



ZAXX Magazine

EDICIÓN 42, FEBRERO 2024



Portada y Contraportada

Fotografía: Ximena Alexia



Diseño editorial: Ceci Vázquez

 [ldg.vazquez](https://www.instagram.com/ldg.vazquez)

Edición anterior



ZAXX Magazine

EDICIÓN 41, ENERO 2024

ENERO 2024

Hasta el **06**
Romería Reyes Magos

Hasta el **07**
Festival Navideño en el Parque Teozotlán: Diversión para Todos

Hasta el **09**
Coloquio a través de tus pupilas

Hasta el **12 al 14**
Nocomi

QUÉ HACER

76

ZAKEXPLORER.COM

Sopa de letras

Por Grecia Olvera
Fotografía: Shaparak

D	O	M	O	T	N	E	I	M	I	C	A	N
A	S	L	B	Y	B	R	A	P	S	A	G	S
J	N	E	Y	U	M	A	P	W	I	N	O	F
B	E	H	G	O	I	Y	L	C	J	G	O	O
I	I	R	U	Q	C	R	A	T	A	U	E	E
I	C	Z	O	A	O	K	M	A	B	G	S	
M	N	E	H	C	H	S	O	O	S	L	X	
I	I	E	C	O	W	E	R	A	N	U	A	S
I	A	L	A	N	Y	O	V	I	U	U	C	R
K	E	N	R	E	R	O	U	K	O	A	Q	
M	R	E	R	M	A	L	N	I	P	Y	R	X
O	G	P	I	B	O	D	E	W	O	T	T	E
W	U	N	M	E	O	H	O	B	S	S	A	F

78

ZAKEXPLORER.COM



Contenido

APERTURA

8

Estrenos del séptimo arte

10

El encanto del teatro accesible

12

Zaxpedia

14

Con el corazón de fiesta

18

Starlink ha llegado a México

20

Reino fungi

22

A usted

30

Saponificación

ENTREVISTA



REPORTAJE



EXPLORE



DIVERSIDAD

62

¿Qué leer?

64

¿Qué ver?

66

¿Qué hacer?



ZAX
MAGAZINE

DIRECTORA EDITORIAL

Alejandra Gil
editorial@zaxmagazine.com

COLABORADORES

Grecia Ginnete
@grecitoginn

Juan Carlos Sánchez
@jc_santa71

J. Rogelio Sandoval
@roysan60
José Rogelio Sandoval

Patricia Escobedo
@paty_escobedo
El espacio de Miss Paty

Zaci
@Amycu

DISEÑO EDITORIAL

Cecilia Vázquez
cecilia.disenio@zaxmagazine.com

WWW.ZAXMAGAZINE.COM

SUMARIO



72

Sopa de letras

74

En los bosques de Blackwater

Carta editorial

No cabe duda que el tiempo transcurre con una velocidad impresionante, no tiene nada que estábamos escribiendo sobre el año nuevo y henos aquí ya en el segundo mes del año, y dado que todo es tan rápido y considerando la estadística del alto porcentaje de abandonos de los objetivos de año nuevo en el primer mes, no quiero perder la oportunidad de recordarles, que no importa si disfrutaron sus días o los dejan pasar cubiertos de pretextos o motivos por los cuales no pueden disfrutar de su vida, el tiempo termina pasando y cuando menos veamos comenzaremos a preguntarnos que ponernos para las fiestas y cena navideña, por ello, no permitan que el tiempo y su vida se escurra entre sus dedos sin disfrutarlos, comprendo que no todos los días son de gran vitalidad, pero no olviden que es mas importante hacer pequeñas acciones que no hacer nada.

Hablando de acciones, de las preguntas que me parecen interesantes al respecto de la naturaleza humana son: ¿Que lleva a un ser humano a quitar la vida de otra persona? ¿Seríamos capaces de ejecutar acciones atroces, si el contexto nos orilla a ello? O quizá ¿Realmente tenemos un gen de la maldad que aún no hemos descubierto? Sinceramente, de acuerdo a mi experiencia y lo poco que he estudiado del tema, mucho de lo que ejecutamos “bueno”o “atroz”, tiene que ver con las condiciones y características de lo que nos rodea, justo esto es un poco el contexto de la platica que mantuve con Alexia, quien en su trabajo como actriz, interpreta a una joven, que perdida en un mundo de violencia, culmina robando la vida de aquella persona que parecía amar, Alexia, además nos comparte un mensaje de amor y tolerancia, que considero indispensable al momento de hablar de temas tan fuertes como estos, no se pierdan la entrevista, se que les va a encantar.

Hablando de amor la profesora Patricia nos invita a tener el corazón en fiesta, como siempre nos invita a desarrollar una cálida perspectiva de nosotros y el contacto con los demás. Además es indispensable tener mucha gente a nuestro alrededor que nos quiera, no nos vaya a pasar lo que Soriano quien fue llevado a la cárcel por no tener a nadie que realmente le profese cariño y es que Juan Carlos pone sobre la mesa una reflexión interesante en su cuento, que lleva como estandarte la pregunta: ¿Tienes alguien que te quiera?, espero que en el caso de nuestros lectores la respuesta sea una lista larga.

Y bueno hablando de listas que les parece una nueva sección en la revista, Ginnete nos comparte teatro accesible, es decir menor de \$200.00 para que podamos disfrutar del encanto del teatro y no sufrir tanto en el intento, se que para algunos sigue siendo una cifra interesante, pero en ocasiones pagamos mas en algunas cosas, recuerden que muchas veces no es tanto que no tengamos recursos, si no que tenemos otras prioridades, bueno con estas alternativas que nos brinda Ginnete, quizá logremos motivarles lo suficiente para poner el teatro como una prioridad.

Otro de los grandes placeres que necesitan tener como prioridad en su vida es viajar, este mes Rogelio nos lleva a San Rafael, un pueblito pintoresco, frío y bello que tiene mucho que ofrecernos, creanme que es una gran opción para visitar, sobre todo porque esta cerca a la Ciudad.

Otra cosa que me encanta son los hongos, si como lo leen, esos pequeños que forman parte de un mundo pequeño e inmenso, el llamado reino Fungi, Zaci nos platica lo básico que necesitamos saber al respecto.

Ademas tenemos poemas, animales, cine, recomendaciones y algunos redacciones interesantes, que esperamos sean de su agrado, por ahora me despido, esperando que pasen un bello mes de febrero, lleno de amor hacia ustedes y en compañía de gente que les adore y les hagan sus días mas alegres, por mi parte me despido, nos leemos en marzo.



Alejandra Gil

Directora Editorial de Zax Magazine



**Yo no deseo que las mujeres
tengan poder sobre los
hombres, sino sobre ellas
mismas.**

Mary Wollstonecraft
1759-1797
Escritora y filósofa inglesa

Estrenos del séptimo arte



Por: **Grecia Ginnete**

grecitoginn

Fotografías: **Cortesía**



ARGYLLE

Estreno en cines 1 de febrero

Sinopsis: "Argylle" cuenta la historia de Elly Conway, una autora introvertida de novelas de espionaje. Sus tramas ficticias sobre el agente secreto Argylle comienzan a reflejar acciones reales de una organización de espías. Junto al espía Aiden, y con su gato Alfie, Elly se embarca en una aventura global para enfrentarse a asesinos, mientras la línea entre el mundo ficticio y real se difumina.



VIDAS PASADAS

Estreno en cines 1 de febrero

Sinopsis: Nora y Hae Sung, amigos de la infancia inseparables, se separan cuando la familia de Nora emigra de Corea del Sur. Después de décadas, se cruzan de nuevo en una semana crucial, confrontando el destino, el amor y las decisiones que dan forma a sus vidas.



SECRETOS DE UN ESCÁNDALO

Estreno en cines 8 de febrero

Sinopsis: "Secretos de un Escándalo" es una película estadounidense de comedia oscura y drama psicológico satírico del 2023, dirigida por Todd Haynes y escrita por Samy Burch, basada en una historia creada por Burch y Alex Mechanik. La cinta está protagonizada por Natalie Portman, Julianne Moore y Charles Melton.



BOB MARLEY: ONE LOVE

Estreno en cines 15 de febrero

Sinopsis: Bajo la dirección de Reinaldo Marcus Green, conocido por su trabajo en "King Richard", "Bob Marley: One Love" explora diversos aspectos de la vida del legendario músico. Aunque se centra en su carrera musical, destaca la relación profunda con su esposa Rita y su impacto en algunas de sus composiciones. El estreno de la película está programado para el 15 de febrero.



TODOS SOMOS EXTRAÑOS

Estreno en cines 29 de febrero

Sinopsis: La historia sigue a Adam, quien se ve atraído por su enigmático vecino, Harry. A medida que su relación se intensifica, Adam decide regresar a la casa de su infancia. Allí, descubre que sus padres, fallecidos hace 30 años, aparentemente viven como si el tiempo no hubiera pasado, desatando una serie de misterios y revelaciones sobre su pasado familiar.

El Encanto del teatro accesible



Por: Grecia Ginnete

[@grecitoginn](#)

Fotografías: Cortesía



EL ÚLTIMO RECORRIDO DE UNA LÁGRIMA

Hasta el 25 de febrero

Domingo 17:30 y 19:30 horas
Centro Cultural Autogestivo el 77
\$150

Un artefacto que te lleva a explorar un cementerio de recuerdos, donde cada tumba desenterrada por el espectador desencadena un diálogo sobre las diversas maneras de enfrentar la pérdida y el duelo.



VA DE NUEZ

Estreno 1 de febrero

Jueves 20:30 horas
Teatro Varsovia
\$300

Cuatro relatos que se cruzan de manera inusual, reflejando la complejidad de la vida. Dos trabajadores de limpieza se desconciertan ante la aversión de sus empleadores al jamón. Una joven enamorada toma riesgos por amor. Dos matrimonios llevan consigo venganzas latentes. Una misteriosa mancha emerge en la pared de la cocina. Estos elementos desordenan las situaciones, ofreciendo una comedia que se presenta como una bocanada de aire fresco y necesaria.



EL CICLO DE LAS ROCAS

Del 2 al 23 de febrero

Viernes 20:30hrs
Centro Cultural Autogestivo el 77
\$200

Equis y Zeta se sumergen en un viaje cargando un fardo de piedras, mientras debaten sobre la tierra prometida que anhelan. A medida que la conversación sobre detenerse o avanzar se intensifica, se enfrentan a la interrogante fundamental: ¿cuál es el propósito de todo este trayecto?



EL OTRO DÍA SOÑÉ CONTIGO

Del 6 al 20 de febrero

Martes 20:00 hrs
Centro Cultural el Hormiguero
\$300

"El Otro Día Soñé Contigo" lleva al escenario la expectación en torno a la fiesta de Laura, donde los sueños individuales de Joaquín, Natalia, Osma y Verónica se entrelazan al finalizar el ciclo escolar. Durante la celebración, un giro inesperado desencadena la desaparición de uno de ellos, dando lugar a una intensa investigación por parte del grupo restante. La obra, hábilmente titulada, explora las complejidades de las relaciones interpersonales y ofrece una experiencia teatral emotiva y llena de intriga, donde los anhelos personales chocan con las sorpresas del destino.



BUENOS DÍAS, SOMOS SUS GUÍAS

25 de febrero

Centro Cultural España
Gratis

Un espectáculo de Teatro Clown para hablar de ÁREAS NATURALES PROTEGIDAS: Dos excéntricas ecoguardas presentan al público una extraordinaria e importante flor en peligro de extinción y su especial cuidado mantiene una catástrofe ecológica fuera del panorama. Tras locos cuidados, juegos y canciones, ¿lograrán resguardar el equilibrio ecológico?



Zaxpedia

Shogantai



Por: Ale
Fotografías: Freepik

Considero de manera personal, que de las situaciones lo que más nos causa dolor es cuando no logramos aceptar lo que pasa y lo que vivimos, ya sea, porque teníamos una expectativa clavada en el corazón, por necesidad o terquedad, que también suele darse, pero definitivamente cuando la vida nos da un revés, lo más difícil de enfrentar, muchas veces, no es el revés en sí mismo, sino, nuestra resistencia a aceptar aquello que estamos viviendo.

Para solucionar esto podemos utilizar Shoganai, una palabra japonesa que más que formar parte de su vocabulario, se ha convertido en parte de su filosofía y forma de enfrentar la vida, puesto que, les permite comprender y entender que la vida no es perfecta, buscando en internet encontré que la traducción literal podría entenderse como “que le vamos a hacer” expresión que para nosotros en español o en México puede entenderse como una queja o resignación de mala gana, pero para los Japoneses tiene que ver más con la perspectiva de comprender, la idea de que la vida es diferente de como la soñamos, que siempre habrán cosas que no funcionarían de acuerdo a aquello que nosotros pensamos que necesitamos y por ende hay que aceptar las condiciones y situaciones que la vida nos presenta con madurez.

Creo que esta clase de palabras que forman parte de la forma en que los japoneses entienden la vida explican su gran capacidad de resiliencia que tienen y como a pesar de las graves devastaciones que han vivido en su historia, continúan siendo una potencia mundial.

También hay que entender que como todo, Shoganai, puede tener una parte negativa, es decir, si vamos por la vida aceptándolo todo sin ningún tipo de reparo, puede ser que entonces nuestra adaptación nos lleve al hecho de no cambiar, aceptarlo todo de tal forma que no exista la tentación de hacer o empujar a que las cosas sean diferentes, cosa que en muchas ocasiones también es indispensable y necesitamos comprender que la aceptación no está peleada de hacer un análisis para identificar y determinar que peleas sí valen la pena pelear de acuerdo a las cosas que sí están en nuestro control o que incluso en un ambiente más revolucionario, valen la pena luchar por ellas.





Con el
corazón de

fiesta




Por: Profra. Patricia Escobedo
Guzmán

 @paty_escobedo67

 paty_escobedo

Fotografía: Unsplash





Hoy

me puse a pensar en todas las cosas que nos llenan el alma, desde las más pequeñas acciones hasta aquello que desborda los sentidos; desde amanecer agradeciendo hasta irnos a dormir felices después de un día de muchas expectativas y sueños cumplidos.

La clave de estar bien y despertar mejor es tener el corazón de fiesta, si así lo haces, mil y un aspectos de la vida se van a desbloquear para ti, hasta encontrar un sinfín de motivos para avanzar en tu día a día.

Tener el corazón de fiesta no significa ser optimista todo el tiempo ni andar por ahí sonriendo falsamente a diestra y siniestra sino tener la convicción de que nuestras pequeñas acciones desde nuestra trinchera van a ir generando cambios sustanciales en nuestra cotidianidad.

Cada una de nuestras actividades desde esta perspectiva debe estar permeada por la magia del Amor, lo cotidiano, créeme, se volverá extraordinario, desde beber una taza de café por las mañanas, pasar tiempo con tus hijos en el parque mientras su perro juega en compañía de otros, ir a desayunar algo rico y especial con tu familia, ver un partido de fútbol en la casa un domingo por la tarde, pasar tiempo con los abuelos mientras jugamos juegos de mesa y comemos esos ricos molletes que solo sabe preparar la abue, compartir el carro con los amigos del trabajo y pasar a dejarlos a la estación del metrobus antes de llegar a casa, visitar a las tías de Valle de Bravo un fin de semana y disfrutar de unos bombones una noche de estrellas y anécdotas, en fin, momentos entrañables de gran valor y dignos de recordar; y en todos estos momentos, sin duda no existe más que tener el corazón de fiesta a raudales.

La fórmula es muy sencilla, estar en presente, visualizar solo buenos momentos aún en los malos tiempos; ponerle buena cara a todo, permear en Magia de Amor todos los espacios y pasarlo bien para crear momentos para agradecer y estar en paz y empatía.

Te invito a tener el corazón de fiesta, verás que los avatares de la vida cotidiana se vestirán de colores impactantes y se abrirán puertas donde antes ni siquiera sabías que existían.





ZAX

MAGAZINE

TECNOLOGÍA





STARLINK HA LLEGADO A MEXICO



Por: Ale
Fotografías: www.reporteindigo.com

Disculpen ustedes el entusiasmo que he puesto en esta noticia, pero este momento es algo que he esperado de manera contundente desde que escuche que el señor Musk estaba llenando todo el espacio con una red de satélites para brindar el servicio de internet inalámbrico en cualquier parte del mundo, sinceramente una parte de mi pensó que el proceso sería más lento o que, mejor dicho, sería necesario esperar más tiempo, pero quizá un año, año y medio de que escuche esta noticia por primera me he encontrado con la grata noticia de que ya está en México el servicio disponible, ahora cabe aclarar que el precio no es del todo accesible porque la compra de la antena requiere una inversión de \$5,810 pesos y después es necesario pagar una cuota mensual de mil y algo por el servicio, por lo que no es una suma financiera, que todos podamos darnos el gusto de adquirir, pero como debe suponerse una vez que las primeras personas lo empiecen a comprar debe llegar el momento en que su costo sea tan accesible, para que todos podamos tener acceso a internet de alta calidad sin importar la distancia o posición geográfica de donde nos encontremos.

Ahora esto tendrá diferentes aristas, por las cuales estoy emocionada:

1.- La primera es poder llevar internet de calidad a muchos sitios que ahora es imposible considerarlo, y aunque muchos de nosotros pensamos en streaming y la posibilidad de disfrutar de redes sociales en la punta de un cerro, para muchas otras personas significará el acceso a una calidad de vida diferente, educación con otras características y la interconexión de las posibilidades, por lo que a largo plazo esto definitivamente cambiará la forma en la que

mucha gente se comunica y conecta con el resto del mundo, obviamente como eterna entusiasta de la tecnología que soy, esto lo veo positivo, pero falta ver que realmente las características y condiciones sean de esta forma, porque obviamente todo avance tecnológico trae consigo un sin fin de complicaciones que les acompañan, ahora también hay que hacer hincapié en que abra que esperar un poco más de tiempo para que podamos vivir esta interconexión masiva, porque vuelvo a repetir el precio aún no es lo suficientemente accesible.

2.- No se si estoy tan harta del servicio decadente y con falta de responsabilidad de algunas compañías, pero esta venganza silenciosa fue algo que motiva mi entusiasmo por esta propuesta empresarial del señor Musk, como una forma de jurar cambiar mi servicio en cuanto llegase a México y poder ahora si disfrutar de un servicio de alta calidad y velocidad, aunque definitivamente tendré que esperar más, sin duda alguna la presencia de esta empresa en México cambiará la competencia que tenemos y eso obligará que las prestadoras de este servicio incrementen la calidad que nos brindan, o al menos eso espero.

Seguramente esta noticia tiene muchas otras aristas de análisis, pero sin duda alguna estas son las dos que más me emocionan más, disculpen ustedes la visceralidad de mi argumento.

Ustedes que piensan, ¿estar comunicados en zonas remotas es relevante? ¿Ya están listos para contratar este servicio de internet? ¿Que consecuencias positivas y negativas creen que podremos desarrollar al estar cada vez más comunicados?



REINO FUNGI



Por: Zaci
Fotografía: Unsplash

Hoy vamos a conocer un poco de uno de los reinos menos conocidos y extensos, este es el reino Fungi, que incluye una gran variedad de especies de seres vivos, comúnmente conocidos como hongos.

Tienen complejos ciclos de vida y unas condiciones ambientales muy restrictivas para su adecuado crecimiento. Son realmente sorprendentes e interesantes, abundan en bosques lluviosos y predominan en los meses otoñales. Los hongos colonizan los terrenos húmedos, troncos de árboles y otros sustratos. También hay otros tipos que podemos encontrar en convivencia con los humanos, en ambientes industrializados y farmacológicos.

El reino Fungi, pertenece a los 5 reinos de la naturaleza que engloban todas y cada una de las diferentes formas de vida que existen en la tierra. En el reino Fungi se incluyen todos los organismos eucariotas que pertenecen a la clasificación de hongos, dentro de los cuales podemos contabilizar unas 144,000 especies distintas. La diversidad en sus formas de vida y estructuras morfológicas de los hongos los convierten en un grupo rebosante de biodiversidad espectacular.

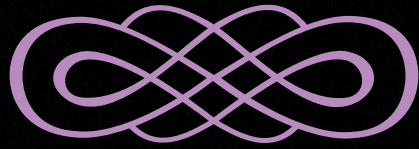
La micología es la ciencia que estudia a los hongos y solo conocen el 5% aunque se estima que existen 1,5 millones de hongos que desconocemos.

Desde que aparecieron hasta del día de hoy, los organismos del reino Fungi han ido desarrollando numerosas y variadas características que les han permitido adaptarse a los ambientes más extraños y sorprendentes de la naturaleza.

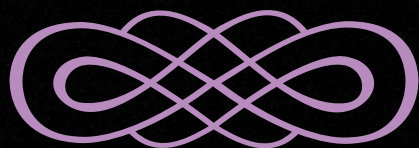
Algunas características para recordar:

- Son organismos heterótrofos (que son incapaces de producir su propia materia orgánica a partir de materia inorgánica);
- Tienen una pared celular muy resistente;
- Pueden tener reproducción sexual y asexual;
- Tienen muchas formas;
- Crecen de manera variada.


Es muy extenso el tema de este reino, pero por hoy creo que pude sembrar curiosidad en ti, así que si te interesó es momento de sumergirte y conocer más. Si alguna vez jugaste el video juego Mario Bros, encontraras el motivo por el cual el hongo rojo (Amanita muscaria) lo hace crecer.




A wstetd




Por: Juan Carlos Sánchez Tapia

 [jc_santa71](#)

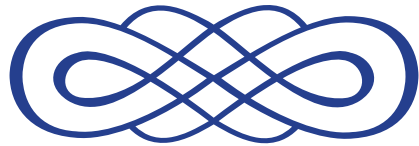
 [JC SanTa](#)

[Blog letras-francas.blogspot.com](#)

 [Cuentos negros y café](#)

Fotografía: [Unsplash.com](#)





Otra vez saliendo tarde. ¡Y en viernes, carajo!- escupió Soriano, aventando la silla en que trabajaba mientras con la otra mano cerraba un cajón lleno de papeles.

Como cada viernes, la salida del trabajo era un viacrucis. Como cada día, su vida era una infernal rutina: veintisiete años trabajando en el mismo despacho; salir para llenarse de humo, de tráfico y de mal humor para llegar a una casa vacía, llena de recuerdos y de paredes testigos de gritos, de maltratos, de lágrimas y de abandono. Tumbarse en la misma cama sin tender, oliendo a frustración, a pena. Abrir los ojos, bañarse sin ganas, con agua fría, con jabón de dolor, usando la misma loción añeja. Subir a su viejo Volkswagen negro del ochenta y cuatro; llegar a la oficina a aguantar los gritos del jefe, las burlas de todos, el sarcasmo de siempre

Rosa María, su mujer, lo dejó. Lo abandonó por sus constantes neurosis alcohólicas, por su mediocridad, por su falta de ganas de vivir, por sus ausencias repetitivas. Ni ella ni sus dos hijas se salvaron de su desprecio: "-Puras viejas. No pudiste darme un chamaco-", argüía en su machismo ignorante, arcaico. Ya habían pasado once años en los que estaba sumido en su soledad, en un frenético mutismo.

Curiosamente, ese viernes en la mañana, los compañeros de Soriano decidieron hacer una tregua.

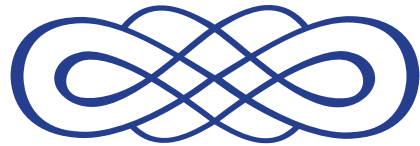
-Vamos a llevarlo con nosotros a echar unas cervezas- decía Malagón, el de contable. -No parece ser tan malo- razonaba.

-Otra vez, ai' vas a querer salvar al mundo, compadre- le rebatió Lara.- ¿Qué no ves que apenas y saluda el mono ese? Allá él y sus problemas.

- Pérate, pérate, mano. Vamos a invitarlo. Total, no se pierde nada, ¿no?- comentó Manolito, el mensajero.- Mira, Lara, somos tres, igual y lo invitamos al dominó. A ver si así ganas...

Y así, entre burlas y risas, los Tres lo invitaron al Oasis, la cantinucha a la que iban cada viernes, invariablemente desde hacía ya tres años.





-Nos vemos allá afuera a las seis, Soriano. Si no llegas a las seis cinco, te quedas-, ordenó Lara en algo que quiso ser una invitación.

Por eso el mal humor de Soriano: faltaban cinco minutos para que los Tres lo dejaran, y todavía tenía que llevar las hojas de balance al Lic.

-Carajo, y el mugroso elevador todavía no sirve. Ni modo, a bajar los seis pisos por la escalera- refunfuñó en su interior Soriano. Así, corriendo, pisando el saco, llegó a la calle; en efecto, llegó abajo a las seis con seis y los Tres y habían desaparecido. Furioso, abrió la puerta de su Volkswagen y aventó saco, corbata y portafolios. Por un momento, pensó mandarlos al diablo e irse a encerrar en su laberinto pero (oh, misterio), resolvió alcanzar a la pandilla en el Oasis que, al fin y al cabo, no estaba tan lejos.

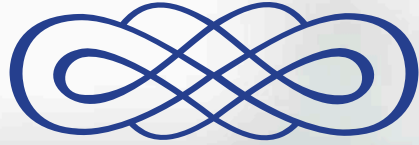
Ya calmado, subió a su vocho tratando de encender el motor con lo que parecía ser el llavero de San Pedro. Por fin, al momento de avanzar, quiso poner algo de música en su viejo radio pero recordó que lo único que le había dejado la delincuencia era un manojo de cables arrancados. Había avanzado un par de cuando por su estrellado retrovisor miró una patrulla de tránsito. -Estos desgraciados nomás viendo a quien joden pa'l fin de semana- pensó. Los dejó que lo emparejaran por el costado izquierdo y el copiloto dela patrulla lo miró con curiosidad, casi con morbo. Soriano ya estaba tentado a soltarle una majadería cuando en la patrulla se encendieron los códigos azul-blanco-rojo, y el policía morboso le hizo la seña de que se detuviera.

Soriano sintió un baño de agua helada: -¡En la torre, no me puse el cinturón!- musitó entre dientes. -A ver qué le digo; ojalá con un ciencito se vayan al carajo-, medió.

Detuvo su vochito antes de llegar a la esquina, y la patrulla se detuvo delante de él, haciendo sonar su pato un par de veces. Sintió que le sudaban las manos mientras sacaba la cartera de su pantalón. De repente, una sombra siniestra y una voz de gorila amaestrado lo hicieron voltear.

-Buenas tardes, caballero. Permítame su licencia y su tarjeta de circulación, por favor- ordenó el policía morboso, quien se había calado unos anteojos oscuros que lo hacían parecer Volkswagen con los vidrios polarizados.





-Claro que sí, oficial- respondió Soriano, sacando de la maltrecha guantera la tarjeta de circulación para entregarla al policía.

-Falta su licencia. Por favor- siguió ordenando el simio color azul, sudoroso y con aire de fastidio. Soriano tomó su cartera frente a los ojos del policía, quien de inmediato fijó la mirada en el trozo de cuero marrón.

-Mire, oficial, aquí está- dijo Soriano.

-¿Sabe por qué lo detuvimos, caballero?- preguntó el azul.

- Este, sí, creo que sí- balbuceó el oficinista-. -No me puse el cinturón, oficial. Es que traigo prisa ¿sabe? Ya nomás voy a la cuadra que sigue...

- Pues no, mi jefe, no es por el cinturón. Le tengo que hacer una pregunta de rutina- dijo el oficial.

- Claro, dígame- respondió aliviado Soriano.

- ¿A usted, lo quieren?- disparó a quemarropa el simiesco policía.

- ¿Perdón, oficial? Creo que no le escuché bien-.

- ¿A usted, lo quieren?- repitió el agente.

- Este... No. Sí. La verdad es que no lo sé. Creo que sí- contestó Soriano, francamente desconcertado.

El policía, sin devolverle sus documentos, le dijo:

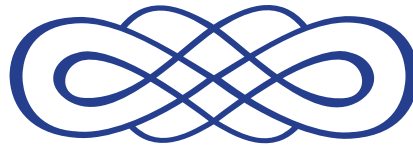
- Permítame, voy a consultar a mi Comandante-. Soriano no supo qué contestar. Se quedó de una pieza observando al policía abordar la patrulla.

- Claro- pensó-, policía bueno y policía malo-. Esto me va a salir más caro. Ha de ser una de esas famosas pinches bromitas del cabrón ese del Manolito...

A poco, los dos policías descendieron de la patrulla ajustándose las fornituras. Por el mismo lado izquierdo, Policía malo (y morboso) dijo a Policía bueno, señalando a Soriano con un pulgar de uña mordida:

-Éste es, mi Comandante.





El Policía bueno se quitó las gafas oscuras y, dirigiéndose a Soriano, preguntó suave y nuevamente:

- A usted, ¿lo quieren?

- Oiga, oficial, ya paren de vaciladas. ¿Los mandó Manolito, verdad?- espetó Soriano con una sonrisa de anuncio en los labios.

Policía Malo se endureció aún más.

-Responda lo que le preguntó mi jefe, caballero- ladró el gorila.

-Es que de verdad no lo sé- contestó Soriano, aún con la sonrisa en los labios. Policía bueno hizo un gesto humano, como de dolor, como de tristeza.

-Baje de su vehículo por favor, señor- le ordenó.

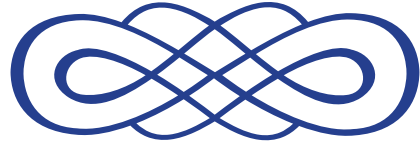
-Oficial, mire, aquí tengo un "criterio" de doscientos pesos, pero ya no me hagan bromas- ofreció Soriano.

-¡No me ofenda y bájese, le dije!- Policía bueno ya no lo era tanto-. Se le hizo una pregunta y usted debe saber si lo quieren o no- dijo al oficinista-. Cierre su vehículo y baje de una vez.

Ya francamente confundido, Soriano hizo lo que se le pedía. Al bajar de su vochito, Policía malo lo tomó firmemente de un brazo y lo encaminó a la patrulla. Policía bueno abrió la portezuela trasera y, cuidando que no golpeará su cabeza, lo introdujeron al vehículo. El oficinista opuso cierta resistencia y quiso alzar la voz, pero ya al interior de la patrulla le explicó, con pena en la voz:

-Mire, caballero... Mi pareja le hizo una pregunta de rutina para saber si a usted lo quieren. Dijo que usted no tiene ni una foto de nadie en su cartera. ¿O sí la tiene? -Soriano negó con la cabeza-. ¿De nadie, una esposa, un amigo, un pariente... De nadie?- otra vez, negación silenciosa. -A eso, lo del cinturón es lo de menos, así que vamos a remitirlo a la delegación. A la Tercera, por si gusta usted informar a alguien por teléfono.

Soriano se buscó el aparato con desesperación, para llamarle a Juanita, la secretaria aquella de Jurídico, a la que una vez le llevó por encargo su torta de tamal. A lo mejor ella le tenía cierta estima. Aunque sea que se acordara de él. Otro baño de agua helada al no encontrarse el aparato.



-Oficial, lo dejé en la oficina. ¿Podemos ir por él, por favor?- suplicó Soriano. Policía malo lo miró a través del retrovisor, negando en silencio pero con movimientos lentos, como si le doliera decir que no.

Así, en silencio, llegaron a la Tercera. Al bajar de la patrulla, lo esposaron por la espalda, como si fuera un criminal. Soriano vio escenas surrealistas al interior de la delegación: hombres y mujeres tras las rejas, parejas que se abrazaban frenéticamente ante la vista de los agentes del Ministerio Público; hombres que declaraban su amor a mujeres, mujeres que decían "sí, lo quiero. Borracho y todo, pero así lo quiero al desgraciado". Niños que, llorosos, se limpiaban los mocos en la ropa de sus padres, tras besuquearlos como prueba vívida de amor, de un cariño innato y ancestral. Soriano permanecía de pie, incrédulo, confundido, maravillado, mudo testigo de las demostraciones de amor. La voz de Policía bueno lo sacó de un mundillo irreal:

-Amigo, siéntese-. Al momento que le quitaba las esposas, le señaló una banca de frío cemento, a un costado de la rejilla de prácticas.- En un momento viene mi pareja para llevarlo a su celda. Como es viernes, pues ya se fue el señor Juez calificador y el secretario no vino, así que no hay quien le tome su declaración. Caray, le tocó "sabadazo", ¿sabe? Le va a servir. Mientas, usted piense, trate de recordar si alguien lo quiere... A ver si para el lunes, ¿no?





SAPONIFICACIÓN



Por: Zaci
Fotografía: Cortesía AMyCU



El jabón ha sido esencial para la humanidad desde tiempos ancestrales y aunque han pasado muchos años, la base de la receta se ha mantenido inalterada, una mezcla de grasas y un alcalino que es regularmente hidróxido de sodio (NaOH), la reacción química de ambas sustancias es a lo que se llama saponificación, lo que da como resultado jabón y glicerina. Depende de la finalidad del jabón las grasas pueden ser aceites, grasas vegetales o animales y hay dos métodos de saponificación: En frío y en caliente.

Para hacer un jabón por el proceso de saponificación en frío, es necesario mezclar las grasas y la sosa cuidando que ambas estén en la misma temperatura. Se dejan reposar en un molde por 24 horas, se corta y después se dejan curar por 4 o 5 semanas.

La saponificación en caliente consiste en calentar las grasas y la sosa hasta que se transformen en jabón y glicerol. Se deja reposar por unas 12 horas y se puede desmoldar y usar, siempre y cuando el pH sea el adecuado.

Cualquiera de los dos procesos es bueno para tu baño o incluso para la lavandería, siempre y cuando este formulado y elaborado de forma adecuada, cuidando el pH del mismo.

Recuerda que podemos tener miedo a la sosa (NaOH), pero todos los jabones en su inicio la contienen, ya que es necesario para la formación del jabón, una vez que se lleva a cabo el proceso de saponificación la sosa ya no se encuentra presente en el mismo.

Los jabones son esenciales para la limpieza y el cuidado de nuestra piel, se elaboran con una gran variedad de activos que complementan tu rutina de belleza, te pueden ayudar con algunos padecimientos, pero recuerda que no hay productos milagro y en este caso un jabón no es todo lo que se necesita, la alimentación, la consulta con un profesional, harán toda la diferencia.



@AMYCU_PRODUCTOS_NATURALES



ZAX

MAGAZINE

PODCAST





Ximena

Alexia



Por: Ale
Fotografías: Cortesía



Ale: Excelente día, amigos de Zax. El día de hoy, tengo el placer de presentarles a alguien que ha estado terrorífica en los últimos días con una película mexicana, o más bien, un cortometraje que aborda un tema súper fuerte. Pero antes de abordar eso, voy a pasar a Jimena porque está conmigo Ximena Alexia, bienvenida a ZAX. ¿Cómo estás?

Ximena: Muy bien, muchas gracias, Alejandra. ¿Cómo estás? Qué gusto.

Ale: Bien, feliz de tenerte por acá. Oye, ¿cuál es tu comida favorita? Vamos a empezar por un tema más ameno. Pláticanos, ¿cuál es tu comida favorita?

Ximena: Hijole, pues tengo varias. Me gusta mucho la pizza, me gusta el sushi. Me di cuenta de que me hice muy fan de los tacos en el último año, pero más que el pastor, me encantan los tacos de suadero. Así que siento más predilección por la pizza y el sushi. Bueno, me encanta, me encanta, me encanta.

Ale: Definitivamente, yo siempre he dicho que no hay nada más rico que la pizza. Sí, la verdad es que también es una de las comidas que más disfruto. Te entiendo totalmente.

Ximena: Sí, sí, a mí me encanta de todos los sabores que me pongas. Yo te como pizza y no me cansaría de comer pizza. Incluso los fines de semana que estoy en casa viendo Netflix, voy por pizza, así que soy muy feliz.

Ale: Sí, ya somos dos, Ximena. Siempre que me dicen pizza, yo digo que sí.

Ximena: Ay sí.

Ale: Oye, participaste en el cortometraje de la “Cascada” que habla de un tema súper fuerte, una historia de la vida real, una chica que terminó apuñalando a su pareja después de una relación de violencia. Y en este contexto, a mí siempre hay dos cosas que me llaman la

atención para ustedes con su trabajo actoral. Uno de ellos tiene que ver al final veía... Te voy a poner un ejemplo sencillo para poder explicarlo, porque creo que es un poquito complejo cuando, eh, cuando Zac Efron hizo la película de Ted Bundy, él la rechazó varias veces porque decía que él no quería entender lo que había en la cabeza de un asesino serial, porque al final del día ustedes como actores tienen que representar, lo que sienten, lo que piensan esta clase de personas que se llevan al extremo. Entonces siempre me causa, después de que lo escuché a él decir esto, me causa curiosidad en ustedes que son valientes y se llevan a sí mismos a experimentar historias tan desgarradoras. ¿Cómo viviste tú este proceso de creación del personaje? ¿Descubriste algo sobre ti misma? ¿Cómo es para ti como actriz interpretar un papel tan fuerte como este?

Ximena: Fíjate que les voy a confesar, Ale, que a mí me daba terror de verdad hacer terror, porque en la vida real casi no me gusta ver películas de terror. Estamos acostumbrados a ver ese terror que te saca sustos, en vez de ser más terror psicológico, thriller y suspenso, que me gusta más. Entonces, pues para mí, hacer terror fue un reto, porque aparte implica mucha energía mental, mucha energía emocional, mucha energía física, desgaste emocional mental. Entonces, bueno, a mí desde siempre me ha gustado también hacer proyectos intensos.

Entonces, no era algo como que me fuera a impactar o demás, pero creo yo que como actores sí debemos tener la inteligencia emocional y la fortaleza mental y emocional para poder hacer personajes así de complejos y así de fuertes, porque sin duda creo que sí hay que manejar bien estas emociones y manejar el poder, entrar a la ficción y lograr salir de la ficción, porque a lo que platicaba en entrevistas ayer, que cuántos actores, Ale, no se quedan en el viaje después de hacer personajes de terror intensos.

Acaban en el psiquiátrico con un psiquiatra, con un psicólogo, porque acaban como con toda esta



“”

Para mí, hacer terror fue un reto, porque aparte implica mucha energía mental, mucha energía emocional, mucha energía física, desgaste emocional mental...



Como actores sí debemos tener la inteligencia emocional y la fortaleza mental y emocional para poder hacer personajes así de complejos y así de fuertes...

resaca de tanto haber trabajado al personaje, pero creo yo que justo por eso hay técnicas de entrenamiento que te enseñan a cómo entrar en personaje y cómo salir de personaje para no clavarte y en el caso de mi personaje, pues era muy fuerte porque yo les decía que para meterme tuve que ser muy empática con ella, demasiado empática para poder meterme en su cabeza y entender porque por eso se llama "Cascada".

Justamente por eso, el director le puso así, Marcos Muñoz, que le mando un beso hasta Ecuador que ahorita ando por allá. Resulta que en su cabeza de esta chica era una cascada de emociones y una cascada de sensaciones. Era un desborde, no solo fue una cascada sangrienta, sino también fue una cascada emocional que ella ya traía acumulada durante todo ese tiempo de relación, la violencia, el acoso, todo lo que sucedió con su pareja, y yo creo que ella ya llegó a un punto en el que, sin tener la intención de asesinar a su pareja, la mente ya la llevó a esta psicosis de reventar mentalmente y entonces accionar en defensa propia. Y más bien ella fue como me voy a defender atacándolo, pero nunca imaginó que la consecuencia de atacarlo fuera llegar a asesinar a su pareja.

Entonces sí fue un proceso para poder entender a ella como poder entender el trasfondo, porque vaya el cortometraje está basado en una noticia que fue real aquí en México, que fue de esta chica que asesinó a su pareja fuera de un hotel y entonces yo decía, claro, digo, no conozco el contexto de la historia de la muchacha, de cómo fue la relación, pero justo me hace pensar e imaginar que todo lo que tuvo que haber pasado para que ella llegara a ese punto, o sea, la relación no ha de haber sido nada agradable para que ella pudiera atacar de esa manera. También yo les comentaba que el punto del corto no era yo como actriz y ahora sí que los actores tenemos una responsabilidad social con el mundo, con la humanidad.





Y justo, no por eso era decirles, si ustedes también se pueden defender y entonces pueden atacar a su agresor y entonces pueden asesinarlo. No, sino más bien decirles, es importante que cuando estén en una relación, cuando vean todas estas banderas rojas, pidan ayuda, tengan una red de apoyo, vayan a terapia, lo platiquen, para que justo nos den esta cascada y se desborde y se desborde de esta manera, porque al final de cuentas van a acabar siendo todas asesinadas por defensa propia y es lo que no queremos, crear una red de mujeres que por defensa propia acaben asesinando a sus agresores y de todas maneras tengan que pagar ese asesinato encerradas, sino más bien es como un click de conciencia de esto puede pasar si no piden ayuda a tiempo, si no van a terapia, si no lo practican, sino nada. Esto es lo que puede pasar y quién no hasta puede decir que, por ejemplo, esta chica, si no fue atendida psiquiátricamente, pudo acabar siendo una asesina serial de aquí en adelante, porque no sabemos, tiene el asesinarlo a ella encontró placer, no, a la hora de asesinar a su pareja y es así como se detonan los asesinatos, no que justo cuando allá asesinan a alguien encuentra un placer y de ahí se pueden seguir. Entonces creo que sí fue un personaje muy fuerte y muy confrontante porque yo estaba acostumbrada a hacer personajes siempre dulces, tierna, porque mi personalidad, como dicen mis amigos y mi familia, es muy Barbie y entonces hacer por eso les impactó verme al hacer este tipo de personajes y por eso me premiaron en "Pantalla de cristal" como mejor actriz en 2022 porque les impactó ver a lo que platican los jueces, ver este cambio porque mi personaje empieza haciendo vulnerable, huyendo siendo una Lidia, pues sí, dulce, muy vulnerable y de repente a ver cómo se transforma en el momento de la situación se va transformando, transformando hasta que de repente la vemos convertido en este monstruo y acaba siendo una masacre. Una escena muy poderosa. Sí, fue de verdad un trabajo que también fue de la mano de mi compañero actor y de mi director, porque también mi compañero Dekko Mohar que también le mando saludos, me dio muy buena réplica, es excelente actor y no tuve problema para conectar, ambos creo que no tuvimos ningún problema entonces, pues por eso que pudimos lograr hacer este corto.

Ale: Sí, de hecho, te busqué en redes y me llamó mucho la atención eso, porque en efecto te ves como una personalidad súper dulce, sonriente, incluso ahora que estuvimos que nos presentamos. Te ves muy, muy cálida, entonces sí se me hizo muy curioso. Por eso creo que quería platicar contigo de este tema, porque al final implica todo un reto para ustedes. Y la otra pregunta que quería hacerte técnicamente ya la respondiste, que es esta responsabilidad en donde no en ocasiones se piensa que al hablar de estos temas en pantalla es dar un permiso. Me encanta la forma en que lo explicas, que no era un permiso de generar más violencia, porque la violencia solo genera más violencia. Sino más bien es no llegues ahí, no tratar de crear conciencia en la gente de que una relación que no está siendo funcional a la larga puede terminar en una catástrofe. Y sabes algo que también me gustaría recalcar, la parte de a veces juzgamos a quien agrede, por ejemplo, como en este caso a tu personaje, porque decimos, no es una asesina o damos etiquetas muy fuertes. No sabemos las historias

que hay detrás, entonces también creo que esa es una parte importante, ¿no crees? El entender que todos tenemos una historia y que la responsabilidad que tú tienes de presentar a esas historias, obviamente nos permite conocer lo que hay detrás de ello.

Ximena: Sí, por supuesto, y era lo que yo les decía, es lo que te he manejado mucho, los actores con los directores no es nunca juzgues a la persona o el personaje que está haciendo porque no sabemos todo lo que viene arrastrando y entender el comportamiento. Entonces, esa persona, el por qué actúa así porque habla así porque se expresa así porque todo tiene un por qué porque debe tener una historia detrás. No sabemos qué historia puede ser, tanto buena como mala, lo que ha pasado, su círculo, las personas, el ambiente social en el que se desarrolla. Es de verdad muy, muy complejo entenderlo, ¿no? Y en este caso yo tuve realmente como muy poco de tiempo para poder entender el personaje. Este proyecto si va a ser en 2019 y de repente vino pandemia, o sea finales de 19. Luego vino la pandemia, entonces ya no se pudo hacer el proyecto hasta el 2021, que todavía pandemia en Semana Santa lo pudimos hacer. Entonces el director nos avisó rápidamente y que siempre sí que le daba luz verde para hacerlo y entonces vino, el problema de entender y confrontar al personaje, o sea, de leer el guión y entender lo que está pasando por la mente del personaje más que nos mandó como la noticia el director. Al ver la noticia que igual ya solo vimos las imágenes de lo que había pasado, para mí sí fue como analizar y decir, híjole, sí, esta chica traía una historia de verdad muy pesada en los hombros y en la cabeza, porque es su manera de defenderse, fue esa. Y también entender el punto del muchacho, verlo desde qué manera la estaba violentando para que ella, como dicen, toda acción es reacción. Ella sí reaccionó de esa manera porque evidentemente el muchacho ya la tenía violentando, no de meses, de años quiero pensar, porque eso no es bueno, igual puede generar en meses, pero también lleva mucho tiempo detrás para que entonces eso pueda suceder.

Ale: Claro, incluso en el caso de él, no al final él se ve la necesidad de violentar a

otro porque en muchas ocasiones en sus infancias también vivieron mucha violencia. Entonces, y justo ese es el punto que tú pusiste en la mesa. Seamos conscientes de que la violencia que genera genera violencia. No lleguemos a eso, no. Incluso si yo me doy cuenta de que estoy diciendo violento con alguien, pues también creo que es momento de tomar terapia, de buscar ayuda, de entender que estoy perjudicando a otra persona, ser conscientes de eso.

Ximena: Sí, totalmente, de justo entender y decir, es muy importante que pidan ayuda, les decía yo. Lo que no quiero es generar como esta imagen en las mujeres de empoderarse, decir sí también las mujeres, porque cabe mencionar también les decía que solamente las mujeres que han logrado agredir o asesinar a su agresor es el 1 punto y tantos por ciento, porque la mayoría del porcentaje, el porcentaje mayor, la que es la víctima, es la que acaba asesinada. No logra salir ilesa de la relación y mucho menos de su agresor, entonces estos son pocos casos. Por eso el director se inspiró en hacer este corto justo como para como para resaltar que también las mujeres pocos son los casos, pero puede pasar en que pueden llegar a agredir al agresor, a la persona que las está violentando, sea pareja o no pueda llegar el caso y en lo que se puede transformar. Ya viendo después como la imagen ya lo estético del póster y ya, cuando le metió como toda esta magia de cine, el director y de ficción también una parte y todo, pues al ver la imagen, la imagen de la foto que me tomaron yo, así llena de sangre unos medios el año pasado y antepasado cuando recién salió el corto me decían, es que es la Carrie mexicana y yo decía, ay, qué título me acaban de dar porque creo que es una imagen muy poderosa y si eso les generó el decirle la Carrie mexicana, decía, claro, pero si es una imagen muy poderosa, o sea el como ya se ve bañada en sangre. Sí, de verdad fue impresionante y mucha gente dice, es que para 6 minutos que dura tenemos ganas de de más, nos quedamos con ganas de más de la historia de ver, de la historia a conocer, tal vez como el trasfondo de ella y lo que pasó y el después de que pasó con ella. Entonces estamos como motivando a nuestro director a que pues ya lo haga largometraje, porque



para 6 minutos mucha gente quedó como picada en saber, ¿qué va a pasar? No te quisiera saber como más de la historia, porque en 6 minutos creo que se logró contar algo muy interesante, a pesar de que no ocupamos tanto texto, se contó con las acciones y creo que eso es lo que resalto en el corto.

Ale: Totalmente y me encanta tenerte hablar al respecto de este nombre que te dieron. Y creo que es súper representativo, el hecho de que te llamen la Carrie mexicana. Y algo que siempre hago yo énfasis aquí en las revistas porque en ocasiones socialmente vemos el éxito de los demás y pensamos que ha sido sencillo o pensamos que pues es práctico y demás. Pero tu carrera es una carrera de muchos altibajos, incluso de muchos rechazos, de muchos momentos complejos. ¿Cómo haces tú para ir a un casting y que te digan que no y seguir insistiendo y seguir insistiendo? ¿Cómo manejas tú la parte, voy a entrecomillar, pero los retos y la parte negativa de lo que es tu profesión?

Ximena: Sí, de hecho, esa carrera es de mucha paciencia, resistencia y persistencia, y de tenerte mucha fe, porque muchas veces yo he aprendido con el tiempo y con los años que los primeros no's nos los tomamos muy personal y empezamos a crearnos historias. No hay que te dicen que dice el alma, la vida, el corazón y te dicen no, y pudiste haber hecho el mejor casting de tu vida y te dicen no y lo tomamos muy personal, como de no, yo creo que el director ya tiene a sus preferidos, ya tiene a alguien, pero ahora conforme ha pasado el tiempo, en mi caso personal, yo lo he pensado de otra manera y digo, no es muy complejo realmente un casting porque pudiste haber hecho el mejor casting de tu vida, pero resulta que algo en tu perfil este único, tal vez con el personaje no encaja o tal vez ya no queda con el personaje y que te de menos edad o de más edad o cualquier detallito, porque ya se van desmenuzando como poco a poco, y entonces ya hice, es que tu casting nos encantó, pero ahorita por perfil del personaje esto es lo que nos está funcionando y entonces, ya aprendes a no tomarte tan personal porque también te dicen, pero ya tenemos con material guardado para pacientes, proyectos, porque nos encantó tu trabajo.

Entonces dices claro, ya no es un tema personal, sino que van como por ya se van en cosas físicas y ya más minuciosas, digamos específicas, pues para quedarte en un proyecto, pero el punto de aquí es nunca dejar de tocar puertas y de seguir insistiendo, insistiendo, insistiendo hasta que te digan sí. Y como decimos seguir dando el alma y el corazón en cada casting, porque también de ahí sale trabajo, porque a lo mejor no te quedaste en ese proyecto, pero les gustó tanto tu trabajo que te pueden jalar para el siguiente proyecto, ya te pueden llamar, incluso sin acercarse y decir, oye, nos encantó y pues sí queremos trabajar contigo, tenemos mucho interés. Y es eso, sino como tener que también mucha fe, porque cuántos Ale no tiran la toalla a medio camino después de pandemia hubo muchísimos que tiraron la toalla y dijeron, hasta aquí se acabó mi carrera, hasta aquí llegué. Ya no di para más, ya no va a dar para más y tiraron la toalla porque se perdieron la fe. Entonces yo creo que cuando tú crees en ti mismo, cuando sabes quién eres, confías en tu trabajo y en lo que haces. Creo que lo que haces en ese tiempo, en lo que sigues haciendo casting, que hace que estás en un proyecto que bueno en mi caso personal, así ha sido así es tomar talleres y diplomados y cursos y seguirte preparando para mejorar técnicas. Por ejemplo, ahorita también estoy tomando un taller de dirección escénica. porque también me empezó a llamar la atención mucho y dirigir escena. Entonces también me empecé a preparar en esa parte del año pasado. Esta semana acaba de sentir una sensación de trimestre y estamos comenzar otro y es eso que decimos el actor y el artista en sí, nunca deja de prepararse. Siempre anda buscando oportunidades de trabajo y siempre anda descubriéndose a sí mismo en su mundo interior y anda descubriendo sus talentos. Si tengo talento también para cantar, bueno, entonces toma un curso de canto, si también tengo para dirigir a escena, bueno, también tomo cursos de dirección escénica. También me he estado usando el doblaje. Bueno, también tomo de doblaje, entonces les buscar oportunidades en nosotros mismos y no enfrascarnos en solamente tengo talento para actuar, no? Pues es que nunca te acabas de conocer, no sabes si lo tuyo también es dirigir, hacer doblaje producir, hacerlo funcionar, hacer conducción. Los humanos, somos muy complejos y con muchas capacidades y creo que el



artista en lo que sigue buscando y tocando puertas, también su vida es estarse preparando, preparando, preparando y adquirir conocimiento. Y también conoces personas y te hacen crecer en muchos aspectos como artista porque te hace tener también diferentes puntos de vista cuando trabajas y cuando diriges escena también te conviertes a un actor que cuando te enfrentas a un trabajo, cuando sabes dirigir, también ya sabes qué está pensando el director. Conoces el punto de vista del director y entonces ya puedes actuar porque ya te metes a la mente del director, dice, Ah, claro, ya estoy entendiendo qué es lo que me está pidiendo el director y entonces ya lo pones también como actor en acción, entonces creo que los actores debemos de estar siempre buscando la oportunidad para crecer y tocar puertas todo el tiempo.

Ale: Me encanta, me encanta como lo explicas y justamente tiene que ver con esa parte de preparación que es elemental, no? Y creo que una de las cosas que también siempre hacemos énfasis en la revista es como esta parte de innovación, de creatividad y obviamente tú como artista todo el tiempo estás tanto aprendiendo como bien lo dices, pero ustedes todo el tiempo tienen que estar buscando ideas, emociones, sentimientos, ¿Cómo mantienes? ¿Viva la creatividad en tu vida, haces algo especial o simplemente te dejas fluir?

Ximena: Me dejo fluir, pero también fijate que me gusta ver mucho pelis y series y me inspiró mucho en actores, en personajes, porque también de ahí hago referencias, soy muy fan de los actores españoles, por ejemplo, soy muy fan porque me he dado cuenta de las técnicas que manejan en Europa actorales que son brutales. Entonces de repente, antes de pandemia empecé a ver series españolas y de ahí me seguí toda la pandemia y hasta la fecha y entonces empezó como la saga de empezar a ver serie tras serie española y también veo de Estados Unidos y de muchos lados porque también viendo se aprende y aparte también soy maestra de actuación de adolescentes, niños y adultos y también con ellos mi creatividad fluye mucho porque conecto mucho sobre todo con los niños porque tienen un talento nato para ser totalmente espontáneos y naturales y

entonces cuando voy trabajando con ellos también voy descubriendo mucho en sus cabecitas un mundo interno, de emociones en su cabeza y eso me da mucha inspiración para seguir creando y enseñándoles y todo el tiempo estoy trabajando, también el hacer teatro por ejemplo, hago teatro cuando no estoy haciendo cine o televisión porque el teatro también te entrena y es un entrenamiento totalmente completo porque te hace crear personajes con una complejidad que tienes que ver justo como me paso con el personaje de Lidia, que pasa en su mente, en su mundo interior y le creas una corporalidad y una voz. De verdad creo que el teatro es la base de los actores para hacer cine y televisión porque ya tienes una manera de cómo crear personajes y entender personajes y hacerles una psicología a tus personajes.

Ale: Oye, ahorita que hablas de teatro y de niños también, tú empezaste de pequeña en teatro musical y hace entiendo que el valor de 20 años qué?

Ximena: Sí.

Ale: Cuando lo leí me encantó la idea porque son muchos años que ha seguido como dentro de tu mismo sueño en tu misma profesión y demás, pero a lo mejor me imagino esa pequeña niña teniendo mil sueños y mil cosas y quería crear, hacer y deshacer. ¿Conseguiste tus sueños, Ximena?

Ximena: Sí.

Ale: Lo que esa niña pequeña en teatro musical veía, ¿hoy lo traspasaste y eres lo que quería hacer?

Ximena: Sí, eso es muy bonito. Fíjate que, como comenté anteriormente, desde niña me enseñaron siempre a creer en mis sueños, en lo que yo quería hacer, en mis capacidades, en mis talentos. Siempre tuve el apoyo de mi familia, incluso de mi mamá hasta su último respiro. Ellos nunca fueron personas que me cerraran puertas; al contrario, me decían: "¿Lo quieres hacer? Prepárate mucho, lo vas a poder hacer. Confía en ti y en tus capacidades, en tus talentos. Entrenate. Si un día dices que quieres llegar a Hollywood, llegarás a Hollywood porque tienes la capacidad. Pero prepárate, ve el camino, busca el camino, las puertas, los contactos, todo. Mientras tanto, busca, entrena, prepárate, porque siempre hay formas de llegar". Entonces, yo tenía esa capacidad de manifestar lo que yo pensaba. Descubrí que también, cuando pienso en algo bueno, ahora sí que si no le meto como tanta intención de decir cómo lo quiero, o sea, como este deseo lo manejo fuera del ego, despegándome del ego, desde niña manifestaba: "Yo un día voy a estar en teatro", y no pensando porque de niños no conocemos todavía lo que es el ego. Hasta que uno es adulto y entonces se me manifestaba, y también: "Voy a hacer televisión", y se manifestó. También quiero ser conductora, y se manifestó. Entonces, el camino me lo fue dando y ahora de grande decía claro, cuando crees en ti, confías en ti y lo tienes tanto en tu mente,



buscas cómo trabajarlo para materializar tu deseo, tu sueño, despegándote del ego para que se den las cosas y llegar a él. Porque cuando uno busca las cosas con ego, eso trae un detrás de cosas también. Simplemente no salen las cosas porque es como alimentar ese ego. Pero no lo busco para manifestar mi alma, para manifestar lo que busca realmente mi corazón. Si lo busco desde ese deseo de mi corazón, porque eso me hace feliz, se hace realidad. Entonces, ahora vamos a trabajarlo, vamos a entrenarnos, vamos a hacerlo porque es el camino que nos gusta. Y desde niña siempre he trabajado en esa parte de entrenarme, ser mejor. Desde niña tuve la fortuna de tener premios a mejor actriz en teatro y televisión, y la última nominación que obtuve fue muy reciente y también eso dejó muy orgullosa a mi familia, a mis amigos. Hace poco, "Cascada" estuvo en un festival en Grecia el año pasado, el Anatomy: Crime & Horror, un festival muy importante. En ese festival, el corto entró y le fue muy bien. Mi director me mandó fotos en noviembre y me dijo: "Fuiste nominada a mejor actriz junto con otras dos actrices de allá por 'Cascada'". Fue impresionante y, la verdad, me costó entender la noticia. Luego, al otro día, ganó una de las actrices, pero el jurado consideró que las tres habíamos sido ganadoras. Nos mandaron nuestro reconocimiento desde Grecia, de haber sido nominadas como mejor actriz. Y yo le decía a mi director qué orgullo, porque fui la única actriz mexicana y de Latinoamérica nominada a mejor actriz en este festival. De tantos países, cortos, actores y actrices, la única mexicana y de Latinoamérica nominada a mejor actriz. Ya me hizo crecer y abrir la mente. Entender que estoy en el camino, porque a veces como artistas dudamos mucho. Hay altibajos. A veces no despegamos y dudamos. Yo me lo cuestionaba y decía: "¿Y si ya no doy para más? Tal vez ya no funciona para esto y ya di lo que tuve que dar". Y cuando pasan estas premiaciones, se me quitan esas dudas. Digo: "Ay no, no. No pienses cosas que no. Por algo te nominaron, por algo te premian. Este es tu camino". Solo hay que entender que va a haber momentos buenos y temporadas bajas. Esas temporadas bajas son para descansar la mente, conectar contigo, con tu red, con tu familia, entrenarte, prepararte. Darle un descanso a la mente. Y

cuando lleguen las temporadas altas, retomar con más fuerza y con todo lo que aprendiste en el camino y con esta conexión que tuviste alrededor. Creo que esa es la clave del éxito: aprender que los momentos bajos no son momentos de no hacer nada. También estás haciendo algo, trabajando en tu interior, en tu persona. Estás entrenándote, preparándote para cuando lleguen las temporadas altas. Ahí que se note todo lo que hiciste en ese tiempo que estuviste en silencio.

Ale: Me encanta oírte hablar, me encanta la pasión con la que hablas y la sinceridad también. Porque creo que a veces vamos por la vida diciendo la parte positiva. Me encanta oírte hablar con ese entusiasmo también de la parte que a veces nos cuesta un poquito más. Muchísimas gracias por lo que compartes. Oye, vas hacia la dirección. Entiendo que por ahí estabas trabajando algo de teatro para este proceso dentro de la misma escuela, pero ¿a qué quieres dedicarte? ¿Quieres hacer teatro? ¿Quieres hacer cine? ¿Tienes algún proyecto a futuro? Cuéntanos un poco de esto.

Ximena: Sí, bueno, en mi mente quiero hacer un poco de todo. De hecho, hubo un momento de mi vida el año pasado en el que tuve que enfocarme y sentarme a platicar conmigo misma. Finales del año pasado, me hice la pregunta más importante: "Siéntate y visualiza qué es lo que realmente quieres". Tengo muchas ideas, muchos planes, pero aterricemos lo que realmente quiero y hacia dónde voy este año. A veces, creo que aprendí a ir año por año porque antes planeaba a 10 años. Decía: "A ver, lo que vamos planeando año por año, mes por mes". Así vamos viendo qué es lo que podemos hacer este año y lo que podemos hacer a largo plazo. Qué se puede hacer con plazo. Entonces, por ejemplo, con la dirección, el año pasado fundé mi compañía de teatro, se llama "Carta de Sirenas Teatro". Empecé con un proyecto para mis 22 años de actriz. Lo iba a festejar desde hace dos o tres años, que fueron mis 20 años, pero cayó la pandemia. Entonces, festejé el año pasado con un monólogo. Me motivaron a seguir haciendo proyectos. Dije: "Claro, si

tengo mi compañía, también quiero aprender a dirigir para poder realizar mis proyectos". El año pasado estuve dirigiendo un montaje monólogo que se llamó "De desastre y cómo arreglarlos". Fue con una actriz que me invitó a dirigirle su monólogo. Me gustó mucho la experiencia. Este año, presenté mi examen a mis actores, que eran profesionales. Les gustó tanto que me dijeron: "Hay que hacerlo profesional". Les dije: "Claro, pero ahora me surgió mucho presentarlo porque con la retroalimentación de mi maestro y demás, hay muchas cosas para mejorar, para hacerlo crecer y para llevarlo a temporada". Les dije: "Este año van a tener mucha paciencia porque se vienen cosas de cine, de televisión". Les dije que en mis planes también está audicionar porque vienen de Stella Adler de Los Ángeles. Van a dar cursos de verano, talleres, todo para este año, 2024. En marzo tengo una audición con ellos para irme a estudiar en julio. Estudiaré un mes en Los Ángeles en Stella Adler para técnicas de actuación en cine y televisión. Les dije: "Si me voy a allá Los Ángeles a estudiar, me van a tener más paciencia. Voy a seguir en contacto con ustedes, pero mi mente estará totalmente enfocada en estudiar y aprender. Una de mis metas también es ir a Estados Unidos, a Los Ángeles. Hollywood está hablado. ¿Qué mejor? Aprovecharé la oportunidad de estudiar. Si los maestros nos enseñan a tocar puertas estando allá, pues una vez tocar todas las que se puedan. Haciendo muchos castings, haciendo todo. Y aplicaré lo que nos están enseñando al mismo tiempo. Entonces, dije: "En una de esas, nuestro momento este año es que no sigamos saliendo de la escuela. Que queremos para un proyecto. Pues nos quedamos allá y lo que venga". Creo que ya voy a dividir mi vida entre México y Estados Unidos, posiblemente. Pero que me encantaría. Dicen que todo se acomoda y todo puede acomodarse bien cuando se organiza. Ya no le tengo miedo a irme a ningún lugar. Siempre y cuando sea por mi crecimiento como actriz y artista. Siempre buscando oportunidades siempre.

Ale: Me encanta y espero que todas las cosas y tus proyectos sean obviamente

exitosos, y sé que así será, porque tienes la pasión y la disciplina, y se nota. Así que ahora que ya tienes aquí teatro y lo que tengas proyectos allá, pues ojalá puedas compartirlo otra vez con nosotros. Creo que una de las cosas que a mí me encanta es ser testigo del crecimiento y la evolución de ustedes. Entonces, me encanta escuchar la pasión con la que compartes. Muchísimas gracias, Ximena.

Oye, yo soy feliz platicando contigo, pero también entiendo que tú tienes que seguir con tu día, tienes cosas que hacer. Entonces, dime, ¿se queda algo en el tintero? ¿Quieres compartirnos algo más, algo que quieras que quede pendiente?

Ximena: Pues nada más agradecerle por abrirme el espacio para hablar justo del proyecto y de todo esto que ha sido. Simplemente decirles que no desistan, que cuando tengan metas y objetivos, trabajen por ello. Y cuando vean que el camino no les permita seguir porque tienen que hacer una pausa, siempre escúchense a ustedes y escuchen las señales del universo. Cuando tengan que hacer pausas, hagan pausas y aprovechen esas pausas para hacer cosas para ustedes, por su bien. Y cuando el camino otra vez les diga que ya pueden retomar, retomen. Pero el punto es que nunca desistan, nunca se cansen, nunca tiren la toalla, porque siempre hay maneras de cómo llegar. Pero también hay que aprender a descansar para poder retomar el camino.

Ale: Me encanta. Te agradezco muchísimo esa conclusión. Te mando un fuerte abrazo. Que tengas un bello día. Gracias por estar conmigo.

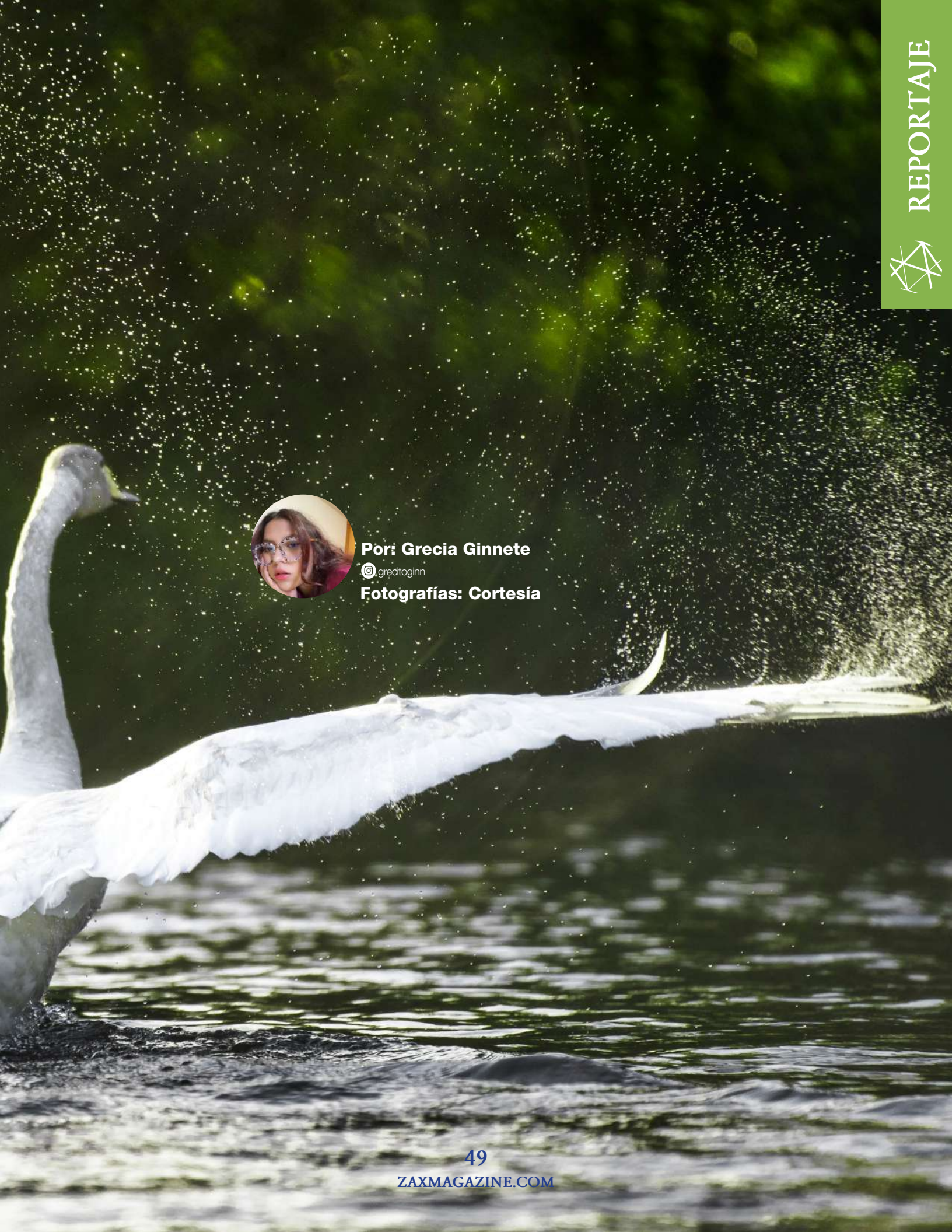
Ximena: Igualmente, Ale. Muchísimas gracias. Abrazos a todos. Gracias.



EL

Digné

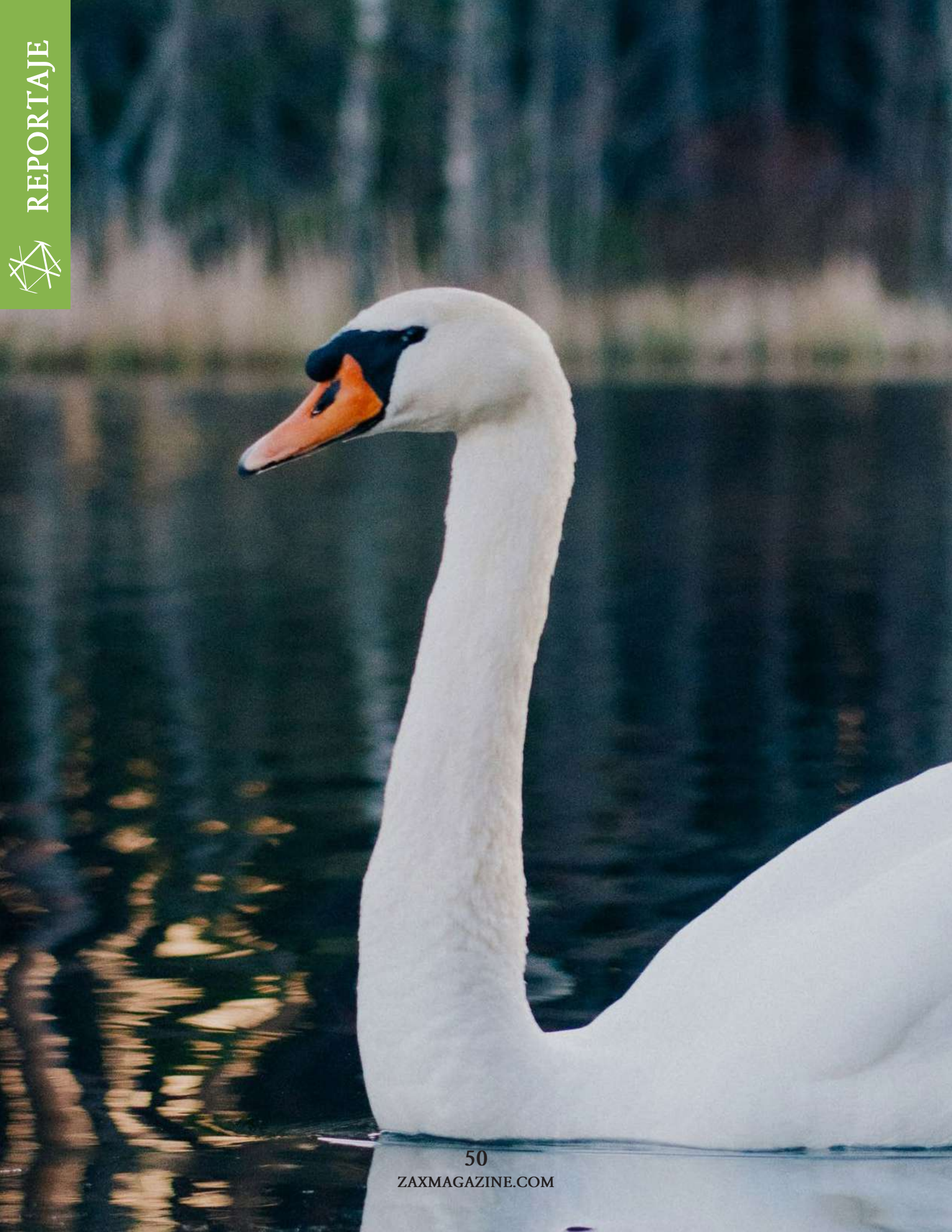
**Elegancia y Misterio en
la Naturaleza**



Por: Grecia Ginnete

 [grecitoginn](#)

Fotografías: Cortesía





En el vasto escenario de la naturaleza, el cisne destaca como una figura majestuosa, cargada de elegancia y misterio. Con su gracia única y su plumaje impecable, este majestuoso ave ha cautivado la imaginación de culturas de todo el mundo, convirtiéndose en un símbolo de belleza serena y pureza.

Elegancia en Movimiento

El cisne, con su cuello largo y curvado, se desliza sobre las aguas con una elegancia que parece desafiar la gravedad. Su movimiento suave y coreografiado ha inspirado mitos y leyendas, convirtiéndolo en el protagonista de cuentos que resaltan su gracia única. Desde ballets clásicos hasta poesía romántica, el cisne ha tejido su encanto en el arte y la cultura, personificando la delicadeza en movimiento.

La Dualidad del Plumaje

El plumaje blanco del cisne, símbolo de pureza y luminosidad, contrasta con la oscura intriga que rodea a algunas especies conocidas por sus plumas negras. Esta dualidad en su apariencia añade un elemento de misterio, invitando a reflexionar sobre la naturaleza multifacética de la belleza y la vida.

El Canto Melódico

Además de su apariencia, el cisne es conocido por su canto melódico. Su voz, aunque no tan célebre como su danza en el agua, resuena con una serenidad que ha inspirado composiciones musicales y poéticas. El canto del cisne se convierte en una expresión de su presencia etérea en la naturaleza.

Mitología y Simbolismo

A lo largo de la historia, el cisne ha ocupado un lugar destacado en la mitología. Desde la leyenda de Leda y el cisne en la mitología griega hasta la historia de "El patito feo", los cisnes han sido protagonistas de relatos que exploran temas de transformación, amor y belleza oculta.

Conservación y Protección

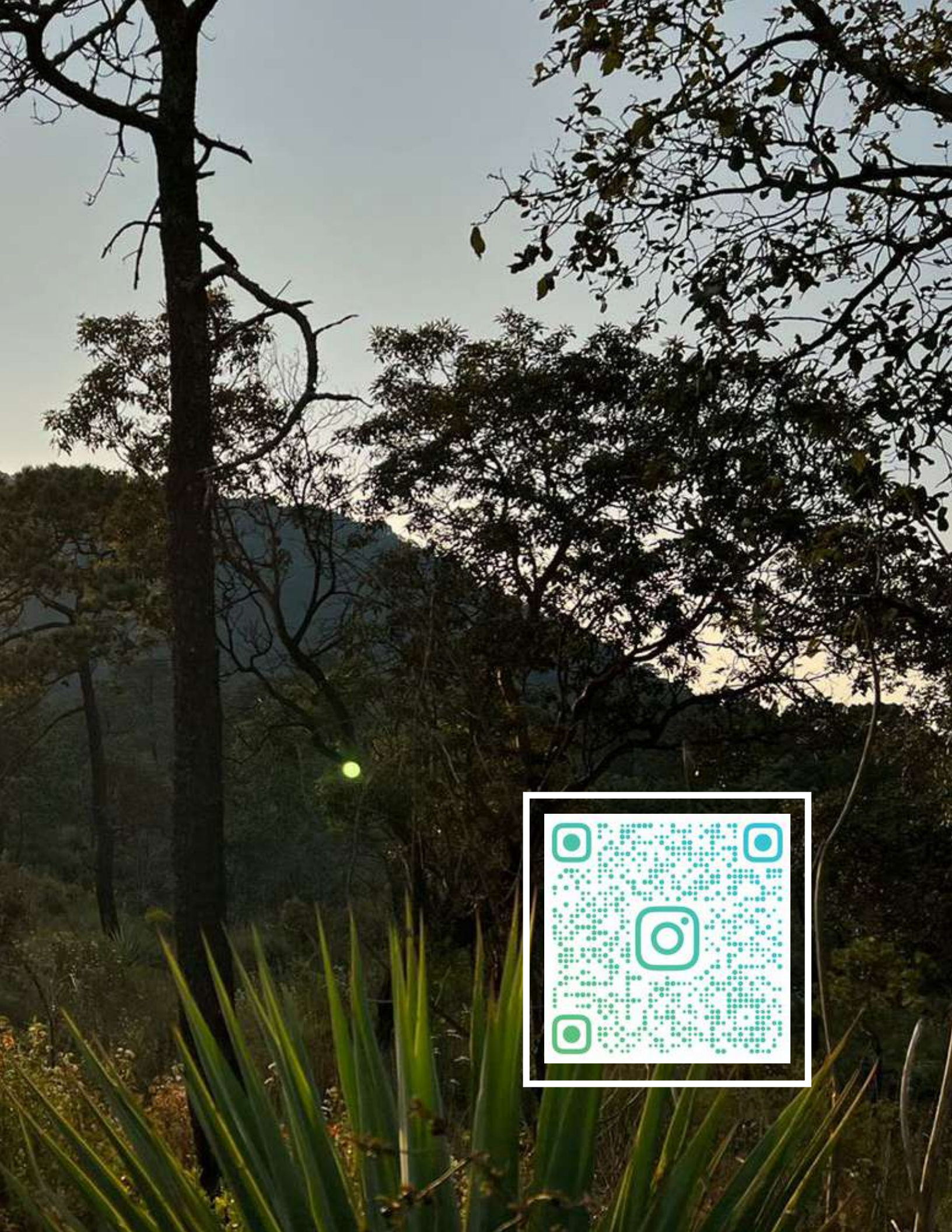
Aunque la imagen del cisne evoca gracia y tranquilidad, su supervivencia no está exenta de desafíos. La degradación de hábitats acuáticos y la contaminación amenazan a estas aves majestuosas. La importancia de la conservación y la protección de sus entornos se vuelve crucial para asegurar que la danza elegante del cisne continúe en la naturaleza.













San Rafael **Y PARQUE ECO-TURÍSTICO DOS AGUAS**



Texto y Fotografías: J. Rogelio Sandoval

© roysan60

f José Rogelio Sandoval



Ahora y media de la Ciudad de México y, a las faldas del Iztaccíhuatl se encuentra el pueblo de San Rafael, famoso por sus construcciones de tipo europeo y por haber albergado una importante fábrica de papel, que a la postre se llamó “Fábrica de papel San Rafael”.

La historia y auge de este pueblo por su importancia comercial, se remonta al año de 1928 cuando se estableció en esta tierra una ferrería, la cual explotaba minas a las faldas del Iztaccíhuatl, pero como todo, pasado su tiempo de bonanza decayó su producción y al poco tiempo tuvo que cerrar. Años después fue adquirida por inversionistas extranjeros y mexicanos uno de ellos fue Porfirio Díaz hijo, y así, se funda la fábrica de papel San Rafael, aprovechando de esta manera las grandes extensiones de bosque y el gran caudal de agua que provenía del Iztaccíhuatl.

San Rafael pueblo de la época porfiriana se caracteriza por sus construcciones de estilo europeo, como les decía al principio, dado que aquí se estableció una comunidad europea con el apoyo total de Porfirio Díaz para trabajar y fundar la fábrica trayéndonos sus costumbres y arquitectura, de esta manera fue que los edificios que construyeron se asemejan a los de su lugar de origen.

La fábrica reconocida internacionalmente trajo consigo empleo y prosperidad a la gente de este pueblo y pueblos aledaños por la oferta de trabajo y los buenos sueldos que pagaban, fincando también lugares para que pudieran vivir sus trabajadores.





DOS AGUAS

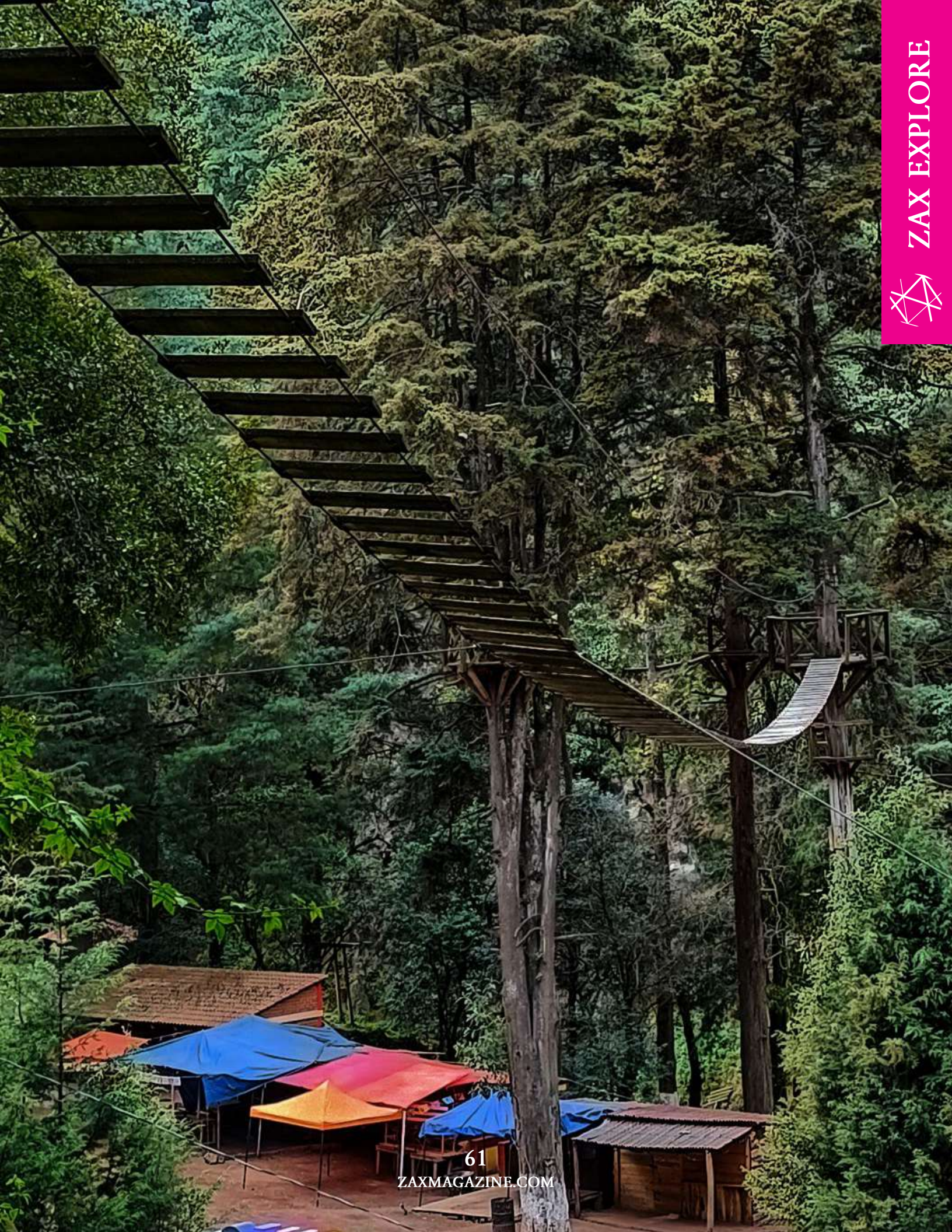


En la actualidad los icónicos edificios de estilo europeo se encuentran abandonados y en pleno deterioro a falta de uso y mantenimiento.

Visitar este pueblo te toma un día, sus principales atractivos son su plaza en donde podrás disfrutar los productos locales, comer en el mercado, subir al faro que ofrece una vista del valle y el bosque. Cruzando el pueblo llegarás al parque eco-turístico Dos Aguas, la entrada a este parque es de \$50.00 por persona cuenta con estacionamiento, cabañas para hospedarte y restaurante que abre los fines de semana, también cuenta con pequeños locales de comida que ofrecen los típicos antojitos. En el lugar encontraras una zona de palapas con asador para que con los insumos necesarios organices un rico asado, se puede practicar el senderismo y conocer los arroyos próximos de agua proveniente de los volcanes, o si eres más osado y cuentas con buena condición puedes aventurarte a conocer la cascada Los Diamantes una de las más bonitas del lugar, para esta caminata te recomiendo contratar un guía que conozca el lugar.

La escalada, el rapel, camping y caminar por un puente colgante son otras actividades que te ofrece Dos Aguas parque eco- turístico.

Si quieres disfrutar de aire puro, diversión y admirar hermosos paisajes naturales enmarcados por los volcanes Popocatepetl e Iztaccíhuatl date una escapada a este lugar rodeado de naturaleza y aire puro.



¿Qué leer?



Por: Ale
Fotografías: Cortesía



NO TE NECESITO, TE PREFIERO

WALTER RISO

Conforme leía el libro, dentro de mí resonaba el reconocimiento de algunas ideas, lamentablemente no de aquellas que están basadas en la madurez e independencia emocional, si no aquellas que tienen que ver con la creencia de ese amor único, universal y que acompaña hasta la muerte y que quizá para algunos, aún después de la muerte. Esa idea de amor romántico que tanto nos exige y que en muchas ocasiones al ser desbordado impulsivo y súper emocional incluso nos termina dejando en deuda con nosotros mismos, cansados, agotados y sin identidad, porque en muchas ocasiones pensamos que el amor significa entrega incondicional y por ende que existimos solo a través de la presencia y esencia de aquel quien posee nuestro amor.

Como podrán bien imaginarlo, Riso propone otra idea muy diferente de este amor romántico y desbordado, el postula que el amor, consiste en no necesitar, en desarrollar la independencia y el autoestima de tal forma que no necesites de esa tan llamada media naranja para estar completo, pero además, en este grito de independencia, poder forjar una historia en conjunto con otro ser independiente, que es ahí en donde entra la decisión, ahí es lo realmente importante al respecto de amar y estar en una relación por preferencia, no porque le necesites de una manera imperativa o porque no puedas respirar sin esa persona, porque puedes, porque incluso podemos llegar a la felicidad aunque esa persona no esté o decida continuar su vida sin estar en la relación, pero, le eliges, le prefieres a esa persona por sobre todos aquellos con quienes podrías compartir tu vida y

tu tiempo, le prefieres como se deleita uno con un buen vino, o como uno prefiere quedarse viendo el fuego de una fogata, le prefieres como aquello que te aporta amor, calidez, pero sin el cansancio y sufrimiento, sin esa ansiedad de la necesidad.

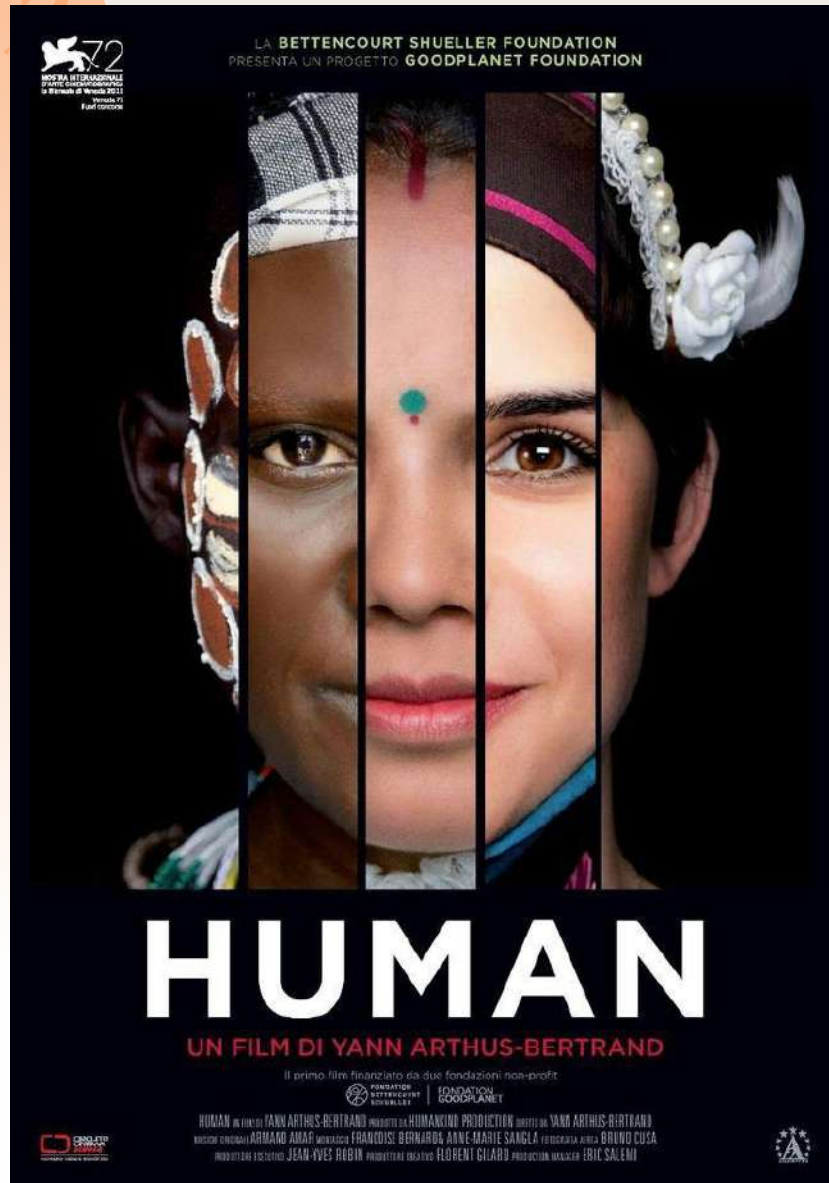
A lo largo del libro Walter Riso hace énfasis en fortalecer el autoconcepto, autoestima y sobre todo en desarrollar la valentía necesaria para entender que el otro y uno mismo es libre y que sentir miedo de no perderle se convierte en un apego, mas que en el disfrute de la relación y del tiempo que se pasa juntos. Y es que, creo que de todas las cosas que podemos hacer y por las cuales requiere ser valientes, el amor es uno de ellas, no únicamente se necesita ser valiente para amar al otro, si no también para permitirle al otro amarnos, porque para ello, es indispensable ser vulnerable y permitir a la otra persona estar en cercanía, pero, una vez mas, lo vale, pero cuando se hace por elección, entonces podemos decir que no necesitamos al otro, si no lo elegimos para todo y cambia la forma de relacionarnos.

Este libro es corto y muy practico, como los libros de Riso explican de una forma sencilla aquellas ideas que nos permiten desarrollar mejores herramientas para comprendernos y relacionarnos, así que si el amor les hace sufrir, o son de los que piensan, así como yo hace algunos años, que el amor es incondicional sin importar que, este podría ser un buen libro para analizar sus ideas con una perspectiva mas terrenal y que como contradicción les permita disfrutar del amor de una forma mas sana.

¿Qué ver?



Por: Ale
Fotografías: Cortesía



HUMAN

Director: Yann Arthus-Bertrand

Productores: Florent Gilard

Reperto: José Mujica, Luis Cancu, Berthony, Estima Joseph, Bruno, María, Documental, Yevgeny, Leonard, Sophie

Música compuesta por: Armand Amar

Nuestra naturaleza humana es muy variada, desde nuestras condiciones raciales, ideologías, religiones, características de vida y condiciones socio económicas, hasta nuestros rasgos genéticos y psicológicos, todo esto nos hace diferentes, únicos entre millones de seres que habitamos la tierra, pero al mismo tiempo, somos similares, podemos entender lo que siente alguien en el otro lado del mundo, la empatía nos hace imaginar lo que pueden estar viviendo otros seres humanos a pesar de que no tengamos una experiencia igual en nuestras condiciones de vida, considero de manera personal que esto es lo que despierta este documental, empatía, muestra a tantas personas, en tan diferentes circunstancias y condiciones de vida, que deja al descubierto lo básico de nuestra naturaleza, lo elemental de lo que sentimos, muestra circunstancias desgarradoras, con caras o versiones de los humanos que no son tan gratas, condiciones crudas y devastadoras, pero otras que son bellas, vulnerables, este documental nos lleva a conocer nuestra naturaleza como seres humanos que somos, acompañado de tanto en tanto de imágenes espectaculares y bellas del mundo que tenemos la fortuna de habitar, lo que hace un equilibrio interesante.

Considero que reconocer nuestra naturaleza similar como seres humanos nos hace entender que somos parte de la misma historia, a pesar de todas nuestras grandes diferencias y esto irremisiblemente o al menos eso me encantaría a mi, debería abrirnos una puerta a la empatía y respeto por las condiciones de vida de los demás y sus retos que deben enfrentar.

Es un bello documental, triste, crudo, interesante, que espero les brinde otra perspectiva de los humanos y les abra su panorama de lo que creen saber de quienes somos.

FEBRERO 2024



Por: **Grecia Ginnete**

grecitoginn

Fotografías: **Cortesía**

¿QUÉ HACER



01

Rigor

Gratis

Doctor Lucio 181, Doctores. CDMX (LAGUNA)

Atelier Caracas, estudio de arquitectura y diseño, desafía las ideas convencionales sobre ambiente y diseño con su exposición "RIGOR". Reinterpretando el espacio de LIGA, reflexionan sobre el diseño al transformar objetos cotidianos de la cultura popular, buscando expresiones más rigurosas y provocadoras.



03 al 24

Festival Cultural del Año Nuevo Chino

Gratis

CENART

La Ciudad de México celebra el Año Nuevo Chino con un festival cultural organizado por el Cenart y la Embajada de China. El evento contará con danza, teatro, artes marciales, talleres y más, ofreciendo una oportunidad única para experimentar la rica cultura china. Una mezcla de tradición y entretenimiento espera a los asistentes en este vibrante encuentro cultural.



07 al 11

Zona MACO

Costo desde: \$450 - \$6,500

Centro Citibanamex

Este 2024, la feria Z ONAMACO se destacará por su diversidad internacional y multidisciplinaria, con la participación de más de 200 galerías de 25 países diferentes. Entre estos países se encuentran Alemania, Austria, Estados Unidos, Japón, Letonia, Reino Unido, Perú, Colombia y Cuba, lo que garantiza una rica variedad de expresiones artísticas. La feria se compone de cuatro ferias especializadas que son Z ONAMACO MÉXICO ARTE CONTEMPORÁNEO®, Z ONAMACO DISEÑO®, Z ONAMACO SALÓN DEL ANTICUARIO® y Z ONAMACO FOTO®, ofreciendo así una plataforma excepcional que abarca desde el arte contemporáneo y moderno hasta el diseño, las antigüedades y la fotografía.



08 al 11

Salón ACME

Precio por día \$300
Precio por 4 días \$650
General Prim 30, Col. Juárez, CDMX

Este año, la onceava edición de Salón Acme toma lugar en Proyecto Público Prim, ofreciendo un emocionante vistazo al arte contemporáneo bajo la curaduría de expertos como Benedicta Badía, Darío Escobar y otros. Más de 40 artistas, incluyendo a Camila Lamarca y Sofía Bonilla Otoy, se unen para crear una experiencia artística vibrante y diversa. Este evento promete ser un punto culminante para los amantes del arte, mostrando una variedad impresionante de talento y creatividad.



08 al 11

BADA

General Online \$250 - General Taquilla \$300
Campo Marte

BADA es una innovadora plataforma de arte que une directamente a artistas emergentes y consagrados con un público ávido de arte. Es un espacio donde los visitantes pueden interactuar personalmente con los creadores, comprendiendo mejor su trabajo y sumergiéndose en el mundo artístico de forma directa. Con precios accesibles y un ambiente acogedor, BADA busca hacer el arte más accesible para todos, especialmente para aquellos que normalmente no frecuentan galerías o ferias tradicionales.



08 al 11

QiPO

Gratis
Ayuntamiento 114, colonia Centro, CDMX

En 2019 se fundó la iniciativa artística QiPO, con el propósito principal de enfocarse en la colectividad y expresiones artísticas globales. La cuarta edición de su feria de arte en la Ciudad de México, dirigida por Laura Reséndiz, presenta proyectos liderados por artistas, iniciativas emergentes y grupos curatoriales. El programa incluye performances, instalaciones, charlas, sección de publicaciones, proyecciones y colaboraciones con instituciones y ferias internacionales.



09 al 11

Clavo Movimiento

Preventa por ambos días \$200 - Día del evento \$250
Prevento por día \$120 - Día del evento \$170
Lisboa 46, Colonia Juárez, CDMX

Clavo es una feria de arte en México que está cambiando el juego, es accesible para galerías emergentes y establecidas, creando un espacio inclusivo y vibrante en el arte. Es más que una feria; es un movimiento hacia un mundo del arte más diverso y emocionante, convirtiéndose en un destino clave para los amantes del arte.



10

M Jazz

\$1,599
Parque Bicentenario

El festival M Jazz 2024, es un evento imperdible para los entusiastas del jazz. M Jazz ofrece una atmósfera íntima y cultural, donde la música, la comida y la bebida se combinan para crear una experiencia completa y disfrutable para los amantes del género.



17y 18

Feria del Mezcal y la Cerveza - Videojuegos

\$50
Centro de Convenciones Tlatelolco

La Feria combina lo mejor de los videojuegos clásicos, cosplay y bebidas artesanales. Destaca por su torneo de videojuegos con premios, junto con un concurso de disfraces y una zona para los amantes de los cómics y la cultura asiática.



Hasta el 25

Bienal Arte/Sano ÷ Artistas 7.0

\$60
Museo de Arte Popular

En 2024, en su 14° aniversario de la Bienal Arte/Sano ÷ Artistas 7.0. Walther Boelsterly, director del MAP, destaca la diversidad y pluralidad de la exposición que se realiza en la Sala de Exposiciones Temporales.



PASTEL IMPOSIBLE





Por: Zaci
Fotografía: Shutterstock



Llegó febrero y es el momento de consentir a la persona que amas, bueno debe ser todo el año, pero ahora tenemos el motivo para preparar un delicioso pastel que nos mata dos antojos a la vez, y aunque pueda parecer que es muy difícil o complicado, ya verás que esta receta es fácil y deliciosa.

Para el pastel vamos a necesitar:

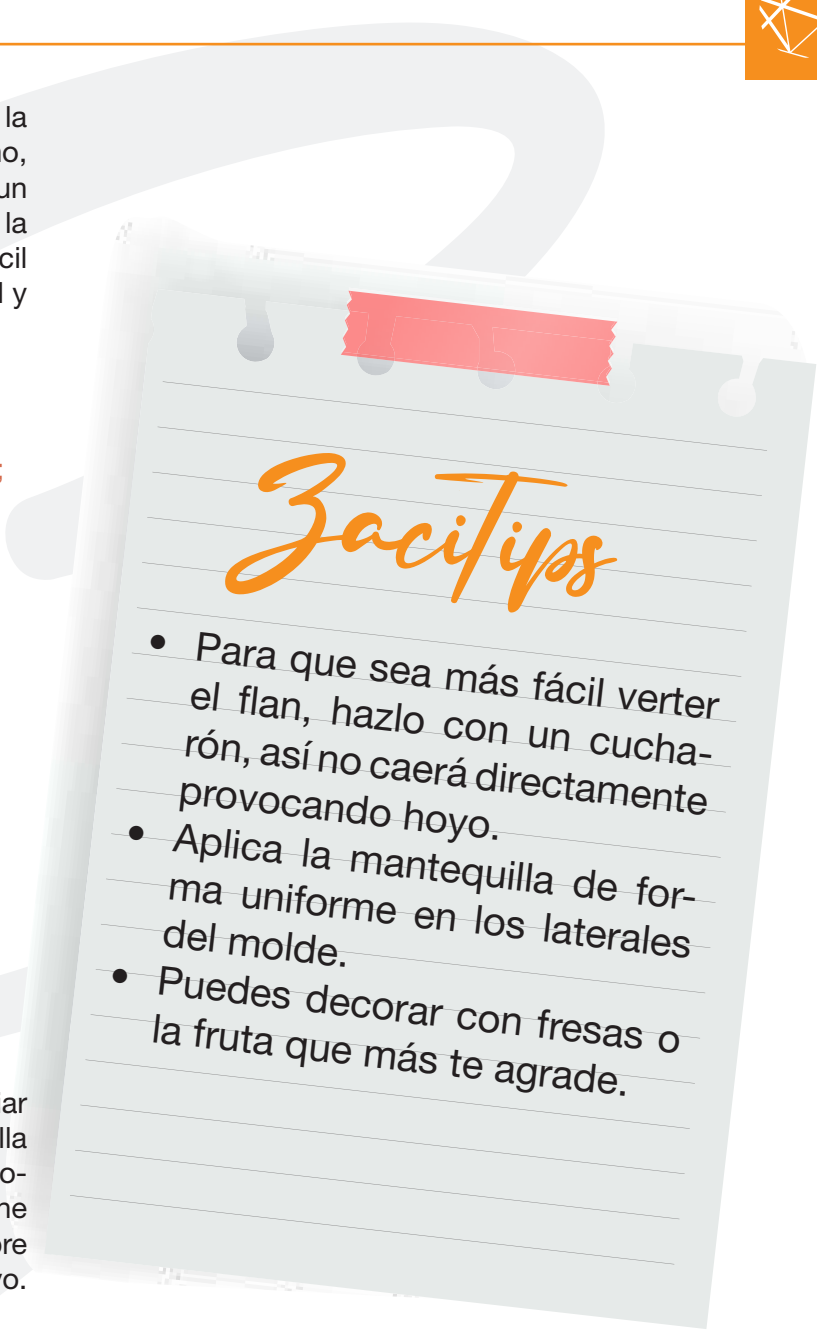
- 1 caja de pastel de chocolate (Betty Crocker);
- 3 huevos;
- 1 taza de aceite;
- 1 taza de nuez picada.

Para el flan necesitamos:

- 7 huevos;
- 1 lata de leche evaporada;
- 1 lata de leche condensada;
- 1 cda de vainilla;
- 4 cdas de cajeta;
- Mantequilla;
- Y un molde en el que calculemos que quepa toda la mezcla.

Preparación fácil y rápida:

Integrar todos los ingredientes del pastel y vaciar en el molde previamente untado con mantequilla y la cajeta en el fondo. En la licuadora agrega todos los ingredientes del flan y muele. Aquí viene un paso importante, agrega poco a poco sobre la mezcla del pastel para que no se haga hoyo. Hornea por 30 minutos a 180°C.



Zacitips

- Para que sea más fácil verter el flan, hazlo con un cucharón, así no caerá directamente provocando hoyo.
- Aplica la mantequilla de forma uniforme en los laterales del molde.
- Puedes decorar con fresas o la fruta que más te agrade.

Calendario astronómico



Por: Ale
Fotografías: Unsplash

Luna nueva, Super luna por que la luna estará en su perigeo, que es cuando se encuentra más cerca de la Tierra.

9 de febrero



Luna llena
24 de febrero



PODCAST

Sopa de letras



Por: Grecia Ginnete

© grectoginn

Fotografías: Unsplash

Í	R	Z	É	E	A	R	R	Í	W	V	Ñ	Q
Z	O	S	A	M	I	S	T	A	D	A	É	M
V	F	D	E	Ü	W	P	S	O	B	O	L	G
H	W	O	I	T	F	Y	G	M	R	J	J	X
C	P	Ú	G	P	A	L	R	A	D	Ú	T	B
R	S	T	Í	M	U	L	E	P	U	V	Í	Í
É	A	O	O	Ñ	T	C	O	C	Z	X	O	G
D	S	R	Z	A	C	B	B	C	H	P	G	L
U	O	Ñ	Ó	A	Ñ	Y	C	M	O	A	Q	Y
Ü	R	V	X	Á	R	L	O	K	R	H	Í	P
Ó	B	E	S	O	Q	B	Á	Z	A	Q	C	R
O	F	Á	T	U	K	E	A	Í	O	P	É	C
Á	K	Ñ	J	U	V	G	B	Ü	V	P	C	S

- AMOR
- AMISTAD
- ROSAS
- CHOCOLATES
- FLECHA
- GLOBOS
- POEMA
- CUPIDO
- ABRAZO
- BESO





En los bosques de Blackwater

Mary Oliver

Poeta estadounidense ganadora del National Book
Award y del Premio Pulitzer de Poesía.
1935-2019

Mira: los árboles
convierten sus propios cuerpos
en pilares

de luz,
despiden un abundante
aroma de canela y plenitud,

las largas velas
de los gladios
estallan y flotando se alejan
por las márgenes azules

de los estanques,
y cada estanque, sea cual fuere
su nombre, es

ahora anónimo.
Todos los años
todo aquello
que entendí alguna vez

a lo largo de mi vida
se volvió en esto: el fuego
y el viaje oscuro de la pérdida
cuya otra orilla

es la salvación
y cuyo sentido
nadie de nosotros conocerá nunca.
Para vivir en este mundo

necesitas que estas tres cosas
te sean posibles:
amar lo que morirá;
estrecharlo

contra tus huesos sabiendo
qué tu vida misma depende de ello;
y cuando llegue el tiempo de soltarlo,
soltarlo.

