



PERSONAE

www.revistapersonae.com

ES EXCELENCIA



El Legado de
Ruzi

Reportajes Arte Teatro Gastronomía Política

No. 287
Octubre
2023

\$30.00



¡Libérate de esos lentes![®]
en **omnilaser[®]**
Corrección láser de la vista



**Primero
en México**

Equipo Amaris
de 7a Generación



Nuevo equipo VisuMax
Sin Navajas/Sin ojo seco



5543 1007

**Miopía
Astigmatismo**



UNAM Ced. Prof 2146176
Aut. COFEPRIS 133300201A3440

www.omnilaser.com.mx

04

Actriz
Ana
Layevska



06

Periodista
Oswaldo
Zamorano
Silva



08

**Autoridades
ElectORAles**
Beatriz
Zavala y
Alfredo
Fuentes



10

**Embajadora
de
Bangladesh,**
Abida Islam



PERSONAE, Revista mensual
Número 287, Octubre 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: Isabel Ruiz de Velasco

26
Arte



12 **Verso Converso**

Inundaciones como las de Libia...

14 **Ambrosía**

VIGNERON, vinos expresivos...

16 **Gastronomía**

La joya mexicana en Londres

17 **Cine**

Estrenos

18 **Misceláneo**

Duelos Internos
Hay una grieta en todo
Remedios Varo...

22 **De Viaje**

Colombia Espectacular

24 **Reporte Político**

Relevos sin sorpresas...

30 **Ex Libris**

... Elon Musk, por Walter Isaacson

32 **Personajes**

Por los Caminos Humanos

34 **Psicología**

Aceptación

36 **Sexualidad**

El mundo gira alrededor del Sexo

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 2128 9304

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

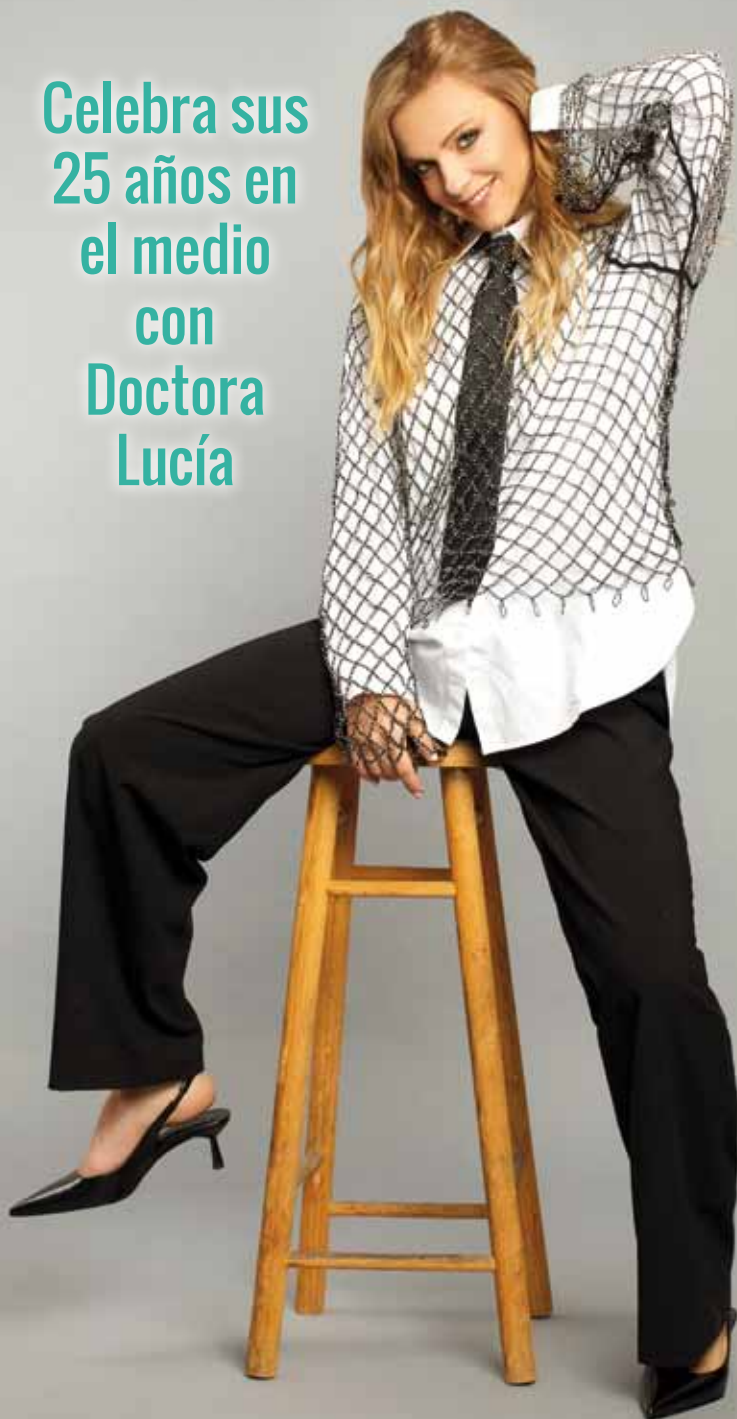
edicion@diarioimagen





Ana Layevska

Celebra sus
25 años en
el medio
con
Doctora
Lucía



Con una trayectoria que comprende un cuarto de siglo, **Ana Layevska** es una de las actrices más reconocidas de su generación, fue con el melodrama 'A mil por hora' que irrumpió al estrellato y de ahí, el cine y al teatro, tampoco se le han resistido, y hoy participa en una serie de ficción médica de TV Azteca que lleva por título 'Doctora Lucía'.

Nos habla de su papel: "Soy la antagonista, por así decirlo, aunque en realidad nuestra historia no es como una telenovela tradicional, en donde hay un antagonista que está en contra del protagonista, lucha por sus emociones y por el amor del protagonista. Sí hay toques de elementos de melodrama, pero nuestra serie es una especie de unitario, hay una historia central, pero cada capítulo es un caso nuevo, por lo tanto, siempre es fresca e interesante".

Refiere: "*Mariana* es una doctora con una autoestima demasiado elevada, una mujer muy irónica y ácida, vamos, es urgencióloga, la jefa de urgencias y disfruta muchísimo ser la jefa. Es de esas personas cuyo principal objetivo en la vida es -más que nada-, ¡tener poder! y ser la mejor en todo. Una mujer muy competitiva, bastante impaciente y le cuesta conectar con las personas, no es empática. Un personaje que me divierte mucho porque me gusta todo el elemento de medicina, aprendo mucho y, también, es políticamente incorrecta".

Sobre su parecido con el personaje reconoce: "Tengo un elemento de humor negro bastante presente en mi personalidad, el cual he impregnado en *Mariana*; aunque definitivamente soy mucho más empática, pero sí tengo una especie de energía similar a la de ella en la forma de sobrellevar las desgracias, también soy muy competitiva, lamentablemente".

Marca diferencias: "En ser empático, es una mujer demasiado obsesiva con sus relaciones. Yo soy mucho más fácil de sobrellevar y perdono más rápido. No me quedo en donde no me quieren sabes; o sea ella se enfrasca en lo mismo".

La mayoría de las actrices albergaban ese sueño de ser actrices desde pequeñas, más no es el caso de Ana Layevska: "Yo vivía en un país muy distinto al de México.

Yo nací en la Unión Soviética, en el ochenta y dos, era otra época y vivía dentro de otro tipo de sociedad, pues no, no me pasaba por la cabeza la actuación. Mis papás me metieron la música desde muy temprana edad, iba a convertirme, eventualmente, en violinista. Entonces, la verdad, no me obsesionaba sobre qué quería ser de chiquita, sino que sabía con claridad, a través de la voluntad de mis padres, que iba terminar siendo violinista. La vida me llevó por varios caminos hasta que, por azares del destino, fui aceptada en el CEA (Centro de Educación Artística de Televisa) a los 15 años, y ahí es cuando me llama la atención tras haber sido seleccionada entre tantas niñas y que me hayan dado la oportunidad, me escogieron de entre cinco mil participantes, eso quiere decir algo... Le dije a mis padres «*Oigan, les importa si lo intento*», y no muy convencidos me dijeron que sí. Empecé a estudiar actuación y ahí yo creo que en las primeras dos semanas me di cuenta que era súper interesante, súper



mágico y que además tenía aptitudes, los maestros y mis compañeros me hacían caso, creían en lo que hacía, les causaba gracia lo que yo pensaba hacer. Entonces eso me llamó mucho la atención y poco a poco me empecé a clavar me volví una *freak* (rara) del estudio. Al poco tiempo, fui notada por productores y empecé a trabajar. La verdad es que mi camino fue diferente”.

Reconoce que esperaba que su carrera tomara otro rumbo: “Cuando empecé a estudiar tenía la idea de que iba a ser actriz exclusivamente de teatro, ya sabes, en escenarios de Londres, que iba a convertirme en una estrella seria del teatro. Luego, ya cuando descubrí las telenovelas, dije «esto demasiado divertido». La verdad, yo me imaginaba que iba a acabar en Hollywood, segura de que iba a trabajar con Leonardo DiCaprio; o sea, que yo iba a hacer el regreso del Titanic”.

Sobre su proyecto soñado comenta: “Una historia de espías y amor. Me encanta el tema. Crecí con muchas historias en donde había espías que se iban a trabajar con los alemanes o los soviéticos durante la Segunda Guerra Mundial y hacer algo así me encantaría... Vi demasiadas películas soviéticas al respecto”.

Sobre la evolución de la televisión expone: “Las telenovelas es un género muy, muy definido y tienen características muy claras, que es llevar a los personajes por el lado emocional, luchan por y se mueven con base a sus emociones y a sus pasiones. Eso, de cierta forma, simplifica la historia, porque todo mundo está queriendo amar y odiar. Yo creo que las telenovelas clásicas todavía siguen gustando mucho, con base a eso, lo que han hecho los escritores a nivel mundial es simplemente ponerle una subtrama. Por ejemplo, las telenovelas coreanas, todas, tienen un toque de melodrama, los personajes desean, quieren aman, añoran; otra vez, emociones, nada más que las adornan con muchas historias, subtramas y cosas que acaban haciendo como un género no tan franco de melodrama. Creo que ha cambiado por la necesidad del espectador; si el mundo está haciendo otras cosas, tú también te tienes que poner a la altura”.



En ese tenor, nos invita a ver Doctora Lucía de lunes a viernes a las 19:30 por Azteca Uno: “Es un drama del género de la medicina, aunque parezca raro es un género, ha habido muchísimas historias del mismo y a la gente le gusta porque tiene ese elemento de adrenalina, de siempre estar en la línea de la muerte y la vida, que si se va a salvar o no o qué es lo que le pasa a una persona, el misterio de su enfermedad. Siempre es interesante porque, finalmente, los médicos son estos héroes silenciosos y además está involucrada la ciencia que llama mucho la atención, porque, también, es una historia mexicana y creo que como está situada en México, con personajes mexicanos y con emociones mucho más locales, nos gusta reflejarnos en nuestras historias. Tenemos muy buen elenco, muchos elementos de misterio, hay perfiles muy bien definidos”.

Ana Layevska es ruso-ucraniana, por lo que la guerra que acapara los titulares internacionales le ha sido más cercana, nos comparte como lo ha vivido: “Horrible, o sea yo creo que nadie quiere una guerra, a la fecha, el mundo no comprende cómo en 2023 desde el 2022 hay todavía conflictos que no se puedan resolver de una manera pacífica. Obviamente, muy dolida, muy triste, al principio me costaba mucho trabajo dormir, yo tenía familia en Ucrania, estaba sumamente preocupada y pienso mucho en la gente, en los niños que están ahí, pues *¿qué te digo?*, quiero que esto acabe lo antes posible y nomás no termina. Es un tema que me duele, finalmente yo pertenecía a ambas repúblicas, nací en Ucrania y crecí en Rusia, entonces, yo amo a ambos países, a ambos los considero mi patria”.

Para despedirnos le pido se describa: “Soy una mujer sumamente activa, soy muy disciplinada y muy trabajadora, obsesiva con el trabajo. Me encanta viajar, amo estar con mis hijos, soy divertida. Creo que tengo ese elemento de un poco de acidez”.

Josué Cruz



Oswaldo Zamorano Silva, sobreviviente a la dictadura chilena

Ha pasado medio siglo desde el golpe de Estado en la República de Chile, lo que impactó a toda Latinoamérica y del cual surgió la semilla de eso que actualmente conocemos como *neoliberalismo*, y hoy, los chilenos se preparan para rechazar o aprobar una nueva constitución. De ello charlamos con **Oswaldo Zamorano Silva** sobreviviente a la dictadura y autor de *La ideología del neoliberalismo en Chile y Desencuentros*.

Prisionero durante año y medio por la dictadura, sufrió un exilio obligatorio por 14 años, que lo trajeron a México, donde estudió periodismo. Describe el evento del 73: “La imposición de un modelo económico neoliberal absoluto, injusto, irracional y para imponer ese modelo era necesario también aplicar una política represiva absoluta”. “Los militares impusieron un modelo económico neoliberal con el apoyo del gran empresariado chileno y del gobierno de Estados Unidos; para imponer ese modelo era necesario reprimir, aplicar una política de represión y exterminio de las organizaciones políticas, de las de las organizaciones estudiantiles y también de todas las organizaciones sociales”.

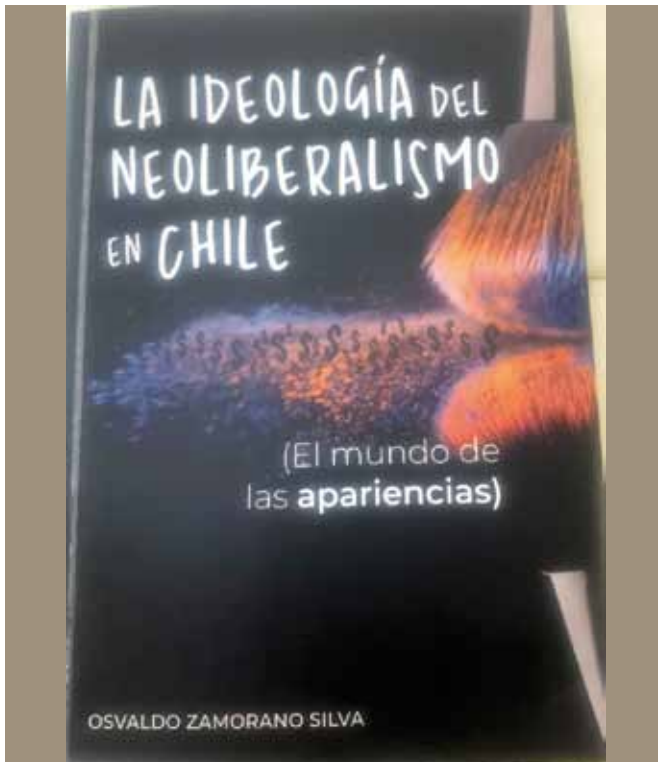
Fue dirigente de la Facultad de Derecho de la Universidad de Chile: “Meses después del 11 de septiembre del 73, continuamos activamente, nos reuníamos, hacíamos análisis de coyuntura, traspasamos información y por lo tanto llegó el momento en que la dictadura y sus organismos de seguridad se infiltraron en la escuela y, un día, me fueron a buscar a mi casa”.

Reconoce que la derecha es más propensa a los golpes de Estado: “El mismo 4 de septiembre de 1970 -cuando es elegido Salvador Allende-, comienza la derecha con intenciones de desconocer el triunfo y empiezan movimientos hasta terroristas por su parte. Antes que asuma formalmente la presidencia Salvador Allende, es asesinado el comandante en jefe del Ejército René Schneider y el hecho lo llevó a cabo un comando ultraderechista financiado por la CIA de Estados Unidos y está destacado en los documentos desclasificados de la CIA y de otro organismo de inteligencia norteamericano. La derecha chilena y los grandes empresarios de Chile siguen siendo golpistas”.

Refiere: “La derecha argumenta, desde el 73, que había mucha violencia, que las diferencias entre chilenos era muy agudas. Había anarquía, casi una guerra civil y con eso ellos justificaban el golpe de Estado; sin embargo, lo que decimos nosotros es que los problemas políticos que tiene la democracia se resuelven con más democracia. Salvador Allende iba a llamar a un referéndum para consultarle a la ciudadanía si estaban de acuerdo con su gobierno o no. Allende, además, que siempre fue un hombre democrático, fue presidente del senado por casi 4 décadas, fue parlamentario muchos años, fue ministro, él siempre hacía la diferencia entre la posibilidad de un proyecto socialista en Chile, un proyecto democrático por la vía electoral”.

“Los gringos pensaban que la experiencia de Allende de ser un presidente marxista, socialista, de llegar a la presidencia por la vía electoral, que eso se podía repetir en otros países de América Latina. Todavía se extendían algunos rasgos de la guerra fría y a Estados Unidos le interesaba mucho tener asegurada la parte del sur de Chile para que los países no se integraran a la Unión Soviética. Allende no solamente era un hombre carismático, era un político de gran experiencia, su programa de gobierno tenía muchos rasgos sociales como nunca habían existido en nuestro país, también entre las medidas económicas estaban la nacionalización del hierro, del cobre, del Salitre y varias empresas como la AT&T iban a ser pasadas a manos del Estado chileno. Eso tampoco le gustaba a Estados Unidos”.

El que Pinochet haya aceptado convocar a elecciones fue por la presión estadounidense: “Curiosamente en principio apoyaba totalmente el golpe de Estado y a la dictadura; pero después, era tal la cantidad de atrocidades que cometía la dictadura que ya no podía defenderlo públicamente en el ámbito internacional. Un joven, cuya madre es chilena, que era de nacionalidad estadounidense, fue a Chile en el 86 para fotografiar todo lo que estaba ocurriendo y un grupo del ejército a él y a Carmen Rojas, una estudiante, le rociaron bencina y los quemaron. El embajador norteamericano en Chile, en ese momento, dijo *ellos no se quemaron entre ellos, estos jóvenes fueron quemados por una patrulla del ejército y había testigos*”. “Agrégle que a partir del 83 empezaron a haber movilizaciones sociales de estudiantes, después, trabajadores, luego ya era más masivo. Ya el año 86 toda la gente salía a protestar, a su vez la dictadura arremetía con mayor fuerza”.



En realidad, los planes de Pinochet era mantenerse: “Él pensaba que iba a ganar el plebiscito y él quería mantenerse ocho años más, entonces perdió y eso significaba que en dos años más iba a haber elecciones en Chile. Es elegido Patricio Aylwin presidente y para algunos empieza un periodo de transición. Ese concepto fue bastante discutible, te lo digo como periodista, objetivamente. Fue una transición bastante compleja y muy particular porque esa elección se da en el marco de la Constitución que había hecho la dictadura, del que había aprobado la dictadura para seguir gobernando. Entonces -eso fue el año 1980-, Pinochet con los otros cuatro generales de la armada de carabineros de la Aviación, del ejército, hacen una constitución asesorados por destacados ultraderechistas”.

Si bien, el régimen cambió, el modelo económico se ha mantenido, afirma: “Esa Constitución establece el marco legal para un modelo económico neoliberal y al Estado le otorga un carácter subsidiario; es decir, no puede intervenir en la gestión económica, salvo en casos excepcionales, pero eso le corresponde a empresarios y a gente individual y hasta el día de hoy se mantiene el mismo modelo económico. Lo otro, es elegido Patricio Edwin y Pinochet sigue siendo comandante en jefe del Ejército y además pasa a ser senador designado ¡Imagínate!”.

“El modelo económico neoliberal a ultranza, o sea, ultraconservador, irracional, injusto por antonomasia, implicó que se privatizara la salud y todo lo que tú te puedes imaginar. Los impuestos eran muy bajos para los grandes empresarios, no se controlaban los precios, todo dependía de la ley de la oferta y la demanda, por tanto, el Estado no podía regular nada, todo se regulaba con esa ley. Para darte algunos datos, en el año 82 había un desempleo cercano al 30%, a tal grado que la dictadura inventó que los municipios crearan el programa de empleo

mínimo y el programa de empleo para los jefes de hogar, que al final tú veías, en algunas plazas y parques, gente amontonada barriendo porque no tenía nada que hacer. Otro ejemplo, cada chileno tiene un ingreso per cápita de más de 20 mil dólares, en las capas medias, los sectores más empobrecidos decían: *bueno y dónde están los otros 19 mil dólares que me correspondían a mí porque yo jamás he visto un ingreso de 20 mil dólares*”.

Las Administradoras de fondos de pensiones (AFP), jubilaciones privatizadas, es otra llaga donde pone el dedo: “La gente empezó a darse cuenta de la realidad de las AFP cuando se dio la primera generación de gente jubilada, si a mí me pagan en mi trabajo un millón mensual, resulta que ahora jubilado me van a pagar 250 mil pesos. Ahí empezaron a caer en la cuenta y por eso hubo en el centro de Santiago, hace 2 años, manifestaciones de más de un millón de personas para terminar con las AFP”. “Lo otro es que los medios de comunicación en Chile, la mayoría -el 95%- están privatizados y son de grandes empresarios, son grandes consorcios, partidarios de la derecha y el neoliberalismo. No solo es un tema económico, es ideológico, cultural, social, que te va a internalizando, no solamente el consumismo, no solamente el individualismo, sino también te va creando una falsa conciencia en la realidad, hasta el día de hoy, hay gente muy pobre que es ultra reaccionaria”, **añade.**

En diciembre, habrá una consulta para reformar la Constitución que implica varios riesgos: “La gente que fue elegida para ser consejeros constitucionales son solamente 50, los otros fueron elegidos por la derecha, que tiene mayoría, en el parlamento. Ellos decidieron que hubiese un comité de expertos, el cual tiene mayoría derechista. Están aprobando cualquier cantidad de políticas que son un manifiesto ultra reaccionario, religiosamente conservador, por ejemplo, ellos están en contra del aborto que es una ley que fue aprobada ya hace algunos años, en el gobierno de Michelle Bachelet, ellos quieren que se mantenga la privatización de las pensiones, que se mantenga la salud privada”. “Si se aprueba esta Constitución va a ser de Pinochet, pero más ultraconservadora. Por eso, queda de aquí a diciembre para que los partidos progresistas, la izquierda, se unan y traten de hacer campañas en todos los sectores sociales y en todas las poblaciones, en todas las regiones de Chile para evitar esta locura de Constitución”, **advierte.**

Narra: “Hubo primero un plebiscito hace 2 años y le preguntaron a la gente si quería o no cambiar la Constitución de Pinochet, el 82% dijo que sí. Después hicieron otra consulta, después de una campaña terrorífica de la derecha contra esas personas, se le hizo una campaña a través de la prensa tan terrible que, después, esos constituyentes presentaron una propuesta y el país la rechazó por 62%; por tanto, tenían que elegir de nuevo los constituyentes. Se hizo una nueva elección de consejo constitucional y ganó la ultraderecha”. “No es un tema de sustituir a un gobierno por otro, es un problema que tiene que ver con la educación de la gente, con un trabajo político en todos los sectores sociales, no que un grupo o una élite de la clase política decidan, porque volvemos al año noventa”, **concluye.**

Patricio Cortés 

Desafíos electorales en un proceso adelantado

Patricio Cortés ✍

El proceso electoral del año 2024 ya empezó, en eso coincidimos la mayoría, aunque desde el punto de vista estrictamente jurídico aun estemos en otra etapa. Buscamos a las autoridades jurídicas y administrativas correspondientes, para hablar de sus desafíos, más allá de lo cuantitativo y técnico.

Tribunal Electoral del Poder Judicial de la Federación TEPJF

Felipe Alfredo Fuentes Barrera, Magistrado del Tribunal Electoral del Poder Judicial de la Federación, nos habla de aquellos casos que están en el ojo del huracán donde se podría hablar de presión mediática: “Mire un tribunal debe ser sensible y saber qué repercusión va a tener su sentencia, llamémosla una repercusión social, política, jurídica, económica, pero siempre guiado por lo que establece la Constitución y la ley; ningún otro factor debe ser determinante para tomar una decisión”.

Reconoce que la ley no siempre se aplica a raja tablas: “Por eso existe la argumentación y la interpretación constitucional. La Constitución tiene fines y uno de esos fines es tutelar los derechos humanos y en función del principio democrático, esto implica que las decisiones sean aquellas que mejor o de mayor manera permitan un adecuado desarrollo de la sociedad de México”.



Acota sobre la literalidad de la ley: “Una forma que está autorizada es la interpretar literalmente los artículos, pero un juez constitucional tiene un mayor margen de interpretación y de argumentar sus sentencias”.

Le comentamos que tras los sufragios caerá una oleada de impugnaciones de políticos buscando ganar en los juzgados lo que no se ganó en las urnas, acota: “Precisamente el papel del tribunal es que se respete la voluntad que se plasmó en las urnas por el ciudadano, y entonces, creo yo, que no puede aseverarse que en el tribunal se ganará lo que no se ganó en las urnas. El tribunal juzgará si existieron violaciones a la concepción o no en el proceso democrático y conforme eso resolveremos”.

Parecería que la ley electoral pasó a mejor vida por el tema de tanto precandidato que ya está en campaña franca, a pesar de que aún no son tiempos electorales, el magistrado difiere: “Lo que yo le puedo decir es que emitimos una sentencia, en donde examinamos precisamente este tema y lo que observamos ahí fue una realidad social: la ciudadanía quiere intervenir ya en los procesos electorales, incluso en los desarrollados por los partidos políticos y lo que consideramos, en esta sentencia que fue emitida en un asunto en donde estaba siendo cuestionado el Frente Amplio por México, es que se trataba de proselitismo político, más que un proselitismo prohibido por la Constitución. En ese sentido lo que trató el tribunal, lo que buscó es abrir la puerta para que la ciudadanía pudiera participar y no desconocer esa posibilidad”.

“Categorizamos toda esta estrategia como un proselitismo hacia el interior de los partidos, tan es así que precisamente el Frente Amplio por México lanzó una serie, también, de aspirantes y así se la llamó, porque *no candidatos* que pretendían representar los ideales de esos partidos para llevar sus ideas hacia la ciudadanía”, **complementa.**

La pregunta es «cuándo estos «coordinadores» podrán actuar como un candidato en forma», el jurista responde: “En el momento que arranquen ya los procesos electorales y se les dé una definición conforme a la ley”. **¿Y si lo hacen antes?, cauto, expresa:** “Entonces tendremos que valorar el caso que se nos ponga en consideración, verificar si efectivamente están infringiendo la legislación y tomar la determinación correspondiente”.

Sobre los principales retos para estas elecciones del 2024 del tribunal, destaca: “El tema de fiscalización tenemos que saber el origen administración y destino de los recursos deben estar plenamente identificados. Creemos que puede ser un tema el de la violencia que puede presentarse en algunas zonas del país, hay que identificarlas y seguramente el órgano administrativo encargado de organizar las elecciones tendrá que estar muy atento a ese tipo de situaciones”.

Respecto a las constantes desacreditaciones que recibe el árbitro electoral de los políticos, comenta sereno: “Mire, los políticos siempre harán política y ellos tendrán sus mecanismos, sus maneras de proceder, pero el Tribunal también tiene un mandato constitucional que tiene que obedecer y tiene que ser independiente, autónomo e Imparcial, no hay de otra. No nos guiamos por *calificativos* o *descalificativos* que puedan emitir actores políticos o ciudadanos en general”.

Al referirnos sobre el caso más complejo que ha tenido que enfrentar como juez del máximo tribunal electoral, expone: “Hemos tenido que sopesar, en la elección pasada, cómo valorar la prueba, precisamente ante argumentos que gravitaban sobre la intervención de la delincuencia organizada y hemos tenido que flexibilizar el análisis probatorio tomando en cuenta la prueba contextual que fue retomada por el Tribunal Electoral, incluso llegamos a anular algunos distritos electorales en el estado de Michoacán. Ese fue el más complicado jurídica y políticamente hablando”.

Reitero mi preocupación por el uso de eufemismos para darle la vuelta a la ley, decir «defensor o coordinador» en lugar de «precandidato»; «obsequio» en lugar de «aportación»; «encuesta» en lugar de «propaganda», etcétera. Pregunto cómo evitar ese fenómeno y se excusa: “Ahí no podría yo responderle porque estaría prejuzgando sobre un asunto que a lo mejor puede llegarse a presentar en la sala Superior”. **Sabe que se va a presentar, le comento y recusa:** “De hecho no lo sé, pero no podría adelantarle mi criterio porque estaría incurriendo una causa de responsabilidad”.

Instituto Nacional Electoral INE

Por parte del Instituto Nacional Electoral, entrevistamos a la Consejera Beatriz Claudia Zavala Pérez que, difiriendo del magistrado, destaca: “Tenemos un desafío desde el punto de vista del arbitraje electoral, frente ahora, a algunas cuestiones que lo que yo advierto es que las personas políticas están dejando de atender las leyes y la ley debe de ser el eje rector de todo el actuar de autoridades, de fuerzas políticas, ese es el principal reto que yo advierto, que las reglas que nos hemos dado, que el consenso que está en la Constitución nos lo tomemos en serio y lo llevemos a cabo sin buscar espacios de simulaciones”. “Lo he señalado en las sesiones de Consejo y me parece que no hay que buscar situaciones límite. Hay que saber que el Derecho Electoral se ha construido con valores y con finalidades, sobre esa base debemos programar todo”.



Sobre el uso de eufemismos para eludir la ley, declara: “Estamos ante acciones que muchas veces, desde mi punto de vista, pueden incurrir en simulaciones y eso es lo que no tenemos que hacer. Creo que los textos legales son claros, los tiempos están marcados y hay que ceñirlos a ellos”.

En lo referente a los ataques públicos al INE, reconoce: “Sí hubo una coyuntura política muy desafortunada respecto de ataques a la autoridad. Ahora, lo que yo advierto es que, cuando hay una inconformidad, se quiere descalificar a la autoridad, pero la invitación es que se sigan los cauces del Derecho, que se vayan a los medios de impugnación y que a partir de esos medios de impugnación se decida cuando hay una diferencia y pero que se acate cuando ya hay una decisión final”. **Advierte:** “Cualquier persona, cualquier fuerza política, la legitimidad que tenga cuando gane las elecciones, se la va a dar la autoridad electoral, porque para eso está. Entonces, es importante que se conserven los cauces constitucionales, el respeto a las a las instituciones y que cuando no haya una coincidencia, cuando haya algo con lo que nos está de acuerdo, se acuda a los cauces legales”.

Una de las críticas más constantes ha sido a los costos del Instituto, la consejera refuta: “Me parece que es una información sesgada porque se nos compara con instituciones que no son iguales. El INE es una institución que se le han dado muchas responsabilidades, absolutamente diferentes a las de cualquier país y es la inversión que hace el Estado mexicano para conservar nuestro régimen democrático. No es que sea caro o barato, es un sistema que nos hemos dado los mexicanos que ha partido de la desconfianza y eso requiere la inversión del Estado mexicano en términos financieros para la estabilidad y la paz de nuestro país”.

Le solicito su postura respecto a la acusación de que los consejeros electorales responden a las cuotas partidistas con las que fueron electos: “Que se revisen nuestras resoluciones, que se revisen las razones, que se atienda al actuar cotidiano y ahí está. No hay cuotas, hay una decisión desde la Cámara de Diputados que tomaron en conjunto y cada una y cada uno de los consejeros, pues expresamos nuestras razones en cada uno de los actos que emitimos, que regulan no solo el proceso, sino lo arbitral, lo de fiscalización, lo del padrón. Así que somos transparentes abiertos, que la ciudadanía juzgue a partir de lo que hacemos”.

Para concluir, externo que el abuso del concepto de violencia de género puede volverse una coartada, ya que si una candidata tiene cola que le pisen, puede acusar de violencia de género ante cualquier señalamiento. La consejera expone: “A ver, el debate puede ser duro, pero no puede ser violento, eso es clarísimo. Lo que hoy debemos que tener, todas las mexicanas y todos los mexicanos, es claridad de qué es violencia para no incurrir en ella, porque con el lenguaje se violenta. Cuando nosotros queremos hacer la crítica, hagamos la crítica de lo que se ha hecho, de las acciones y no descalifiquemos a las personas, no etiquetemos a las mujeres, eso es muy común que se incurra. **El grave problema que hoy tenemos es la violencia política contra las mujeres por razón de género, porque normalizamos la violencia.** Creo que hay que ir a cursos todas y todos ¡eh! La reestructura es de todas y todos, políticos, periodistas todas las personas debemos caminar hacia la reestructura para tener una sociedad que no violenta”.



Abida Islam, embajadora plenipotenciaria de Bangladesh



En esta ocasión tuvimos la oportunidad de platicar con la representante de un mítico país, **Abida Islam** embajadora plenipotenciaria de Bangladesh en México, una de las pocas naciones cuya economía no se compactó durante la pandemia.

El género de la embajadora y de su ministra de relaciones exteriores, nos indica que a pesar de los estigmas de la región, las mujeres de su país sí encuentran desarrollo. Expone: “El rol de la mujer ha sido siempre muy importante, incluso, antes de la independencia estaban enroladas en el ejército. Las puede encontrar en el gobierno. En 2013, Bangladesh fue el primer país que envió un contingente de mujeres para mantener la paz (cascos azules). Las puede encontrar desde desempeñando funciones como taxistas hasta escalando montañas. El rol femenino es muy importante, es un país del tamaño del estado de Coahuila, teniendo el 50% de hombres y el 50% de mujeres, no se hubiera podido desarrollar como lo hace sin el trabajo femenino”.

Sobre las relaciones bilaterales nos expone que tienen apenas 48 años y en marzo pasado, el entonces canciller, Marcelo Ebrard anunció que se iba a abrir una embajada de México en Bangladesh: “Eso hace notar que nuestra relación está creciendo, hace doce años se abrió nuestra embajada en México”. Recuerda, “Cuando Bangladesh se independizó, México dio el apoyo”. “Mejorar los vínculos políticos entre México y Bangladesh requiere un enfoque multifacético, que abarque diálogos elevados, grupos de trabajo bilaterales y la formalización de acuerdos. Al aprovechar las oportunidades que ofrecen sus ubicaciones estratégicas y sus intereses compartidos, estas naciones pueden cultivar una asociación más sólida y gratificante que beneficie profundamente a sus ciudadanos”, **expone.**

Considera que podríamos estrechar lazos comerciales: “Entiendo que México está siempre viendo a los Estados Unidos, pero si México mostrara más interés hacia Bangladesh, hay muchas cosas en las que se podría trabajar, por ejemplo, ahorita hay varios memorándums de entendimiento que están pendientes desde 2021. No es que no haya interés, sé que México está trabajando mucho con Asia, por ejemplo, con India, Japón y Corea, tanto de lado comercial como de las inversiones. La guerra y el COVID han sido muy difíciles, visto a la distancia es algo que lo detiene, pero si trabajara más con Bangladesh, por ejemplo, en temas como evitar la doble tributación, se podría mejorar mucho esta relación. Bangladesh invita a los hombres de negocio para que nos visiten”.

Expone: “Industrias bien establecidas de México, como los productos farmacéuticos, la tecnología de la información, los textiles especializados y la agricultura, ofrecen un amplio espacio para la colaboración; por ejemplo, en el sector farmacéutico, ambos países podrían explorar asociaciones para la investigación y el desarrollo, la fabricación y la distribución de medicamentos esenciales. El sector de la tecnología de la información presenta oportunidades para el intercambio de conocimientos, el desarrollo de habilidades y las empresas conjuntas en el desarrollo de software y servicios de TI. Los textiles especializados es otra posible esfera de cooperación, podrían entrañar el intercambio de conocimientos técnicos y enfoques innovadores de la producción textil para el desarrollo de productos de alta gama enfocados a la demanda global”.

También hablamos de otras formas de acercamientos: “Los lazos culturales ejercen una influencia significativa en el fomento de la diplomacia, el fomento del respeto mutuo y la creación de conexiones duraderas. El Memorando de Entendimiento firmado entre Bangladesh y México, destinado a la cooperación cultural, subraya su dedicación a abrazar y comprender el profundo patrimonio de cada uno”.

Para amplificar su eficacia, propone desarrollar estrategias sobre los siguientes puntos:

- Intercambios culturales
- Colaboraciones artísticas
- Iniciativas educativas
- Festivales y eventos culturales
- Promoción del turismo
- Diplomacia cultural
- Colaboración digital.

“El intercambio de ideas, valores y expresiones artísticas enriquecerá ambas sociedades, fortaleciendo las relaciones diplomáticas y fomentando una comunidad global más interconectada”.

La crisis global no les ha sido ajena: “Ante el doble desafío planteado por la pandemia y el conflicto europeo, Bangladesh está adoptando un enfoque multifacético para mitigar la crisis económica resultante. Estamos buscando nuevos socios comerciales en las regiones menos afectadas por la crisis y diversificando los destinos de las exportaciones con objetivo mitigar el impacto de la reducción de la demanda de los mercados tradicionales”.

Destaca los sectores resilientes como los textiles y los productos farmacéuticos como bastiones de estabilidad: “La nación está aprovechando la optimización de procesos, la mejora de la calidad y la exploración de nuevas líneas de productos para capitalizar el potencial de estos sectores, generar ingresos y preservar el empleo”.

De hecho, nos dice que, a pesar de todo, durante la última década el Producto Interno Bruto de su país siempre ha crecido: “Nunca fue negativo el crecimiento y buscamos mantenerlo así.” **¿Cómo lo han logrado?** “De milagro, por la resiliencia, dependemos también de las remesas, por el comercio tan grande que hay en productos textiles -somos el segundo productor mundial de prendas de vestir, solamente después de China-. Otra industria que ha crecido mucho son los medicamentos genéricos, eso fue lo que pudo mantener a Bangladés”.

Reconoce que la demanda de insumos médicos durante la pandemia, incluyendo cubre bocas, ayudó a sostener su economía. La inversión tecnológica forma parte de la estrategia: “Estamos amplificando las inversiones en infraestructura digital, plataformas de comercio electrónico y marketing en línea. Para forjar una economía más robusta y sostenible, estamos priorizando las inversiones en energía renovable, agricultura sostenible y tecnologías verdes, sentando las bases para una estabilidad económica duradera. Al mismo tiempo, se están realizando inversiones sustanciales en educación y desarrollo de habilidades para garantizar una fuerza laboral capaz de adaptarse sin problemas a los cambiantes panoramas económicos”.

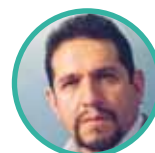


El antropoceno también se hace presente: “Bangladesh es un país muy vulnerable al cambio climático, cuando hay huracanes hay víctimas por la cantidad de agua que cae, se busca minimizar sus afectos tanto en vidas humanas como en la economía”.

Otra característica de Bangladesh es su alta densidad poblacional, la diplomática explica: “La población de Bangladesh es muy joven, tiene el bono demográfico y lo tendremos hasta el 2050”, **añade que con organización pueden seguir creciendo, ya que cuentan con nuevas islas que pueden recibir a la población...** Sin embargo, la migración también ejerce presión: “Hay 1.2 millones de migrantes rohingyas que están viviendo en Bangladesh desde hace 5 años, siendo un país con pocos recursos es difícil y no los queremos forzar ni obligar a que regresen; pero necesitamos el espacio que ocupan, queremos que tengan un regreso digno”... “En el asunto de los musulmanes de Myanmar dependemos de la Comunidad Internacional, porque tienen que presionar al gobierno y lograr un medio ambiente óptimo para que su gente pueda regresar a su patria”, **expone.**

“Bangladesh en 1971 tuvo esa misma situación, 10 millones de personas, durante la guerra de independencia, fueron a la India, por eso no queremos obligarlos, pero el problema con Myanmar es muy difícil porque no los reconoce como ciudadanos, los explota y desde 1970 empezaron a abusar de ellos, hay casos inhumanos, violando a las mujeres, necesitan del apoyo internacional para que puedan regresar a su lugar de origen de manera segura. Ha sido muy difícil esta situación, el costo económico social es muy alto, se ha desarrollado contrabando y trata de personas, las personas que viven ahí compiten con las personas de Bangladesh por el trabajo, eso hace que el nivel de vida decaiga, se les ha puesto servicios de salud y seguridad, para ello; hemos pedido ayuda a China e India, como potencias regionales, sin éxito, hasta el momento”.

Abida Islam es una mujer que gusta de pintar y cantar, hija de un funcionario, se inclinó por la diplomacia porque quería ayudar dentro o fuera de su país.



Patricio Cortés 

Inundaciones como las de Libia, ¿Pueden ocurrir en México?

Recientemente, el 10 de septiembre una tormenta inusual llamada Daniel, se presentó en el mar Mediterráneo, causando daños importantes en Grecia, Turquía y Bulgaria, pero fue Libia, ubicada en la parte Norte de África, con un clima desértico, quien sostuvo los daños más graves. En Libia la tormenta afectó a ciudades como Shahhat, Al-Byda, Marj y Derna, siendo esta última la más dañada. La Ciudad de Derna, que está junto al mar Mediterráneo, tiene dos presas que almacenan y controlan el flujo de dos ríos hacia la ciudad. La tormenta Daniel provocó que dichas presas se llenaran completamente, y que en el caso de la presa Derna, su sistema de desfogue fuera insuficiente, haciendo que el agua fluyera por la parte superior de la cortina de enrocamiento de la presa, llegando al punto de colapsarla y permitiendo que una mezcla de agua y lodo almacenada corriera en dirección hacia la ciudad, arrastrando a su paso vehículos y destruyendo viviendas en las partes bajas de la población. Fuentes oficiales citan 3,166 víctimas, pero otras fuentes indican entre 5 y 11 mil víctimas de una población cercana a los 100 mil habitantes. El gobierno de la Zona del Este del Líbano se reunió antes de la tormenta, para prepararse ante el clima extremo, pero los residentes indican que recibieron instrucciones contradictorias sobre evacuar o no la ciudad. También hay versiones sobre si existía un deterioro y falta de mantenimiento en la presa Derna. **¿Fueron las inundaciones en la ciudad de Derna, un desastre anunciado? La respuesta es sí.** Una zona con un clima desértico, que se enfrenta a una tormenta hidrometeorológica anunciada días antes, una infraestructura deteriorada de regulación y almacenamiento de agua; muchas edificaciones en una zona inundable del cauce del río, y dado a que no aclararon si había o no un sistema de alertamiento, todos estos elementos nos llevan a la conclusión de que una identificación de la zona inundable (ver Foto), y un aviso oportuno, con seguridad pudieron haber salvado muchas vidas.

México es un país con una topografía abrupta, y sujeto a tormentas y ciclones tropicales de los meses de mayo a noviembre por la zona del Atlántico y del Pacífico. En el país existen más de 5,000 presas y bordos, el 82 % del almacenamiento total del agua, lo contienen 180 presas. Por ejemplo, el sistema de presas sobre el río Grijalva en Chiapas, iniciando con La Angostura que se encuentra aguas arriba, seguida por Chicoasén, Malpaso y Peñitas. La Angostura, conocida también como Belisario Domínguez, se terminó en 1978 y su volumen útil es de 15,234 Hm³; Chicoasén conocida como Manuel Moreno Torres, inició funcionamiento en 1980 y su volumen es de 1,372 Hm³; Malpaso también conocida como Raudales, se terminó en 1964, con un volumen de 10,336 Hm³; y Peñitas conocida como Ángel Albino Corzo, inició su funcionamiento en 1987 y tiene 1,091 Hm³ de capacidad. En total, este sistema de presas contiene unos 28,033 Hm³. Este sistema de presas produce cerca del 48% de la energía hidroeléctrica del país, y existe una diferencia de elevación de 452 m entre La Angostura y Peñitas.

¿Qué es un Hm³ (un Hectómetro cúbico)? Pues un Hm³ son un millón de metros cúbicos, o sea un millón de tinacos tipo Rotoplas de 1,000 litros, lo cual representa el almacenamiento de una gran cantidad de agua. ¿Se podría romper alguna de estas presas? Chiapas es un estado con una sismicidad importante, tanto en la costa Pacífico, como en el interior del Estado, ya que es cruzado por un gran número de fallas, que en el pasado han producido sismos de M7.8 y 7.7, en 1743 y en 1902, respectivamente. Además, es un Estado por donde han transitado y pudieran transitar ciclones y huracanes de gran intensidad. Ambos fenómenos capaces de dañar la infraestructura hidráulica del río Grijalva, el cual 109 Km después de dejar la presa Peñitas, llega a Villahermosa, ya en el Estado de Tabasco. Un sistema de alertamiento, que todavía no existe, que monitoree



Vista aérea de la Ciudad de Derna. La foto del lado izquierdo es de hace dos años, la de la derecha después de la inundación hace unos días. Las flechas rojas indican la ubicación de la presa y de la obra de desfogue para controlar el desbordamiento.

el estado de salud de las presas del Grijalva, y que avise a la población de Villahermosa de un posible evento con unas pocas horas de anticipación podría salvar muchas vidas, al ponerlas sobre aviso para que se dirijan a lugares elevados y seguros.

En el año de 2007, en Tabasco, debido a los frentes fríos 2 y 4, ocurrió una gran inundación a partir del 27 de octubre, en 5 días cayeron 1,613 mm (1.6 m3, o un poco más del agua de un Rotoplas y medio), lo que equivalió al 46% de la lluvia anual en esa zona. Las pérdidas estimadas en Tabasco fueron de 31,871 Millones de pesos (El presupuesto del Fonden para el 2023 es de 17,157 Millones de pesos). Un verdadero desastre. Recientemente, el 6 de noviembre del 2020, la presa Peñitas tuvo que turbinar 1,500 m3 por segundo, una situación crítica comentó, el entonces gobernador del Estado, Adán Augusto López, por lo que se determinó, como una medida preventiva, dragar el río Grijalva, desde el mar hasta Villahermosa, esto para facilitar la salida del agua y evitar las inundaciones. El dragado comenzó en 2021 y terminará en Villahermosa el 2024. Por si fuera poco, recordemos el evento del deslizamiento que bloqueó al río Grijalva el 4 de noviembre del 2017, en un sitio aguas arriba, a 17 km de la presa Peñitas, y que requirió de labores titánicas por 3 meses para abrir un paso en el derrumbe y evitar un desastre en ese represamiento súbito, que podría haber puesto en riesgo a Peñitas y a Villahermosa. El año y la temporada de lluvias, no han terminado y por lo pronto, un sistema de alertamiento masivo, así como la ubicación de sitios elevados y simulacros, podría ser una medida preventiva adecuada.

Hay más ejemplos de presas, en donde aguas abajo hay poblaciones importantes, como en la presa La Boquilla en Chihuahua, que inició su construcción en 1910 en plena Revolución sobre el río Conchos y terminó en 1916. Existen poblaciones como Camargo y Jiménez, ubicadas aguas abajo y en donde ya han sufrido inundaciones por el desborde de la presa. También, por ejemplo, las presas Sanalona y Adolfo López Mateos, a distancias aguas arriba de 33 y 43 Km, y con una diferencia de elevación de 63 y 46 metros sobre Culiacán, respectivamente. Estas presas y sus ríos requieren de revisiones y mantenimiento frecuentes, además de sistemas de alertamiento y de ubicación de sitios elevado y seguros para la población, en caso de desbordamientos e inundaciones.

Prevenir es la mejor opción para evitar que suceda algo como en Libia.



Carlos Valdés González



Odio en septiembre de 2014 en su paso por San José en los Cabos, Baja California.



Villahermosa, Tabasco en la Gran Inundación a finales de octubre del 2007



Bloqueo del río Grijalva por un deslizamiento de ladera el 4 de noviembre de 2017



Presa Peñitas, turbinando 1,500 m³ por segundo el 6 de noviembre del 2020. Esto es equivalente a un muro de agua de 150 m de largo por 10 m de alto, moviéndose un metro por segundo.



Si te agrada encontrar lugares auténticos y que valen la pena conocer, tienes que visitar **Vigneron**, una linda tienda de vinos y wine bar ubicado en la colonia Roma de la ciudad de México.

Vigneron, palabra de origen francés que se destina a la persona que se encarga de cuidar sus propios viñedos, son propietarios, son viticultores y vinicultores, además son enólogos. Un Vigneron es el artesano que controla todos los procesos de la elaboración en un vino, pero que, sobretodo, trabaja la viña.

La selección se basa en trabajar con productores que son Vignerons, es decir que son dueños de los viñedos, también viticultores y al final ¡Enólogos! Estos productores han estado trabajando por diez generaciones, la idea es laborar con personas y no tanto con marcas o compañías, sino algo más personal, nos cuenta el **Sommelier Mario Luna quien está a cargo de la selección de los vinos en Vigneron**.

Los fundadores de la empresa deciden iniciar la compañía en 2019, como parte de una extensión de lo que ya tenían como un proyecto de hotelería en **San Miguel de Allende**, la importadora surge por la necesidad de traer a México referentes a nivel mundial de estos te-

rrors, vinos aclamados por los conocedores que se pueden encontrar en las listas de los mejores restaurantes a nivel internacional, mismos que no estaban disponibles en el mercado nacional.

Su portafolio incluye vinos de las regiones más importantes de Francia con un enfoque específico en Borgoña y Champagne, complementados por los Valles del Loira y Ródano, Alsacia, Saboya, Jura y Rousillon. En cuanto a España eligieron no ser tan clásicos, eligiendo zonas como Terra Alta, Madrid, Penedés entre otras.

Empezaron a trabajar con restaurantes bastante reconocidos, había personas que ya buscaban esas etiquetas y que finalmente encontraron que las podían obtener aquí en México, es ahí donde surge la idea de tener un espacio físico, para poder exhibir los productos, no solo en línea, sino presencial y es donde nace en noviembre de 2020 Vigneron.

La decoración es muy interesante, el espacio fue inspirado en las "Cave à manger" europeas, lugares con una excelente selección de vinos en donde podías también comer platillos sencillos para acompañar. Para el diseño de interiores se hizo cargo el **diseñador Dirk Jan Kinet** de origen holandés, el estilo que buscan proyectar es como si estuvieras al interior de

una casa antigua de la colonia Roma en ciudad de México, que al entrar te sientas cómodo y confortable, el diseño también de arquitectura es del **despacho Graus**, con una gran trayectoria y experiencia, en conjunto trabajaron para transmitir comodidad y elegancia al mismo tiempo, sin ser un lugar pretencioso o cuadrado. Hay detalles interesantes, por ejemplo, el tapiz que hay en la pared es del **diseñador Francés Antoinette Poisson**, las copas que utilizan son "Josephine" de marca alemana, en Vigneron buscan el mejor recipiente para los mejores vinos.

En Vigneron podemos encontrar 300 etiquetas de diferentes referencias, trabajan alrededor de 50 diferentes productores, particularmente de Francia, España e Italia. Cubren todos los estilos: espumosos en todos los métodos, método ancestral, tradicional, charmat, tiene vinos blancos, rosados, tintos en todas sus características, vinos dulces, fortificados, tienen una gran variedad en vinos, pero su enfoque es sobre la región y la persona que lo hace, además buscan que se trabaje el viñedo de manera orgánica, que sea un producto sano, sin químicos: el 95% de sus productores comparten la idea de una mínima intervención para respetar las características de la uva, de la zona y del terroir.



Vignerón tiene una amplia selección de vinos por copeo, cubriendo todos los estilos, además podemos encontrar un delicioso menú bistró. **Tuve el gusto de conversar con el Sommelier Mario Luna, asesor y parte del equipo de Sommeliers de Vignerón y Gerente General de Vinos Amparo.** Mario se integró en 2020 a esta empresa, conoció vinos Amparo porque fueron su primer cliente en México, en el restaurante Grand Cru de San Pedro Garza García, Nuevo León, donde él trabajaba.

Mario estudió en Ambrosía Centro Culinario, el diplomado de Administración en Alimentos y Bebidas, después la Universidad en la Escuela Panamericana de Hotelería y Turismo, donde cursó el diplomado de Sommeliers, además tiene la Certificación Internacional por la Corte de Master Sommeliers y WSET (Wine and Spirits Education Trust) Nivel 3 en vinos.

Vinos Amparo es una importadora de vinos cuyo enfoque es trabajar con productores pequeños, específicamente europeos, todos ellos comparten la filosofía de un respeto profundo por el "terroir", cada uno mantiene prácticas agrícolas y enológicas en diferentes niveles (sustentables, orgánicas, biodinámicas, naturales, etc.) que permiten alcanzar al Vignerón la mejor expresión del lugar en el que viven, obteniendo los mejores ejemplares de su región.

Vinos Amparo se encarga de traer el vino y distribuirlo, Vignerón se encarga de ser la Casa de Vinos Amparo, estos vinos se pueden encontrar en restaurantes en ciudad de México como: Pujol, Quintonil, Rosetta, Maximo Bistrot, Sarde, Hugo, Dooriban, Makan, Mero-ma, entre otros. En el interior de la República tienen presencia en Monterrey, Los Cabos, San Miguel de Allende, Querétaro, Oaxaca, Puerto Vallarta y Guadalajara.

Cualquier momento es ideal para visitar Vignerón, desde ir con los amigos a tomar una copa de vino, una cena romántica, o una comida familiar, las mismas atmósferas del sitio a pesar de ser tan pequeñas te ofrecen una experiencia diferente. Existe un espacio más íntimo donde la noche y la luz de las velas te regalan un momento muy especial, si eres un gran conocedor y no quieres ir a un restaurante con tanta formalidad, aunque si quieres tomar un buen vino, también es el sitio ideal.

Arturo Ramírez es el gerente y junto con su equipo de sommeliers que colaboran en Vignerón te brindan la mejor atención, hospitalidad, amabilidad, y siempre están al pendiente de todo. Su misión es poder compartir en México el trabajo de cada uno de los productores con los que colaboran, para finalmente poder disfrutar en cada copa la esencia y personalidad de cada vino.



Sommelier Especialista en Vinos
Josefina Fernández Cueto



LA JOYA MEXICANA EN LONDRES

Santo Remedio no es un restaurante cualquiera, no hay nachos ni burritos. La alta cocina mexicana y su barra de bebidas son un éxito entre los ingleses de la zona más trendy al sur del río Támesis.

Gabriella Morales-Casas, desde Londres

Lejos del bullicio de Downtown London, al otro lado del Río Támesis, donde se encuentran las zonas más trendy de la vida nocturna local como Chelsea o Peckham, se alza la zona conocida como Southwark, que se distingue por su *mood* chic entre boutiques, librerías de autor y pequeños centros comerciales corporativos del que bajan millennials en bespoke para fumar o comer. No eligen un lugar cualquiera... La fachada azul con un balcón del que sobresalen plantas con letras en neón, es por sí misma una invitación a la creatividad. Dentro, los 3 pisos de Santo Remedio: 3 salones de comedor, cada uno con una barra. A las 12 del día ya está abierto, a la 1:30 empiezan a llegar los comensales y a las 2 ya es una tertulia... en inglés. Los clientes son los oficinistas y empresarios locales. Comen picante, degustan tostadas y beben mezcal artesanal. Parece cualquier restaurante de la Roma o la Condesa, pero en lugar de mexicanos, son ingleses.

La historia

Edson Díaz-Fuentes creó en 2017 *hidden-suppers* para restauranteros en Londres. Cenas con temática mexicana que resultaban tan demandados, que llegó un punto en el que se animó a abrir su propio restaurante. Claro que para eso no podía solo, y decidió volar a México para hacer convocatoria en el programa Top Chef, que se estrenaba en tele de cable. Ganó. Y con el dinero abrió **Santo Remedio**.

Diego y Cavita

El pionero fue Diego, un restaurante mexicano que por años dominó por ser... el único. Si bien sigue siendo un referente, y recientemente, en el verano de 2022 se inauguró Cavita, propiedad de la chef mexicana Adriana Cavita, en la zona de Fitzrovia, junto a Soho, otro de los distritos comerciales del Downtown. Mención aparte es para el chef mexicano Fernando Stovell (uno de los pocos chefs en el listado de caterings del Palacio de Buckingham), cuyo restaurante homónimo, Stovell's, en Berkshire, fue un clásico londinense aun cuando su cocina no suponía un viaje a la cultura gastronómica de nuestro país.



En apenas un lustro, la oferta de comedores mexicanos al estilo fine dining se ha incrementado con aperturas como Kol, El Pastor, La Doña y Décimo, todos ellos alejados de la cocina popular como pueden ser inclusive Mestizo, Tacos Corazón, Chilango o Wahaca (este último, un pionero de la cocina mexicana abierto por la chef inglesa Thjomasa Mayer y donde el propio Edson colaboró). Por supuesto, entre los citados restaurantes no se encuentra ninguno fast food, tex mex o similar. Pero la realidad es que el concepto de Santo Remedio es único: No es folklore, pero tampoco pretencioso, su cocina es típica con ingredientes auténticos importados de México y otros tantos elaborados con materia prima inglesa. Todo da lugar a un comedor estilizado.

Lejos del bullicio de Nueva York, de los *star-chefs* de Hollywood o Las Vegas, y ya ni hablar de las listas de premios europeas, el restaurante mexicano "más local" de Londres es este, sin duda alguna. Sus clientes son lugareños, desde los directivos de los corporativos aledaños, hasta grupos de amigas que se reúnen o familias que celebran un evento especial. A las 2 de la tarde está colmado en sus tres pisos, las risas de los comensales se escuchan hasta el otro lado de la acera. El restaurante ha sido invitado a festivales organizados por los críticos gastronómicos más reputados del país, o bien en eventos corporativos de alto alcance social.

Si los críticos ingleses lo adoran, el punto de vista de una mexicana especializada en gastronomía también; Silvia Ayala, directora del podcast de cocina @MiCocinapodcast y quien fuera escritora en Buena Mesa del diario Reforma en su momento, considera que el éxito de Edson radica en su forma de ver a la cocina... Una comida en Santo Remedio es una sesión de degustaciones, coctelería, pláticas interminables y esa sensación de satisfacción que solo deja una tarde para compartir. Es una fantasía que no se parece a ninguna otra. Es sumamente mexicano, pero exquisitamente inglés. Vaya combinación.

PLATILLOS ESTELARES <https://www.santoremedio.co.uk/>

— Tuna Tostada —

Sashimi grade tuna, smashed avocado, chipotle mayonaise, sesame seeds 14.5

— Stuffed crispy rolled tacos topped with avocado salsa, cheese, pickled onion 11.5

— Stuffed crispy rolled tacos topped with avocado salsa, cheese, pickled onion





CINE ESTRENOS

Elliot Barrascout Ramírez / www.cineenlinea.net



TROLLS 3: SE ARMÓ LA BANDA

Este año, prepárate para un reencuentro familiar lleno de acción, estrellas y colores como ninguna otra, ya que Anna Kendrick y Justin Timberlake regresan para el nuevo capítulo de la exitosa franquicia musical de DreamWorks Animation: Trolls 3: Se armó la banda. Después de dos películas de verdadera amistad y constante coqueteo, Poppy (Anna Kendrick) y Ramón (Justin Timberlake) son ahora oficialmente, y por fin, ¡una pareja! A medida que se conocen más, Poppy descubre que Ramón tiene un pasado secreto. En el pasado fue parte de su boyband favorita, BroZone, con sus cuatro hermanos: Floyd, John Dory, Spruce y Clay. BroZone se desintegró cuando Ramón apenas era un niño, y al igual que su familia, no ha vuelto a ver a sus hermanos desde entonces. Pero cuando Floyd, el hermano de Ramón, es secuestrado por sus talentos musicales por un par de malvados villanos pop-stars — Velvet y Veneer —, Ramón y Poppy se embarcan en un viaje estremecedor y emocional para reunir a los otros hermanos y así rescatar a Floyd, de un destino aún peor, que el olvido de la cultura pop.

Octubre 26, Solo en cines

RADICAL

Los alumnos de la Primaria José Urbina López en Matamoros fueron evaluados como los peores estudiantes de México; su mundo está lleno de dificultades y en las aulas no encuentran oportunidades. Sin embargo, cuando llega un nuevo maestro (Eugenio Derbez) con un método radicalmente distinto, los alumnos aprenden a creer en ellos mismos y a liberar su potencial. Basada en una historia real.

Octubre 19, Solo en cines

EL EXORCISTA: CREYENTES

Hace exactamente 50 años este otoño, la película de terror más aterradora de la historia llegó a las pantallas, impactando a la audiencia de todo el mundo. Este año, en octubre, comienza un nuevo capítulo. De Blumhouse y el director David Gordon Green, quienes rompieron el statu quo con la resurrección de la franquicia de Halloween, llega “El Exorcista: Creyentes”. Desde la muerte de su esposa embarazada en un terremoto en Haití hace 12 años, Victor Fielding ha criado a su hija Angela (Lidya Jewett) por su cuenta. Pero cuando Angela y su amiga Katherine (la recién llegada Olivia Marcum) desaparecen en el bosque y regresan después de tres días sin ningún recuerdo de lo que les ocurrió, se desencadena una serie de eventos que obligarán a Victor a enfrentarse a lo peor del mal. Aterrorizado y desesperado buscará a la única persona que ha presenciado algo similar antes: Chris MacNeil. Por primera vez desde la película de 1973, la ganadora de los Premios de la Academia® Ellen Burstyn retoma su icónico papel como Chris MacNeil, una actriz que ha quedado marcada por siempre con lo que le sucedió a su hija Regan hace cinco décadas.

Octubre 5, Solo en cines



LOS ASESINOS DE LA LUNA

A principios del siglo XX, el petróleo le dio una fortuna a la Nación Osage, y de la noche a la mañana se convirtieron en las personas más ricas del mundo. La riqueza de estos nativos americanos atrajo inmediatamente a intrusos blancos que manipularon, extorsionaron y robaron todo el dinero que pudieron de los Osage antes de recurrir al asesinato. Basada en una historia real y contada a través del improbable romance de Ernest Burkhart (Leonardo DiCaprio) y Mollie Kyle (Lily Gladstone). “Los Asesinos de la Luna” es una épica saga criminal del oeste, donde el amor real se cruza con una traición indescriptible. También protagonizada por Robert De Niro, Jesse Plemons, John Lithgow, Brendan Fraser, Tantoo Cardinal, Cara Jade Myers, JaNae Collins y Jillian Dion. Los Asesinos de la Luna está dirigida por el ganador del Premio de la Academia Martin Scorsese a partir de un guión de Eric Roth y Scorsese, basado en el éxito de ventas de David Grann.

Octubre 19, Solo en cines

EL JUSTICIERO: CAPÍTULO FINAL

Desde que entregó su vida como un asesino del gobierno, Robert McCall (Denzel Washington) ha luchado para reconciliarse con las espantosas cosas que hizo en su pasado mientras encuentra un extraño consuelo dándole justicia a los oprimidos. Sorpresivamente encontró un hogar en el sur de Italia, donde descubre que sus nuevos amigos estaban bajo el control de líderes criminales locales. Mientras los eventos se vuelven mortales, McCall sabe lo que tiene que hacer: convertirse en el protector de sus amigos, luchando contra la mafia.

Octubre 5, Solo en cines



DUELOS INTERNOS



La dimensión afectiva tiene que ver con la aproximación o disposición positiva hacia algo o alguien. Es un estado de empatía que involucra el universo de las emociones. La existencia impone etapas de “sufrimiento”, como es el caso de las “pérdidas afectivas”, las cuales solo pueden ser superadas por medio del duelo.

El “duelo” conlleva un proceso en el que se busca equilibrar las emociones después de una pérdida afectiva. Este proceso de duelo se adelanta en un contexto marcado por el dolor, la negación, la tristeza, la confusión, la rabia y la culpa.

Esto, posteriormente, da cabida a la resignación y la reconstrucción. Un duelo bien resuelto nos fortalecerá frente a las demás adversidades y nos otorgará una experiencia que nos permita llevar una vida más feliz y sana.

Hay diferentes pérdidas en nuestra vida a lo largo del camino.

La pérdida en nosotras las mujeres, es una de las razones por las que las mujeres tenemos esa gran capacidad de “resiliencia” ante la vida, a pesar de que muchos hombres aun nos llaman el “Sexo Débil”, somos por mucho -en la mayoría de las ocasiones- como el ave fénix...

Resurgimos de las tragedias, las pérdidas, el sufrimiento, la derrota, el fracaso, y muchas veces casi del borde de la muerte, ya que las mujeres somos seres humanos capaces de transformar nuestras debilidades en fortalezas.

Cuando se atraviesa por una pérdida afectiva, las emociones son más intensas y profundas. Las pérdidas afectivas pueden ser diversas: la muerte de un familiar o una persona muy cercana, la ruptura con tu pareja, la aparición de una enfermedad catastrófica como el cáncer, la pérdida del empleo e incluso una jubilación. Un aspecto importante que debemos tener en cuenta es, **cuanto más sorpresiva resulte la pérdida afectiva, más difícil será superar el duelo.**

Durante el proceso de superación de la pérdida afectiva pueden surgir **comportamientos autodestructivos**. Dichas conductas pueden estar asociadas con los excesos y los pensamientos obsesivos. Por lo general, esto obedece a que no hicimos conciencia acerca del grado de dependencia que teníamos de alguien, y cuando sobreviene la pérdida esa parte de nosotros muere con la otra persona. Entonces, nos sentimos desvalidos, hablando específicamente de una pareja o un familiar cercano y hasta de una mascota.

Usualmente cuando las personas atraviesan una **etapa de duelo, experimentan una falta de interés por las cosas que antes disfrutaban**. En algunos casos llegan a excederse en el consumo de comida, medicamentos o alcohol como un recurso para tomar distancia del dolor, pero con esto solo se empeora la situación. El proceso de un duelo lleva tiempo, las heridas sanarán gradualmente y es algo que no se puede apresurar. **El duelo debe asumirse, tarde o temprano. Y la peor decisión que se puede adoptar es tomar atajos para disminuir el dolor o intentar ignorarlo.**

En caso de que el duelo obedezca a una pérdida afectiva por muerte de alguien cercano, no es positivo ocultar la aflicción y/o evitar hablar del fallecido. En un sentido contrario a lo que se suele pensar, hablar de la persona desaparecida produce alivio. También ayuda en la evolución sana del duelo.

Cuando el dolor parece empeorar y hace crisis puede que experimentemos deseos de lastimarnos o incluso tener pensamientos suicidas. En este caso, lo mejor es compartir tus pensamientos con alguien en quien confíes o buscar ayuda terapéutica.

No existe un método correcto o incorrecto para superar un duelo. Este proceso se realiza por etapas y no tiene un tiempo específico de desarrollo. Dependerá de cada persona y del tipo e intensidad de la pérdida. Incluso puede que haya momentos en los que creas que no vas a poder con eso, pero podrás.

Consejos Adicionales

Además de las recomendaciones anteriores, hay otros aspectos que resultan importantes para afrontar con éxito una pérdida afectiva. Tienen que ver, sobre todo, con el manejo de las emociones y percepciones subjetivas.

- Es importante expresar las emociones, nos libera y alivia la carga que llevamos.
- Cuando el dolor es insoportable y permaneces estancado en ese punto, lo mejor es buscar ayuda profesional.
- Por injusto que parezca, la vida sigue. Es una imposición prácticamente natural continuar con tu vida e intentar no abandonar tus estudios o trabajo, el cuidado de tu mascota, la práctica de algún deporte. Procura no escapar de tus emociones y trata de realizar las cosas que normalmente harías. Pero, sobre todo, no te sientas culpable por sentirte bien.

El final de algo es el comienzo de otra cosa. Detrás del sufrimiento puede esconderse un mayor bienestar. Puede que no lo veamos al principio y tengamos que esperar un poco para visualizarlo. La pérdida afectiva es un momento de crisis en el que podemos encontrar nuestra verdadera fuerza interior. El sufrimiento puede transformarse en seguridad y confianza para continuar arriesgándonos a existir y a amar...



Zuleyka Franco ✍️
Perito Grafóloga y Grafoscópica





HAY UNA GRIETA EN TODO

En estos días en los que vivimos dominados por el consumismo, lo desechable y la **obsolescencia programada** que, si por accidente se rompe tu taza favorita, lo más probable es que levantes los pedazos, lo lamente unos minutos y los tires a la basura, sin más. ¡Qué triste! Muchos aspectos de la vida se han vuelto desechables. Recuerdo que, hace no muchos años, a mí me tocaba estrenar la ropa y heredarla a mis hermanas, por ser la mayor. Reciclabamos las hojas en blanco de los cuadernos del ciclo escolar anterior. Mi mamá iba al mercado con esas bolsas de malla de colores, obvio, reutilizables. Pero hoy, todo se ha vuelto reemplazable.

En algunos lugares de Japón esto es diferente: existe una técnica centenaria que consiste en reparar piezas de cerámica rotas con barniz de resina mezclado con polvo de oro, plata o platino. No se camuflan las grietas, más bien se resaltan. Es parte de una filosofía, plantea que las roturas y posteriores reparaciones forman y formarán parte de la historia de un objeto, y que deben mostrarse en lugar de ocultarse. Al hacerlo, se le da nueva vida al objeto, se embellece, y se pone de manifiesto su transformación. A esta técnica se le llama **Kintsugi** o carpintería de oro, surgió hace 5 siglos, con el fin de reparar un cuenco de cerámica roto. Su propietario, quien estaba muy apegado a él, lo mandó a arreglar a China, donde se lo repararon con unas grapas de muy

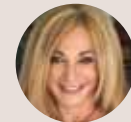
mal gusto. No contento con el resultado, recurrió a los artesanos de su país, que le dieron una hermosa solución, además de duradera: Unieron cuidadosamente los pedazos con un barniz espolvoreado de oro. La cerámica no sólo recuperó su forma original, sino que las cicatrices doradas y visibles transformaron su esencia estética, evocando al desgaste que el tiempo cobra sobre las cosas físicas, la mutabilidad de la identidad y el valor de la imperfección. Así que, en lugar de disimular las líneas de rotura, las piezas tratadas con este método exhiben las heridas de su pasado, con lo que adquieren una nueva vida. Se vuelven únicas y, por lo tanto, más valiosas y bellas.

Me encanta la filosofía vinculada al kintsugi, sobre todo para aplicarla en una potente metáfora en nuestras vidas y sus cicatrices. Aplicarla a nuestra vida actual, que está atiborrada de unas ansias tremendas de perfección y triunfos, que solo nos lleva a sentirnos con un agujero en el pecho, que se traga toda tu energía y te desconecta del universo, con una sensación de soledad e insatisfacción y carencia de identidad... Vivimos fracasos, desengaños y pérdidas, que por lo general escondemos para no decir la verdad sobre cómo nos sentimos, bajo una máscara de éxito, donde todo aparenta estar de maravilla, con la que hemos aprendido a camuflarnos para mantener la compostura y lograr sobrevivir, subiéndolo en las redes sociales estados y fotos perfectas, donde todo está bien. Qué pesado se vuelve vivir así, ¿no?.

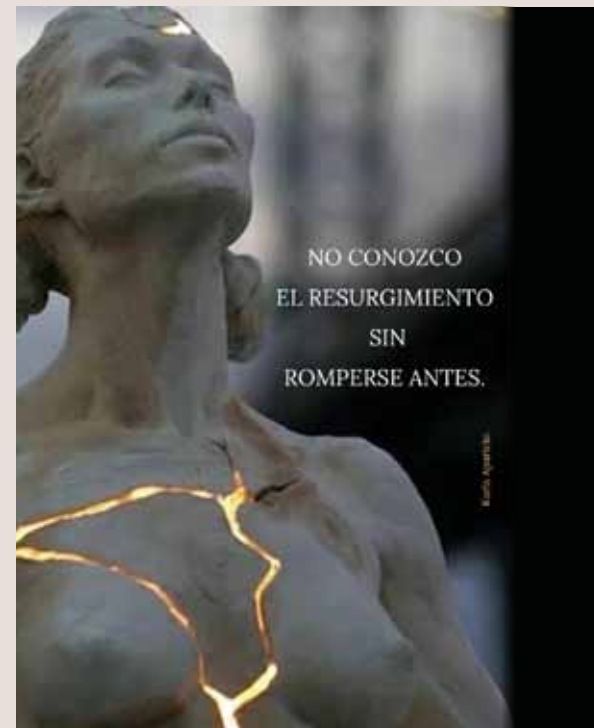
Nosotros, como la taza, también somos frágiles, y no solo físicamente, también nuestro corazón es vulnerable, y cuando los infortunios nos superan, igualmente nos sentimos rotos. A veces es el destino lo que nos lleva al punto de quiebre, pero por lo general somos nosotros mismos los que nos metemos el pie, con nuestras elevadas expectativas no realizadas, creando un vacío emocional que busca llenar con cosas externas, sin tomar conciencia, sin permitirnos sentir.

No conozco la recomposición ni el resurgimiento sin romperse antes. Y solo con la paciencia se puede salir victorioso. En el Kintsugi, el proceso de secado es un factor determinante. La resina tarda semanas, a veces meses en endurecerse. Es lo que garantiza su cohesión y durabilidad. No es un proceso rápido.

Cuando los malos vientos soplan, se vale fracturarse, pero sin quedarse roto, hay que aprender de lo que nos sucedió y como la taza, recoger nuestros pedacitos, dándole un importante valor a cada uno y, con paciencia, reconstruirnos. Así como la pieza hecha añicos reencuentra su utilidad y a la vez incrementa su belleza, así unimos nuestras piezas. Celebrarlas, respirarlas, ponerles nombre, tiempo y lugar. Ensamblándolas con mucho cuidado, lijando con amor cada parte, poniéndoles oro, sintiendo con toda intensidad cada ruptura, liberando las expectativas, aceptando, perdonando, dejando ver las cicatrices, ¡porque es más sencillo lucirlas! para que salga a luz nuestra verdadera belleza, e ir dejando poco a poco la compulsión por agradar. **Encontremos nuestra misión y utilidad, y a la vez incrementemos nuestra belleza, resaltando con el oro la unión de cada fisura de nuestro corazón. Mostrando nuestra vulnerabilidad y acariciando la esencia de nuestra fortaleza.**



Karla Aparicio ✍️



NO CONOZCO
EL RESURGIMIENTO
SIN
ROMPERSE ANTES.

Remedios Varo

A 60 años de su sueño eterno

Cynthia Mileva ✍



El próximo **8 de octubre** se conmemorarán **60 años** de la muerte de la pintora Remedios Varo. **Sembrar un eucalipto abrazado por una hiedra en su tumba**, fue la penúltima muestra de amor de su pareja **Walter Gruen**. La última, donar al pueblo mexicano su colección particular para preservar su legado artístico. Aunque no es una costumbre en México como en otras latitudes, preservar la memoria de sus personajes ilustres a monumentos o destinos turísticos, hoy visitamos su última morada. Un lugar en el que descansan los restos de la pintora surrealista junto con su amiga y mecenas, la fotógrafa **Eva Sulzer**. Una amistad fraguada por la monstruosidad de la guerra e inmortalizada en la literatura que Remedios dejó en forma de sueños, recetas y teatro donde dan rienda suelta a sus travesuras oníricas.

María de los Remedios Alicia Rodriga Varo Uranga, nació en Gerona, España y llegó a México a los 33 años con una formación artística y una memoria visual madura. No adoptó un estilo propio de la escuela mexicana, tampoco incorporó explícitamente elementos folclóricos en su obra, pero encontró, en una calle de *La Roma* en la Ciudad de México, un microcosmos donde germinó su pintura de una manera orgánica al lado del visionario Walter Gruen. Un poco más parisina que española por la persecución política de la Guerra Civil Española y la Segunda Guerra Mundial, externó

en varias ocasiones su amor por la patria de acogida y se asumió mexicana por elección. Poco se sabe del tiempo que permaneció privada de su libertad y las penurias de la continua migración obligada en una suerte de destierro. Un dolor que vaciara en el lienzo con personajes-casa que andan solitarios y errantes. La fascinación que provoca su obra reside en buena parte por su capacidad de interiorizar filosofías esotéricas como la alquimia en sus dos niveles. En el superficial, la búsqueda de la piedra filosofal para transformar los metales en oro, que no es más que el antecedente de la curiosidad científica, presente en su simbología. En el profundo, una transmutación personal que narra enigmáticamente cada uno de sus tratados pictóricos. Sus imágenes infinitas atizaron este año su nombre en los titulares. En abril, un escándalo de la farándula exhibió el presunto hurto y falsificación de objetos de valor de la actriz Silvia Pinal, entre los que se encontraba “una pintura de Remedios Varo”. Aunque nunca se mencionó de qué obra se trataba, es posible que haya sido *Apártenlos que voy de paso* (1951), una pintura que originalmente perteneció al escritor **Miguel Salas**, luego a su hijo homónimo mejor conocido como **Micki Salas**, quien fuera esposo de la actriz Silvia Pasquel y finalmente parte de la colección de la diva del cine de oro mexicano. Durante este año con temporada extendida y un record de visitas, la ex-

posición **Remedios Varo: Disrupciones de lo real del Museo de Arte Moderno (MAM)**, poseedor de una buena parte de obras icónicas como *Mujer saliendo del psicoanalista* (1960), *La creación de las aves* (1957) y *La huida* (1961), reunió acervo personal de bocetos, publicaciones, cartas, diarios, fotografías y piezas invitadas. Al concluir, 50 piezas de este acervo del MAM se trasladaron al **Art Institute of Chicago**, en Estados Unidos, para unirse a otras piezas de colecciones privadas y cuyos afortunados podrán disfrutar en la **exhibición Remedios Varo: Science Fictions hasta el 27 de noviembre**. Además del anuncio de una próxima publicación de obras completas de la pintora... Las ciencias y el misticismo son los dos extremos de la misma cuerda que el renacimiento cortó por la mitad y esta hechicera -como la llamaron sus amigos- remendó para crear verdaderos textos encriptados de la naturaleza del ser. La última obra que pintó fue *Naturaleza muerta resucitando* (1963), una mesa que levanta el vuelo del mantel y las frutas se transforman en un sistema planetario que gira alrededor de una vela con plantas e insectos expectantes. De técnicas antiguas y un minucioso detalle emparentado con *El Bosco*, su universo pictórico se detuvo abruptamente junto con su corazón a sus 55 años. **André Breton escribió “El surrealismo reclama toda la obra de una hechicera que se fue demasiado pronto”.**



Colombia Espectacular

Se localiza en el extremo norte de Sudamérica, al oriente con Venezuela y Brasil, al sur con Perú y Ecuador y hacia el occidente con Panamá. País envuelto por bosques, montañas y cordilleras, con inmensas extensiones cafetaleras que hacen de este lugar un verdadero encanto a los ojos del turista y de sus habitantes. **Cartagena**, con su hermosa ciudad colonial, amurallada y con un impresionante castillo que data del siglo XVI. Hablemos de Bogotá, que tiene uno de los lugares más espectaculares como lo es Monserrate, un templo en la punta de una montaña, que también ofrece inmensas tiendas, tiene un interesante pasaje donde se puede comprar de todo a precios extremadamente bajos.

Santa Marta, Medellín, Cartagena y Barranquilla están dentro de los lugares que se deben visitar y conocer su gran mezcla de cultura, con sus encantadoras playas llenas de arrecifes de coral, y un clima que podríamos catalogar como casi perfecto y su gastronomía. Entre los lugares más bellos para visitar se encuentran:

Bogotá, su capital. Lugar de contrastes, con sitios lindos pero también de terror -en grandes trayectos del centro se puede apreciar el abandono de bardas, parques, tiendas debido al descuido extremo y con graffiti por todas partes, especialmente en los lugares de delincuencia -la cual se encuentra en un índice alto- y de extrema pobreza. Lo mejor es transportarse en el Transmilenio (el metrobús de Bogotá) si se quiere ahorrar, aunque los taxis suelen ser muy baratos...

Monserrate, un templo en la punta de una montaña al cual se llega en un tren que sube más de 3,152 metros de altura. En esta parte se pueden encontrar hermosas cafeterías, pequeños establecimientos de comida y muchas cosas que comprar.

El Museo de Botero, con maravillosas obras.

El Museo del Oro, contiene piezas precolombinas.

Amor Perfecto ofrece cafeterías donde se puede degustar todo tipo de cafés con aromas frutales.

La Puerta Falsa. Así se le denomina a un pequeño y típico restaurante, que además de ser muy pequeño ofrece muy pocos platillos típicos de la región. Un lugar de mucha tradición.

La Plaza Bolívar. Aquí se puede disfrutar el famoso té de aromática de la señora Paola, conocida por todos, ya que es la única que lo prepara con su sabor tradicional.

El Mercado de Artesanías de La Plaza Bolívar donde podrá encontrar una gran variedad de café para llevar, dulces, playeras y todo tipo de souvenirs.

ZONA T, es un área con muy buenos restaurantes.

Santa Marta ofrece hermosas playas, así como **La Quinta De San Pedro Alejandró**, parque nacional natural Tayrona, además de la playa el Rodadero.

Medellín. Si te gusta la historia, acá conocerás el pasado de Colombia, ofrece un clima perfecto y la belleza de la Plaza Fernando Botero con sus impresionantes obras y Museo de Antioquia. El pueblo paisa, se encuentra ubicado en el cerro

Nutibara -hermosa replica de un pueblo paisa (pueblos antioqueños) con sus coloridas puertas y ventanas, puestos de comida y bebidas. existe un tour nocturno en bicicleta donde puedes disfrutar de grandes vistas en sus miradores, con una cerveza y bocadillos tradicionales.

Cartagena Es como salida de un cuento, está llena de edificios coloniales, calles con pisos de adoquín donde llega la brisa del mar; islas con arena blanca en la costa, palmeras, arrecifes de coral y se llega a ellas en bote.

Barranquilla aquí se localiza un atractivo puerto marino, bordeado por el río Magdalena. Es famoso por su carnaval de salsa, disfraces y carros alegóricos, también se puede visitar el zoológico, al castillo de Salgar y el famoso gran malecón del río.

SU GASTRONOMÍA

Derivada de las tradiciones culinarias de las culturas indoamericanas locales europeas, -principalmente española y africana-, no existe como tan algún platillo que represente su gastronomía, aunque es muy reconocido el sancocho y la arepa. En la región antioqueña la gastronomía nacional trata platos que nacieron en lugares rurales alejados del resto del país que sobrevivieron a la industrialización, el plato tradicional antioqueño se compone por una bandeja de frijoles y arroz, maduro (plátano macho), chicharrón, carne molida, morcilla, chorizo y aguacate. Entre sus platillos más importantes se encuentran:

Arepas, físicamente son muy parecidas a nuestras gorditas, aunque con un sabor diferente.

Sancocho Antioqueño, algo similar al caldo de res con verduras.

Sopa De Mondongo, similar a la pancita o menudo.

Tamal Antioqueño tamal elaborado con harina de maíz y pollo envuelto en hojas de la región.

Ajiaco, caldo de gallina con elote.

Sobrebarriga con Papas Chorreadas, carne al horno con papas cocidas bañadas de salsa cremosa.

Caldo De Pajarilla caso de vísceras y papa.

Lechona Santandereña, recomendable, ¡es muy rica!.

SUS BEBIDAS

Jugo De Feijoa el sabor de esta fruta sería como la combinación de guayaba y piña.

Chicha es una bebida fermentada de cáscara de piña similar al tepache.

Guarrus bebida espesa a base de arroz.

Jugo De Lulu. Lulu es una fruta un poco ácida, pero deliciosa: ¡Mi favorita!

Carajillo es distinto al que conocemos en México. En Bogotá es café negro con agua ardiente.

Chocolate Santandereño, es muy similar al nuestro, al que se le agregan clavos de olor y canela.

Agua de Panela. Bebida de caña de azúcar endulzada con panela (piloncillo).

Tinto se le denomina al café negro con canela.

La Famosa Aromática. Esta delicia es otra de mis favoritas, es muy parecido al ponche, que solo lleva frutos rojos y frutas típicas de Colombia.

Café. Colombia es un importante productor de café por lo que es un verdadero placer probar todas las variedades posibles, ya que existen cafés con toques frutales, que son una delicia. Uno de los lugares más recomendables para saborear el café es **Amor Perfecto**.

SUS POSTRES

Pan De Yuca. Este pan es preparado con harina de yuca y queso, es muy típico de Sudamérica.

Mantecada. Elaborada con huevo, leche, harina de maíz y aguardiente.

Obleas rellenas de Chantilly o dulce de arequipe (conocido como dulce de leche).

Bocadillo con Queso curiosamente este dulce es una combinación de ate con queso.

Almojábana. Pan relleno de queso, muy típico de Colombia.

La cultura colombiana es rica y diversa, refleja la influencia de diferentes grupos étnicos y una historia que viene desde las civilizaciones indígenas precolombinas hasta la colonización española, así como la influencia africana.

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



RELEVOS SIN SORPRESAS,



NI CAMBIOS DE FONDO

Es temprano para ver un amanecer por sobre el horizonte que defina con cierta precisión el correr de ciclos cercanos -los relevos de gobiernos- sin apoyarse, necesariamente, en los pronósticos de cabilderos, premonitores y futuristas. Todos reclaman la primicia profética de iluminados para destinar el curso de la historia y afianzar los *delfines* de sus fantásticas mareas. La línea de tiempo en el reemplazo de mandos, esotérica en su esencia, desde las alturas del poder predice con astucia zorril la sucesión perenne del artificio implantado, esos vientos simulados de cambio, en la esperanza de los marginados y desposeídos, todos ellos en las filas del ejército de la miseria.

Esa esperanza de mejorar la condición de vida, de garantizar los tres alimentos del día en suficiencia y calidad, de obtener servicios de salud ágiles y certeros, de contar con un sistema de educación de excelencia académica, de tener empleos de calidad, de sentir seguridad en calles y ciudades, de no sólo ver, sino sentir en las actividades cotidianas una justa y mejor distribución de la riqueza.

Lo que sí es seguro, es que todo ello ahí permanecerá como un anhelo enquistado en la necesidad de su estadia engrillada a las necesidades eternas de la sociedad, del país. De esto se puede tener el diagnóstico claro que los contendientes en el proceso comicial que ya está en curso repetirán al cansancio que esos deseos se cumplirán y serán satisfechos con holgura, y que las carencias las resolverán en el corto tiempo de su administración.

Ya afirman, como lo hicieron sus antecesores, que, en seis años, una vez que se instalen en el poder, el cambio será radical y el país será un mundo maravilloso, fantástico. Además de que los causantes de tales rezagos serán castigados y excomulgados, tratados como sátrapas, por llevar a México hasta los desfiladeros más onerosos de la desgracia y la corrupción.

Quienes compiten por el poder del Estado, sin importar su sexo, filiación política e ideológica, condición económica, color de piel, raza o credo, levantan y sostendrán esas banderas de justicia, democracia, igualdad, bienestar, inclusión,

nobleza, lealtad, principios para justificar su presencia en el escenario electoral. Unos más que otros o unas más que otras, darán cátedra de oratoria arrabal para que mediante, la palabra dictada, tratar de acercarse, identificarse con la masa electoral y ganarse su voluntad al momento de cruzar la boleta comicial.

Pero ¿Qué tan cercanos los candidatos pudieran estar de la masa social, cuando sus principios para llegar al poder penden de los hilos del propio poder, de este poder que mantiene al país en las condiciones de atraso y marginación en las que se encuentra?. Bajo esa premisa ¿Qué oportunidad real tiene el electorado de resolver los grandes y ancestrales problemas que aquejan al país, mediante la emisión del voto, aun cuando lograra vencer al abstencionismo?

Resultan más que fantasiosas las afirmaciones de campaña de que en un sexenio resolverán los problemas, carencias, desviaciones, atrocidades, rezagos, acumulados en al menos 200 años. La historia reciente de este siglo muestra cla-



ramente esa absurdidad, pese al cambio de partidos en el gobierno. PAN, PRI y Morena incurrieron en esas falacias discursivas y todo quedó en eso, en promesas fantásticas, siempre incumplidas. Esa certeza enrarece aún más el ambiente sociopolítico y económico, y oscurece la coyuntura del relevo presidencial, y con ello todo el proceso electoral que vivirá México de aquí a junio de 2024. **No será sorpresa alguna que el abstencionismo sea el gran ganador. Y la suerte ya está escrita para que una mujer sea quien gobierne el país, por primera vez en la historia.**

Este hecho sería, tal vez, lo más rescatable del acontecer próximo, porque al menos se enviaría una señal del avance que pudiera tener la inclusión de género en un sistema machista a ultranza. Falta que

la agraciada sea digna representante de ese sector social oprimido históricamente y que las acciones de gobierno que le permitirá el poder asumido sean los suficientemente inteligentes para reducir la brecha de explotación y discriminación que prevalece en el país. Que tenga la claridad de que no se trata de revanchismos de género, sino de crear un Estado de Derecho que garantice la democracia, la igualdad y abone a construir el camino que lleve a concretar los esquemas de una justa distribución de la riqueza.

Y si bien es cierto que no se podrá cambiar en un sexenio el curso que le han impuesto al país los dueños del poder político y económico, también lo es que en ese periodo **se puede cimentar con hechos las bases para dignificar al menos el papel que desempeña la mujer**

en el desarrollo del país y frenar esa ola de violencia que desencadenó en su contra el actual gobierno federal. Vivimos la expresión más desesperante del capitalismo salvaje, de este sistema depende el poder que en los próximos meses se disputarán en los comicios, **por eso mismo el relevo de gobierno no significa que habrá un cambio real, no obstante, al avance sociopolítico-cultural que puede significar el ascenso de una mujer a la silla presidencial.**



Juan Danell Sánchez ✍️





Ruzi, ¡Única!

Rosaura Cervantes /

Una verdadera delicia conversar con la Maestra Ruzi, con Isabel Ruiz de Velasco. Cuando iniciamos la conversación advirtió “Mi historia es muy diferente a la de toda la gente”. ¡Vaya que lo es! “Yo soy la más chica de 18 hermanos del mismo papá y de la misma mamá. Vengo de una familia que conformó el Equipo Nacional de Paracaidismo. Crecí trepada en avionetas. Mis hermanos saltaban y mi papá - Pedro Ruiz de Velasco De la Madrid- piloteaba, y yo, al ser la más pequeña, fui una niña muy cuidada”. **A la par su mamá - Susana Zenteno Espinoza- realizaba accesorios para las bailarinas de Bellas Artes,** “hacía sombreros para María Félix, para Silvia Pinal... ramos, tocados”.

“Pese a estar con tanta gente, a la vez estaba sola por la edad, porque no encajaba, yo tenía que jugar sola y eso desarrollaba mi creatividad. Por ejemplo, mientras todos saltaban del paracaídas, yo dibujaba y miraba desde la ventanilla de la avioneta... Dibujaba con mi dedo figuritas e iba haciendo cositas que yo veía... Entonces, mi mundo de niña fue verlo desde una avioneta y es una perspectiva totalmente diferente”, **esto le permitió inventar historias, crear personajes a lo largo de la vida, que -para la generación de los 80- nos lleva por el caminito de la añoranza con el Gato GC del programa Corre GC, también de El Tío Gamboín, El Mundo de Cositas...**

Obvio, su talento no pasó desapercibido y agencias de publicidad se disputaron por sus ideas y propuestas: “En McCann Erickson y Leo Burnett tuve la oportunidad de trabajar con gente súper creativa, y como productora hacer una campaña tan importante como lo fue Tía Rosa”, **esto la llevó a trabajar de manera conjunta con casas productoras como Animation House, Pixar, Disney.**

Y ¿la pintura?

Dentro de las actividades extraescolares hubo clases de actuación en Bellas Artes -yo fui niña actriz-, **de pintura y de dibujo,** “donde empecé a crear estos mundos, estos espacios. Yo quería paisajes, barcas, después dije: ‘¿Qué tal si me voy por toda la parte geométrica?’”. **Estudió Comunicación, realizó su maestría en Desarrollo de Potencial Humano, comprendió que las producciones televisivas se morían muy rápido y se empezó a cuestionar** “¿Quién soy yo? ¿Qué soy yo? Yo quiero algo que perdure y quiero comunicar algo que sea yo”.

“Primero quería hacer retratos -creo que es lo mejor que he hecho-, y logré lo que yo quería en la vida. Pasé por todas las etapas, figura humana, geometría, abstractos, etcétera, con diferentes maestros y a lo que llegué actualmente, es a mi colección “La nueva civilización”, donde realmente es lo soy. Yo quería expresar lo que es Isabel Luis de Velasco con esa cantidad de gente alrededor, con seres que son de mi imaginación, en un universo totalmente nuevo: el que existe solamente en mi mente, es único e inconfundible. **Aquí sabes que es un Ruzi, es un legado.** Si te fijas, todos estos personajes -incluso perros, gatos, etcétera-, todos los personajes no tienen rostro, sin embargo, están expresando emociones... Aquí te das cuenta que los ojos no son el espejo del alma”.





Ruzi estaba convencida de lo que quería plasmar, de lo que quería compartir: “Yo quiero crear a través del vestuario y de la figura humana, expresiones que tú puedes ver como un niño sonriendo, una mamá embarazada, una pareja llena de amor y no necesitas ver el rostro, simplemente con la silueta formada por figuras geométricas, en una técnica bien cuidada de óleo sobre tela, lo he conseguido y eso es mi legado”.

También nos comparte su experiencia como conferencista, en la invitación constante a los artistas: “No copies, haz creaciones”. **Y agrega:** “Pueden tener una técnica increíble y de repente me enseñan unos girasoles, lo único que les digo “... Esos ya los hizo Van Gogh. Ahora hay que sacar lo que eres tú”.

Sumérgete a ser Tú

“Tirarme del paracaídas, ¡bucear me fascina!. Aunque lo más más audaz que he hecho y sigo haciendo es ¡Tener una exposición!”.

¡Vámonos a las exposiciones! Hablemos de tu primera exposición y ¿cómo te sentiste? Recuerda que empezó a intercambiar obra por consulta, “llegó un momento en que los pisos del Hospital Inglés tenían obras mías, así que decidí tener una exposición, y en ese momento me doy cuenta que tengo alrededor de 120 cuadros. Mi primera exposición fue una retrospectiva con 124 pinturas. Fue muchísima gente, fue ¡increíble! Una señora me compró 15 cuadros...”

“La satisfacción más grande fue cuando empecé a exponer en museos: llevo 22 exposiciones en museos; colectivas, 250; reconocimientos, 300 y ahorita acabo de exponer en Egipto y en Arabia Saudita virtualmente y recibí reconocimientos tanto del Gobierno de Egipto como de Arabia Saudita”.

Pienso... exponer tu obra con personas que son de tu mismo país, es bonito, pero que te consuman desde otro continente, con otras ideas... ¡Es un sueño! Y ese sueño lleva 2 años gracias a la pandemia, porque esto me ha dado la oportunidad de estar en Brasil, en Perú, en Dubai, además de incurrir en el mundo virtual, que esto ha facilitado mucho, porque a los pintores nos sale muy caro mandar los cuadros. Si envías un cuadro a Dubai, normalmente no te cubren todos los gastos y como solo es exposición, no existe ninguna ganancia.

Su próximo reto será este **24 de octubre**, se trata de un libro basado sobre las artistas y sus estudios, empezando por Frida Kahlo, así como otras maravillosas y comprometidas artistas que han sido seleccionadas por su trayectoria internacional, entre las que destaca la propia Ruzi y una amiga muy cercana, nuestra querida maestra Mari Carmen Villana (Personae No. 277 Diciembre 2022). La presentación será en el Museo Soumaya acompañada por una exposición.

Mencionas que iniciaste con retratos, y después ¿cómo llegaron los otros retos y cuáles fueron? Después de los retratos, hice un tiempo arte folklórico. Pinté muchísimo por encargo. Tengo 30 años de pintar, he hecho alrededor de 600 cuadros. En la casa no tengo tanta obra, las he donado, subastado, vendido y he hecho trueques. Realmente se ha movido mi obra.



La conversación nos lleva a Valle de Bravo, al Museo Arcadio Pagaza, al Festival Internacional de las Almas, “y a la Exposición que se llamó Ave María, donde expuse cien vírgenes. Yo aquí no tengo ninguna, todas esas vírgenes se donaron para personas con cáncer, para que las pudieran vender o subastar, y lo milagroso de todo, fue que -Gracias a Dios-, ninguno murió”.

Nos platica un poco más de la exposición: “La experiencia era que entrabas, y cada cuadro era una palabra del Ave María, así, cuando terminabas la exposición, ya habías rezado un Ave María por México... Yo tengo una fe muy grande a la Santísima Virgen: cuando pinto una virgen, yo la pinto con mucha devoción, hago ayuno, canto el Ave María... Me gusta estar pintando y escuchando alabanzas a la Santísima Virgen y todo esto se trata de altruismo y dar a los demás seres humanos y a los animales, esto me llevó a ganar un doctorado Honoris Causa que me entregaron en la UNAM... Es algo que no me lo creía... Te dan una hoja grande, un pergamino, y cuando lo abres, lo primero que lees es «Cree en Ti» ...”.

“En mis exposiciones, siempre hago donativos a los lugares, invito a todas las ONG que se puedan involucrar y siempre invito a chavos de secundaria y preparatoria a la inauguración, porque hay lugares donde yo voy y no llevo familia ni cuates... En una ocasión, me pregunté «¿Para qué estoy pintando? ¿Para quién estoy pintando?». Me di cuenta que la juventud se está suicidando en grados



tremendos. Entonces yo dije, «Quiero que le digan sí a la vida, y en medida que vean que yo soy un ser humano como ellos, que siente, que vive, que también he caído en el fondo y a través del arte no me morí de hambre, y es, a través del arte, que puedo llegar a diferentes personas y llegar al corazón de los demás”.

Nos lleva por su paso como **ilustrador** de los libros de texto gratuitos el año pasado, intercambiamos puntos de vista sobre cómo aprenden en la actualidad los niños, la relación de los niños con la tecnología, y cómo, la sociedad ya empieza a actuar, caso concreto Torontó, Canadá donde literal, se están desconectando del Wi-Fi cada fin de semana para ‘descansar’ del internet, así también como las actuales **propuestas museográficas** que son una joya.

“En el DIF de Lerma (Estado de México), la presidenta municipal Marisol Mote me pidió que le hiciera un mural de 7 x 13 metros e invité a la artista plástica Maribel Vázquez Menchaca. Fue muy interesante, porque me pidió que expresara toda esta necesidad de la mujer, de los servicios, de la ayuda psicológica, legal, física, espiritual, su feminidad que pueden recibir, ¡Muy interesante!”.

Continuamos con un recorrido por sus obras, **“Romeo y Julieta”**, para seguir con una variación sobre la obra de Claude Monet, para una exposición para personas ciegas la cual puedes tocar y sentir toda la meteorología; pasamos por su etapa de Paisajes, su etapa de abs-

tracto y personajes, destacando **“Emiliano Zapata”**, hasta llegar a su nueva colección **“La Nueva Civilización”**, encontramos piezas como **“Regreso a casa”**, **“Gestación”**, una embarazada con muchos universos que se están desarrollando dentro uno del otro... Está la portada de un libro que se llama **“Jesús”, que es un Rey que no es de este mundo** y su voz se replica, **“mira cómo se está replicando su boca”**; el retrato del Santísimo Juan Pablo II.

Cerremos esta gran conversación con las Reflexiones de Ruzi: “Provengo de una familia que me enseñó a amar y abrazar la vida... Recuerda “Todo lo que es para ti, llegará””, **frase que se encuentra en su buró junto al retrato de sus papás. Su misión en este mundo ya la descubrió** “Enseñarle al mundo lo que tengo y de lo que soy capaz técnicamente”. **Estudia filosofía en el Centro Universitario de Integración Humanística. Analiza la vida, personajes, cita a dos grandes como Walter Elías Disney (Mickey Mouse) y Jim Henson (Los Muppets)**, “Crearon mundos para los demás. A esta vida vinimos a divertirnos, hay que hacer que las personas reflexionen. A mí me encanta que alcen las cejas y se asombren ante las obras, es importante darle al espectador algo Único, que sienta que está ante una Creación y no una copia. Hay que tener presente que **lo más importante es lo que lo que traes en el alma y lo que tienes que llevar**”.

Redes Sociales

Ig y FB - Isabel Ruiz de Velasco





Los demonios y la biografía de Elon Musk, por Walter Isaacson

No ha transcurrido el primer cuarto del siglo XXI, pero el avance tecnológico de la centuria en curso ha cambiado completamente la perspectiva de la humanidad, aunque bien es cierto que la población del planeta sufre diferencias económicas tan profundas que la lastra como nunca antes. El puñado de ricos que tiene en sus manos riquezas jamás calculadas incluye a “las personas que están lo suficientemente locas para pensar que pueden cambiar el mundo (y) son las que lo hacen”, como afirmó Steve Jobs, un genio que creo supo lo que decía.

A lo anterior hay que agregar que únicamente una parte selecta de la sociedad es la que tiene acceso a la educación e información privilegiada, el resto, cuando bien le va, se conforma con un teléfono “inteligente”, o una PC para perder el tiempo “chateando” o despilfarrando —casi lo mismo—, sus magros ingresos en “juegos” u otros pasatiempos estúpidos. En síntesis, una minoría se prepara mejor con tecnología ultramoderna y el resto se rezaga minuto a minuto. Elon Musk y su biógrafo, Walter Isaacson, pertenecen a los primeros. Del resto, que cada quien saque sus conclusiones.

En 2023, ya es posible que una biografía escrita originalmente en inglés aparezca, al mismo tiempo traducida en otros idiomas. Es el caso de la biografía de Elon Musk, publicada en este año por Walter Isaacson, el historiador, periodista y catedrático en la bicentenaria Universidad de Tulane, Louisiana, en el estado de Nueva Orleans, EUA, que inició su historia académica como Escuela de Medicina y hospital. El biógrafo ha ocupado la dirección del Instituto Aspen —con oficinas centrales en Washington, D.C.; y campus en Aspen, Colorado—, y del canal de paga de televisión, CNN, además de editor de la revista **Time**. Ha publicado la biografía de Albert Einstein en 2014; de Leonardo da Vinci, 2018; de Benjamín Franklin: **An American Life**, 2003; de (Henry) Kissinger, **A Biography**, 1992, entre otras.

Elon Musk, es la puntual historia de uno de los personajes innovadores más fascinante y polémico del planeta. Un visionario que terminó con los moldes tradicionales y ha encaminado al hombre del siglo XXI a la era de los vehículos eléctricos, la exploración espacial privada y a la tan debatida Inteligencia Artificial. Como todo mundo sabe, Musk ya llegó a México, a Monterrey para ser exactos, con Tesla, una futura fábrica automotriz de vehículos eléctricos. En el negocio, ya metió las manos el tremebundo presidente de la 4T, el tabasqueño Andrés Manuel López Obrador. Hasta el momento se desconocen los *intrínquilis* del proyecto, como también se conocerán las maniobras del inquieto gobernador Samuel Alejandro García Sepúlveda, y las influencias del creador de la 4T. Ya se verá.

A partir de 2020, durante 24 meses, Isaacson se convirtió en la sombra de Elon Musk, para seguir sus pasos recorriendo fábricas, entrevistando al célebre personaje y su entorno, así como a no pocos de sus adversarios. Dos años después, el resultado de tal convivencia es un relato revelador, con historias poco comunes, éxitos y fracasos que llevan a plantear una inquietante pregunta: **¿Son los demonios que mueven a Musk necesarios para impulsar la innovación y el Progreso?**

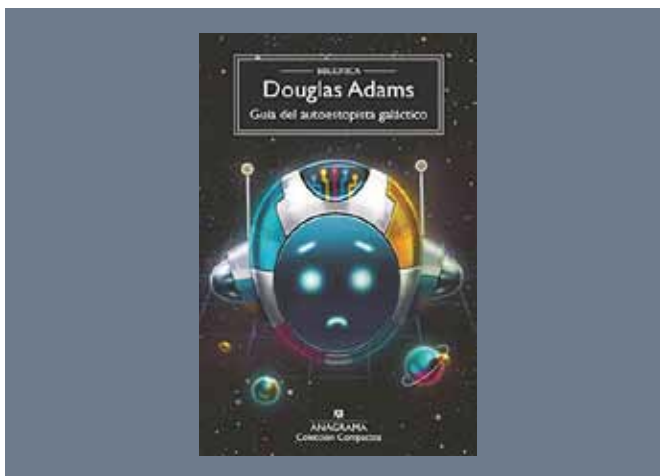
La vida y la obra de Musk dan para esto y mucho más. El empresario, inventor e ingeniero sudafricano-canadiense-estadounidense, por el momento es uno de los personajes más relevantes en el mundo de la tecnología. Llegó al mundo, en condiciones no muy halagüeñas, en Sudáfrica en 1971. Es fundador y CEO (Chief executive officer: director ejecutivo) de varias empresas, que incluyen a: **Tesla**, fundada en 2003, una automotriz dedicada a la producción de vehículos eléctricos y en la instalación de baterías de última creación; **SpaceX**, en 2002, creada con el objetivo de reducir los costos de acceso al espacio y permitir la “colonización” de Marte. Gracias a este

proyecto, ha realizado muchos exitosos lanzamientos de cohetes y desarrollado la nave espacial Dragón. **Neuralink**, empresa fundada en 2016, centrada en la neurotecnología; cuyo objetivo es desarrollar interfaces cerebro-máquina (BCIs) para mejorar la comunicación entre el cerebro humano y los sistemas computacionales. En 2016, fundó **The Boring Company** con la idea de construir sistemas de túneles subterráneos para moderar el tráfico en áreas suburbanas congestionadas.

El volumen impreso por Debate, que pertenece a **Penguin Random House** Grupo Editorial, apareció en castellano en el mes de septiembre del presente año, consta de 735 páginas. Como epígrafe, la edición incluye una cita del propio Elon Musk en el programa de televisión **Saturday Night Live** del 8 de mayo de 2021, que a la letra dice: *“A quienes haya podido ofender, sólo quiero decirles que he reinventado los coches eléctricos y estoy enviando personas a Marte en una nave espacial. ¿Creían que también iba a ser un tipo tranquilo y normal?”*. Por lo menos el que firma esta EX LIBRIS, no lo piensa así. Claro que Musk no puede ser “ni tranquilo”, ni “normal”. Faltaba menos.

En las primeras páginas del volumen, Isaacson esboza algunas líneas de su biografiado: “A raíz de todo ello, Musk desarrolló un aura que, en ocasiones le daba un aire alienígena, como si con su misión a Marte quisiera regresar a casa y su deseo de fabricar robots humanoides revelase una búsqueda de parentesco. No nos sorprendería del todo que se arrancase la camisa y descubriéramos que no tiene ombligo y que no ha nacido en este planeta. No obstante, su infancia también lo hizo demasiado humano, un chico duro aunque vulnerable que decidía embarcarse en aventuras épicas”.

“Con la convicción de un profeta —agrega Isaacson—, hablaba de la necesidad de alimentar la llama de la conciencia humana, desentrañar el universo y salvar nuestro planeta. En un principio, yo interpretaba todo ello básicamente como juegos de rol, arengas para levantar la moral del equipo y fantasías de podcast de un hombre-niño que había leído en su momento y con demasiada frecuencia **Guía del autoestopista galáctico**. Sin embargo, cuanto más me topaba con ello, más llegué a creer que su idea de misión formaba parte de aquello que lo impulsaba. *Mientras que otros emprendedores se afanaban por desarrollar una visión del mundo, él desarrollaba una visión cósmica*”.



En el capítulo 94, Inteligencia artificial para humanos, el biógrafo vuelve a tratar la misión primordial de Musk: “asegurar que la inteligencia artificial se desarrollara de una forma que permitiera garantizar la pervivencia de la conciencia humana. La mejor manera de lograrla, pensó, era crear una forma de inteligencia artificial capaz de “razonar”, “pensar”, y buscar la “verdad” como principio rector. Debería ser posible asignarle grandes tareas, como “Construye un motor de cohete mejorado”.

“Musk esperaba —abunda el también autor de la biografía de Albert Einstein—, que algún día fuera capaz de abordar cuestiones más grandiosas y existenciales. Sería “una IA buscadora de la máxima verdad. Se interesaría por comprender el universo, y eso la llevaría probablemente a querer preservar a la humanidad, porque somos una parte interesante del universo”.

Y vuelve a citar el libro que durante “la infancia y juventud de Musk fue su biblia formativa, que lo sacó de su depresión existencial adolescente, la **Guía del autoestopista galáctico**, en el que había una supercomputadora diseñada para averiguar la “Respuesta a la Pregunta Definitiva sobre la Vida, el Universo y Todo lo Demás”... **Elon Musk**, la biografía del otoño de 2023. VALE.



Bernardo González Solano 



Por los Caminos Humanos

Vivimos realmente en un mundo al revés, ¿por qué lo digo? Por ejemplo, el grupo LGBTQ+, ubicando a la diversidad sexual, incluyendo hombres pescados, mujeres extraterrestres, indefinidos, ultrasensibles, transexuales, transgénicos, asexuales, género no binario, género fluido, atípico etcétera, etcétera, etcétera... Ellos ante la sociedad ya tienen un código de respeto o quizá, se les ve como un grupo fuerte para votar. Sin embargo, siguen anunciando a los cuatro vientos que son discriminados o que sufren violencia, por eso se han amparado con ciertos principios de los derechos humanos. Pero hoy **los invito a reflexionar sobre otro grupo vulnerable y prácticamente invisibilizados como son los alumnos del CAM, (Centro de Atención Múltiple) que son estudiantes con condiciones especiales.** Este tema es importante que se trate en el Pleno porque se está discriminando a una porción de la sociedad, se les relega, se les esconde y ellos no pueden protestar por sus derechos humanos porque la mayoría dependen de adultos, ellos al igual que los del primer grupo, también sufren *bullying*, discriminación y violencia. En estas escuelas normalmen-

te del cien por ciento de los niños, más o menos el cincuenta por ciento asiste, dependiendo el estado y no diario, muchos se quedan en casa porque no hay quien los lleve. **La educación especial, siendo redundante, requiere que realmente sea especial, pero dentro de los cánones descritos a los profesores se les ha reducido su plan de trabajo y a los niños no se les permite colorear, dibujar, trabajar la plastilina, el barro o materiales que tienen la función de provocar la conexión entre las dendritas.** Di el ejemplo de los LGBTQ+, porque esta comunidad a quienes, sí se les hace una prueba de habilidades de la inteligencia y de resistencia física, la pasan sin ningún problema, pero estos estudiantes, la mayoría niños y adolescentes, no tienen estas capacidades, ni físicas ni mentales, tienen poca retención y hay pocos maestros con la paciencia suficiente para despertárseles el amor por las cosas sencillas de la vida, como hacer consciente lo que observan, escuchan, sienten, desarrollar la reflexión, las comparaciones, la síntesis, el amor por la lectura y el interés por descubrir nuevas cosas, es decir, otras opciones de hacer

lo que están haciendo, aunado a este desinterés o sequía de estímulos, a la mayoría de los maestros que los atienden no les falta creatividad, porque la mayoría de quienes he entrevistado, tienen mucho que aportar y están dispuestos a cambiar y experimentar nuevas metodologías para provocar a los estudiantes, pero están atados de manos porque los programas oficiales no les permiten desarrollar su creatividad, las reglas son limitantes y los muchachos terminan en la misma situación. **Ahora si le sumamos que cuando Delfina Gómez fue secretaria de Educación Pública, el presupuesto para estas instituciones se recortó un 95% de su presupuesto, recibiendo los CAM solamente el 5%.** Recordemos que las personas especiales tienen diferencias motoras pero la mayoría son muy visuales, tienen muy poca capacidad de concentración y retención, pero las actividades que exaltan lo visual, el movimiento, los aromas y las sensaciones, les ejercitan sus habilidades; por eso, el arte es tan importante en estas escuelas. Si una maestra imparte el taller de jardinería, lógico que les tiene que explicar a los alumnos el significado



de los colores y las formas, pero cómo lo hace si en el programa institucional está prohibido hacerlo. Para estos niños lo único que los saca de su mundo, hablando de trastornos de espectro autista, síndrome de Down, trastorno de déficit de atención, ansiedad, trastornos conductuales, entre otros, y dependiendo el grado en el que se les ubique, también no existe una capacitación para los padres, y cuando finalmente se hace la petición y llega, los padres están tan cansados que no tienen interés en asistir. La pandemia, además de retrasar a los niños, los metieron en una cápsula de inercia donde se especializaron en usar celulares y todo tipo de aparatos electrónicos, con el supuesto fin de aprender, lo cual resultó totalmente contraproducente, ya que sustituyeron el ejercicio del cuerpo por la musculatura de sus dedos, perdieron la capacidad de comunicar sus emociones y de relacionarse con la gente. Si esto sucedió con los niños “normales”, lo que ocurrió con los niños especiales fue peor: ¡fueron abandonados! Los desafíos y oportunidades para este sector están en el arte y el deporte, ya que estos dos elementos estimulan su creatividad, el descubrimiento, sensibiliza -hablando de la música y del deporte-, los hace conscientes de su respiración y de las partes de su cuerpo. **Parte del objetivo de estas escuelas es capacitar a los muchachos para que se integren a labores productivas**, pero si no les dan herramientas humanas, solo los capacitan como androides, y se ha visto que cuando se les coloca en algún trabajo sencillo de alguna tienda departamental o en una simple miscelánea, no duran, porque no saben cómo relacionarse con la gente ni cómo lidiar con los problemas del mundo. De esta forma **invito a los legisladores a que profundicen en este tema, ya que, estos estudiantes también merecen ser contemplados y protegidos por los derechos humanos por su vulnerabilidad, también son parte de la discriminación social de la que tanto adolece nuestro país.** Ojalá que esta reflexión no sea como un molino de viento efímero y transparente.

Marcela Magdaleno





ACEPTACIÓN



Hay sucesos que marcan la vida de las personas ante eventos inesperados y las emociones se encuentran sacudidas de sentimientos encontrados. El tomarse un momento para respirar y calmar la mente, es un antídoto de liberación. Es también distinguir lo que no se puede modificar porque no depende de quién lo padece sino de factores externos. Sin embargo, se debe trabajar en el proceso de aceptación con actitud positiva, **aprendiendo que todo pasa en un tiempo determinado y no se queda para siempre**. (“Después de la tempestad viene la calma”).

Ahora bien, **la aceptación es una etapa del proceso de duelo ante alguna pérdida**: Divorcio, pérdida de un ser querido, secuestro, separación o una catástrofe natural, etc. Cuando se vive ese dolor, se presenta una reacción natural del estado emocional que se encuentra alterado y no hay varita mágica que quite el dolor. Es decir, se debe vivir la pérdida con una estructuración diferente, entendiendo las emociones al experimentar esa aflicción y decidir, si esa pérdida, es como un dolor de cabeza o de muelas, incapacitante o como dolor de parto, que todo lo que se traiga a la vida sea la mejor versión del ser humano, es decir, sanar interiormente para poder transformar lo negativo en fortaleza, mediante la autorregulación

emocional, y el control de los impulsos. **(Cada persona debe pasar por diferentes etapas del proceso de duelo para llegar a un estado de bienestar)**. El estado de ánimo puede generar un impacto en la vibración energética, a través, de las diferentes actitudes defensivas y de bloqueo. Cabe señalar, que el manejo adecuado de la pérdida va a conducir a cambiar cada sentimiento de desesperanza y canalizar el estado anímico desbloqueando lo que no se necesita para poder fortalecer los pensamientos y entrar a un estado de paz.

La aceptación es la fase más significativa del proceso de duelo, ya que permite no quedarse de brazos cruzados porque eso es resignación. “Ya perdí, ya qué, ya ni modo”. Debe ser con las manos abiertas “Ya pasó... ¡Debo continuar!”. **Buscando salir adelante con una actitud propositiva, sanando el corazón al soltar el dolor sin reprimirlo**. La aceptación también es reconocer a las personas como son, no como se desea se comporten, lo cual brinda la oportunidad de poner a prueba la capacidad de ver al otro con respeto y valorarlo. Así mismo, la empatía permite entender a los demás y poder convivir en armonía. Se considera un acto de amor el poder dejar al otro que tenga la libertad de ser como quiera.

Como se ha planteado existen diferentes tipos de aceptación, una que es muy representativa: Aceptar el cuerpo tal y como es. Normalmente la mayoría de las personas se centran más en los defectos que en las cualidades. Buscan un cuerpo ideal y crean cánones de belleza. **La aceptación al cuerpo humano debería considerarse un requisito para ser feliz**: amarse, superar complejos y valorar el cuerpo físico que se tiene. Cuántas veces se escucha: “No me gusta mi cuerpo. Mi cabello está horrible. Me van a hacer cirugía en la nariz para afinarla”. **Verse en el espejo y generar rechazo, es cuando surgen pensamientos negativos de descalificación y se daña la autoestima**.

Está bien ser exigentes y retomar el ejercicio, realizar cambios sanos en la alimentación, cuidar la piel, un cambio de imagen para sentirse bien, pero **no aceptar el cuerpo puede ocasionar trastornos alimenticios** (anorexia o bulimia), que si no es atendida a tiempo en terapia psicológica, puede llegar a poner en riesgo la vida de la persona. **Amarse, es tener la capacidad de cuidar el cuerpo, pero también la mente**, y no aferrarse a querer parecer una Barbie con dietas extremas, y realizarse cirugías estéticas constantes y terminar siendo otra perso-



na perdiendo su propia identidad. Es cuando aparece una sensación de insatisfacción permanente. Hay quienes tienen una preocupación excesiva por su cuerpo y realizan ejercicio con rutinas extenuante al grado de padecer vigorexia. (Ejercicio físico compulsivo). El culto a la imagen se vuelve obsesivo y esto genera no cubrir las expectativas. El ejercicio es salud siempre y cuando, no se convierta en una manía de perfeccionismo sin límites.

La aceptación más enriquecedora es cuando la persona se acepta como es, valora sus capacidades y jamás renuncia hasta conseguir sus metas, además está consciente que cada día es una oportunidad, pero también trabaja en sus áreas de oportunidad porque se conoce a la perfección y nunca se resigna, ya que eso se traduce en traicionarse. Modifica los problemas en soluciones y tiene una capacidad de afrontar los retos por muy difíciles que parezcan y vive el presente con actitud positiva.

En resumen: **La aceptación es la capacidad de situarse en la realidad sin evadirla, y no cerrar los ojos como si nada pasara. Los aspectos negativos forman parte de la vida misma y fortalecen al individuo para poder tomar acciones y continuar adelante con la mejor actitud.** Siempre habrá acontecimientos que pongan en riesgo la salud emocional, por eso la importancia de gestionar los pensamientos mediante la inteligencia emocional, ya que inevitablemente siempre se presentarán situaciones no gratas. Solo hay que tomar acciones y seguir caminando, aunque se esté cansado.

*“Lo que aceptas, te transforma;
lo que niegas, te somete”.*
Carl Jung



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



El mundo gira alrededor del Sexo



El mundo gira alrededor del sexo, un sexo que puedes hacer maravilloso o puedes hacerlo, de tal modo, que te esclavice mediante acciones, fantasías, pensamientos y emociones.

Si enciendes la televisión, la mayoría de los programas representan situaciones de pareja en las que, inevitablemente, está involucrada la sexualidad. Si enciendes la radio, las canciones contienen letras de amores perdidos, amores encontrados, despecho, deseo, venganza, prohibición, añoranza. Lo mismo en el caso de las revistas, ¿lo has podido notar? Bien, eso es un indicativo muy fuerte de la importancia que tiene el sexo en el mundo.

Ahora bien, ello, de alguna manera, nos hace pensar en el sexo, ya sea de manera consciente o inconsciente. No podemos librarnos del sexo, ya que es un fenómeno tan grande que no lo podemos pasar por alto, aunque tratamos de disimular el hablar de sexo y sexualidad a profundidad o, simplemente evitamos la intimidad al respecto, o la reprimimos o nos obsesionamos con sexo y sexualidad a profundidad en la que se rompen los propios límites; en realidad, lo hacemos porque tocar este tema y luego vivirlo, como una forma de vida, experimentando el éxtasis que nos otorgan los orgasmos vividos sin control, como una pequeña muerte --ya que son instantes en los que te pierdes de ti mismo(a) y te vuelves vulnerable--, resulta aterrador, ¿no lo crees? Entonces respóndete a ti mismo(a) cuántos pretextos, excusas y justificaciones tienes para no vivirte sexualmente a profundidad.

Lo que venden la mayoría de los programas televisivos, redes sociales, revistas y medios de publicidad es un sexo superficial, conflictivo, obsesionante, competitivo y con estándares de físico, pasión, deseo y supuestas mejores formas de sexo que, difícilmente, te brindan una satisfacción permanente. No estoy agrediendo ni a los medios de comunicación ni a nadie en particular, únicamente son ejemplos de la forma en que el sexo se encuentra inmerso en el mundo.

Si intentas evadir, reprimir o luchar en contra de tu naturaleza sexual, tendrás un éxito pasajero y aparente, pero este éxito nunca es real porque la sexualidad y el sexo siempre están ahí ¿Cómo escaparás de ellos? ¿Dónde te esconderás? Aunque huyas de la sexualidad, acabarás topándote con ella de una u otra forma, es decir, evolutiva o involutivamente. Así que a donde quiera que huyas (ya sea a la meditación, religión, drogas, excesos, comida,

vigorexia, abstinencia, etc...) o a dónde quiera que viajes, acabarás llegando a ella. La sexualidad y el sexo se acercarán a ti cada día, en silencio, cada vez más porque nadie puede pretender escapar de esto. El resultado, en la actualidad, es que sigue habiendo abusos sexuales, violaciones, pederastía, embarazos adolescentes, anorexia, violencia en parejas, vigorexia, evasión por medio de drogas, alcohol, comida, trabajo obsesivo-compulsivo y deportes extremos. Pero, ojo, ni la comida ni el ejercicio, el trabajo, la meditación o las artes espirituales e incluso las sustancias son el problema en sí, el punto es la forma en que todos estos factores se han utilizado como formas de evasión sexual.

La sexualidad y el sexo como formas de vida creativa, plena, placentera y con una finalidad de evolución dinámica, constante y presente, se la posterga siempre hacia el futuro, por lo tanto, la mayoría de las personas no le dedican la suficiente importancia y, mucho menos, se invierten a sí mismas el tiempo, la dedicación y el amor que ésta requiere y se justifican con las “responsabilidades y actividades cotidianas” diciendo que no hay tiempo, que hay cosas realmente importantes hasta que la vida misma te detiene. Te detiene con la muerte de un ser querido, te detiene con una enfermedad, con un despido en el trabajo, con un accidente, con un robo, te detiene con una ruina económica, con un cambio de residencia, etc... ¿Por qué? Porque la vida te dice **¡PARA UN POCO! ¡Hazte caso! ¡Mírate! Vas corriendo frenéticamente a todos lados huyendo, olvidándote de ti mismo(a), de tu sexo, de tu sexualidad sin atenderla, sin darte cuenta de que eres un ser maravillosamente sexual cuya responsabilidad es procurarte, cuidarte e invertir en tu sexualidad para avanzar plenamente en esta tu vida.**

¿Cómo esta tu vida sexual ahora? No te pido que la defines, la pienses o la juzgues, solo obsérvala y las respuestas llegarán a ti como un manantial. De lo contrario, el sexo y la sexualidad que mueven tu vida seguirá siendo externo a ti mismo(a), será el de la televisión, las novelas, revistas, tu familia, tus creencias y costumbres, la de tus amigos y conocidos, etc... El mundo gira alrededor del sexo y tú decides qué tipo de sexo. Pero, si decides aventurarte a las profundidades de tu ser y vivir tu sexualidad, verdaderamente individual, entonces es necesario que dirijas tu atención hacia una sexualidad consciente en la que se requiere, realices tu viaje interior.



SEXUALIDAD CONSCIENTE: EL VIAJE INTERIOR

Cambiar de paradigmas (modelos establecidos) en la sexualidad, implica que cada persona tiene que hacer un viaje interior. Este viaje interior es necesario ya que mientras no se haga, tu sexualidad seguirá regida por factores externos como los familiares, sociales, religiosos y científicos, por ejemplo. Estos factores dirigen los paradigmas sexuales hacia tu personalidad, es decir, hacia tu ego. Tu ego es una entidad energética que te hace creer que eres, en este caso, de determinada forma sexualmente, el ego está orientado hacia el exterior y depende de la opinión de los demás, de lo que se espera que seas sexualmente según tu edad, género, estado civil, lugar de residencia, complexión física, características físicas, psicológicas y mentales, etc... Es decir, **depende, por un lado, de la opinión externa y, por otro, creer que eres el ego, es mantener tu sexualidad limitada y por tanto reprimida, insatisfecha, conflictuada y amenazada.**

Hacer un viaje hacia el interior de ti mismo(a) significa que vas en pos de tu ser esencial, éste te revela, entre otras cosas, tu naturaleza sexual. Para ello es necesario que partas de cuestionamientos tales como: ¿quién maneja mi vida sexual? Cuando hablo de sexo, ¿quién habla a través de mí? ¿Quién genera mi realidad sexual? ¿Quién hace que me mantenga con una pareja con la que no quiero estar? ¿Quién propicia mis manifestaciones sexuales?

La sexualidad consciente pone de manifiesto el viaje interior y, el viaje interior es mirar verdaderamente de frente a ti, por lo tanto, el viaje es individual y no comunitario. Para que tu sexualidad la vivas conscientemente en evolución y creación y no en involución y destrucción, tienes que ir más allá del “yo”, del “ego” y éste no quiere que vayas más allá porque “no es seguro”, “no hay garantías de éxito”.

Sin embargo, las personas que se deciden a realizar el viaje interior de su sexualidad hacia su ser esencial saben que éste es maravilloso, pleno y satisfactorio porque aprenden a generar su propia realidad sexual, es decir, plasman su vida sexual de felicidad, éxtasis y creatividad. Pero esto solo es posible si atraviesas tu ego, ya que, de lo contrario, te la pasarás rebotando siempre sobre tus problemas y conflictos sexuales.

Para que puedas generar un estado realmente consciente y divino de tu sexualidad, tienes que atravesar tu ego, ya que éste es el problema central que te causa tantos conflictos e insatisfacción en tu vida sexual y es por ello, que te la pasas persiguiendo el poder sexual de una u otra forma cuando tienes la necesidad de manipular, mentir, someter, competir, dominar, juzgar, censurar, agredir y/o ignorar tanto a tus deseos y necesidades sexuales como los de los demás.

No te das cuenta de que persigues al ídolo del poder sexual porque te has olvidado o ignoras que, al hacer el viaje interior es tu ser esencial quien, a través de develarte tu naturaleza sexual, te brinda tu propio poder sexual. Este poder es creativo y esa creatividad te da la capacidad de manejar tu tiempo independientemente de tu estilo de vida porque no dependes de factores externos para conseguir tus objetivos y eso es alquimia sexual.

Así que, para generar tu realidad sexual, es necesario hacer tu viaje interior y, para ello, es importante que éste sea individual porque, aunque la finalidad es la vivencia de una sexualidad consciente, la forma en que cada persona experimente y llegue a su ser esencial, varía en una gran gama de posibilidades que no marcan una única vía rígida. La sexualidad consciente es un llamado a la divinización de tu vida sexual a la que llegas a través de tu viaje interior, por lo tanto, sólo aquellas personas que aprenden a mirar hacia adentro tienen la posibilidad de cambiar sus paradigmas sexuales orientados al exterior.

El viaje interior te enseña que no es lo que entra en ti lo que fastidia tu vida sexual, es lo que sale por tu boca, es decir, lo que hablas porque lo que evocas al exterior, lo invocas del universo, la vida o el cosmos y esto significa que todo el tiempo estás generando tu realidad sexual estés o no consciente de ello.



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



TV Azteca y Roku concretaron alianza estratégica

TV Azteca y Roku dieron a conocer una alianza estratégica que beneficiará a las marcas y agencias, para eficientar su inversión publicitaria en la compra de anuncios en streaming para TV en la plataforma Roku a través de TV Azteca. Así, TV Azteca se une a la red de socios de Roku para expandir el alcance de la plataforma y ofrecer soluciones de publicidad eficaces y de la mejor clase con el poder de lo digital. Ofrecer una plataforma de medios única para las marcas y agencias es una parte clave de la estrategia de transformación de TV Azteca. Esta experiencia holística de marketing de medios significa tanto un gran salto hacia la modernización como un reflejo del compromiso de la compañía para mantenerse a la vanguardia en un panorama de medios que está en constante cambio, dijo **Mirjam Laux, Vicepresidenta de Publicidad en Roku**, empresa que ya trabajaba con TV Azteca para la distribución de contenido y ahora se expande hacia la publicidad para continuar creciendo su negocio en México a través de alianzas de publicidad como ésta, trabajando directamente con los anunciantes y agencias con oportunidades únicas de contenidos de marca y formatos de anuncios que ofrece Roku.



DHL Express renovó acuerdo de patrocinio con Pumas

DHL Express México y el club deportivo Pumas, Club Universidad Nacional A.C., renovaron su convenio de colaboración por tres años más. Es decir, hasta 2026. Con la firma de este acuerdo se cumplen 10 años, ininterrumpidos, de alianza estratégica con el emblemático equipo universitario. Desde el torneo de Clausura 2016, DHL Express y Pumas han compartido valores como la velocidad, la precisión, la actitud y tenacidad para hacer las cosas bien y a la primera. “Estamos muy emocionados de poder celebrar esta extensión de patrocinio con uno de los equipos del fútbol mexicano con mayor tradición y con una afición inigualable. En DHL Express mantenemos bien puesta la camiseta de Pumas, acompañando y apoyando al equipo en cada partido: “Estamos convencidos que la garra y entrega universitaria se combinan con la precisión logística y estratégica de nuestros envíos”, mencionó **Antonio Arranz, CEO de DHL Express México...** La presencia de marca de DHL, es un acuerdo en conjunto para tener visibilidad e impacto entre los seguidores del equipo, clientes y consumidores potenciales. El logotipo se mantiene en la misma posición privilegiada en la parte frontal del jersey universitario arriba del icónico Puma.



Red BAMX y Nestlé firmaron acuerdo por una Nutrición Saludable

La buena nutrición y alimentación está fundamentada principalmente en buenos hábitos y comida saludable. Sin embargo, esto en México no es tan sencillo para miles de familias que viven con carencia alimentaria y ni qué hablar del desalentador panorama a nivel mundial, donde al año más de 1 millón de niñas y niños mueren a consecuencia de la malnutrición, según datos de la UNICEF. Basados en lo anterior y decididos a ser parte de la solución, **la Red de Banco de Alimentos de México (Red BAMX)** a través de su iniciativa “**Comer en Familia**”, junto con Nestlé y su iniciativa “**Nestlé por Niños Saludables**”, buscan efectivamente impulsar el desarrollo de hábitos saludables en las familias beneficiarias de la Red BAMX. Con este fin se reunieron representantes de la sociedad civil, autoridades locales y ejecutivos de 2 organizaciones comprometidas con el bienestar de las familias mexicanas, la Red de Bancos de Alimentos de México (Red BAMX) y Nestlé México, donde se formalizó esta alianza en el Banco de Alimentos de Toluca. Durante el evento, se anunció la implementación de la metodología de “**Nestlé por Niños Saludables**” una estrategia que busca orientar a las familias en hábitos alimenticios saludables.

Hallazgos sobre los efectos de la “Taylormanía” en México

Ante la ola de conciertos de Taylor Swift que sacudieron a la CDMX del 24 al 27 de agosto en el Foro Sol, la agencia de relaciones públicas **LatAm Intersect PR**, en colaboración con **Delta Analytics BV**, llevaron a cabo una investigación que midió y comparó las emociones que dominaron a la audiencia, expresadas en el dominio público por individuos o en las noticias en la semana del 21 al 28 de agosto. Como era de esperarse, la emoción de los *swifties* se disparó. El estudio muestra que, en los días previos al arranque del tour en México, las emociones entre los *swifties* fueron de “sorpresa” y “miedo”. El hecho de que estas emociones fueran las más destacadas entre los internautas se debe tanto al entusiasmo como a las expectativas de los fans. Por

un lado, el hecho de que Ocesa compartiera la lista de restricciones y objetos permitidos 48 horas antes del concierto, llevó a que los fanáticos expresaran su “sorpresa” al enterarse de la noticia y -al mismo tiempo- su “miedo” por no poder conseguir una bolsa que cumpliera con las características establecidas. A la tabla de emociones se suma la inconformidad que manifestaron los fanáticos con la calidad y los precios elevados de los kits de Ocesa. Un día antes del espectáculo, es decir, el 23 de agosto, los fanáticos acudieron al **Foro Sol** para recoger sus **paquetes VIP** y no tardaron en compartir su decepción en redes sociales. Pese a pagar más de 16 mil pesos, la mercancía se quedó lejos de cumplir con las expectativas de los *swifties*, quienes esperaban algo parecido a lo que recibió el público de Estados Unidos. Finalmente, el día del último concierto, los fanáticos también quedaron asombrados al escuchar las últimas dos canciones sorpresa que preparó la cantante para esa noche. Swift presentó versio-

nes acústicas de sus canciones Afterglow y Maroon. Esta última, además de ser favorita del público, ya había sido interpretada anteriormente. Por lo que los fans expresaron “sorpresa” al escuchar esta canción, ya que sería la tercera vez que se repite en lo que va de la gira. En términos de noticias, la investigación muestra una correlación entre la ola de conciertos y el disparo en la emoción de ‘felicidad’. Destaca que entre el 21 y 24 de agosto, la ‘felicidad’ cae, para luego dispararse nuevamente del 24 al 28 de agosto, días en los que se llevó a cabo el ‘The Eras Tour’ en México. El paso de Taylor Swift por México dejó una huella en el corazón de su comunidad y un rastro significativo en el país, con implicaciones económicas tras su visita. **La Cámara de Comercio, Servicio y Turismo de la Ciudad de México (Canaco) proyectó una derrama de más de mil millones de pesos, principalmente derivados de los boletos, servicios de hospedaje, las compras a comercios y ventas de alimentos y bebidas.**



La galleta Oreo difundió campaña

Oreo difundió su campaña “3, 2... Pura Diversión” en alianza con Alpura, ambas marcas unieron fuerzas con el propósito de seguir conectando con sus consumidores e impulsar diferentes momentos de consumo. Esta campaña tuvo presencia en digital y medios tradicionales, así como redes sociales y amplificación con influencers que invitaron a sus consumidores a saborear una combinación perfecta. “Oreo es una marca que constantemente está innovando en su comunicación, con el objetivo de conectar con los consumidores de distintas maneras. Con “3, 2... Pura Diversión” demostramos ser un aliado para las familias en el regreso a clases, dijo Lorena Toro, Sr. Marketing Biscuit Manager.



Carlos Bonilla
carlosbonilla_98@hotmail.com



Teatrikando

La Agrupación de Periodistas Teatrales han decidido posponer su XXXIX premiación hasta el próximo año, 2024.

Estos son los trabajos, obras y brillos estelares que hemos visto y merecen ser tomadas en cuenta como finalistas. Probablemente sean considerados en las ternas y premios especiales que otorgaremos, conforme al programa que haremos llegar.

Resumen julio 2022-agosto 2023

Miguel Sabido, Vicente Ferrer, Ángeles Marín. **Teatro en breve.** Zaide Silvia Gutiérrez, Alejandro Camacho, Luis de Távira, Sandra Galeano, Reynolds Robledo, Jesusa Ochoa, Adriana Reséndiz, Bárbara Colio, **Monólogos de la vagina; Mamma Mia,** Lisset, Marisol del Olmo. **Los musicales de Brodquey, Foro Shakespeare, Foro Círculo Teatral, Foro Off Spring, Twisted Broadway, Todo mundo habla de Jamie,** Geraldine Bazán, **Nosotras lo hacemos mejor. Si te mueres, te mato. Una estrella junto a la luna, Atando cabos,** Beatriz Moreno. Ugo Pako y Joséluiz, Héctor Suárez Gomís, **Helen Keller, Zoológico de cristal,** Sughey Abrego, Valentina Garibay, Lucero Mijares, **La casa de Bernarda Alba, Anastasia, Alzheimer, Tus ojos, Mentidrags, Vaselina, Lagunilla Mi Barrio, Los pandavas, Amor sin barreras,** Ana Paula Capetillo, Axel Muñiz, Biby Gaytan. **Tonta, Academia de Arte Teatral,** Teresa Selma, **Antes del desayuno.** Michel Jauregui.

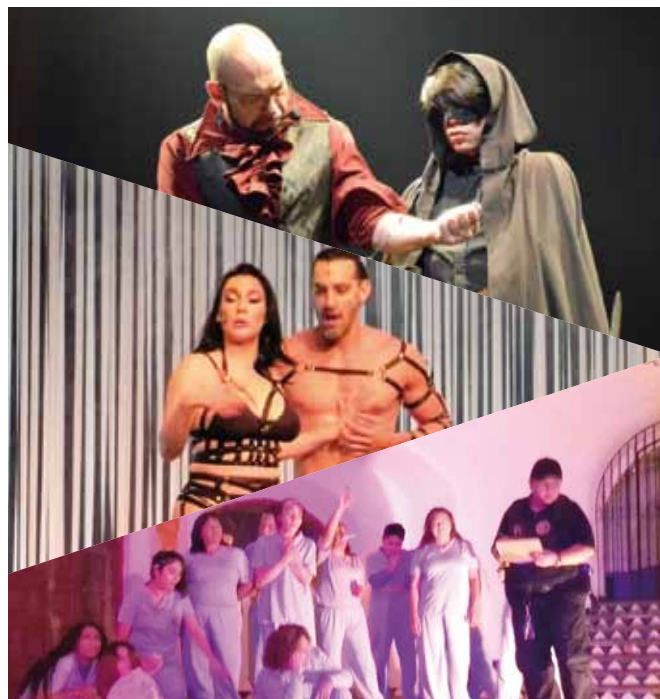
Este es un primer escrutinio, con vistas a integrar las ternas de la premiación Número 39.

El mito del Vampiro, después nada será igual. Performance mágico

Único en su género, **Orgen LaVey** está inmerso en el estudio de los vampiros, por lo que vi, sabe de lo que habla y lo hace muy bien. Un vampiro, es un no muerto que se alimenta de sangre humana para robarles la energía vital, mitología siniestra que sugiere se trata de una deidad demoníaca que nunca desaparece, tal y como lo vemos (menos frente a los espejos), escuchamos, presentimos; se muere sólo con una bala de plata y después, hay que cortarle la cabeza. Es un arquetipo que la literatura ha conservado por siglos, para hacer que Drácula nunca salga del inconsciente colectivo. Sobre la escena otros ayudantes ingresan a mover muebles e introducir objetos que servirán para deslumbrarnos por momentos, no quisiera spoilear ningún detalle, pero 'Drácula' desaparece a algún invitado ante nuestros ojos. Muy bien finalizado y dura menos de hora y media. Lo vi en el Telón de Asfalto, un domingo. Donde se presente, ¡vaya a verlo!.

Alquimia y transmutación

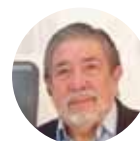
Mujeres presas dentro y fuera de una cárcel. **Arturo Morell** es un personaje muy especial. Dirige pastorelas, organiza festivales de esta misma especialidad. Convoca y realiza la espiral de libros más grande del mundo. Es responsable de un filme profesional que recoge su experiencia, de casi treinta años, al visitar e impartir clases de teatro en casi todos los penales de México y del planeta. Desde hace 2 años es el director de un área del



Gobierno de la Ciudad de México que hace teatro con las reclusas y ex reclusas. Habla de unos días en una cárcel, las vemos vivir dentro de un espacio en que no hay forma de medir el tiempo, donde los sentimientos son pocos y repetitivos. Muy bello y emotivo este espacio arquitectónico dedicado a la cultura, dirigido por **Citlali Fernández, nieta del cineasta mexicano.** Es de felicitar este trabajo catártico para las chicas que actúan para nosotros, los espectadores. Jueves de cada semana, en la casa del 'Indio' Fernández en Coyoacán, reúne muchas virtudes.

Shangri la, un drama para reflexionar

Oscar Villegas es el autor de esta historia citadina. El elenco está formado por Margo Solís, Fernando del Rosario, Adolfo Hernández, Lucio Porto y muchos más. La producción es de Nidia Mora. En tanto, el autor de la parte musical es justamente Fernando del Rosario, quien ha compuesto música y letras de varias canciones muy efectivas. Porque es una drama-comedia (según es la moda llamar dramedy) musical. Dirección de **Abraham Duron.** El tema es el *bullying* en una colonia marginal, donde tienen contacto con más clases sociales y van evolucionando en las acciones hasta llegar al conflicto, objetivo de un drama, el momento climático. Hay escenas de baile en un centro nocturno de ese nombre, Shangri la, vemos lucha libre, peleas de grupo que son realmente difíciles para dirigir y los momentos intermedios, con las emociones de los padres y familiares de los involucrados. Se presenta en el Rafael Solana, de Coyoacán.



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