bello paisaje. Así mismo, viven el presente sin quedarse atrapadas en el pasado y cuando aparece la tormenta, ellas encuentran un lugar seguro para refugiarse, y apoyan a las más débiles. Aprenden diferentes técnicas para sobrevivir y utilizan sabiamente las ramas de los árboles para construir sus nidos y proteger a sus crías. Están conscien-

tes que la felicidad es solo un instante y no se puede detener, pero la disfrutan enormemente, ya que les dejó gratas sorpresas. Sus bellos colores las hace vistosas y eso les permite pasearse con seguridad y libertad, al sentirse auténticas, pero también son grandes guerreras que todos los días luchan por sobrevivir. Saben la importancia del trabajo en equipo y permiten que sus líderes las guíen y aprenden de ellos. Cada día saben que se pueden enfrentar a diferentes retos y se preparan para poder salir adelante, con un espíritu de amor hacia el mundo que las rodea. Consideran que el desafío de la vida las puede llevar por un camino agreste y que puede ser el fin, pero han aprendido de sus amigas las mariposas. “Y justo cuando la oruga pensó que era su final, se transformó en mariposa”. Las aves, así como los seres humanos pasan por episodios de estrés, enfermedad y dolor que les produce un comportamiento no saludable, pero siempre el apoyo de los demás aminorará los momentos difíciles. “La unión hace la fuerza”. **Nunca hay que dejar de volar, porque estamos creados para ser viajeros incansables y desplegar las alas para viajar por el mundo, llevando una maleta de sueños, ilusiones y deseos que deben ser cumplidos y con el amor a la vida que es el regalo máspreciado que se puede tener.**



Psicoterapeuta Raquel Estrada ✍
racheles_03@outlook.com
55-55035476





Uno de cada 10 latinoamericanos utiliza redes sociales: Comscore



Comscore estudió el comportamiento de las audiencias de redes sociales en Argentina, Chile, Colombia, Perú, México y Brasil, y elaboró un nuevo informe sobre el estado de las redes sociales en la región, llamado The State of Social in LATAM. Este estudio arrojó que el 86,6% de los latinoamericanos acceden a redes sociales y, en conjunto, realizaron 54.8 mil millones de publicaciones en Facebook, Twitter, Instagram y TikTok de enero a diciembre de 2022. Las publicaciones generaron 35.7 mil millones de interacciones por parte de la audiencia, equivalente a 100 millones de interacciones diarias durante 2022. Latinoamérica tuvo un incremento de alcance de entre el 3% y 5% comparando 2022 y 2021. México se ubicó como el país con mayor cantidad de publicaciones en redes en el año. Generó 6.5 billones de interacciones y llegó a 376 interacciones promedio por post. Brasil quedó en segundo lugar, con 10.2 millones de posteos y más del doble de interacciones: 15.7 billones. El promedio de interacciones en Brasil es el más alto de la región con 1985 interacciones por posteo. En Argentina, mientras tanto, se realizaron 8.3 millones de publicaciones en el año, generando 6.3 billones de interacciones, lo que corresponde a un promedio por posteo de 775 interacciones.

Starbucks México anuncia nuevos métodos de pago para el programa Starbucks® Rewards



Starbucks México anunció la actualización de su plataforma Starbucks Rewards, diversificando los métodos de pago y aplicando la tecnología, para que los miembros del programa continúen recibiendo beneficios que incluyen alimentos y bebidas gratis. Starbucks Rewards, el programa de lealtad desarrollado para mejorar su relacionamiento digital con sus clientes, recompensarlos de una manera más personalizada y conveniente. Es un programa basado en compras que ofrece Estrellas a sus miembros de acuerdo al monto que gastan en compras elegibles. Una vez que un cliente ha creado una cuenta, puede escanear su aplicación Starbucks México Rewards y acumular Estrellas para canjearlas por productos gratis. Anteriormente, la única forma de ganar y acumular Estrellas requería de contar con una Starbucks Card física o digital, que debía recargarse con crédito para realizar una compra en cualquiera de las más de 780 tiendas Starbucks en México.

Burger King reabre sucursal de Tecnológico en Querétaro



Burger King anunció la reapertura de su sucursal Tecnológico en Querétaro, una de las icónicas en el centro del país debido a su flujo de invitados. Dicha reapertura va de la mano con el nuevo modelo de negocio que la marca está implementando en el país, en cuanto a servicio al cliente y tecnología innovadora se refiere. A veintinueve años de su apertura, la sucursal de Tecnológico es la segunda en renovarse con la nueva imagen de Burger King en Querétaro con el fin de ofrecer a sus invitados la mayor comodidad durante su visita a sus instalaciones. Además, ahora cuenta con kioscos digitales que brindan una nueva experiencia de compra a sus invitados, quienes pueden ordenar sus productos favoritos a través de una pantalla interactiva, reduciendo el tiempo de espera y mejorando así su experiencia en el restaurante. La renovación de este restaurante por parte del franquiciatario Euroking forma parte del plan estratégico de crecimiento que Burger King tiene para México, uno de los mercados más importantes para la marca a nivel Latinoamérica. El objetivo es seguir fortaleciendo a esta cadena de comida rápida a nivel nacional, con diversas acciones que se irán dando a conocer en los próximos meses.

Recomendaciones para compras en línea seguras

Daniela Menéndez, Country Manager para Palo Alto Networks México, comparte consejos para hacer compras seguras en línea durante la temporada de verano: A la hora de comprar productos, el consumidor siempre buscará no solo los mejores precios en el mercado, sino también su comodidad, por lo que las compras en línea son, en la mayoría de los casos, el canal elegido gracias a la gran variedad de productos y facilidad de compra. Durante 2022, el valor de mercado de eCommerce Retail alcanzó los \$528.1 mil millones de pesos, experimentando un crecimiento del 23%, lo que quiere decir que el año pasado más de 63 millones de personas adquirieron algún producto o servicio por Internet. En el 2022 los métodos de pago más utilizados para comprar en línea continúan siendo las Tarjetas de Débito y Crédito, lo que hace que el formjacking sea uno de los métodos preferidos de los actores de amenazas para robar los datos bancarios de los usuarios. En este tipo de ataque los ciberdelincuentes inyectan código de software malicioso en una página web utilizada por el consumidor para comprar algo o compartir información personal. Esta estafa está diseñada para robar los datos de su tarjeta de crédito y otra información personal de los formularios de pago que se capturan en las páginas de “pago” de los sitios web de compras. Se pueden verificar los movimientos y extractos de las tarjetas de crédito para identificar y poder reportar cualquier actividad sospechosa. México continúa posicionándose dentro de los países con mayor tasa de crecimiento en eCommerce durante 2022, en la posición número cuatro a nivel mundial; es por eso que promover prácticas de compras seguras es de suma importancia pues, para hacer crecer el mercado, los clientes deben sentirse seguros al usarlo, y así aprovecharlo al máximo en estas temporadas de ofertas, recordando que ninguna acción es pequeña para protegerse de las amenazas en internet.



Helados Holanda anuncia el regreso del pastel helado Viennetta

Viennetta fue lanzado en la década de los 90 y desde entonces ha estado en el gusto de las familias mexicanas, y es que muchas personas recuerdan con gran emoción y nostalgia esos momentos que han vivido junto con Viennetta. Este pastel helado está disponible en sus sabores cappuccino, chocolate y vainilla en tiendas de conveniencia y autoservicios de la República Mexicana, farmacias, plataformas de entrega de última milla como Rappi, UberEats y Cornershop, además de todas las tienditas de la esquina.

Trabajar desde casa se convierte en un derecho

Muchas empresas han adoptado el trabajo remoto, la flexibilidad de horarios, y otras políticas para adaptarse a la nueva realidad después de la crisis de la pandemia de COVID-19, a lo que la tecnología ha respondido de manera positiva en el bienestar de los trabajadores al permitirles equilibrar mejor su vida laboral, personal y emocional. Según una encuesta realizada por la consultora KPMG México en 2020, el 85% de las empresas mexicanas adoptaron el trabajo remoto durante la pandemia de COVID-19, mientras 88% de éstas esperaba mantener el trabajo remoto como una opción; y **un año después el gobierno mexicano promulgó una reforma a la Ley Federal del Trabajo en el artículo 311 y 311 Bis que establece el derecho de los empleados a trabajar desde casa si su trabajo lo permite.** En este sentido, la tecnología ha facilitado y obligado a implementar nuevos esquemas laborales, mejorando las condiciones de los trabajadores al proporcionarles diversas herramientas para facilitar algunas tareas y ayudar a su bienestar físico y emocional. Ante esta realidad, la tecnología también es utilizada de forma proactiva. Por ejemplo, una empresa líder en el sector tecnológico en México se enfrentaba a un desafío significativo: un bajo nivel de participación y compromiso por parte de sus colaboradores. Esta situación tenía un impacto negativo en la prontitud para resolver problemas con clientes y en el logro de las metas anuales; además de que sus bases de datos eran desordenadas y desactualizadas, refiere Luis Gómez, Director General de JUJU México, empresa de tecnología especializada en ofrecer soluciones para la fácil y ágil administración de incentivos en las empresas. Sin duda, la tendencia actual de la tecnología al servicio del bienestar de los empleados es cada vez más relevante debido a la creciente preocupación de las empresas por mejorar el bienestar de sus empleados y su productividad.



Teatrikando



La fiesta, primera dirección de Gerardo González

Gran re-estreno en un foro relativamente nuevo, el **Market Teatro**, en la calle de Coahuila 105, colonia Roma, resulta atractivo porque se puede cenar y tomar algo, antes o después de ver la obra de David Dillon, que ya había visto años atrás, con otro elenco y dirección. Se trata de un montaje que retrata el mundillo gay, quizá exagerado, quizá mostrándolo como es, pero eso sí, con humor de todos los colores, es una obra gay sólo para adultos. Primera dirección de **Gerardo González**, si fuera un examen lo ha aprobado con mención honorífica. Porque no se sintió ningún bache o errorcito, no, corre perfectamente la obra de Dillon que hace un juego especial: <Verdad, reto o fantasía> para divertirse un viernes por la noche, desde luego, habrá castigos *muuy* disparatados. Es anterior a la epidemia de las redes sociales, los 90's, por lo que no verá un smart phone sobre la escena. Ni abajo entre los espectadores, porque como hay varios desnudos integrales, no se permiten las fotos o videos. La acción es, en una sala, con barecito y dos accesos laterales, nada más. El vestuario es el mínimo requerido y casi no hay maquillaje o música. Los integrantes del elenco son muchos (los que salen y otros que suplen), sólo vamos a mencionar algunos: **Alex Mont, Dan Cervantes, David Ortega, Diego Tenorio...**

Valentina Garibay es directora, escritora y actriz en Grozni

Varias historias son contadas acerca de la ciudad rusa, Grozni, con texto y dirección de Valentina Garibay, que así ve coronada otra de sus múltiples facetas. A ella le hemos visto con frecuencia abordar la actuación en muy diferentes estilos: siempre con humor e ideas inquietantes. Desde una obra donde se toca la gastronomía y el albur de los chiles, hasta otra en la que conocemos a la mataviejitas, aunque la lista es muy larga. Ahora reúne a **Pilar Ixquic Mata, Rodrigo Alonso Miranda y Richard Viqueira**, todos muy bien en sus roles, para dar vida a una serie de anécdotas, que tienen como eje un lugar, Grozni, capital de la República de Chechenia, en la que trabajan todos con cierto (buen) acento extranjero para dar vida a sus personajes. En una **Rusia** que vemos en guerra el último año, donde to-

dos pueden convertirse en un enemigo, hasta los muy cercanos colaboradores. Hay cuatro historias diferentes con una línea central: el odio, la desconfianza, el miedo superado mediante la agresión; antes de que me traicionen hay que matarlo con humor y buen sentido de lo que es la dramaturgia para ser escenificada, no sólo leída... Acuda, es garantía de que pasará un buen momento con la violencia de Viqueira -nunca puede faltar- buenas ideas llenas de ideas controversiales como "*Me cago en Dios*" o la crítica a la bondad divina que "permite tantas injusticias" Véalos en **la Gruta** del Helénico, o donde estén anunciados.

Mamma mia, en regreso triunfal

Hace muchos años la vi con **Rocío Banquels** y me gustó mucho. Ahora que la vuelvo a presenciar es lo mismo, con el atractivo de que usamos mesas y estamos sobre tabloncitos de madera, para que nos sintamos en un bar y disfrutemos las aventuras de esta dama que no sabe ¡que han reunido a sus tres ex amantes el día de la boda de su hija!... Son un clásico las canciones que interpretan, producto del **grupo ABBA**, que despiertan la nostalgia de los años que han pasado entre la primera vez que las escuchamos y el día de hoy, después de la pandemia. Lisset (¡Guau!) encabeza este grupo actoral magnífico, en que bailan y actúan al mismo tiempo que interpretan las rolas, que donde quiera escuchamos. Completan el reparto principal: **Alejandro de la Madrid (excelente), Marisol del Olmo, Francisco Rubio, Gicela Sehedí, Armando Arrocha, Luja Duhart, Sofía Carrera**, más un grupo actoral del que reconocemos a **Noe Camacho, Mauricio Salas, Marco Antonio** entre un poderoso conjunto de conocidos histriones. La historia es muy conocida, se trata de llegar a una boda felices y contentos de estar solucionando una duda existencial de la chiquilla que ese día se casa. Acuda al teatro de los Insurgentes.



Jorge Benjamín Bernal y Bifano
Presidente de la Agrupación
de Periodistas Teatrales
Of. 56 88 02 80 Cel. 55 32 22 94 62



Conoce este y más productos para tu salud.



Mangas de bambú



www.farmacio.com.mx



Esríbenos vía whatsapp