



PERSONAE

www.revistapersonae.com

ES EXCELENCIA



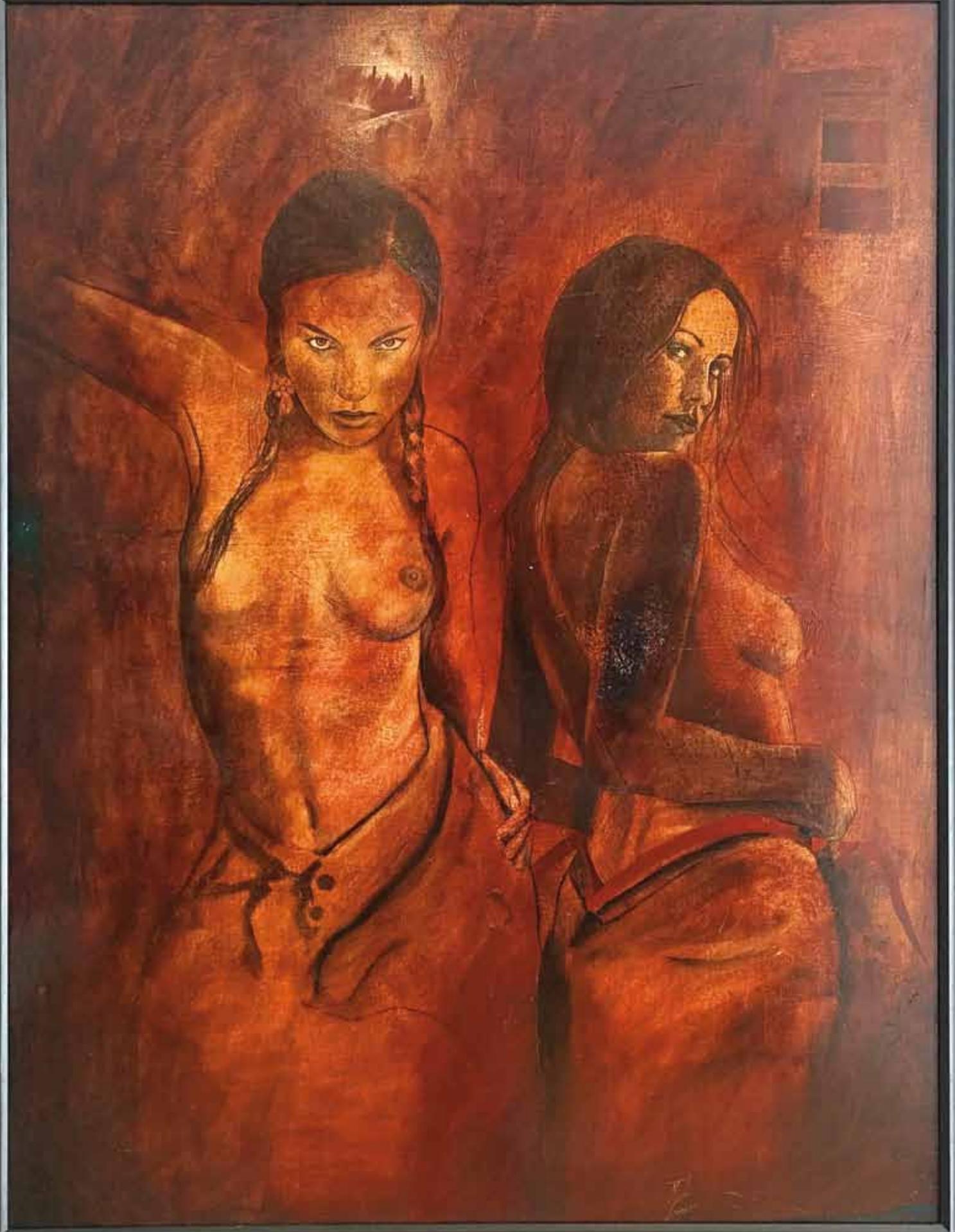
Marco Zamudio

En retrospectiva

Reportajes Arte Teatro Gastronomía Política

No. 301
Diciembre
2024

\$50.00



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

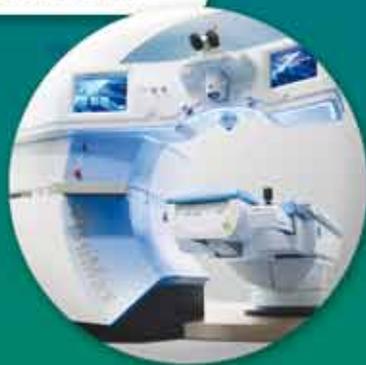


Miopía
Astigmatismo



Primero
en México

Equipo Amaris
de 7a Generación



Nuevo equipo VisuMax
Sin Navajas/Sin ojo seco



5543 1007

UNAM Ced. Prof 2146176
Aut. COFEPRIS 133300201A3440

www.omnilaser.com.mx

04

Actriz
Claudia
Guerrero
Casillas



06

**Comuni-
cadoras**

Sandra
Ortega y
Renata
Turrent



08

Político
Marta
Lamas



10

**Embajador
de Vietnam,
Van Hai
Nguyen**



PERSONAE, Revista mensual
Número 301, Diciembre 2024
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: Rosaura Cervantes

24
Arte



12 **Verso Converso**
¿Estamos solos?

14 **Ambrosía**
Guy Benoit Santoro Salvatore

16 **Gastronomía**
Buffet en Hotel Villa Mercedes...

17 **Misceláneo**
... proteger a tu mascota...
Solitud con compañía
Agradecimiento...

22 **Reporte Político**
En el tema migratorio...

28 **Ex Libris**
John Dos Passos...

30 **Personajes**
Los colores de la vida
Madar. Vuelta al Origen ...

34 **Psicología**
El poder del agradecimiento

36 **Sexualidad**
El misterioso mundo de las caricias...

38 **Mundo Publicitario**

40 **Teatro**
Teatrikando

Mercaderes 163-902
San José Insurgentes
Benito Juárez, 03900, CDMX

revista.personae@gmail.com
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
Margarita Estrada Avila
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](https://www.facebook.com/DiarioImagenOnline)



[@DiarioImagen](https://twitter.com/DiarioImagen)

edicion@diarioimagen





Claudia Guerrero Casillas, actriz, directora & yoguini

Hablamos con una mujer polifacética, actriz, directora, yoguini, coaching. **Claudia Guerrero** nos habla de **Mayo**, obra dedicada a las infancias cuya primera temporada se presenta en el teatro Centro Cultural Helénico... Desde pequeña estudió actuación como una materia en su escuela y yoga con su madre quien también era yoguini: “Siempre supe la inclinación que tenía hacia la actuación y, a diferencia de muchas historias, mis padres me apoyaron muchísimo. A los 17 años obtuve una beca para irme a estudiar fuera, un verano, a una universidad y a partir de eso se definió realmente mi camino y no he cambiado de rumbo, he estado neceándole al teatro con mucha fuerza mucha pasión”.

Pertenece a una generación de actores que combinan varias artes escénicas: “Antes, la formación actoral estaba muy dividida, la gente que se quería dedicar a algo físico, pues se tenía que ir a danza, no había un híbrido como ahora que es teatro físico; como actor, también, tenías que decidir si querías estar en la televisión o querías estar en un teatro más formal, ahora ya las fronteras de eso se han borrado. Las propuestas académicas incluyen mucho el teatro físico, yoga, materias circenses o combate y eso es muy bueno porque la verdad es que la competencia es a nivel global, los actores hoy bailan, cantan, actúan”... “Los actores nos enfrentamos a una mayor competencia, también es cierto que hay más academias formativas, y al haber tantos egresados hay que preguntarnos ¿qué va a hacer el egresado?, ¿De dónde va a comer? Entonces, no hay de otra que incluir en las materias una preparación para que el actor sobreviva, no solamente del teatro, sino también de lo de los medios audiovisuales”, **complementa**.

Siendo la maestra yoga de la Orquesta Sinfónica de Yucatán arrancó proyectos de dirección escénica y decidió estudiar la maestría: “Fue una gran experiencia la maestría, me ha permitido también trabajar desde otro ángulo la escena, llevo ya muchos años en esto y tengo mucho que aportar en la dirección. Me encanta la actuación, ahorita, formo parte del elenco estable de Claudio Valdés Kuri que es Teatro de ciertos habitantes, su compañía, como actriz, las tres carreras coexisten muy bien porque también tengo mi carrera de yoga muy firme”.

Nos habla de Mayo: “Es un elenco interdisciplinario y muchos son bailarines, me ha tocado también aprender cómo dirigir sin yo decir ‘lo haría así’, sino a ver cómo desde la danza, la interpretación hacia la actuación puede estar más fuerte, ha sido muy interesante. Me ayuda muchísimo ser actriz, le entiendo muy bien a las trabas que tienen, a cómo darles notas, a cómo ser más precisa en lo que quiero, y de cómo me gusta que me dirijan a mí”.

“Es la historia de mi abuela, se llamaba María, pero le decían *Mayo*, es una obra que adaptamos para infancias, la retomamos desde sus siete años que fue exiliada y la convertimos en una aventura literaria, porque mi abuela también era amante de los libros y encuadernó su biblioteca, tenía 500 o 600 volúmenes que ella encuadernó con sus manos. La obra está basada en estas dos vertientes, tanto en su viaje de exilio a México y su retorno, como en su viaje literario”, **comenta**.

Reconoce que trabajar para niños nos es sencillo: “Es lo más desafiante, los niños son altamente inteligentes, son el público más exigente porque reconocen perfecto cuando hay algo falso. Tienen muchos estímulos, entonces, tiene que ser algo creativo, llamativo, y que, al mismo tiempo, realmente, se sientan identificados con la propuesta. No estamos tocando el tema político, lo estamos tocando para abrir la mirada de la niña hacia lo que es la aventura, de irse de lugar en lugar, a lo que es coleccionar memorias; es decir, lo abrimos por completo a una mirada infantil y más hay mucha danza y mucha música. Es una obra corta, dura 55 minutos, y está llena de personajes fantásticos, muy dinámica. Tocamos de repente un conflicto en el centro que es la niña que viaja y viaja y viaja dice, ‘bueno, ¿de dónde soy?, ¿cuál es mi identidad?’; pero básicamente estamos haciendo toda la narrativa para estimular la imaginación y dar a los niños esa sensación de que a través de la literatura todo se puede”.

Aunque la primera temporada concluye el 15 de diciembre, ya está apalabrada una segunda en los circuitos teatrales más exigentes, explica: “Tenemos un elenco de muy alta calidad, eso ayuda, y un equipo creativo muy bueno; yo estoy dirigiendo artística y escénicamente, también tengo un coreógrafo muy reconocido en la danza que se llama **Victor Ruiz**. La experiencia de los niños creo que va a ser una sensación de superpoder, la potencia de ser de ser niño y de cruzar la vida. Nuestra idea es que los niños salgan contentos y no nada más dándoles una sensación de contento efímera; yo sí soy partidaria de que la literatura hay que rescatarla y hay que decirles a los niños «mira esto que te va a dar a ti una fuerza de toda la vida»”.

Se describe en sus facetas: “Soy una mujer muy apasionada, muy intensa, muy alegre. Me gusta mucho la vida, me gusta compartir y diría que mi defecto de repente es ser a lo mejor demasiado positiva; anclarme a las realidades negativas me cuesta trabajo. Soy, sobre todo, positiva y eso me ha llevado adelante, a sacarme de muchas dificultades. Como actriz, creo que mi fuerza está en que soy interdisciplinaria, aunque ya hay mucha gente que hace cosas mezcladas en disciplinas. Yo me he formado en muchos terrenos, entonces, tengo la capacidad de estar en la pantalla y también de estar muy fuerte en un escenario con mucha gente, en algo íntimo, y ahí se mezcla un poco mujer y actriz porque me gusta compartir con todo tipo de público y con todo tipo de gente”.

“Como directora, estoy encontrando mi lugar, el liderazgo no es necesariamente este modelo como de autoridad, vertical; más bien trato, de hacer algo horizontal y juntar fuerzas. Como directora, soy muy visionaria, creo que es porque he vivido muchas cosas y también muchas profesiones, entonces, tengo un amplio rango de mirada y veo mucho para adelante o sea tengo la capacidad de ver el resultado, incluso, antes de arrancar el proceso y tengo una fuerza interna muy grande”.

“Como yogui, mi mamá y mi papá me llevaban a meditar cuando tenía 9 años. En realidad, tengo super integrada la parte de yoguini más allá de que llevo una carrera larga dando clases en mi casa, yo ya tenía el modelo que eran mis padres. Mi madre, que falleció hace poquito, era maestra de yoga, también, entonces, yo la veía practicar y nada era algo muy interiorizado en mi familia. He tenido suerte, me han dado unas becas alucinantes de que la vida me ha regalado irme a estudiar a Italia, irme a estudiar a Israel, con maestros hermosos y hermosas que llevo conmigo. Acabo de traducir el libro de mi maestra, Orit Sen Gupta, y va a salir a la luz muy pronto. Más que yo buscar las oportunidades con el yoga, el yoga me ha elegido a mí, me siento muy bendecida por la práctica y por la posibilidad de enseñar. Eso influye mucho en mis otras 3 facetas, porque no es lo mismo una directora histérica que una que practica yoga”.

Mayo, se presenta sábados y domingos a las 13:00 horas en el Foro La Gruta del Centro Cultural Helénico.

Instagram
@claudiaguerreroocas
@teatrodeciertoshabitantes
Claudiaguerrero.org

Josué Cruz 





Los medios públicos en la 4T



Patricio Cortés ✍️

Los medios públicos no sólo cubren las noticias, con frecuencia son noticia y nos encontramos con el cuestionamiento de si son medios del Estado o del gobierno, y algunos los acusan de difundir la ideología de quien está en el poder, en esta ocasión, entrevistadas por separado, hablamos con las titulares de Canal 14 y de Canal 11.

Sandra Ortega Tamez, Canal 14

Sandra Ortega Tamez es directora del Canal 14 del Sistema Público de Radiodifusión del Estado Mexicano desde 2022, dirigió la Gaceta Parlamentaria de la Cámara de Diputados y se ha desempeñado como reportera de prensa y televisión.

Sobre los señalamientos de los que el Canal 14 es propagandista, expone: “Los medios públicos no son medios del gobierno, porque se deben a la sociedad y creo que eso marca una diferencia muy importante, o sea, nuestra obligación no es llevar la voz del gobierno sino informar, obviamente, lo que hace el gobierno, y de muchas otras cosas también”... “Creo que de alguna manera lo que pasa en los medios públicos tiene que ver con lo que pasa en el país; es decir, estamos ante un panorama político en el que las cosas han cambiado mucho y la gente está en una posición de defensa de sus derechos, de muchas cosas que también se reflejan en la manera en la que se cuenta la historia”.

Le cuestiono cómo piensan conseguir audiencias sin transmitir cosas como el reguetón que ya son difundidas por los medios comerciales, expone: “Una de las cosas que nos toca ahora a los medios públicos es construir una mirada, una concepción de lo que es el entretenimiento, porque en el entretenimiento (de los canales comerciales), sí tenemos La casa de los famosos en ese gran paraguas, cosas que consideramos que vulneran la dignidad de las personas, que están cargadas de estereotipos de género. Entonces, tenemos que hacer un entretenimiento distinto y ese es uno de los retos más grandes que tenemos ahora”.

Le comentó que hoy con lo políticamente correcto, el reto es doble porque la audiencia trae una piel muy delgada y todo le ofende, ella difiere: “Es que yo no veo eso, yo lo que creo es que la gente está politizada”.

Sobre los retos de su encargo, destaca: “Soy la directora de canal 14 desde hace 2 años, entonces profundizar el trabajo que hemos venido haciendo, yo creo que en cuanto a un sello te diría dos cosas por un lado fortalecer el proyecto informativo, seguir avanzando en hacer cada vez un periodismo más profesional, más de profundidad, y por el otro diría que el canal 14, es un canal de causas y eso tiene que ver con tener en nuestros contenidos la mirada de mujeres, de la diversidad sexual, de pueblos indígenas que están luchando por sus derechos, por el territorio y también trabajar con la memoria histórica”.

Profundiza en el tema de lo que se entiende por memoria histórica: “Bueno, creo que nos corresponde también contar historias sobre la Historia, seguir haciendo contenidos que hablen sobre la historia de nuestro país, sobre la lucha de los pueblos y hacerlo también de una manera interesante, entretenida. Hemos hecho ya algunas cosas que creo que han sido importantes, hicimos un proyecto muy grande sobre el golpe de Estado en Chile que el año pasado se cumplieron 50 años, hicimos también un proyecto importante sobre Felipe Carrillo Puerto y seguimos trabajando en eso”. “Durante mucho tiempo la manera de historiar estuvo marcada por las personas que tenían el poder y que querían darnos una visión de la historia donde el tema eran los grandes héroes y no las luchas de los pueblos. Los Héroes también son héroes y hay que ponerles en su lugar, pero nos daban una visión muy distinta de la historia y estamos, ahora, en ese trabajo de recuperar la historia desde otros lugares”, **complementa.**





Renata Turrent Hegewisch, Canal 11

Al frente de Canal Once se encuentra Renata Turrent Hegewisch, maestra en políticas públicas por la Universidad de California en Los Ángeles (UCLA) y licenciada en Economía por el Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Monterrey; pero más allá de sus cartas académicas ha destacado como analista política en medios de comunicación públicos y privados en la mayoría de los casos defendiendo posturas afines a Morena.

Expone que cuando participaba en programas de análisis de Televisa era la televisora quien le pagaba, pues no ostentaba ningún cargo público, no obstante, refiere: “Éramos analistas de ese medio; sin embargo, todo lo que íbamos a decir nosotras era calificado como propaganda y todo lo que iban a decir los representantes del conservadurismo no era calificado como tal sino como una opinión independiente”.

Sobre la inclusión en el canal declara: “El once va a tener tiene un programa que se llama Verdrag y otros más que van a continuar. En la televisión pública no se va a dar marcha atrás porque nos conducimos en línea recta y somos gente de izquierda y vamos a atender derechos de todas las personas y eso se verá reflejado en la televisión pública”.

A pocas semanas de asumir el cargo, le preguntamos qué sorpresas, positivas y negativas, se encontró al llegar: “Bueno, positivas, es una cantidad de gente con un amor a la institución, que la verdad no puedo expresar el honor que me da dirigir ese espacio. Es gente comprometida, gente que lleva trabajando 20, 30 años ahí, que conoce las entrañas del canal y que pone su vida su trabajo su todo, todo, todo para mejorar y eso es lo más precioso. Eh... cosas feas... No, no es que no quiera decirlas, es que todavía no las encuentro; pero las cosas que se puedan mejorar, pues las vamos a mejorar”.

Si bien, se suele decir que nadie ve el canal que hoy dirige, la realidad es distinta: “Fíjate que, en mi primer día, le decía yo a los compañeros y compañeras que trabajan ahí que no creo que haya un solo mexicano que no conozca el Canal Once y eso nos pone en una responsabilidad muy fuerte, pero también nos toca seguir construyendo esa dignificación de los medios públicos y ese fortalecimiento de lo que es el Canal Once en particular, pero en general los medios públicos. Creo que este sexenio vamos a transitar a que los medios públicos también lleguen a otros espacios, a redes sociales, a YouTube y que se poco a poco se transformen”.

También la cuestionamos sobre los señalamientos del uso de los medios públicos como medios de propaganda, responde: “Los medios públicos tienen que representar a la sociedad mexicana y eso significa que también se tiene que ver la opinión de las mayorías y el 70% está a favor de un proyecto de transformación, eso se tiene que reflejar. Eso no significa que no exista una pluralidad en términos políticos; pero también en otras cuestiones, también en cultura tiene que representar a la sociedad mexicana como tal. Entonces tiene que haber diversidad”.

La pregunta consecuente es si seguirá habiendo voces de derecha en el canal, la funcionaria morenista, expone: “Pues tiene que representar a toda la sociedad porque es un medio del Estado no es un medio de gobierno; entonces, va a haber... Tiene que haber una diversidad de opiniones, de programas de todo, que todo mundo se sienta representado en maneras diferentes a la forma en la que refleja la opinión pública”.

La desaparición del programa *Primer Plano* donde había voces disidentes al gobierno fue visto por muchos como una forma de censura, la entrevistada explica: “No, no se censura a nadie, fue una decisión porque se terminó el contrato, llevaba el programa 25 años. Se acabó el contrato, de hecho, el 30 de septiembre, antes de que yo entrara y se va a reformar la barra de opinión”.

Para concluir, le pregunto sobre el reto de hacer televisión en una etapa donde hay amplios grupos con la piel muy delgada y se sienten atacados muy fácilmente, declara: “Mira en los medios públicos tiene que haber una base mínima de respeto, de verdad. Entonces, más allá de si la piel es gruesa o delgada, el contenido que se produce en la televisión pública tiene que ser de contenido, de calidad, que no difunda mentiras, que no difame a nadie. Debe tener ciertos márgenes de respeto a las audiencias como cualquier televisora; pero, en específico, la televisión pública”.





Marta Lamas, el feminismo del 2024

Hay nombres que irremediablemente nos remiten a una causa y viceversa; así es la relación del Feminismo en México y **Marta Lamas**. Por más de medio siglo ha luchado por los derechos de la mujer; es antropóloga que combina el trabajo académico con el activismo social como pocas, charlar con ella en estos tiempos es un pendiente que no podíamos dejar pasar.

Es investigadora en el Centro de Investigaciones y Estudios de Género de la Universidad Nacional Autónoma de México; fundó la revista FEM, cuenta con más de una decena de libros publicados y cientos de artículos; ha sido colaboradora en los más importantes medios nacionales; su voz se escuchó cuando la Suprema Corte de Justicia se pronunció a favor de los derechos de las mujeres en temas de salud reproductiva.

¿Cuál es su diagnóstico de la situación de los derechos de la mujer en México este 2024? Mi diagnóstico es que estamos mejor que hace cincuenta años que entré al movimiento feminista y que todavía nos falta un trecho y que la nueva presidenta no es un hada que tenga una varita mágica y que no porque ella entre se van a acabar los feminicidios. Ella va a atacar las causas, a sentar las bases para que, en algún tiempo, con la colaboración de muchas otras fuerzas sociales y de los grupos políticos, podamos enfrentar un problema tan grave como el de la violencia, no solo contra mujeres, también contra los hombres. Tenemos un país destrozado con muchas desapariciones, secuestros, asesinatos y eso tiene que ver con el capitalismo.

En este sexenio que recién acabó ¿avanzamos? Creo que arrancamos en algunos campos y en otros no. Yo creo que sí se han hecho cosas muy buenas, en algunos terrenos, pero, por ejemplo, en el terreno de la salud, no. Entonces, me parece muy importante que en este sexenio pues hayan puesto alguien como al doctor Kershenobich de secretario de Salud y que se está pensando en realmente hacer un servicio universal de salud. No hay gobernante perfecto, nadie puede hacer todo al mismo tiempo, maravilloso, se hicieron muchas cosas buenas, falta. Claudia va a hacer cosas buenas y va a faltar.

Entrevisté a varias diputadas y senadoras con una trayectoria de lucha de género en el sexenio que se acabó y como que no estaban muy contentas, aun siendo algunas de Morena, esperaban que se tomaran banderas como los derechos reproductivos. “A ver (su tono se torna enérgico), en este sexenio con Andrés Manuel se legalizó el aborto en 18 estados, legalizar el aborto no es una decisión del presidente es una decisión de cada uno de los congresos, somos una república federada. No pregunte solo por el expresidente.

Por eso, en el sexenio, lo que digo es eso, es una responsabilidad de cada uno de los estados. Claro que falta mucho, nos faltan todavía 17 estados por legalizar, se acaba de legalizar en Michoacán; falta, pero se ha ido avanzando y es un tema donde el adversario principal es la Iglesia Católica y las iglesias evangélicas. Entonces, tampoco es que esté fácil”.

En algún lugar leí que usted también ha hablado sobre el **mujerismo.** “Yo hago una diferencia entre *feminismo* y *mujerismo*. **Feminismo** es un proyecto de emancipación de toda la sociedad, de transformar la sociedad transformando la relación entre los hombres y las mujeres y tratando de que la diferencia sexual no se traduzca en desigualdad social y política. El **Mujerismo** es una tendencia de pensamiento que cree que las mujeres por ser mujeres sufren más, son más víctimas, son más buenas, no son corruptas, etcétera, etcétera. Yo eso no lo creo, **yo creo que las mujeres somos seres humanos iguales que los hombres y que puede haber mujeres buenas y puede haber mujeres malas. Entonces para mí son dos cosas distintas, una cosa es feminismo y otra es mujerismo**”.

En ese mismo sentido, en algún evento, algunas consejeras electorales decían que ya se está abusando del tema de violencia política de género, pues cualquier crítica a una mujer política ya dicen que es violencia de género y se está *banalizando* el término. “También creo que es cierto, o sea, la política es un tema, digamos, de lucha, de negociación, de catorrazos, es rudo. Si te subes al ring no te sorprendas pues que te den un nocaut y eso no necesariamente es violencia política de género. Entonces yo ahí tengo diferencias”.



El hecho de que vayamos a tener una Secretaría de la Mujer, ¿qué tanto es un avance real o solo cambiará el papel membretado? Sí es un avance real, porque el Instituto de las Mujeres aunque ha hecho cosas muy buenas y muy interesantes, no tenía las atribuciones para echar a andar muchas cosas de política pública. En cambio, ahora se hace secretaria, va a estar sentada en el gabinete y van a tener que escuchar cuestiones de política pública. Me parece no solo una buena decisión, sino que es muy buena la designación que sea la titular, Citlalli Hernández, una feminista joven de 34 años con una cabeza de una inteligencia política, me parece un gran acierto.

Hace 50 años, cuando usted era una joven feminista, ¿cómo se imaginaba que iba a estar México en este momento? No me imaginé que íbamos a llegar tan pronto a tener una presidenta mujer, estoy muy contenta, o sea, no se imagina.

En cuanto a los derechos de la mujer en general, ¿creía que íbamos a avanzar o lo vea como una causa perdida? Sí éramos bastante optimistas, sabíamos que íbamos para adelante. Nunca me imaginé que íbamos a encontrar tantos obstáculos y que iba a ser tan lento, pero ya no hay retroceso, yo **sí creo y que estamos mejor, ahorita, que hace 50 años.**

¿Cómo encontrar un punto medio, donde yo pueda defender los derechos de la mujer, pero que los hombres, mi género, no se sientan confrontados y/o agredidos? Porque hoy en las prácticas de sobremesa se refleja preocupación...

A ver, yo creo que, así como las mujeres tuvimos que aprender que cuando se hablaba en masculino, “los aquí presentes, ciudadanos mexicanos”, las mujeres nos teníamos que sentir incluidas, los hombres progresistas de hoy se tienen que sentir incluidos en el discurso de que es tiempo de mujeres.

¿Cuál es la cereza del pastel?, ¿qué es lo que usted le diría, esto es lo con lo que soñé? ¿qué nos faltaría, qué le gustaría que se aprobara? El Sistema Nacional de Cuidados que ya lo tiene en la cabeza Claudia y que lo va a echar a andar. Eso va a ser la palanca fundamental para resolver conciliación trabajo-familia, va a ser la gran diferencia, eso es lo que frena a muchísimas mujeres, la carga del cuidado de los hijos, de los maridos, de las personas enfermas, de los viejitos. Un Sistema Nacional de Cuidados tampoco se va a poder echar a andar solo en un sexenio, vamos a necesitar dos sexenios por lo menos; eso va a ser lo que va a cambiar la relación de desigualdad entre hombres y mujeres.

No nos podemos despedir sin que la activista nos desglose un concepto de moda: “Tiempo de mujeres no es tiempo de revancha, no es tiempo de que ahora se *chingan* los hombres porque ya llegamos. Es tiempo en donde la problemática de las mujeres, esta problemática de conciliar trabajo y familia se pone al centro como una palanca para transformar la sociedad para todes”.



Patricio Cortés 



Van Hai Nguyen, embajador de Vietnam en México

Cuando en México escuchamos la palabra Vietnam, generalmente nos remite al nombre de una guerra, pero es mucho más que eso, es una nación de creciente importancia, y hoy entrevistamos a su embajador **Van Hai Nguyen**.

De entrada, nos habla de las coincidencias: “Vietnam y México, aunque separados por medio mundo, comparten muchas similitudes en cuanto a historia y cultura. Ambos países poseen una rica historia milenaria, una cultura vibrante y son naciones multiétnicas (México con 68 grupos étnicos y Vietnam con 54). La gastronomía en ambos países es variada y rica, cuentan con paisajes naturales impresionantes, con numerosos sitios reconocidos como Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO. Además, tanto Vietnam como México lograron su independencia del colonialismo, valoran profundamente la libertad y la paz, y comparten una política exterior basada en el respeto a la independencia, la soberanía, la integridad territorial y el derecho de autodeterminación de los pueblos, sin intervenir en los asuntos internos de otras naciones”.

“Con la expansión continua de las relaciones entre ambos países en todos los campos, Vietnam cree que ha llegado el momento de elevar las relaciones bilaterales a una asociación integral, proporcionando así un marco para una cooperación bilateral más sustantiva y profunda. En 2025, ambos países celebrarán el 50 aniversario del establecimiento de relaciones diplomáticas. Este es un hito importante en la historia de las relaciones entre nuestros países y un momento propicio para impulsar visitas bilaterales de alto nivel, firmar el acuerdo para elevar las relaciones de nuestros dos países a una asociación integral, así como otros acuerdos de cooperación bilateral”.

Refiere: “Desde la entrada en vigor del Acuerdo Integral y Progresista de Asociación Transpacífico (CPTPP), el comercio bilateral ha experimentado un crecimiento significativo, con un promedio del 13.6% anual durante los cinco años de 2017 a 2022. Para impulsar las relaciones económicas y comerciales, ambas partes han establecido un mecanismo de Comisión Mixta sobre cooperación económica, comercial e inversión, habiéndose celebrado hasta la fecha tres reuniones”.

“Ambos países pueden aprovechar sus economías complementarias; Vietnam, con su destacada capacidad en la producción de textiles, calzado, electrónicos y productos agrícolas y México con su fortaleza en minerales, manufacturas y agroalimentos tienen una oportunidad única para diversificar sus mercados. Establecer ferias bilaterales, reducir barreras arancelarias y facilitar procesos aduaneros son pasos esenciales para impulsar un comercio dinámico y equitativo. La inversión conjunta puede ser un motor clave para el desarrollo de ambos países. Sectores estratégicos como la manufactura avanzada, las energías renovables y la tecnología agrícola ofrecen un terreno fértil para la creación de empresas conjuntas y la participación mutua en zonas económicas especiales. Regiones en México y las zonas económicas de Vietnam pueden convertirse en epicentros de colaboración y crecimiento compartido”, **propone**.

El intercambio de visitantes es otra área de oportunidad:

“El turismo, como un lenguaje universal, tiene el poder de conectar corazones y mentes. Vietnam, con su bahía de Hả Long y su cultura milenaria, y México, con las playas de Cancún y su riqueza histórica, pueden ser destinos irresistibles para los turistas de ambos lados del Pacífico. Campañas conjuntas de promoción, rutas culturales temáticas y la posibilidad de establecer vuelos directos entre ciudades clave abrirían caminos nuevos para el descubrimiento y la conexión”.

De los retos de su nación en el mediano plazo destaca:

“La diversificación económica es crucial para reducir la dependencia de mercados clave como China, Estados Unidos y la Unión Europea, mientras que el fortalecimiento del mercado interno permitirá un crecimiento más sostenible. Al mismo tiempo, la vulnerabilidad al cambio climático, especialmente en el delta del Mekong, exige inversiones en infraestructura resiliente y energías renovables. Aunque el país ha avanzado en infraestructura, es necesario modernizar carreteras, puertos y sistemas logísticos para mantener su competitividad. Además, la demanda de mano de obra calificada sigue en aumento, destacando la urgencia de mejorar la educación técnica y las habilidades digitales para aprovechar la economía 4.0. A nivel institucional, Vietnam debe fortalecer la transparencia y la lucha contra la corrupción para

atraer más inversión y fomentar un entorno empresarial confiable. También enfrenta el reto de reducir las desigualdades regionales y sociales entre las áreas urbanas y rurales, mientras responde a una creciente demanda de energía mediante la transición hacia fuentes renovables. Abordar estos desafíos de manera integral será esencial para que Vietnam no solo mantenga su ritmo de desarrollo, sino que también afirme su posición como una de las economías más dinámicas de Asia en las próximas décadas”.

“Vietnam ha adoptado una serie de estrategias integrales para superar los desafíos que enfrenta en el mediano plazo, enfocándose en la sostenibilidad, la modernización y el fortalecimiento de sus capacidades internas. En el ámbito económico, el país está diversificando sus mercados de exportación mediante acuerdos de libre comercio, al tiempo que fomenta sectores estratégicos como la tecnología y la manufactura avanzada para reducir su dependencia de industrias tradicionales. Frente al cambio climático, hemos asumido compromisos ambiciosos, como alcanzar la neutralidad de carbono para 2050 e invertimos en energías renovables y proyectos de protección ambiental, especialmente en el delta del Mekong. En infraestructura, se están desarrollando grandes proyectos como la expansión del aeropuerto de Long Thanh y nuevas autopistas que mejoren la conectividad regional. En cuanto al capital humano, el gobierno está priorizando la formación técnica, el aprendizaje digital y el dominio del inglés para preparar a su población joven para la economía global. Además, las reformas institucionales están simplificando trámites, fortaleciendo la transparencia y luchando contra la corrupción, mientras que, en el ámbito digital, la estrategia *Make in Vietnam* fomenta la innovación tecnológica y el crecimiento de *startups* locales. Para reducir las desigualdades regionales, se están implementando programas que mejoran la infraestructura, la educación y el acceso a servicios básicos en zonas rurales y montañosas, cerrando brechas económicas. En el sector energético, Vietnam apuesta por energías renovables, diversificación de fuentes y tecnologías de eficiencia energética para garantizar un suministro sostenible. Estas medidas reflejan un compromiso firme con el desarrollo equilibrado, sostenible y competitivo, posicionando al país como un actor clave en la economía global”, **expone.**

El entorno internacional también impacta: “En el contexto de las guerras y tensiones geopolíticas actuales, como el conflicto entre Rusia y Ucrania, Vietnam ha enfrentado desafíos adicionales. El aumento de los precios de la energía y las materias primas ha presionado los costos de producción y ha generado



inflación interna, afectando tanto a las empresas como a los consumidores. Además, las tensiones comerciales y los cambios en las cadenas globales de suministro han obligado a Vietnam a adaptarse rápidamente, buscando diversificar sus mercados de exportación y fortalecer su autosuficiencia económica”.

Se toman medidas: “Vietnam ha demostrado una capacidad notable para mitigar estos impactos. La implementación de políticas fiscales y monetarias efectivas, junto con estímulos económicos, ayudó a sostener el crecimiento del PIB y apoyar a las empresas y trabajadores afectados. Además, la rápida recuperación del turismo tras la reapertura internacional y la participación en acuerdos comerciales como el CPTPP, RCEP y otros han permitido a Vietnam mantenerse competitivo en el comercio global. Aunque los desafíos persisten, el país está aprovechando las crisis como una oportunidad para diversificar su economía, impulsar la digitalización y fortalecer su resiliencia ante futuras incertidumbres globales”.

El nombre oficial de su país es República Socialista de Vietnam, nos explica que el Estado se fundamenta en la ideología del marxismo-leninismo y el pensamiento de Ho Chi Minh, desempeñando un papel central en la gestión de los recursos y la economía, con el objetivo de garantizar la equidad, reducir las desigualdades y mejorar la calidad de vida de toda la población. Sin embargo, refiere: “Para enfrentar las dificultades económicas del país, desde la década de 1980, Vietnam ha implementado reformas significativas bajo el programa conocido como Doi Moi (Renovación). Estas reformas introdujeron elementos de la economía de mercado dentro del sistema socialista, permitiendo la coexistencia de sectores públicos y privados. Esto ha llevado a un modelo híbrido conocido como economía de mercado con orientación socialista donde el desarrollo económico se combina con objetivos sociales como la erradicación de la pobreza y el acceso universal a la educación y la salud”.

Antes de despedirnos, cabe destacar que la embajada se encuentra de manteles largos ya que este diciembre está festejando el 80 aniversario de la fundación del Ejército Popular de Vietnam y 35 del día de defensa de todo el pueblo: “El hecho de que el Partido Comunista y el Estado de Vietnam consideran día 22/12/1989 como día de Defensa de todo el pueblo, no solo demuestra la herencia de la tradición de nuestra nación de que todo el pueblo lucha contra el enemigo para defender el país, sino que también continúa afirmando el punto de vista del Partido que todo el pueblo participa en la protección y construcción del país, con las fuerzas armadas populares de Vietnam desempeñando el papel central. Por eso, el día de Defensa de todo el pueblo también es una buena oportunidad para difundir ampliamente el noble imagen de los soldados de Tío Ho, educar el patriotismo y el amor al socialismo, mejorando así el entendimiento de la responsabilidad de todo el pueblo en la construcción de una defensa nacional fuerte para todos asociado con una postura sólida de guerra popular y al mismo tiempo alentar a todo el pueblo a encargarse a construir las fuerzas armadas del pueblo, construir el Ejército Popular fuerte que podrían cumplir todos los requisitos generados por la misión de construcción y protección de la Patria en la nueva era, nueva situación”, **concluyó.**

Patricio Cortés 



¿Estamos solos?

Carlos Miguel Valdés González ✍

Nos ha pasado seguramente, que aun estando rodeados de mucha gente, nos sentimos completamente solos, como en el caso de encontrarnos en un aeropuerto extranjero en donde no hablamos la lengua local, y más aún cuando el alfabeto es diferente al nuestro. Algo similar nos sucede con nuestro Planeta Tierra, en que nos sentimos solos. Todos tenemos acceso al espacio, nos rodea y lo podemos observar simplemente volteando hacia arriba. De día sólo observamos un cielo azul, poco frecuente en grandes ciudades, como la de México, que debido a la contaminación tenemos un cielo gris-café, o de noche, donde debido a su gran cantidad de luz artificial, reducen la cantidad de estrellas y planetas visibles, comparados con lugares aislados o fuera de esta contaminación lumínica, nos permite ver imágenes extraordinarias. Por eso, nuestros antepasados ponían mucha atención a lo que pasaba en el cielo y probablemente tenían muchas dudas y preguntas sobre lo que veían. ¿Cómo observar o alcanzar algo tan lejano como las estrellas? El primer telescopio se le atribuye a Galileo Galilei en 1609, cuando ya se tenía conocimiento del uso de lentes para mejorar la visión. El primer vuelo en aeroplano se realizó en 1904, por los hermanos Wright. Claro ya desde antes los Mayas eran expertos en la observación del cielo y sus construcciones son testigos de los alineamientos que hacían, para vigilar el espacio. También sabemos que tenían gente especializada, a quienes mantenían en total oscuridad hasta que llegaba la Luna nueva, entonces salían a observar el cielo con unos ojos muy sensibles a la escasa luz de los objetos espaciales. Aprovechando que abordamos el tema de **los Mayas, también respetaban y protegían a los cenotes en la zona de la Península de Yucatán**, y probablemente se preguntaban su origen, ya que los cenotes eran la puerta al inframundo, pero fue hasta finales de los 70, que, interpretando datos de búsqueda de petróleo en la zona, se establece que **la ubicación y formación de los cenotes tiene que ver con el impacto del meteorito Chicxulub hace unos 60 mi-**

llones de años. Si un evento similar se presentara en la actualidad, pondría en riesgo la integridad de toda la humanidad, por eso la vigilancia y conocimiento del espacio es muy importante. Para entender las dimensiones del espacio, es necesario adaptar nuestras unidades de medida. Las distancias se miden por el tiempo que tarda la Luz en recorrerlas, y sabemos que la velocidad de la luz es de 300,000 Kilómetros por segundo. A esa velocidad, la distancia entre la Luna y la Tierra es recorrida por la luz

en 1.2 segundos, y la distancia entre el Sol y la Tierra, en 8 minutos y 20 segundos. Con esa velocidad llegaríamos de la CdMX a Tijuana, que está a 2,775 Km, en una centésima de segundo. **La estrella más cercana a la Tierra es Próxima Centauri** (a unos 38 millones de millones de kilómetros), y tardaríamos 4.3 años, viajando a la velocidad de la luz, para llegar a ella. Se acerca la fecha de los Reyes Magos, quién no recuerda al **Cinturón de Orión (Alnitak, Anilam, y Mintaka)** representándolos, esas estrellas están a

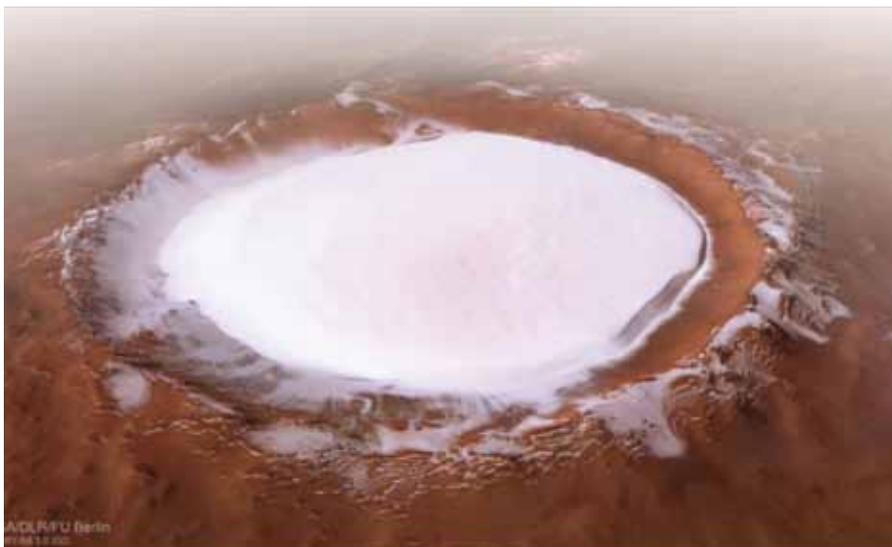


Galaxia Andrómeda. Imagen del Telescopio Espacial Hubble.

una distancia de entre 1,200 y 2,000 años luz: los Reyes Magos viajan rápido, sin duda. También las dimensiones en el Universo, son difíciles de comprender. Nuestra colonia, por así llamarla, la Vía Láctea, para recorrerla de un extremo al otro, requerimos de 100,000 años luz. Imposible pensar en un viaje que tarde esa cantidad de años, viajando a esa velocidad. En nuestra Galaxia hay 250,000,000,000 de estrellas. Si pudiéramos vender cada estrella a \$1 un peso, si es que alguien no es su dueño y nos las compra, le podríamos dar \$1,923 a cada mexicano y mexicana. Pero para quedar aún más atónitos, existe la **Galaxia IC 1101**, y si de nuevo, pudiéramos vender cada una de sus estrellas a un Peso, obtendríamos la suma de \$769,230 Pesos para cada uno de los habitantes de México. Esa podría ser una forma de solucionar el presupuesto del país. El astrónomo **Carl Sagan** dijo “Hay más estrellas en el Universo, que granos de arena en todas las playas del mundo”, alguien más corrigió que serían al menos 186 estrellas por cada grano de arena. Entonces, si en nuestro Sistema Solar existimos 9 planetas, imaginemos cuántos posibles planetas habrá en el Universo y por ende de algún tipo de inteligencia y planetas habitables para el ser humano. El avance en viajes al espacio ha sido sorprendente en los últimos años. Un hombre, **Elon Musk**, con una empresa SpaceX de 13,000 personas, logró que de dos despegues en 2010, se tengan ahora, en tan sólo este año más de 150. La última nave espacial el “Starship”, tiene eventualmente como destino Marte. La exploración de lugares alternos para el humano es cada día más intensa, y llena de retos. **No sólo tendremos que modificar las velocidades de nuestros transportes para llegar a grandes distancias, sino adaptarnos a las características de otros posibles mundos habitables, que deben ser similares a nuestro planeta.** Si el planeta es más grande o más pequeño que la Tierra, nuestra estructura anatómica no podrá funcionar adecuadamente, en unos lugares sería imposible levantarse del suelo y en otros un brinco nos elevaría decenas de metros, más la atmósfera con oxígeno, agua, y temperaturas similares, serán necesarias para permitirnos vivir ahí. **Debe existir algún lugar similar a la Tierra, pero ¿dónde y a que distancia?** Estos son retos científicos y de investigación que deben ser abordados y



El Starship, continúa con exitosos despegues y aterrizajes



Se ha descubierto agua congelada en Marte. Pero se requieren más cosas para ser habitable por humanos.

para los cuales se requieren importantes presupuestos. **Las Instituciones de Educación Superior cuentan, algunas, como la UNAM con un Instituto de Astronomía y con un Programa Espacial Universitario, pero se necesitan muchos más y de nuevo, recursos para su correcto funcionamiento.** Si tienen la oportunidad, visiten el **Planetario Luis Enrique Erro**, ubicado en el Instituto Politécnico Nacional en CdMX, entrada \$55 pesos, o el **Planetario José de la Herrán en Universidad en Ciudad Universitaria**, \$90 pesos + \$15 por función, o el **Observatorio Calvius en la Universidad Iberoamericana**, sin costo. Por lo pronto, es necesario cuidar y conservar nuestro Planeta, pues otros lugares en donde vivir, no estarán al alcance muy pronto.



Guy Benoit Santoro Salvatore, el chef que prestó su voz para la película Ratatouille

El chef Guy Santoro es una de las grandes figuras destacadas de la alta gastronomía internacional y para esta temporada decembrina nos comparte recetas con sabor a Francia... Nació en Bergerac, Francia, cerca de Burdeos, provincia la Dordogne. Su hermana mayor -de entonces 18 años- y su mamá le transmitieron la pasión por la cocina. Era una familia de 10 personas, quienes se reunían en cada comida y cena, además, envasaban conservas y atendían a los animales de granja. La pasión por cocinar para los demás y alagar sus paladares, le atraía mucho, primero fue para su familia y más tarde para los clientes del restaurante, y qué decir del ambiente que reina en una brigada de cocina donde todo es organizado, cada partida haciendo su trabajo con disciplina, escuchando los consejos del maestro chef y después reunirlos en un menú. ¡Era extraordinario y maravilloso! Una sensación de no estar perdiendo el tiempo nos dice el chef Guy.

• ¿Cómo comenzó tu carrera?

Trabajando en un Relais & Chateaux llamado la Reserve a Pessac cerca de Burdeos, donde tuve la oportunidad de aprender de dos chefs talentosos que me transmitieron este don por la buena comida, la buena compra, el buen producto del terroir, y en un evento y congreso de los Relais Chateaux, se juntaron en la cocina chefs como Paul Bocuse,

Jean y Pierre Trois Gros, Michel Guerdard, Joel Robuchon... Apenas yo tenía 20 años en esa época con mi sueño de trabajar y llegar a mi objetivo de ser chef.

• La comida que le inspira

Me inspira la comida francesa por su técnica y su diverso terroir, la italiana por sus productos bien mediterráneos, la comida mexicana por sus ingredientes tradicionales e indígenas, y la diversidad de platillos del norte al sur, es una diversidad cultural impresionante, de ahí sale la cocina del restaurante **Almara** que fusiona creatividad y tradición. Me inspira todo tipo de comida, mi pasión es emplear mi biblioteca de sabores, siento una emoción cada vez que pruebo alguno espectacular, lo grabo en mi memoria, y cuando estamos en la parte creativa de un platillo, es donde esta reserva de sabores, emociones y sensaciones interactúan para una propuesta. Los ingredientes que no deben faltar nunca en mi cocina son el aceite de oliva, sal, pimienta, todas las hierbas finas, ajo y especias, todos estos son una base fundamental para sazón, sabores y sutilidad.

Guy Santoro llegó a México para dirigir la cocina y ocuparse del desarrollo de concepto para la apertura del restaurante Au Pied de Cochon y 5 años después, es nombrado Chef ejecutivo del grupo Hoteles Presidente InterContinental al frente

de sus restaurantes L'Alsace, La Taverne, Alfredo Di Roma, Zen Shanghai, Palm, Balmoral, La Chimenea, Frutas y Flores, además del área de banquetes. En 2001 el restaurante Au Pied de Cochon bajo su dirección fue seleccionado como "Mejor Restaurante de México" y ese mismo año, Guy Santoro le otorgaron el premio "US Meat Export Federation" y nombrado "Chef del Año de las Américas" del grupo InterContinental Hotels en 2002. En su larga trayectoria ha obtenido numerosos premios y reconocimientos, más su voz fue seleccionada por el equipo de Walt Disney para participar en una de las escenas icónicas, que le da un giro sensacional a la historia de Ratatouille... Presten atención al comensal que dice "-La sopa es excelente, pero...". Tuve el placer de conocerlo en la celebración de los 100 años del Restaurante El Porvenir, el lugar más célebre del puerto de Tampico, donde tuve una participación conjunta con todos los chefs ahí reunidos, en la decoración y presentación de los platos de la cena maridaje.

Para este fin de año se sugiere maridar su cena con: El Champagne Veuve Clicquot Brut.

Atributos de vista: amarillo oro, burbujas, finas. Atributos de nariz: vainilla, tostado (brioche). Atributos de boca: afrutado (melocotón, mirabel, pera). Veuve Clicquot es el champán de la casa. Dominado por Pinot Noir, ofrece un equilibrio perfecto de estructura y delicadeza. Hace un excelente maridaje con el consomé de champiñones. **Saint - Emilion Grand Cru Classé.** Es un vino intenso y complejo en aromas: notas de frutas negras maduras, notas de café, de cuero, de tabaco, de vainilla y algo de piso mojado. Es de tanino alto. Perfecto maridaje con el filete de morillas, resalta sus cualidades y crea una experiencia placentera en el paladar.

Mi agradecimiento al Chef Guy Santoro por el tiempo y la atención brindados en esta entrevista.

¡Les deseo lo mejor para estas fiestas y que tengan siempre salud y amor!



Sommelier Especialista en Vinos
Josefina Fernández Cueto



**Medallón de Res con Morillas,
Gratín de Macaroni con Trufas, Puré de Chicharro**
Porción: 10 Personas

• **Ingredientes:**

2 Kg Filete de res (10 medallones de 200 Gr.), 200 gr de Morillas, 150 gr de Echalote, 50 gr de Mantequilla, 80 ml de Aceite de olivo, 20 gr de Sal, 5 gr de Pimienta Blanca Quebrada

• **Para el Puré de Chicharro**

430 gr de Chicharro, 50 gr de Mantequilla, 30 pz Chicharro Chino, Sal, Pimienta

• **Para el Gratín de Macaroni**

50 gr de Trufa, 250 gr de Pasta Macaroni, 50 gr de Mantequilla Clarificada, 1 dl de Aceite de Olivo, 24 Hojas de Perejil, 1 Cuchara de Sal Gruesa, 2.5 lt Agua, Sal, Pimienta

• **Para la Salsa Oporto**

200 gr de poro, 200 gr de Echalote, 15 Cl de oporto, 20 Cl de Fondo de Ternera, 3 de Ramas de Tomillo, 30 gr de Mantequilla, Sal, Pimienta

• **Para la crema Gourmande**

200 gr de Crema Lyncott, 1 pz de Yema de huevo, 30 gr de Queso Rallado Parmesano, 30 gr de Queso Rallado Gruyere, 3 gr de Sal, 1 gr de Pimienta

Preparación del Puré de Chicharro

Cocer los chicharos en agua hirviendo, una vez cocido escurrirlos, reducir en puré con el procesador y pasar la pulpa al tamiz. Colocar el puré en una cacerola, agregar la mantequilla y sazonar de sal y pimienta. Reservarla. Blanquear en agua hirviendo los chicharos durante 4 minutos, escurrirlos y saltear con mantequilla, sazonar de sal y pimienta.

Preparación del Macaroni

Cortar las trufas en juliana finamente y reservar. Montar la crema lyncott en el recipiente de una batidora, agregar la yema, incorporar los quesos parmesanos y gruyere bien picado, sazonar con sal y pimienta. Hervir una cacerola de agua con sal grueso, agregar y cocer la pasta macaroni durante 10 minutos. Escúrelas y colocar en una charola, agregar el aceite de olivo.

Colocar 7 macaronis en un aro de 3.5 centímetro de diámetro parado, sobre una charola de servicio, rellenar los macaronis de puré de chicharro con una manga adecuada a la mitad, disponer encima la juliana de trufa, salsear de crema gourmande y poner a gratinar en la salamandra durante 2 a 3 minutos. Reservar para el montaje final.

Preparación de la Salsa

Filetear las echalotes y el poro finamente, calentar una cacerola con aceite de olivo, agregar el poro y el echalote, cocer hasta dorar todo, incorporar el oporto, dejar reducir, verter el fondo de ternera, cocer 5 minutos, colar al chino fino en una cacerola más chica, agregar la mantequilla, sazonar con sal y pimienta. Dejar marinar en la salsa las ramas de tomillo. Limpiar y cortar por la mitad las morillas. Calentar un sartén con aceite de olivo y saltear morillas escurrirlas, recuperar el agua de los hongos y reservar. Saltear una segunda vez con un poco de mantequilla, sazonar con sal y pimienta.

Preparación del Filete de res

Pelar y picar finamente el echalote. Calentar una cacerola con el aceite de olivo, agregar el echalote dejar sudar y cocer, agre-

gar un poco de mantequilla. Sazonar con sal y pimienta Sazonar los Filetes con sal y pimienta quebrada calentar un sartén con aceite de olivo, sellar y cocer los Filetes al término requerido agregar al final un cubo de mantequilla para la coloración final, dejar reposar.

Montaje

Calentar las diferentes preparaciones. Calentar la salsa oporto agregar el resto de mantequilla. Disponer en un plato de servicio el filete de res al centro, sobre el filete colocar las morillas, agregar encima le preparación de echalote, colocar el puré de chicharro en forma de gota, salsear con la salsa de oporto en forma de gota.

**Consomé de Champiñones, Portobello en
Costra de Hojaldre. Porción: 10 Personas**

• **Ingredientes**

1.5 lt de Consomé de Res, 400 gr de Hongos Portobello, 300 gr de Champiñón Blanco, 200 gr de Apio, 20 gr de Trufa, 5 Cl de Aceite de Trufa, 500 gr de Pasta Hojaldre, 3 Pz de Yema de Huevo, 1 Dl de Aceite de Olivo.

**Preparación de los Hongos Morillas,
Duraznillos, Trufas y Champiñón Blanco**

Lavar y limpiar los hongos portobello, quitar el pie y toda la parte negra. Untar de aceite de olivo, sazonar con sal y pimienta, agregar el ajo y el tomillo, cubrir de un papel aluminio. Cocer al horno Caliente a 130° C durante 1h30, dejar enfriar a temperatura ambiente. Cortar los hongos en triángulos pequeños y reservar para la preparación siguiente. Cortar en juliana los champiñones blancos y reservarlo Calentar un sartén con aceite de olivo y saltear separadamente las morillas y los duraznillos, escurrirlos, recuperar el agua de los hongos y reservar. Saltear una segunda vez separadamente con un poco de mantequilla, sazonar con sal y pimienta. Cortar en láminas las trufas y reservarlas.

Preparación de la pasta hojaldre

Estirar la pasta hojaldre y cortar en unos discos de 12 cm de diámetro, dejar reposar una media hora en el refrigerador.

Preparación del Consomé

Pelar y cortar en juliana el apio. Hervir el consomé, agregar el jugo de los hongos, sazonar aceite de trufa, sal y pimienta, dejar enfriar. Rellenar individualmente los tazones soperos de triángulo de portobello, repartir la juliana de apio y champiñón, repartir las láminas de trufas. Llenar los tazones con el consomé frío. Batir la yema en un recipiente con sal y un poco de agua, aplicar la yema sobre los bordes de los discos con una brocha, colocar el disco de pasta hojaldre sobre los bordes del tazón y hacer presión con los dedos para que pegue correctamente. Repetir la operación varias veces y barnizar la parte superior de la pasta hojaldre con la yema restante. Reservar en el refrigerador.

Cocción

Precalentar el horno a 200°C, cocer el consomé en el horno durante 20 minutos. Retirar del horno.

Montaje

Disponer el tazón sobre un plato de servicio adecuado y servir rápidamente.



Cierra el año con un majestuoso buffet en el Hotel Villa Mercedes Curio Collection By Hilton



Cerrar el 2024 en una de las ciudades más bonitas de la República Mexicana, en una mansión colonial en el centro de Mérida, hará que su experiencia sea inolvidable. Platicamos con el **Chef Víctor Rincón** sobre el menú que ofrecerá **El Hotel Villa Mercedes Curio Collection By Hilton**, y comparte que han preparado dos cenas-buffet de gala muy especiales para celebrar tanto el 24 como el 31 de diciembre con una cena baile y un menú buffet internacional con música en vivo.

Cena de Navidad

Les compartiremos el menú que podrán encontrar para la Noche del 24: Iniciar con una Ensalada de espinaca con fresas y coco, Ensalada de piña con manzana nuez y cerezas o una Ensalada navidad. Continuar con Crema de chile poblano y queso fresco y/o Jugo de carne... La selección de platos principales comprende: Suprema de pollo en salsa de ciruela, Rodel de cerdo en salsa de guayaba, Res en salsa chemita con vegetales a la mantequilla, Lasagna de mariscos y por supuesto los reyes de la noche, el tradicional lechón al horno, el pavo relleno en su jugo o si prefiere, también habrá En-

vuelto de pesca del día con puré de poro y almendra. Dentro de las guarniciones a elegir está un Espagueti con cremoso rojo y albahaca; Puré de papa y romeritos... La bollería requiere una mención aparte, ofrece fermentos naturales que permite al comensal elegir entre texturas, sabores y olores deliciosos, con el sabor espectacular de a ver sido horneados a la leña -Baguette de frutos secos, natural y de sidra... Los postres para esta noche comprenden: Profiteroles con diplomática de ron; brownie, Mousse de chocolate con biscotti; Tronco navideño con fresas y vainilla; Fruit cake y un espectacular Pastel de zanahoria.

Cena de Fin de año

Para cerrar el año, los comensales podrán disfrutar de una selección de quesos y carnes frías, de olivos y salmueras de acompañamiento, además de minitortitas de cochinita pibil y lechón al horno, sobres del mar, ceviche, coctel de camarón y shot de mariscos. Dentro de la barra de Ensaladas se podrá elegir entre Ensalada de alcachofas con elote tierno, de frutos rojos con hojas verdes y reducción balsámica; ejotes a la man-

tequilla con tocino y queso parmesano y la infaltable Ensalada César con pollo... Para poder continuar con Crema de espárragos con queso parmesano, Espaguetti al horno con mortadela, mezcla de quesos y pistaches; Tradicionales romeritos en mole poblano; pure de papa... La Barra de platos principales comprende desde una Suprema de pollo en salsa cremosa de jitomate con papas a la mantequilla, Pierna de cerdo mechada en salsa de mango, Palomo al horno en salsa de tamarindo hasta Lasagna de mariscos. Y cerrar la noche con un Fruit cake, Tronco navideño de chocolate, Tiramisu, Mousse de coco, Macarrones navideños o Flan de coco, Frezzier y Profiteroles en diplomática de fresa.

¡Felices fiestas!

Reservaciones
Avenida Colon 500, Merida,
97000, Mexico
999 942 9000

Redacción





Cuidados para proteger a tu mascota en temporada de frío

Doctor Fausto Reyes Delgado,
Director Médico del Hospital Veterinario
UNAM-Banfiel

Con la disminución de las temperaturas en territorio nacional, es muy importante cuidar a nuestras mascotas, especialmente perros y gatos, para evitar que padezcan problemas de salud durante esta temporada, que pueden variar desde enfermedades respiratorias hasta dolores crónicos en ejemplares diagnosticados con enfermedades como displasia de cadera o de codo. **El Doctor Fausto Reyes Delgado, Director Médico del Hospital Veterinario UNAM-Banfield, advierte que uno de los grupos más afectados por el frío son los cachorros,** pues ante la posibilidad de tener incompletos sus calendarios de vacunación y desparasitación, son más vulnerables. Los ejemplares **gerontes son otro grupo vulnerable.** En ellos, el sistema inmune (defensa) puede verse afectado, dejándolos expuestos a posibles enfermedades que afecten sus vías respiratorias. Para disminuir los riesgos, es recomendable evitar sacarlos a caminar a temprana hora, cuando se registran bajas temperaturas, pues el mecanismo de defensa de su aparato respiratorio puede verse afectado, permitiendo que las partículas transportadas por el aire, como bacterias y virus, ingresen fácilmente al organismo y causen enfermedades. También **es importante desparasitar regularmente a nuestras mascotas,** ya que algunos parásitos pueden afectar sus vías respiratorias, volviéndolos más susceptibles ante las enfermedades e infecciones, aconseja el Doctor Reyes Delgado. **En aras de proteger a sus animales de compañía, muchas personas optan por cubrirlos con ropa; sin embargo, se debe tener precaución ya que los animales no re-**

gulan su temperatura corporal y pueden ocasionárseles un sobrecalentamiento. Aunque los perros pueden soportar temperaturas más bajas que nosotros, esto no debe tomarse como pretexto para dejarlos expuestos al frío o la lluvia, ya que podríamos ocasionarles problemas respiratorios graves. **Otro grupo afectado por el clima son los perros jóvenes o adultos que padecen enfermedades como la displasia de cadera o codo, y enfermedades articulares degenerativas como la artritis. Estas condiciones suelen provocar dolor crónico, el cual puede intensificarse con el frío.** Ante ello, es posible observar en nuestros queridos compañeros cojeras, lamido de las zonas donde hay dolor, falta de interés de caminar o levantarse para realizar una actividad física y disminución del apetito. Si notas alguno de estos signos es importante acudir con el Médico Veterinario para su evaluación. “En esta temporada de frío, recordemos que nuestros amigos peludos confían en nosotros para protegerlos de los rigores del clima y las amenazas a su salud, y es nuestra responsabilidad brindarles el cuidado y atención que merecen. **Como medida preventiva, es recomendable llevarlos a revisión médica al menos dos veces al año, para detectar a tiempo cualquier padecimiento que pudiera manifestarse durante el año**”, finalizó el Director Médico del Hospital Veterinario UNAM-Banfield.

Rosaura Cervantes ✍



La vida está llena de matices, y uno de los más bellos es la convivencia en grupos. Compartir momentos con otras personas nos enriquece de maneras que a menudo no imaginamos. Pero ¿qué pasa con esos momentos de soledad que también son parte de nuestra experiencia? Los dos aspectos se complementan en nuestra búsqueda de bienestar.

Conexiones que Nutren el Alma

La convivencia en grupo ya sea en familia, con amigos o en comunidades, tiene un poder transformador. Nos brinda la oportunidad de crear lazos, compartir experiencias y disfrutar de la calidez humana. Es en estos encuentros en donde encontramos risas, apoyo y un sentido de pertenencia que nos recuerda que no estamos solos en este viaje de la vida. Cada momento compartido nos ayuda a crecer emocionalmente. Los distintos puntos de vista y experiencias de los demás nos hacen más comprensivos y, sobre todo, más empáticos. Nos enseñan a valorar lo que cada uno de nosotros aporta a la mesa, creando un hermoso mosaico de relaciones que enriquecen nuestras vidas.

La soledad es peligrosa, es adictiva

No obstante, es fundamental hablar de la soledad y “la soledad”, dos conceptos que a menudo se confunden. La soledad puede ser una experiencia dolorosa, donde a menudo nos sentimos aislados y anhelamos la compañía de otros. En contraste, la soledad es una elección consciente de estar a solas y disfrutar de ese espacio. Disfrutar de momentos a solas es un regalo que nos permite crecer y encontrar paz interior. A veces, la soledad se convierte en una sensación peligrosa, como bien describe Carl Jung.

La soledad es tremendamente bella, porque es hermosamente libre

Hace unos días experimenté esto al alejarme de la vida social, sintiendo que el refugio en la soledad se tornaba cada vez más cómodo. Descubrí una paz mental abrumadora, donde podía sumergirme en mis “piensos” sin distracciones. Me motivó a conocerme mejor y a reflexionar sobre mis sentimientos. Me

llevó a explorar la imaginación y nuevas ideas: fueron días sin estrés en los que viví unos momentos de calma que solo me llevaban a un bienestar y relajación. Disfruté tanto de mi propia compañía y me ayudó a enfocarme en mis objetivos. Fue realmente un remanso de paz. Sin embargo, en medio de esa tranquilidad, comencé a sentir un vacío cada vez más profundo, una desconexión con el mundo exterior que me llenó de inquietud. Fue ahí cuando me di cuenta de que estaba experimentando soledad.

Recuerdo un momento en particular en el que me di cuenta de cuánto me estaba aislando. Un día, al mirar por la ventana y observar las risas y el bullicio de la vida cotidiana, sentí un nudo en el estómago. La paz que había encontrado en la soledad comenzó a desvanecerse, revelando un miedo a perderme lo que estaba sucediendo a mi alrededor. Fue entonces cuando decidí que era tiempo de retomar el contacto con el mundo.

Un renacer a través del movimiento

Mi primer paso hacia el contacto exterior y la vida social fue asistir a una clase de baile en casa de mi vecina. Al llegar, experimenté una mezcla de nerviosismo y emoción. Pero a medida que la música comenzó a sonar, y los ritmos llenaron el salón, algo cambió dentro de mí. Sentí cómo cada nota me invitaba a moverme, a dejar atrás mis preocupaciones y a volver a sentirme en comunidad.

Mientras bailaba, me dejé llevar por el ritmo y la energía a mi alrededor. Las sonrisas, las palmas, el apoyo implícito de quienes compartían ese momento conmigo me hicieron recordar la belleza de la conexión humana. Cada paso y giro se convirtieron en una celebración de la vida, donde el aire fresco acariciaba mi piel y la música resonaba en mi corazón.

Estar rodeada de esas personas que compartían el mismo entusiasmo que yo, me revitalizó, fortaleciendo en mí la certeza de que hay una magia muy especial en la convivencia. Al salir de aquella clase, mi alma estaba llena de una alegría y una gratitud indescriptible. Fue ahí donde me di cuenta de que esa experiencia, el contacto grupal y la risa compartida son vitamina para la vida.

El equilibrio ideal

Si me preguntan si prefiero la soledad o la compañía, me doy cuenta de que ambas experiencias son igualmente valiosas. La soledad positiva, esa soledad donde somos capaces de escuchar nuestra voz interior, nos brinda la oportunidad de conocernos mejor y aprovechar nuestros recursos internos. Pero la vida también nos necesita en comunidad, donde encontramos apoyo, amor y una conexión genuina con los demás.

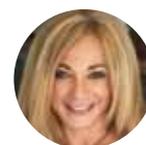
En este camino hacia el equilibrio, es esencial escuchar nuestras necesidades. Hay momentos en que podemos disfrutar del silencio y la tranquilidad, y otros en que anhelamos la risa y la compañía. La clave está en encontrar ese balance que nos permita ser solitarios conscientes, disfrutando de nuestra propia compañía y al mismo tiempo, abriendo nuestro corazón a los demás.

“La soledad no es necesariamente enemiga del compañerismo, pues nadie es más sensible al compañerismo que un hombre solitario”.
Carl G. Jung.



En la danza de la vida, tanto la soledad como la compañía son pasos importantes. Aprendemos a ser mitad solitarios, mitad comunitarios, y en este flujo encontramos lo mejor de nosotros mismos. Al final, lo que realmente importa es cultivar un espacio donde seamos capaces de disfrutar de nuestras propias reflexiones y, al mismo tiempo, abrirnos a las conexiones que nos llenan de alegría. Así que, celebremos la riqueza de convivir en grupo y ser empáticos y también la dulce paz de la soledad. Cada momento, ya sea en compañía o en soledad, es una oportunidad para crecer y conocer un poco más sobre nosotros mismos y el mundo que nos rodea.

**¡La vida es hermosa
en su diversidad, y todos somos uno!**



Con K Ariño

Carla Aparicio



Agradecimiento:

Una puerta hacia la abundancia
y el bienestar

En la vida, el agradecimiento es un faro que ilumina nuestro camino y nos conecta con los aspectos más profundos de la existencia. Un simple **“gracias”** puede tener un impacto profundo en nuestra espiritualidad, nuestras relaciones y nuestras interacciones con el mundo. Hoy exploraremos cómo el agradecimiento se entrelaza con conceptos fundamentales como los derechos humanos, la cultura, la salud, la familia, y la seguridad, creando entornos sanos para todos.

Diciembre, el último mes del año, es un periodo cargado de significados. No sólo marca el cierre de un ciclo, sino que también invita a la reflexión, a la gratitud y a la conexión con los demás. Rendir homenaje a las experiencias vividas a lo largo del año.

El reconocimiento de los **“derechos humanos”** es esencial para crear sociedades justas y equitativas. Agradecer las luchas de aquellos que han trabajado por la **“igualdad”** y la dignidad puede inspirarnos a continuar ese legado. Este agradecimiento nos motiva a defender los derechos de los demás, promoviendo un mundo, en el que cada persona pueda vivir con dignidad. Al valorar los derechos ajenos, también podemos cultivar un sentido de comunidad y solidaridad.

Recordar es fundamental para cultivar la gratitud. En este mes de diciembre, hacemos una pausa para reflexionar sobre lo que ha ocurrido en los últimos doce meses. Desde logros personales hasta dificultades superadas; cada experiencia nos ha moldeado. Un arte visual que podría capturar este sentimiento sería un mural colaborativo donde las personas compartan fotografías o mensajes que simbolizen momentos importantes del año. Este mural podría exhibirse en un espacio comunitario, actuando como un testimonio colectivo de vivencias y se crearía un espacio de empatía entre el gobierno y el pueblo.

Desde una perspectiva espiritual, el agradecimiento es un acto de humildad que nos permite reconocer el flujo de la vida y las interconexiones con el universo. Agradecer no solo lo que tenemos, sino también lo que estamos por recibir, invita a la **“abundancia”** y el **“merecimiento”**. Los saltos de fe que tomamos en nuestra vida son más fáciles cuando confiamos en que el universo apoya nuestras intenciones. La gratitud abre la puerta a nuevas oportunidades y experiencias, elevando nuestro ser integralmente... Cada cultura tiene sus propias formas de expresar agradecimiento, lo que refuerza la identidad y pertenencia.

Desde festivales hasta rituales cotidianos, estas **“tradiciones”** fomentan un sentido de comunidad y conexión. Además, agradecer a nuestros amigos y familiares fortalece los lazos emocionales, creando **“redes de apoyo”** que son cruciales en tiempos de necesidad. Las relaciones interpersonales se nutren de este reconocimiento mutuo, convirtiéndose en un refugio ante las adversidades.

Numerosos estudios han demostrado, que practicar el agradecimiento tiene beneficios significativos para la **“salud mental”** y física. Al reconocer lo positivo en nuestra vida, podemos reducir el estrés, mejorar nuestro estado de ánimo y cultivar una perspectiva más optimista. Esto, a su vez, puede conducir a un estilo de vida más saludable. Agradecer nuestras experiencias, incluso las difíciles, nos permite aprender y crecer, promoviendo un bienestar holístico que abarca el cuerpo, la mente y el espíritu.

El agradecimiento es un poderoso motor emocional. El mes de diciembre es ideal para manifestarlo, ya sea a través de tarjetas, notas o incluso en forma de palabras. Un **“arte de agradecimiento”** podría constituir pequeñas obras de arte personales, en las que se plasmen palabras de gratitud, que se podrían regalar

a familiares, amigos y colegas. Estas creaciones, llenas de color y emoción, serían una forma visual de expresar lo que sentimos por quienes nos rodean. El extrañar a aquellos que ya no están o que están lejos puede ser una fuente de melancolía, pero también de apreciación. Crear un **"árbol de los recuerdos"**, donde cada hoja represente a alguien significativo en nuestras vidas, puede ser una forma conmovedora de **honrar sus memorias**. Este árbol, colocado en un lugar visible, invitaría también a otros a agregar sus propios recuerdos, fortaleciendo el lazo comunitario. La **"seguridad"** es un derecho humano fundamental. Ser agradecidos por la seguridad que experimentamos, ya sea en nuestros hogares o comunidades, nos recuerda el valor de la calma y la estabilidad. No obstante, sabemos que el mundo vive incertidumbres hablando de este tema, aunque también debemos estar alertas y agradecidos por los esfuerzos que se hacen para garantizar esa seguridad en todos los ámbitos. Fomentar entornos sanos, donde todos se sientan seguros y valorados, es esencial para construir un futuro próspero.

El agradecimiento es un hilo conductor que teje diversos aspectos de nuestra existencia. Desde los derechos humanos hasta la salud, la familia, la cultura y la seguridad, reconocer y valorar lo que tenemos y lo que somos, puede transformar nuestra perspectiva. Al practicar el agradecimiento, no solo enriquecemos nuestras vidas, sino que contribuimos a crear un mundo más amable, justo y pleno para todos. En última instancia, el agradecimiento es una celebración de la vida misma, un acto que no solo beneficia al que agradece, sino a toda la comunidad que lo rodea. **Celebrar los Éxitos** siempre, será una caricia al corazón. Felicitar a quienes nos rodean por sus logros es un acto poderoso. Un **"libro de los logros"** podría ser creado, donde cada persona escriba sus triunfos del año y las de sus seres queridos. Este libro podría ser compartido en la celebración de fin de año, creando un espacio de reconocimiento y validación que fomente el apoyo mutuo, familiar y hasta de amistad.

El regalo es una manera tangible de mostrar amor y aprecio. En este contexto, el arte puede ser un regalo significativo. Desde crear obras de arte personalizadas hasta ofrecer experiencias artísticas, y cada regalo puede llevar una carga emocional que trascenderá lo material.

Diciembre es un mes propicio para recordar, agradecer, extrañar, compartir, felicitar, tener empatía y regalar. Al combinar estos elementos, creamos un espacio de celebración y reflexión que no solo rinde homenaje al año que termina, sino que también cultiva un sentido de comunidad y conexión. Al final, el arte del agradecimiento se convierte en un lienzo vibrante que abarca lo vivido y lo que está por venir, formando un círculo inquebrantable de amor y esperanza.

Que sea un mes en el que nuestro agradecimiento vaya acompañado de un puño de fe, esperanza y amor y que a pesar de las circunstancias que se viven hoy en día, el mundo recuerde que agradecer siempre, te abrirá la puerta hacia la abundancia y el bienestar.

¡Felices 
 Fiestas!



Zuleyka Franco 
Perito Grafóloga y Grafoscópica



EN EL TEMA MIGRATORIO, PARA LOS LOBOS, COYOTES

Pérfido y perverso expositor y ejecutor de la fe capitalista, Donald Trump, próximo presidente de los Estados Unidos (20-ene-2025), amenaza a México con lo que pudiera entenderse como una incongruencia político-económica: afirma que deportará a millones de inmigrantes mexicanos y de otras nacionalidades a territorio mexicano, por representar un peligro para la economía norteamericana, sobre todo en materia de empleo, pero las estadísticas del Norte y organismos internacionales refieren una falta abrumadora de mano de obra, más de nueve millones de vacantes, en la nación que va a gobernar.

Promete redadas masivas de migrantes para expulsarlos de Estados Unidos, pero 18.1 por ciento de la fuerza laboral estadounidense nació en el extranjero, y “la Reserva Federal (Fed) y la Oficina del Congreso sobre el Presupuesto (CBO) reportan que los inmigrantes han sido claves en la recuperación económica postpandemia y proyectan que aportarán 7 billones de dólares al crecimiento económico de Estados Unidos en los próximos 10 años” (La Jornada, 3-marzo-2024).

Sin embargo, Trump amenaza con retomar el programa *Quedarse en México* que exige que los migrantes permanezcan en territorio mexicano durante sus trámites migratorios en Estados Unidos, así como el decreto ejecutivo que obligaría la detención de los migrantes sin opción a ser liberados lo que allanaría el camino a la deportación a gran escala. Visto así, parecería una tontería hablar de deshacerse de uno de los pilares de la economía norteamericana que le aporta alrededor de 4% del PIB y genera poco más de 25 millones de empleos.

Pero en la lógica del candidato electo norteamericano, como lo ha dicho, estas dos premisas son el soporte político para poner de rodillas a México ante el gobierno *trumpista*, como ya lo pretendió durante su primer periodo en la presidencia de la Unión Americana.

¿Y por qué Trump le da tanto peso al tema migratorio, cuando es claro que la economía norteamericana depende en buena medida de la mano de obra que le aporta la migración?

En su visión misógina Trump considera al Gobierno mexicano como un Estado débil, al que se puede intimidar y someter con facilidad, manipularlo a su libre albedrío. En ese entendido, sólo pensar en deportaciones masivas de uno o dos millones de trabajadores a territorio mexicano, significaría una catástrofe para la economía nacional por la presión que eso significaría en el mercado laboral, suministro de servicios, vivienda, alimentación, salud y educación. Y, sobre todo, por la problemática que para México ya representa la economía informal, a la que se sumarían los deportados.

Esa economía informal que en México representa 24% del PIB y 55% del empleo. Los especialistas en el tema, la definen como “la actividad económica que es invisible al Estado por razones de evasión fiscal o de controles administrativos; por ejemplo, el trabajo doméstico no declarado, la venta ambulante espontánea o la infravaloración del precio escriturado en una compraventa inmobiliaria. El trabajo informal y las actividades económicas informales suponen

grandes pérdidas de eficiencia y bienestar en términos de baja productividad, salarios bajos, condiciones de trabajo precarias y falta de seguridad social”.

Para la Organización Internacional del Trabajo (OIT) “una de las principales causas de la informalidad en México está asociada con el bajo ritmo de crecimiento económico que no ha permitido asimilar el aumento de la oferta laboral”. Y esto alimenta el círculo vicioso en el que, para la economía mexicana, la informalidad laboral constituye un obstáculo para el crecimiento económico y el desarrollo sostenible, que expuesto por el Fondo Monetario Internacional (FMI), “aquellos países cuyo sector informal es grande tienden a crecer por debajo de su potencial”.

De acuerdo con datos históricos la relación migratoria laboral entre México y Estados Unidos data de finales del siglo XIX y se ha incrementado de manera

considerable en lo que va del siglo XXI, a grado tal que México se ha convertido en el principal exportador de fuerza de trabajo del mundo y figura entre los principales países receptores de remesas.

Y aunque las razones de la migración pueden ser variadas, los analistas e investigadores coinciden en dos factores fundamentales: la necesidad de mejorar sus condiciones de vida de los migrantes y la violencia e inseguridad causada por el crimen organizado. Con base en esto, se puede inferir porqué Trump le apuesta al tema migratorio para doblegar al Gobierno mexicano. Más que velar por la estabilidad y mejora de la economía de la sociedad norteamericana, Donald Trump utiliza el fenómeno migratorio como un arma discursiva de su política bilateral para espantar al Gobierno mexicano y poder negociar lo que mejor le plazca en la relación comercial, económica y política a favor de sus intereses muy particulares.

Sin duda las deportaciones son y serán una realidad, y muy posiblemente masivas, pero no en la dimensión que afirma aquel candidato electo del Norte. En su primer cuatrienio Trump deportó alrededor de millón y medio de mexicanos, cantidad que significó poco más de la mitad de los que regresó Barack Obama en su primer periodo al frente del Gobierno de Washington y que fueron 2.9 millones de inmigrantes.

Tal vez lo que hace falta en este caso es que como dijera el sereno vecino del pueblo, cuando se le preguntó si no le tenía miedo a la pandilla del lugar: “en este asunto, para los lobos, coyotes”.



Juan Danell Sánchez ✍



Mis cuadros me arropan:

Marco Zamudio



Xochiquetzal, Venus y Afrodita: Del maíz a la pasión es la nueva exposición del **Maestro Marco Zamudio**, la cual estará hasta el 14 de marzo de 2025 en la **Casa de Cultura de la Universidad Autónoma del Estado de México en Tlalpan**, la cual reúne 60 obras de las cuales 50 son de su colección privada.

Han pasado cinco años de la última vez que coincidimos para una entrevista, más la amistad con el maestro Zamudio ha continuado y en esta ocasión retomamos varios temas profundos sobre la vida y la muerte, de la mujer y del crecimiento de él como artista.

Marco, esta exposición es una recopilación de más de tres décadas de trabajo, vemos desde tus primeras obras hasta las actuales. Hay un dejo de nostalgia en tu mirada, ¿cómo lo vives? ¿qué te dice cada trabajo? ¿a dónde te lleva cada uno? Con voz clara y llena satisfacción, responde: “Siento que me abrazan los cuadros. Los cuadros me arropan y me vienen varios recuerdos, ya tengo 51, recuerda que empecé a los 16 años, momento en que conozco al maestro Jorge Albarrán... Profesionalmente fue hace 35 años -y en marzo cumpliré los 36-, entonces no podía mantenerme ni yo con mi obra, y ahora mantengo a mi familia. Cuando inicié, con mis primeros pagos le echaba la mano a mi mamá, ahora lo hago con mi papá... Puedo decir que vivo de la pintura, son reflexiones que voy planteando cuando veo mis pinturas.

Nos detenemos frente a uno de sus primeros cuadros, es una pintura con tres bellas mujeres cubiertas de la cabeza, se trata de las *Tres Gracias y una fruta que vuela*, óleo sobre lienzo que data del 2003-2004... Pasamos de una historia a otra de sus obras. Y de pronto recuerda el de *La última cena*, hace memoria sobre quien fue su primer propietario y cómo pasó por tres dueños más antes de regresar de nuevo a sus manos y con un aumento significativo de su precio inicial. «Cuando regresó a mis manos lo restauré porque el último dueño la había descuidado».

Regresamos con las Tres Gracias y una fruta que vuela. Marco tenerte frente a una de tus primeras obras resulta especial... “¡Sí! Una obra que ha participado en un montón de exposiciones en Asia, Europa, América (Estados Unidos). La primera vez se vendió por \$35,000.00 pesos, la compré hace siete años por \$450,000.00, y hoy vale millón y medio”.

¡Creció tu hija! Qué bonito que hoy lo puedas decir. “De joven yo decía, ¡Quiero vivir de la pintura! Y no podía, y pese a ello, nunca dejé de pintar. Paulatinamente iba vendiendo más cuadros. Los cuadros de desnudos son los más costosos...” **“Personae** la publicó cuando la expuse por primera vez en la Secretaría de Comercio Industrial -allá en Reforma-, y después en la galería ArtDícré de Josecito del Bosque que me apoyó por primera vez para entrar a su galería privada y quien hoy está desaparecido del medio... la gente cambia”. **Continúa:** “El maestro Jorge Albarrán marcó mi vida de estudiante cecehachero (preparatoria) él me dijo: «A veces se necesitan dos cosas para el vivir de la pintura, algo así como huevos cabrán. ¡Tienes todo el poder para vivir de la pintura! ¡Tienes talento!». Y eso me inyectó más ánimo y ahora estoy aquí. Siento que no me equivoqué”.

Abordamos el tema sobre las trabas que ponen los galeristas en México, caso contrario a lo que ocurre en Estados Unidos, Alemania, Italia, etcétera. Hoy nos comparte cómo se concibe esta exhibición: “Hace poco conocí a David Alejandro Teapila Valencia, director de esta Casa de la Cultura de la Universidad del Estado de México. Me dijo que le encantaba mi obra, mi trayectoria; lo conocí por un amigo en común y me empezó a decir: «--¿Por qué no hacemos una experiencia de tres mujeres, tus afroditas y vamos a aumentarle algo más...? --¿Como a Medusa? --Una combinación entre Medusa y Xochiquetzal. --¿Quién es Xochiquetzal? --Busca...»

Xochiquetzal es la dadora de vida, pero también es la quitadora de vida. Enton-

ces, ¿también castiga? Es castigadora, como toda mujer. (Hace una pausa, ríe y continúa) Por eso sigo pintando a la mujer porque es imposible. Creo que la definición más importante sobre una mujer es un signo de interrogación. (Ve mi cara de incredulidad y responde) De verdad, aunque es imposible vivir sin ellas (esboza una gran sonrisa)”.

Sobre el tema profundiza: “Yo lo veo ahorita que mi mamá falleció. Falleció mi suegra. Ahora veo que las riendas de la familia ahora pasaron a mi hermana y a mi esposa. O sea, ¿por qué digo esto? Porque en sus casas llegan mis hermanos, los primos, los tíos. El papel de la mujer en la sociedad es de integración. La mujer es el núcleo.

Así se percibe en tus obras. Podemos ver pinturas como Xochiquetzal-Medusa (óleo sobre lienzo sobre tabla), Mother and son (óleo sobre lienzo sobre tabla), las Ninfas Efeba, Ninfa arreglándose el cabello, Ninfa Mag-

dalena red (colores al gesso sobre tabla), incluso, una de mis favoritas “Luz de Afrodita” (óleo sobre lienzo) todas se ven empoderadas, seguras, le das un valor a la mujer sobre la que muchas veces ni nosotras mismas lo hacemos. En ocasiones percibo una invitación de vernos de manera distinta, una especie de «lo que veo, es lo que yo necesito ver en mí»: “Es lo que platicábamos hace rato, es el auto-saberte, auto-conocerse”. **Después continuamos con el tema de la crianza desde las madres castradoras hasta las que otorgan toda la libertad, esos extremos que también dañan y también aquellas historias personales.**

Llegamos a las manifestaciones feministas, “un monumento, una escultura no es más importante que la vida de un hijo desaparecido, pero siento que hay que conservar esa parte de la historia, yo que **es importante conservar la memoria, a veces es lo único que tiene el ser humano,** o sea, las creaciones.



No es justo que una mujer por muy enojada que este, destruya esa memoria porque se está destruyendo a sí misma. Entonces, creo que ciertas feministas se hacen daño a sí mismas. Creo que es más preponderante su situación, cuando la voz llega el diálogo y la voz que grita y la voz que dice muchas cosas, llega más a las personas que una destrucción. Yo siento que su existencia viene de una provocación del hombre... Cuando las mujeres deciden alzar la voz, cuando la mujer toma su derecho al voto, ejerce su derecho, es muy violento para el hombre. **Cuestiona:** ¿Crees que han ganado terreno las mujeres? Tú ¿qué piensas?

Y esto nos lleva a otro tema, que es nuestra misión como seres humanos: “Yo siento que venimos a ser felices. Hablando de la felicidad, insisto, ahora yo vivo de mi pintura y reflexiono, casi nunca agradecemos a los coleccionistas por adquirir nuestras obras, hoy yo quiero hacerlo, pienso en Ricardo, en Heriberto, en Javier, José, en José Luis -no menciono sus apellidos- más sí les doy las gracias porque siempre están esperando a ver qué hay de nuevo, porque ellos tienen la posibilidad de comprar la obra y sabes, no solo se trata de adquirir mi obra, es seguir creyendo en mí y lo valoro porque esta carrera la he hecho con ellos y gracias a ellos”... “Así como ha habido galeristas que se han pasado de listos, también hay quienes te presentan con los coleccionistas y es una sinergia que ha sido importante en mi carrera. Después de la pandemia, las redes me han funcionado muy bien para exhibir y mover mi obra”.



Durante el recorrido por la galería de la Casa de Cultura de la Universidad Autónoma del Estado de México en Tlalpan, llegamos a los Cráneos, que desde siempre su propuesta me han impactado. Estos últimos años se ha manifestado esta dualidad, tanto la vida como la muerte en tu vida, ¿qué tanto cambió o confirmó tu percepción de estas? Siempre le he tenido mucho respeto a la muerte, creo que ahora le tengo más porque se llevó a mi mamá, que era lo mejor del mundo para mí, pero ahora que ya no está, le tengo muchísimo respeto. Hace 3 se llevó a mi mamá, hace 2 a mi suegra y este año llegó Lorenzo.

Desde que te conocí, te habías declarado ateo, sin embargo, pintas varias escenas y personajes que se mencionan en la Biblia, y provocas cuestiones tu postura, pero la vida a veces te cambia el escenario... ¿Sigues con la misma postura? Yo me decía ateo, pero hoy estoy muy confundido. Es la primera vez que lo digo en una entrevista. Esta confusión, viene a partir de la muerte de mi mamá y a todo lo que me he enfrentado en estos 3 años: cuando más he necesitado un comentario de mi mamá, algo pasa, viene un pensamiento con ella, me acuerdo de sus palabras y salgo de ese estado. Aunque sabes, el personaje de Jesús que siempre me ha gustado. Jesús, ¿cómo sabía todo lo que tenía que hacer? O sea, o sea, más allá del mito, sí se sabe que había un hombre que era un revoltoso, pero un tipo que hablaba con todo mundo. Hay escritos de que los egipcios conocían a Jesús. ¿Cuándo? ¿Cómo? ¿Por qué?



Vienes de una formación académica y familiar en que todo se cuestionaba y tenía que ser tangible, pero la sensibilidad, la inspiración que tienes, es algo intangible, aunque posterior lo plasmas en el lienzo o maderas... (risas). Después de pensar en la vida y la muerte, tenemos delante nuestro a 'La vecina', mixta sobre lienzo sobre placa de acrilato, 336x147cm, 2016-2022, una colaboración con el maestro Rafael Cauduro y no deja pasar la ocasión para recordar cuánta emoción le causó este trabajo: «Si te fijas, todo lo hacía con faltas de ortografía a propósito».



Las puertas, ¿qué te dicen? Aspectos que te llevan al otro lado. Y podemos pasar de una parte a otra y a otra. Yo digo que así es la vida y así es la muerte también, nos llevan a otras partes...

Añade que muchos de los trabajos que se realizan, tienen que ver con las experiencias vividas, "no puedes romper un cuadro porque deja de ser la persona y es el personaje, pero indudablemente el personaje te recuerda a la persona, y se conserva la esencia de la persona con cada pincelada... Dijiste hace algo muy importante el renacer, volvemos a tener otras concepciones, otras vistas, y otros horizontes..."



Antes de despedirnos, pláticanos sobre tu único paisaje... Es del año 2016, esto fue lo que vi en Oaxaca, una tormenta se avecinaba, el sol estaba ahí eran como las cuatro de la tarde. Aquí hay mucho claroscuro. Es un homenaje al Greco, se me figura a "la vista de Toledo".

Xochiquétzal, Venus y Afrodita, del maíz a la pasión, está dedicada a Merisi, Luca, Lizeth, Lian, Leo, Lorenzo, a Deivid, a Don Arthur, a mis cuñados y por supuesto a Roscacha y a Magde.

Redes Sociales
 FB Marco Zamudio
 Ig Marco_Zamudio

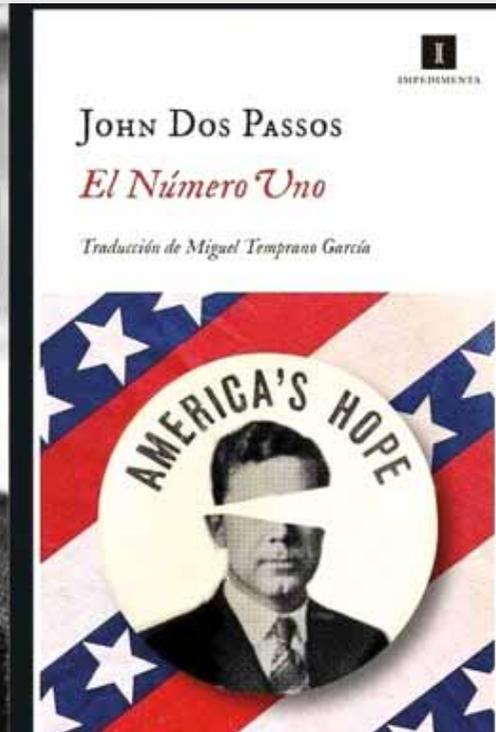
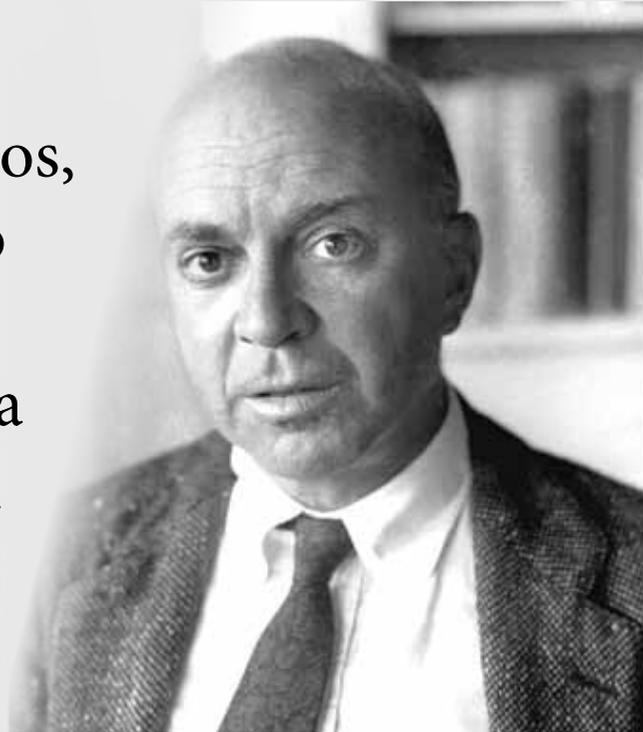


Rosaura Cervantes 





John Dos Passos, “El Número Uno” de la llamada Generación Perdida



“Hay días que somos tan lúgubres, tan lúgubres, // como en las noches lúgubres el llanto del pinar, // El alma gime entonces bajo el dolor del mundo, // y acaso ni Dios mismo nos puede consolar. //...Más hay también ¡Oh Tierra! Un día... un día... // en que levamos anclas para jamás volver... // Un día en que discurren vientos ineluctable // ¡un día en que ya nadie nos puede retener!”, escribió en su poema de la Vida Profunda el debatido periodista, poeta y muchas cosas más, el colombiano Porfirio Barba Jacob, uno de los pseudónimos de Miguel Ángel Osorio Benítez, el personaje que escandalizó a la sociedad colombiana, la mexicana y de otros lares en la primera mitad del siglo XX. Murió en la Ciudad de México hace 82 años, exactamente en 1942, a la mitad de la Segunda Guerra Mundial, cuando el futuro del planeta estaba en uno de sus momentos más críticos. Los que nacimos en aquellos tiempos posiblemente traíamos en el alma mucho pesimismo que hasta la fecha nos aqueja. Pesimismo que se ha agudizado en el año que está por fenecer en cuestión de semanas. Definitivamente 2024 no fue el mejor para el que suscribe esta EX LIBRIS. Se empiezan a sumar los menos y los mas del costo de la vida y eso nos coloca en los días y en los pensamientos lúgubres que dijera Ricardo Arenales, otro de sus pseudónimos. “Aunque hubo otros días que fuimos tan móviles, tan móviles, como las leves brizas al viento y al azar... tal vez bajo otro cielo las Gloria nos sonría... La vida es clara, undivaga y abierta como un mar...//”.

Lobregueces aparte, 2024 ha sido un año de mal fario. Podría llamársele el “año del populismo”, en el peor sentido del término; no solo en México, ya se empiezan a sentir las consecuencia del dominio populista en la vida nacional, en todos los sentidos, especialmente en los propósitos de la mal llamada Cuarta Transformación —con la apropiación del poder en el Ejecutivo, el Legislativo con las dos cámaras del Congreso Federal y a punto de cooptar el Poder Judicial, y los organiz-

mos que actuaban en forma autónoma pero que ya perdieron su autonomía a propuesta del Ejecutivo—, y en Estados Unidos de América, con el triunfo de los “sarracenos trumpistas”, se avecina un retroceso político antidemocrático como nunca en la historia de la Unión Americana y en el resto del mundo.

Repetiré la frase medieval española respecto al embate de las fuerzas regresivas cuando no hay manera de impedir su supremacía: “Llegaron los sarracenos y nos molieron a palos, que Dios ayuda a los malos cuando son más que los buenos”. A las cosas hay que llamarlas por su nombre, sin mistificaciones, ni subterfugios. Trump logró su propósito y muchos estadounidenses —fundidos en el **melting pot** “americano”—, decidieron caer en el garlito. Más claro ni el agua. Trump no fue el flautista de Hamelin que actuó por venganza en contra de las autoridades. El magnate ganó porque millones de electores **motu proprio** así lo decidieron. Nada de paparruchas. Una buena parte de la comunidad del Tío Sam decidió votar por la propaganda del extravagante empresario. Están convencidos de sus “bondades”, que con su pan se lo coman. O lo sufran cuando se impongan los ayes de la realidad. Todo a su tiempo.

En tales condiciones, para mayor información en mi columna ISAGOGE —que durante muchos años he publicado en distintos medios sobre política internacional—, volví a la lectura de libros de especialistas estadounidenses en el tema (no solo de obras técnicas, también literarias de antaño y de hogaño). Entre otros, hace poco más de un año en una de mis andanzas por Madrid —más bien por sus librerías—, adquirí, por 22.50 euros, una traducción excelente del libro **Number One (El número Uno)**, de **John Dos Passos**, originario de Chicago, la Ciudad de los vientos, a la vera del Lago Michigan, el novelista estadounidense descendiente de comerciantes portugueses, uno de los principales exponentes de la llamada Generación Perdida de escritores estadounidenses.

Para algunos lectores de **Personae** cuya edad no les facilite recordar vida y obra de Dos Passos, vale la pena recordar que tres de los trabajos del autor que motiva esta columna reunida en la serie **U.S.A.** —se publicaron en las tres primeras— décadas del siglo pasado: **El paralelo 42; 1919; y El gran dinero**—, fueron los más logrados entre los muchos intentos realizados en el siglo XX en una historia global de la vida norteamericana. Dos Passos abarca los años transcurridos entre 1900 y 1930, y describe el apogeo del movimiento obrero, el funcionamiento interior del capitalismo, la vida en el mar, la experiencia estadounidense en la Primera Guerra Mundial, la ascensión de Hollywood y el declive de la Gran Depresión.

Todos estos acontecimientos son tratados de forma artística a partir de los 12 personajes principales de la novela, 6 hombres y 6 mujeres. El papel que juega la violencia en la vida de los vecinos del norte se demuestra con firmeza sobre todo en el relato de los ataques contra los Wobblies (International Workers of the World: Tabajadores Internacionales del Mundo).

No obstante, **U.S.A.** es el habla popular define Dos Passos, y su impecable oído para las numerosas voces de la Unión Americana pone estas voces en conflicto o concurrencia, construyendo una visión de conjunto que también es una crítica socialista. El autor, no es un naturalista del siglo XIX, sino un modernista, todos los escritores en cierta forma lo son en su momento, y el habla de la gente está engastada en una narrativa que deriva de James Joyce, Gertrude Stein y Ernest Hemingway.

Sus viajes en 1932 y 1937 por España dieron el material suficiente para sus tres novelas siguientes: **Adventures of a Young Man (Aventuras de un Joven, 1939), Number One (El número uno, 1943), y The Grand Design (El gran diseño, 1949)** en las que se aprecia su progresivo desencanto con el movimiento obrero y las políticas izquierda.

En la novela que nos ocupa, John Dos Passos hace una radiografía prácticamente universal de la corrupción política centrándose en la estadounidense. Aunque de ninguna manera el autor puede considerarse profeta de lo que ha sucedido en su país de nacimiento, si pueden hacerse comparaciones con los Estados Unidos de hace 82 años y con la Unión Americana de años en curso.

Así las cosas, el personaje central de **El número Uno**, Homer T. Crawford es un auténtico animal político. Nadie, en el círculo público de la última gran potencia se conduce como él. Nadie le gana en astucia ni a elocuencia, y nadie entiende a las masas como él las entiende. Estas iniciales líneas ya pueden servir de guía para que nadie se llame a engaño: ni propios ni extraños. Los avezados lectores pueden intuirlo. No es necesario un I. Q. Extraordinario.

El personaje de la novela es Número Uno en popularidad, en contactos, número uno en favores. Por supuesto es también el número uno en corrupción. Trátese de lo que se trate, sobre todo si es un asunto que tienda a ser turbio o por lo menos ilegal. Número uno también en demagogia y en escándalos privados.

Nada de esto parece suponer un obstáculo para las ambiciones políticas de este hijo predilecto de Oklahoma. Con la ayuda de un asesor de campaña que está sobrio de vez en cuando, Crawford consigue el cargo de senador y pronto aspira la presidencia de Estados Unidos de América. Como haría Robert Pen Warren 3 años más tarde con **Todos los hombres del rey**, John Dos Passos esboza en esta obra una ácida caricatura de la figura de Huey Long, senador de la estado de Luisiana en los años 30 del siglo pasado, y de su mano emprende un turbio y tortuoso recorrido por los peores locales de la política. Podría decirse que Crawford y sus secuaces saltan de las páginas del libro a las imágenes de los noticiarios televisivo o de las redes sociales sin tener que cambiarse ni de corbata ni traje. Es lo mismo, o casi.

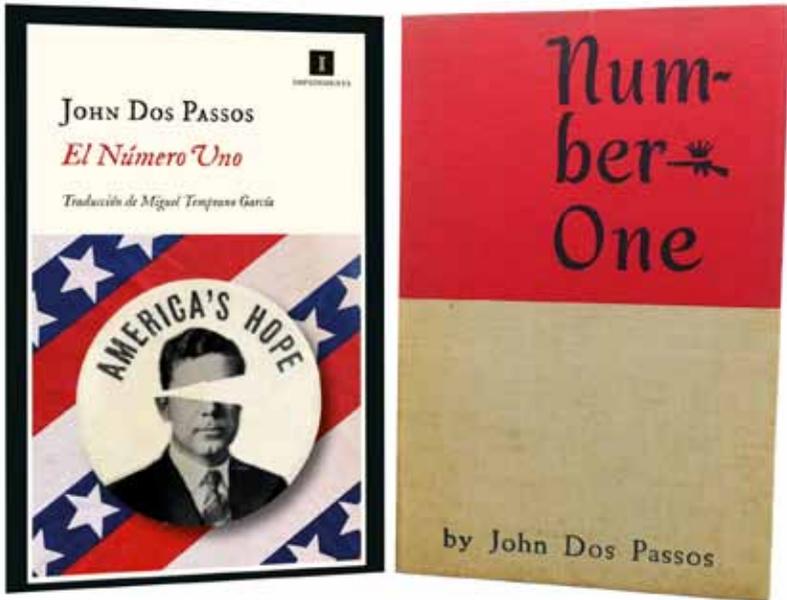
John Dos Passos se desempeñó como periodista durante la Segunda Guerra Mundial, y en 1947 ingresó en la American Academy of Arts and Letters. A lo largo de su exitosa vida literaria, publicó cuarenta y dos novelas, así como poemas, ensayos y obras de teatro en 1966 llegaron a las librerías sus memorias **Años inolvidables**, y en 1967 recibió el famoso Premio Feltrinelli.

Dos Passos falleció en Baltimore en 1970, y desde 1980 se concede un premio literario en su honor a aquellos escritores “brillantes pero infravalorados cuya obra se caracteriza por observaciones incisivas y originales, enfoca temas específicamente estadounidenses y desafía las convenciones literarias”.

Durante la Primera Guerra Mundial se unió en Europa a un cuerpo de voluntarios como conductor de ambulancias y una vez terminado el conflicto, continuó sus estudios en la Sorbona de París, donde entró en contacto con las nuevas corrientes artísticas de la época. Su primera novela, **One Man's Initiation**, 1917 se publicó en 1920, y a esta le siguieron la narración antibélica **Three Soldiers** (1921) y **Manhattan Transfer**, 1925, un retrato de la vida de N.Y. que le representó su primer gran éxito literario. VALE.



Bernardo González Solano /





Los COLORES DE LA VIDA

*...la ceiba se colgó del tiempo
De sus ramas salieron raíces
Durmió cien años sin soñar
Mientras la muralla se hizo polvo
El conde enterró su oro.
Olga Freda C.G*

Hace un par de días se celebró el XVII Encuentro de la Asociación de Escritores Sudcalifornianos (ESAC), este evento dedicado a la maestra Olga Freda Cota Gándara. El Instituto Sudcaliforniano de Cultura y el Instituto Estatal de Radio y Televisión de BCS. como siempre impulsaron esta iniciativa cultural. La maestra además de ser una escritora que ha dedicado su vida a *humanizar a la humanidad*, es escritora, bióloga, educadora, articulista, amiga de la naturaleza, del silencio, de las gárgolas transparentes y del alarido del alma. A través de su universo literario, dibuja las formas del alma, su pluma teje metáforas y sueños, entrega al lector la llave que conecta con paisajes y personajes ficticiales, interpretando la realidad con una línea conductora, audaz, templando de ternura anécdotas, ampliando la narrativa con aventuras fieles a la historia de la humanidad. Su pluma es audaz. Entre sus libros, la novela ***El color que no puedes ver***, la pinta una multiculturalidad que inicia en Cuba y termina en La Paz, B.C.S, atrápanonos desde el primer párrafo, con lenguaje sencillo, estructura vertiginosa, narrada sin escrúpulos lingüísticos, sus voces detonan la debilidad del tiempo donde la mujer escapa del prototipo frágil y obediente, y el hombre, a veces es luz y otras, profunda oscuridad, pero sin juicios, crea estampas que se quedan pegadas a los

parpados y su maestría en dar vueltas de tuerca, sobre todo en aventuras, suscita asombro; el lenguaje y acento fiel de los personajes y los cambios repentinos de atmósfera, mantienen al lector atrapado, en su forma de contar; los cañaverales, San Juan de Ulúa, bosques salvajes, largos viajes por mar, donde las olas hablan y los silencios conmueven y describen sin celo las palabras prohibidas. Otra novela como ***Largos silencios***, desde las primeras letras atrapan al lector con párrafos cortos, desplegando diálogos que aterrizan en el tiempo y espacio:

¡Mi hermana está muerta!
su alma escapó durante la
madrugada y entonces sí, quedé
sola en la casa y en el mundo.

En la novela ***Desayuno con tres huevos***, nos sumerge en un mundo sobrenatural, para ciudadanos, pero común, en poblaciones rurales, con personajes que tienen nombres y actitudes, casi ya, en vías de extinción:

—Abuela, perdóneme por
desobedecerla. Yo también quiero
aprender todos los secretos de las
plantas *pa'* poder ser curandero.
Quiero que toda la gente
del pueblo me respete.

Como articulista la maestra explora, cuestiona, analiza, y con cierto humor negro recoge la voz de una mujer en la guerra: *Al principio de la guerra, una joven iraquí, sentada junto a las ruinas de lo que alguna vez fue su escuela, fue su ciudad, fue su país, exclamó: “Esta libertad sabe a ceniza”; yo agregaría: sabe a destrucción, sabe a hurto, sabe a engaño, sabe a sangre, sabe a muerte.*

Personajes: En sus nichos cuentísticos aprendemos a amar piratas, ladrones de libros, cocodrilos y conejos, gemelas mágicas, rebeldes, niños y niñas traviesas que lejos de estar enchufados en su Tablet, exploran mundos y habilidades. Sus poemas infantiles están hilados con una acústica lúdica y con cierta fábula. Su pluma dibuja las diferentes fases humanas: crueldad, delincuencia, inadaptación, rebeldía, obsesión, amores prohibidos, la cadencia de sus múltiples y variadas voces. Su literatura siempre nos quita la sed... La descripción de los paisajes En las ceibas habitan los espíritus de los muertos y santos, africanos y cató-

licos, en la corteza de la ceiba hembra esta escondida el alma de mi madre Arte, concentración, amor a la lectura, la maestra entra en el alma de sus amados, que ama y en una vulnerable impotencia, salpica letras, otorga voz a las animas, sopla un prisma de esperanza que trasciende a través de su literatura para eternizar la tristeza, la plenitud, visibilizar la tragedia, para hacer justicia, para sembrar de figuras poéticas los labrantíos de una tierra sin nombre.



Marcela Magdaleno ✍





**CÁMARA DE
DIPUTADOS**
LXVI LEGISLATURA
SOBERANÍA Y JUSTICIA SOCIAL



LAS Y LOS DIPUTADOS TRANSFORMAMOS AL PODER JUDICIAL.

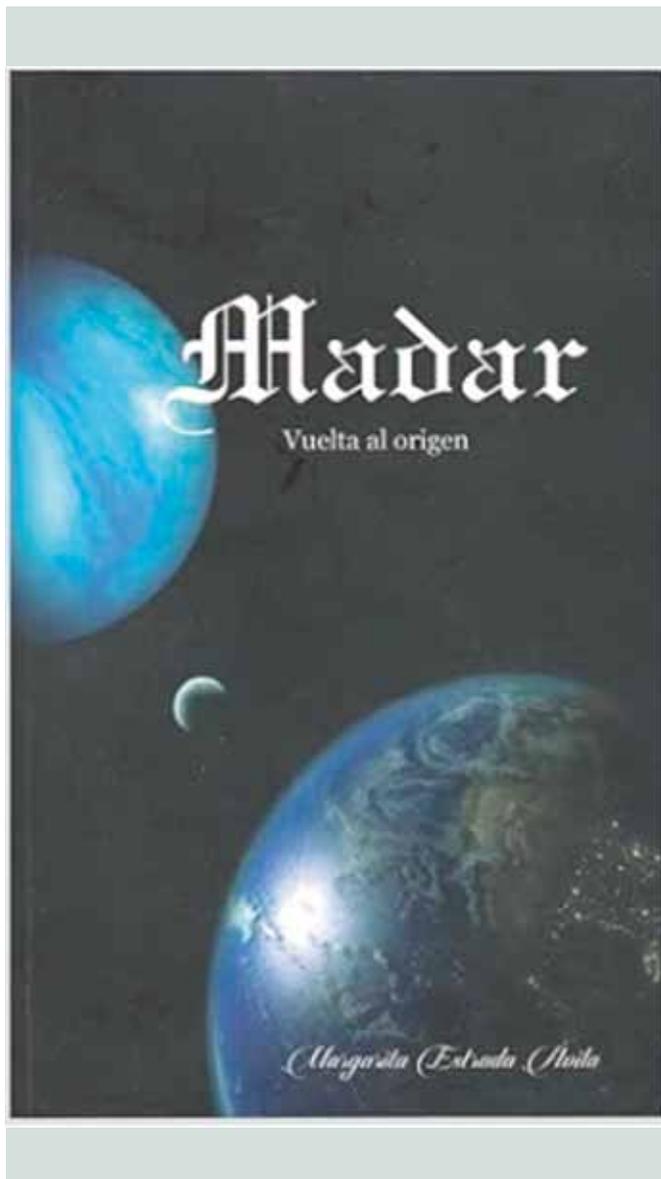


Por primera vez en nuestra historia, Jueces, Magistrados y Ministros serán elegidos por tu voto, se redujeron de 11 a 9 las y los integrantes del Máximo Tribunal, se eliminaron las pensiones vitalicias y se establecieron nuevas reglas procesales para garantizar justicia expedita y equilibrio entre los Poderes.





MADAR. VUELTA AL ORIGEN Y MI AMOR POR LA CIENCIA FICCIÓN



Hace una década vi morir a mi padre víctima de un infarto al miocardio, observé a los médicos que lo atendieron luchar hasta el final para salvarle la vida, experimenté ese momento insólito e irrepetible, el tránsito inevitable de la vida, a la muerte. Sentí al unísono, frustración, impotencia, dolor, querer detener el tiempo para prolongar su existencia, pero sucedió lo inevitable, mi padre ya no estaría físicamente a nuestro lado. En ese momento desee existiera una máquina que lo reviviera, así, con tan solo meterlo en ella y apretar un botón. Después de su cremación, pasé varias noches en vela, recordándolo y quise tener una Máquina del tiempo de Georges Wells, o ser parte de El fin de la eternidad de Asimov, para viajar al futuro y cambiar la historia.

De esa pérdida en mi vida, nació mi novela *Madar. Vuelta al Origen*, comprendí la esperanza que depositamos los seres humanos en los avances de la ciencia y la tecnología, para preservar la vida y la salud... ¿Quién de nosotros ante la enfermedad que llega a esclavizar ha deseado un minuto más de vida para el ser amado, el tratamiento o la vacuna para una enfermedad letal? En el mundo real, la literatura se quedó corta, hace unos años, nos enfrentamos al SARS- Cov2, que se expandió por el mundo, contagiando a millones de personas mientras esperábamos que los científicos encontraran la vacuna, esta pandemia llevó a la muerte a miles de personas, entre ellos muchos seres queridos. ¿Quién no ha deseado vencer las diferentes discapacidades, la regeneración de un miembro amputado, el control de la naturaleza, para evitar los desastres naturales? Todo lo posible en el mundo de la ciencia ficción.

En mi novela *Madar. Vuelta al Origen*, a través de los diferentes personajes, pude externar mi visión sobre la vulnerabilidad y limitaciones del ser humano, ante la devastación, por recurrentes eventos naturales, enfermedades y guerra, en nuestro Planeta, que lleva a decidir a los líderes del mundo a abandonar la Tierra para preservar lo más sagrado que tenemos: nuestra especie. Lo que significa romper con todos los paradigmas y forma de vida de una civilización en nuestro Planeta e iniciar una nueva en otro mundo, con ciencia y tecnología, que facilite la vida del ser humano, con ejércitos de robots programados, donde no existe la esclavitud, ni servidumbre, el desarrollo de una inteligencia artificial controlada, con naves espaciales.

Así también surgieron cuestionamientos: ¿Hasta qué punto el hombre y la mujer pueden jugar a ser Dios, en el gran dilema ético de la manipulación y experimentación con seres humanos para crear, hombres y mujeres, inmunes al dolor y enfermedad?... Mientras escribí mi novela, valoré ese amor que me acompañó desde mi niñez por la literatura y en especial por el género de la de Ciencia ficción... Aún conservo en mi mente la imagen, al cumplir 11 años, mi padre me regaló el libro **“De la tierra a la luna” de Julio Verne**, quien se convirtió en uno de mis autores favoritos, me cautivó y atrapó, crecí leyendo, **Veinte mil leguas de viaje submarino**, con el personaje entrañable del gran capitán Nemo, regresé muchas veces a los libros escritos por Julio Verne, quién imaginó en sus historias, artilugios, accesorios, máquinas, implementos adelantados a su época, fue un visionario, situó en sus novelas la llegada del hombre a la luna, 100 años antes de que ocurriera, los viajes por aire, la fotografía sub acuática, el submarino mismo; en **París en el siglo XX**, la llamada novela perdida, habla del telégrafo fotográfico, una red mundial de comunicaciones que se conectaba a distantes partes del mundo para compartir información, y, si bien, vio la luz en 1994, cuando ya conocíamos el internet, él la había escrito 150 años antes. Así como los ataques

extraterrestres en **La Guerra de dos Mundos, de Wells**, el futuro no lejano de **Isaac Asimov relatado en Fundación**, la tecnología reproductiva en la trama del libro de **Aldo Huxley, Un Mundo Feliz, y DUNE de Frank Herbert**, quien plantea, el valor del agua como uno de los bienes más preciados para la humanidad. Gracias a todas estas novelas descubrí la fascinación por temas como el espacio, la relatividad del tiempo, dimensiones desconocidas, robots, máquinas, la visión de los escritores, sobre el devenir histórico y sociológico de la humanidad, con una explicación racional con base en la ciencia y la tecnología. Lo cual me atrapó y cautivó, para escribir mi propia novela. Mientras lo hacía, recordé series de televisión que me entretuvieron, no solo a mí, sino a muchas personas de mi generación, tenían ese toque mágico, que da la ciencia ficción como: “El túnel del Tiempo”, “Tierra de gigantes”, “Viaje a las estrellas”, con su famosa nave Enterprise insignia de la Flota Estelar de la Federación Unida de Planetas, serie que adelantó la participación de las mujeres en cargos importantes, en proyectos científicos, que trabajaban con un objetivo común, buscar nuevos mundos, civilizaciones, y llegar a donde nadie había llegado. Me asombré en 1977, con la película “La Guerra de las Galaxias”, como olvidar el impacto de quienes acudieron a las salas

de cine a ver la cinta “Cuando el destino nos alcance”, en el año de 1973 y escuchar sus comentarios, siendo yo una niña. Mi amor por la ciencia ficción, me dio las herramientas para escribir **Madar. Vuelta al Origen**, una novela, honesta, que les invito a leer para descubrir cómo imagino la vida después de que la Tierra se torna un lugar inhóspito para vivir, y descubran las ciudades del Devenir en Venus, espacios futuristas en donde los seres humanos viven rodeados de máquinas y ejércitos programados. En cada una de sus páginas, encontrarán la historia de amor, que surge entre seres separados por la experimentación científica, los secretos de familia más poderosa en la Ciudades del Devenir, el debate filosófico de los personajes, que se enfrentan al conflicto ético – moral, de la ciencia, tecnología y su evolución, entre quienes apuestan por las generaciones de humanos manipulados genéticamente y los que luchan por mantener viva, la procreación natural.

“La ciencia ficción, en la literatura es un adelanto de lo que un día puede ser posible”.

LC.C. Margarita Estrada Ávila





EL PODER DEL AGRADECIMIENTO



Cada día es una oportunidad nueva que invita a vivir con una actitud de gratitud y la vida es el primer regalo que recibimos, venimos con páginas en blanco para escribir nuestra historia y poder desarrollar habilidades y descubrir cada uno de los talentos que nos fueron obsequiados desde el nacimiento. Si observamos detenidamente lo que nos rodea podemos identificar que el mundo es parte de esa creación, y lo más interesante es que contamos con un valor superior que es la conciencia del agradecimiento.

Por lo tanto, los padres mediante el juego deben enseñar a sus hijos a sentirse contentos con lo que tienen, sin desear lo que poseen otras personas; de lo contrario, se pueden frustrar y sentir **emociones tóxicas** como la envidia que se desarrolla con el tiempo. Asimismo, hay padres exigentes que obligan a sus hijos a obtener siempre el primer lugar en las competencias y se les olvida que lo más importante, es disfrutar y como dice la canción “Me olvidé de vivir”. “De tanto querer ser en todo el primero. Me olvidé de vivir los detalles pequeños”.

Como podemos apreciar, **los padres son el ejemplo a seguir, si dan las “gracias”; los hijos imitarán su comportamiento**, resaltando, que, con base en la educación recibida en casa, van formando su personalidad con las herramientas que están aprendiendo. Por ejemplo, ser bondadoso con los demás al compartir sus juguetes o alguna golosina. El pequeño está consciente que hizo una buena acción y sus progenitores al manifestarle que están orgullosos por su comportamiento y que valoran su generosidad, están sembrando la semilla del agradecimiento.

Ahora bien, lo que también se aprende, es que la prosperidad y la abundancia, es el mismo puente que se construye mediante la gratitud, generando pensamientos positivos. Entre más generosos somos, más bendiciones tenemos y no solo es lo material, son las relaciones que se establecen con los otros. Específicamente: el amor, la solidaridad, la empatía, el buscar siempre el bienestar común y al valorar la amistad, se podrá contar con relaciones más sanas y duraderas.

De acuerdo con muchos estudios psicológicos, **el agradecimiento ayuda a las personas a sentirse más felices con lo que son y con lo que tienen**; lo contrario es la queja y ambos paradigmas en psicología (cómo se percibe la vida y la realidad) son los claroscuros entre el paradigma de queja Vs. el paradigma de agradecimiento. El primero: ve la vida de manera negativa y es adictiva. (Pierde fuerza interior y al volverse crónico produce estrés que se transforma en ansiedad o depresión). El segundo: es funcional y su actitud frente a la vida es positiva. (Se asombra de lo que existe a su alrededor y posee una sensibilidad para captar esas cosas maravillosas y extraordinarias).

Cuando nos damos cuenta del poder del agradecimiento y la retribución que trae consigo a nivel de paz interior, nos sentimos tranquilos porque tenemos la capacidad de apreciar lo que estamos viviendo y contamos con más habilidades emocionales para poder afrontar situaciones no gratas que se pudieran presentar y prepara a la mente en los procesos psicológicos, mediante la resiliencia y encuentra siempre motivos para seguir adelante con la mejor actitud.

Herramientas Emocionales del Agradecimiento

1. Entender que la vida es un premio.
2. El valor positivo de la existencia.
3. Descubrir las maravillas del mundo que nos rodea.
4. Convierte los problemas en oportunidades.
5. Ser la mejor versión.
6. Crecer con libertad interior.
7. El agradecimiento da una enorme fuerza para enfrentar las contradicciones.
8. Ser solidario y empático con los demás.
9. Centrarse en lo positivo.
10. Recordar: “Nuestra actitud es nuestra vida”.

Si entendiéramos más la importancia de poder corresponder a los demás y alejarnos de las personas no gratas, podríamos sentirnos más plenos y liberarnos de pensamientos negativos y relaciones tóxicas; logrando vivir más relajados sin cargar con equipajes emocionales nocivos, al desarrollar la capacidad de dejar ir lo que frena el crecimiento personal y fortalecer la autovaloración para tomar mejores decisiones.

Ahora bien, el “Yo” (En psicología corresponde a la imagen que tenemos de nosotros mismos y de la realidad). El Yo como identidad negativa: “Yo envidioso”. (Se convierte en un suplicio porque aleja de un sentido de agradecimiento). “Yo egoísta”. (El resentimiento deja muy desprotegido de la realidad). “Yo venenoso”. (Se siente herido porque algo valioso le ha sido dado a otro inmerecidamente). “Yo endurecido”. (Indiferencia ante lo que recibe). Es importante reiniciar los pensamientos ante sentimientos polarizados. Sin embargo, el agradecimiento despierta del egoísta Yo.

Agradecer lo que tenemos

Todos los días hay que agradecer por tener un día más de vida, por los afectos y las personas especiales que hacen de nuestra existencia algo significativo. El contar con un hogar para compartirlo con las personas que amamos, es el resultado del aprecio a los seres importantes que son parte de nuestro mundo. El llegar a casa y ser recibidos con amor por la familia y la mascota, hace que nos sintamos felices y en armonía con todo lo que percibimos. Cada espacio en el hogar es un templo de abundancia, como un lugar sagrado y la historia que se construye se transforma en algo único. Hay tanto por agradecer, el ser parte de una familia, sumado a los amigos y la dicha de poder disfrutar de su compañía. El tener trabajo es otra gran bendición que nos permite el crecimiento profesional para atrevernos a cumplir retos y con el tiempo conseguir un mejor puesto en una organización. Sin olvidar que los viajes representan otra bendición más, el conocer nuevos lugares, personas de diferentes culturas y su gastronomía, dejará gratos recuerdos y un corazón agradecido. También es necesario enfocarnos todos los días para tener salud, física, mental y emocional, mediante buenos hábitos y una filosofía de vida centrada en la gratitud. Es como una semilla que germina con el tiempo y da buenos frutos.



Asimismo, la gratitud invita a desearle “buenos días” a las personas que nos rodean. “Gracias” como símbolo de correspondencia valorando lo que otra persona hace por nosotros. Un afectuoso abrazo es muestra de interés y bienestar en las relaciones sociales; todo esto representan pequeños gestos de amabilidad como parte de nuestra actitud hacia los demás. Por lo tanto, las personas que son agradecidas se sienten bien porque reparan en lo que tienen mediante la observación y a través de sus sentidos perciben el mundo de una forma grata y aprecian lo que poseen sin vivir de apegos, solo se centran en el presente con una actitud positiva y obtienen una vida de calidad.

Pensamiento de Agradecimiento

Agradezco mi vida que me fue dada mediante el amor. Soy un ser que me permito soltar lo que no me ayuda a tener un crecimiento espiritual de evolución y abrazo la sabiduría que me dan los años y atraigo solo buena energía en cada momento de mi existencia. Mediante el perdón, alejo el sufrimiento que enferma el cuerpo y el alma. Bendigo mi vida y la de los demás porque todos necesitamos cambiar el mundo que nos rodea y hoy más que nunca se necesita dar más amor... Agradezco siempre. La gratitud es la medicina que diluye la queja. El agua cristalina que atrae la abundancia. La decisión que no permite ser solo un observador sino arriesgarse siempre. El tener un corazón bondadoso abierto a la alegría, es la mayor prueba de humildad.

“Agradezco todo. Por estar, por ser, por tener, por ganar, por perder, por ir, por venir, por intentar, por errar, por conocer, por sentir y por la presencia de los demás en mi vida”.

**¡Que mejor para un Año que está por terminar agradecer todo lo que nos dió y que el próximo 2025 sea el comienzo de abundancia en todos los sentidos y bendiciones para todos!
“Gracias a la vida que nos ha dado tanto”.**



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



El Misterioso Mundo de las Caricias en la Danza Amorosa



¿Sabemos realmente la importancia que tienen las CARICIAS en la Sexualidad? Sí. Lo sabemos... pero su importancia ha disminuido por la vorágine misma de la vida, el ritmo tan acelerado en el que vivimos que nos ha robotizado al punto que nuestras manos se han convertido en pinzas, tenazas que presionan.

Las CARICIAS en un encuentro sexual, para una gran mayoría, ha quedado en la nostalgia, para otros imaginar una verdadera caricia les parece casi imposible y hasta aterrador. *¿Aterrador?* Sí, porque una verdadera caricia te lleva a la verdadera intimidad de tu ser. Mira bien, **observa tus manos detenidamente**, primero ¿qué opinión tienes de ellas? ¿es raro no? Es porque realmente nunca o muy rara vez las observamos y, entonces, cuando te detienes un momento a observar, te es difícil conectarte contigo mismo(a) y sentir. Las CARICIAS que te conducen a la plenitud, al éxtasis y a la felicidad en tu sexualidad comienzan contigo, seas mujer o seas hombre. Dicen por ahí, "Nadie da lo que no tiene". Es verdad. **Iniciemos un viaje imaginario en el mundo de las caricias en el que el personaje principal eres tú misma(o).**

Es un día hermoso para ti, cualquier día, con el clima perfecto observas profundamente tus manos, no tienes ningún pensamiento descalificante e intimidante para ti, ningún prejuicio, nada de ideas absurdas que bloqueen tu experiencia personal. Tocas cada una de tus manos lenta muy lentamente y te "sientes", te palpas, te vives: realmente estas vivo(a) y así empiezas a recorrer todo tu cuerpo, acaricias tu cabello, tu rostro y te detienes un momento ahí, tu piel está viva. **¿Hace cuánto tiempo no te tocabas de esta manera, tan profunda y suave?** Tal vez hace mucho tiempo, te respondes. Continúas acariciando tu cuello, tus hombros, tus brazos y conforme tu flexibilidad te lo permita, tocas también tu espalda. No eres un robot, eres un ser humano y percibes que te has tratado como una máquina porque hay partes de tu cuerpo que notas como "dormidas", es decir, no sientes realmente tu piel, sientes que hay una especie de capa que la cubre y te impide "sentir a profundidad" porque reconoces que puedes sentirte mucho más de lo que hasta ahora has sentido... reflexionas un poco y decides seguir tocándote, acariciándote venciendo tus prejuicios y dudas, venciendo tu

sensación de "para qué esto es ridículo". Ahora empiezas a acariciar tu pecho y lo sientes, claro está, en forma diferente si eres mujer que, si eres hombre, pero **la sensibilidad aflora más aún porque empiezas a sentir tu erotismo**, sí, tanto mujer como hombre están integrados en el erotismo. **El erotismo forma parte integral de tus caricias, el erotismo va elevando el fuego, el calor, la excitación que van plasmando poco a poco tu sensualidad particular e individual;** esa sensualidad es la que atrae al otro(a), es la que magnetiza a esa otra persona que quiere estar contigo porque se siente fuertemente atraída hacia ti.

¿Por qué se da así?, porque tu misma(o) al tocarte, acariciarte en una forma profunda, suave y sobre todo libre y sin agresión, con absoluto respeto por tu cuerpo, por ti mismo(a); venciendo tus miedos manifestados de diversas formas (como el sentirte ridículo(a), sentir que "no sientes", desesperarte, angustiarte, manifestar ansiedad, querer postergar la experiencia, querer ir más rápido, no darle importancia al momento y tus creencias particulares de "no merecimiento" por mencionarte solo algunos)

logras despertar se erotismo nato en ti. Ese erotismo que se despierta físicamente en los hombres, por ejemplo, es necesariamente acariciando todo su cuerpo porque en el caso de ellos para poder erotizarse a nivel emocional y espiritual (espiritual no es sinónimo de religioso ni de moral) y **acceder a niveles superiores de placer requieren de acariciarse más que la zona del pene, requieren acariciarse el cuello, el tórax y la zona del estómago que despierta en ellos una sensualidad que magnetiza a las demás, a su pareja; en el caso de las mujeres es también muy importante acariciar su cuerpo en una totalidad solo que de afuera hacia adentro**, es decir, de la periferia al centro aunque también se pueden ir erotizando al ser acariciado sus cuerpos emocional y espiritual que las va conduciendo a una entrega del alma que despierta su sensualidad y, en consecuencia, magnetiza, es decir, atrae al otro, a los demás.

Bien, al seguir hasta aquí, ya has despertado en ti bastantes sensaciones agradables que te generan bienestar y un deseo de seguir acariciándote, tocándote con suavidad y profundidad y te diriges hacia tu zona pelviana que, según sea el caso tocas y acaricias pene o vagina, además de cadera, nalgas, entrepiernas y muslos: Mmm ¡Qué maravilla! Esta zona de tu cuerpo es una de las más sexualizadas porque aceleran tu ritmo cardiaco y tu respiración, así como tu deseo por compartirte y brindarte al otro(a).

Ahora tienes ya la oportunidad de estar, ser y manifestarte con otra persona, con tu pareja y empezar a acariciarse uno al otro con la única intención de potencializar el erotismo; **el erotismo que es el lenguaje del cuerpo despierto y sensible que sabe pedir, que sabe conducir las manos de tu compañero(a) de viaje en las CARICIAS porque es un cuerpo vivo, integrado a sus cuerpos emocional, mental y espiritual y que en alineación perfecta consigo mismo en un encuentro sexual en el que invariablemente se da un intercambio energético**; el hombre que se conoce verdaderamente va levantando el fuego de la mujer y con ello va aumentando la pasión manifestándose inequívocamente, la sensualidad en ambas partes que conjugada de manera adecuada, con paciencia y sin prisa el fuego de la mujer, que se conoce verdaderamente, aumenta el fuego del hombre y al establecerse la unión física o el coito los niveles de placer los conducen a ambos hacia la plenitud, el éxtasis y la felicidad que una vez alcanzados, ambos participantes de este encuentro, perciben un placer ilimitado que los nutre y los transforma en seres humanos creativos en todos los planos de su existencia... Con ello finalizamos este viaje a través de las caricias **recordándote que en las mujeres el erotismo se va incrementando al ser acariciadas de la periferia hacia el centro; en el caso de los hombres, es del centro hacia la periferia**. Si logras armonizar esta forma de sentir con tu pareja, como un primer paso en esta historia sin fin, vas a empezar a descubrir sensaciones que no imaginas que posees y mereces.



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



Una de cada tres marcas en México lograron llegar a más público

Luz Vázquez, country manager de ISPD en México, resaltó que en el primer semestre del 2024 sólo una de cada 3 marcas creció, mientras que el 44% bajaron y el 25% se estancaron. Las marcas más sobresalientes son BBVA y Nu; la financiera brasileña en muy poco tiempo logró superar a otros en el sector. Las proyecciones de este grupo de marketing indican que el 69% de las marcas que existen en México no tendrán crecimiento de consumidores el próximo año. Durante el foro Marketing Mastermind 2024, Vázquez resaltó que encontraron en el mercado mexicano, solo el 19% de las marcas en las categorías que muestran crecimiento, como la industria farmacéutica, servicios financieros y entretenimiento, logran crecer. En contraste, hay industrias que no tienen un crecimiento constante como la



de telecomunicaciones o de consumo; el 16% logran avanzar como el caso de marcas como Televisa, Little Caesars Pizza, Doritos y Caliente. Esto se debe a que, según Vázquez, las marcas no tienen un algoritmo propio ni generan comunidades.

Levi's vio una oportunidad en una canción que lanzó Beyoncé



Kenny Mitchell, director de mercadotecnia de Levi Strauss & Co., sabía que su equipo tenía que actuar con rapidez después de que Beyoncé publicara en marzo la lista de canciones de su nuevo álbum Cowboy Carter. De las 27 canciones de la lista, una significó una gran oportunidad para el departamento de mercadotecnia de la marca de pantalones de mezclilla: Levi's Jeans. Mientras estaba en París para celebrar el cumpleaños 50 de su esposa, Mitchell se comunicaba con su equipo en la sede de la empresa, en San Francisco, para ver cómo podían aprovechar el momento. Cuando se lanzaron las canciones aquella semana, Levi's había decidido añadir una "I" adicional al nombre de la marca en Instagram, como había hecho Beyoncé en su canción, en la cual entra en una lavandería vestida con unos jeans 'Levi's 501'. Mientras se quita los pantalones para meterlos en la lavadora, otros clientes la miran asombrados. Mitchell pensó que la marca podía ir más lejos. "Una vez que el álbum salió, obviamente fue un momento en el que dijimos: Tal vez podamos empezar a tener conversaciones sobre una colaboración más profunda tiene sentido", reflexionó. Poco después, Levi's se puso en contacto con Beyoncé y su equipo. Ambas partes ya habían trabajado juntas en varias campañas y proyectos creativos a lo largo de los años. Ella había usado sus pantalones de mezclilla cuando era miembro de Destiny's Child a principios de la década de 2000, lo que convirtió a Levi's en una de las primeras marcas en colaborar con el grupo, y siguió incorporando la marca en su carrera en solitario.

Starbucks busca reconectarse emocionalmente con sus clientes



Starbucks quería ser una empresa que no sólo vendiera café, sino también ofrecer una experiencia "memorable". Esta misión se reflejaba en sus tiendas, donde los baristas conocían el nombre del cliente y sus preferencias, convirtiendo cada visita en una interacción personal y cálida. Sin embargo, a medida que la marca creció y se volvió global se enfocó más en la eficiencia y en diversificar sus productos, alejándose de la esencia que la hizo popular. En una carta publicada el 10 de septiembre por el nuevo CEO de Starbucks, Brian Niccol, él admite que la compañía ha perdido parte de su identidad: "Nos hemos desviado de nuestro corazón, que es el café y la experiencia en la tienda". Asimismo, comprometió a la empresa a regresar a sus raíces, buscando reconectar emocionalmente con sus consumidores. Este reconocimiento de haberse "desviado" de su misión primigenia es el primer paso hacia una estrategia de reconexión con los clientes. Las tiendas de Starbucks, que solían ser un espacio acogedor, se han convertido en "lugares más transaccionales". Con el tiempo, Starbucks se volvió un producto tan masivo que se perdió el sentido de la personalización. "La estrategia se centró más en la estructura tecnológica que en la estructura multicanal, con lo cual empezó a perderse la calidad y la conexión con el cliente. Lo mismo pasó con su aplicación, que facilita la operación, pero no conecta con el usuario.

Llega a México Canela Media



Canela Media (canelamedia.com), empresa de medios digitales creada y dirigida por latinos en Estados Unidos, anunció su llegada a México, así como la de su nueva plataforma de streaming Canela.TV, la cual ofrece una diversidad de contenido enfocado en la comunidad latina en EEUU y ahora en nuestro país. A la par de la llegada de la plataforma a México, se hizo oficial el nombramiento de Germán Palomares Salinas como Country Manager, quien se encargará de manejar la expansión y crecimiento de Canela Media en la República Mexicana. Entre los atractivos de la plataforma de streaming se encuentra que sus servicios son totalmente gratuitos y su producción es de origen latino. Los beneficios de esta plataforma se deben a su modelo de negocio, que opera bajo el sistema AVoD, es decir, video bajo demanda sustentado en publicidad, muy similar al de la televisión abierta... “Con la incorporación de Germán Palomares buscamos fortalecer nuestra presencia en México, para operar con relevancia en el mercado. Confiamos en el impacto acelerado que él tendrá en el desarrollo de nuestra estrategia y expansión en el mercado local” mencionó Isabel Rafferty, CEO y Fundadora de Canela Media. Por su parte, Germán comentó que “Llegar a Canela en un momento en que las plataformas de streaming están creciendo tan rápido, significa un desafío en un nuevo mercado. Es una oportunidad de brindar entretenimiento gratuito a millones de personas y alinear sus intereses y hábitos de consumo con los anunciantes que buscan comunicarles un mensaje relevante”. Actualmente Canela.TV, ocupa ya el cuarto lugar de audiencia en el mercado hispano en Estados Unidos con alrededor de medio millón de usuarios que utilizan la plataforma de entretenimiento. Para finales de 2031, Canela.TV espera alcanzar a más de 2 millones de usuarios y para el primer trimestre de 2032 tiene la expectativa de doblar esta cifra. En México se encuentra trabajando con productoras nacionales como Chapulin Films, Cinépolis, Cinelatino, Cinenauta y Yahayra; con el objetivo de brindar una gran variedad de películas, caricaturas y telenovelas de calidad a los usuarios de la plataforma. Entre sus logros se encuentra su más reciente ronda de inversión por \$3 millones de dólares, la cual fue liderada por BBG Ventures y Reinventure Capital. México es un paso clave en su expansión y ofrecer contenido diverso y culturalmente relevante para los latinos.

OXXO ayudará a las marcas a simplificar su estrategia omnicanal



Con más de 23,000 tiendas en todo México y un tráfico diario de 14 millones de personas, OXXO encontró en la publicidad su nueva gran apuesta. En colaboración con Digital FEMSA, la cadena lanzó Retina Media, una plataforma de retail media omnicanal que busca conectar a diferentes marcas con los consumidores. Uno de los principales objetivos es simplificar la estrategia omnicanal de las marcas utilizando métricas y datos sobre los hábitos de compra de los consumidores. Uno de los principales activos de OXXO en esta nueva vertical de negocio, es su capacidad para recabar grandes cantidades de datos a través de su programa de lealtad Spin Premia, que cuenta con 23 millones de usuarios activos. Esta base de datos le permite a OXXO y a las marcas que colaboran con Retina Media entender mejor los intereses y comportamientos de los consumidores. Según sus directivos, Retina Media no solo se limita a pantallas en tiendas, también incluye audio, paneles digitales y módulos de autocobro, con el fin de que las marcas puedan llegar a los consumidores en el momento adecuado, ya sea en el entorno físico de las tiendas o a través de su plataforma en línea. El objetivo es expandir esta estrategia publicitaria a más de 20,000 puntos de venta para 2028. Con esta apuesta OXXO busca posicionarse en un sector con un gran potencial de crecimiento. Según las proyecciones de FEMSA, el gasto en publicidad en retail media en México alcanzará los 720 millones de dólares este año, pero se espera que esta cifra aumente a 2,130 millones de dólares en 2028. La capacidad de OXXO para conectar con grandes audiencias a través de su infraestructura masiva y la riqueza de datos que ofrece su programa de lealtad coloca a la empresa en una posición estratégica para capitalizar este crecimiento en un sector donde ya operan otros jugadores como Walmart Connect.



Carlos Bonilla
carlosbonilla_98@hotmail.com



Teatrikando



Las Pastorelas llegan en Diciembre

¿Qué son las pastorelas? Todos sabemos: “tuvo su origen en los autos sacramentales llevados al Nuevo Mundo por los misioneros franciscanos, aprovechando algunos aspectos de la dramaturgia de la **cultura Náhuatl** y otros pueblos indígenas americanos”, Según comentan en Wikipedia. Lo que se complementa con las investigaciones de Miguel Sabido, asegura que había teatro antes de los españoles. Como los naturales de América no querían aprender castellano y los españoles no querían saber náhuatl, les quisieron evangelizar, lo que resultaba en exceso complicado. Entendieron lo que vieron: un señor sangrante sobre una cruz, así de difícil era la comunicación.

Vieron el teatro sacramental y la primera representación de este tipo fue el auto de Los Reyes Magos. Así, quienes no hablaban el idioma de los españoles entendieron lo que quisieron y lo empezaron a representar a escondidas. Como estaba prohibido, les dio la libertad de crear sus propias tramas y bromas o burlas a los personajes que se los antojó: curas, los gobernantes, **gente del virrey**, además de la aristocracia local. Esto le dio el toque característico que nos divierte tanto, la libertad del buen humor que impera en ellas. Y hasta de política se habla entre carcajadas. La estructura de una pastorela es libre, pero **Miguel Sabido** ha encontrado que La virgen, San José, el Niño y los Reyes Magos son infaltables. Bato, Pancho, la Mayora, generalmente se hacen presentes y por supuesto un **Diablo y el Arcángel Miguel**, son el protagonista y antagonista oficiales.

Hay **tres viajes o peripecias**, consisten en que los inocentes pastores van a Belén, siguiendo la estrella y Luzbel les hace trucos y da tentaciones para que no lleguen. Al final, como es natural, los pastores llegan a la adoración. El mal ha sido vencido. Puede haber canciones, baile, hasta fútbol y chicas de poca ropa, como en todo teatro de Revista que quiera ser de categoría. **Les deseamos Felices fiestas.**

La Compañía Teatral Luz Negra presenta Pedro Páramo (Los Murmullos)

Me atreví a comentar que me parecía muy bella su versión, pero que sentía que le faltaba el espíritu de **Juan Rulfo**, en la entrevista de mi programa por **wowmx.tv** les recomendé que hiciera más notoria su presencia, como líneas adelante comentaré. No regresé a verlos, así que no supe si hubo eco a mi sugerencia. Pero, su montaje es excelente.

El filme Pedro Páramo

Vi el filme recién estrenado por **Netflix** y me pareció bellissimo, bien actuado, con excelente elección de locaciones, además de un arte preciosista. De las actuaciones no se puede decir menos, es una película que quedará como demostración de que hay un enorme talento mexicano, para hacer filmes de calidad. He dado clases y conducido talleres de redacción, por muchos años, y siempre he usado a **Juan Rulfo** como un gigantesco ejemplo para enseñar las figuras literarias (comparación, imagen, metáfora, hipérbolo...) y creo que no se han destacado suficientemente en este largometraje. Es uno de los padres del **Realismo Mágico**. La Dirección es de **Rodrigo Prieto**. El Guión: Mateo Gil. Fotografía: Rodrigo Prieto, Nico Aguilar. Edición: Soledad Salfate. Música: Gustavo Santaolalla. Elenco: **Tenoch Huerta**, Manuel García-Rulfo, **Mayra Batalla**, Giovanna Zacarías, Dolores Heredia, Ishbel Bautista, **Roberto Sosa**, Ilse Salas. Mucha gente de teatro. ¿Qué párrafos extrañé en este **Pedro Páramo**? “Entre retazos de suspiros”, “La llanura parecía una laguna transparente, desecha en vapores por donde se traslucía un horizonte gris”, “Después de trastumar los cerros”, “Me acosté con él, con gusto, con ganas. Me atrinchilé a su cuerpo”, “Cada suspiro es como un sorbo de vida del que uno se deshace” Y estos ejemplos son sólo de las primeras páginas. La historia está bien contada, las anécdotas plasmadas, pero eso no es toda la novela. También es la redacción, el ritmo, las licencias y figuras literarias. ¡Eso opino!

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



¡Feliz Navidad y
un genial año nuevo 2025!





Conoce este y más productos para tu salud.



Mangas de bambú



www.farmacio.com.mx



Esríbenos vía whatsapp