



ZAXX Magazine

EDICIÓN 43, MARZO 2024



Portada y Contraportada

Fotografía: Mercedes Alvarado



Diseño editorial: Ceci Vázquez

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

Edición anterior



Contenido

APERTURA

8

Estrenos del séptimo arte

10

El encanto del teatro accesible

12

Zaxpedia

14

¿Y si todo sale bien?

18

Musk, genialidad o delirio

20

El primer touch down en el Super Bowl

22

Vacaciones en la playa

ENTREVISTA



REPORTAJE



46

Al rescate del feminismo

EXPLORE



DIVERSIDAD

58

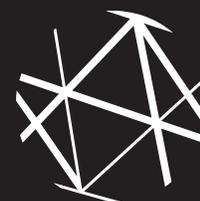
¿Qué leer?

60

¿Qué ver?

62

¿Qué hacer?



ZAX
MAGAZINE

DIRECTORA EDITORIAL

Alejandra Gil
editorial@zaxmagazine.com

COLABORADORES

Grecia Ginnete
@grecitoginn

Patricia Escobedo
@paty_escobedo
El espacio de Miss Paty

Zaci
@Amycu

DISEÑO EDITORIAL

Cecilia Vázquez
cecilia.disenio@zaxmagazine.com

WWW.ZAXMAGAZINE.COM

SUMARIO



68

Sopa de letras

70

Canto de primavera de Nezahualcóyotl

Carta editorial

Creo que una de las preguntas que más nos podemos formular es ¿qué pasa si...? Desafortunadamente la mayoría de las veces la enfocamos de manera negativa, es decir, desarrollamos 20 teorías de todo lo que puede salir "mal", que digo mal, "terrible" y después de ahí comenzamos a hacer el ataque zombie, del ataque zombie con vampiros, pero ¿qué pasaría si todo sale bien? Si ese sueño que tanto te hace sonreír saliese incluso mejor de como lo imaginas, esta es la pregunta que la profesora Patricia nos formula este mes y sinceramente, me ha producido un entusiasmo peculiar, porque entiendo que muchas cosas pueden salir mal, pero, ¿y si todo sale bien?

Por ejemplo si todo sale bien, viajaré a la playa para abril, y si ustedes quieren aprovechar este incremento de temperatura para disfrutar de las playas y el calorcito, Zaci nos dice cuáles son los cuidados infalibles que tenemos que seguir para cuidar nuestra piel, e incluso qué hacer si todo sale mal y nos hemos quemado sin querer, hablando de cuando las cosas salen mal, pero se corrigen, Zaci nos cuenta una historia peculiar sobre el Súper Bowl, que yo no podía creer cuando lo leí.

Algo que tampoco van a creer son las recomendaciones de tarro, cine y actividades en la ciudad que nos deja Ginnete este mes, además de una explicación súper interesante sobre las nutrias, estos pequeños animales se me hacen tan tiernos, que no pueden perderse la oportunidad de leer este artículo.

Considero que hay sentimientos que la empatía nos hace tener como universales, como el amor, la felicidad, la alegría, pero también la frustración, el enojo, la pérdida, o como lo platicamos con Mercedes en la entrevista de este mes, un duelo detenido por la esperanza, ¿contradictorio, verdad? Pero no lo es, porque cada vez que una persona se desvanece sin dejar rastro, encierra a sus seres queridos en un círculo vicioso, entre la desesperanza y la frustración por no tener noticias, pero la ilusión y la esperanza de que quizá esté en la siguiente fosa, en el siguiente punto de búsqueda, dejando a sus seres amados con un dolor constante, un dolor que viene de no tener un cierre, de tener más preguntas que respuestas y es que tal parece que aunque se tenga la gran respuesta esperada, lo único que permite en muchas ocasiones es hacer el duelo. Este es el contexto de la conversación que mantuvimos Mercedes y yo, que es el tema central de su libro de poesía "Nombres propios" a través del cual Mercedes busca el reconocimiento de ese duelo detenido, del dolor y la eterna esperanza pero desde un lenguaje de reconocimiento y amor, libro que en verdad les recomiendo.

Además recuerden que tenemos recetas de cocina, poemas, sopas de letras, calendario astronómico, y mucho más, por lo que espero que esta edición sea de su agrado, por ahora me despido, nos leemos en abril.

Alejandra Gil

Directora Editorial de Zax Magazine





**Quiero hacer contigo lo que
la primavera hace con los
*cerezos.***



APERTURA

Pablo Neruda
1904-1973
Poeta y político chileno

Estrenos del séptimo arte



Por: **Grecia Ginnete**

grecitoginn

Fotografías: **Cortesía**



KUNG FU PANDA 4

Estreno en cines 7 de marzo

Sinopsis: En su cuarta aventura, Po el Guerrero Dragón, interpretado por Omar Chaparro, se enfrenta a un inesperado desafío: se le sugiere tomar un papel de líder espiritual en el Valle de la Paz, un rol para el cual se siente totalmente inepto. A la vez, debe buscar a su sucesor como Guerrero Dragón y enfrentarse a La Camaleona, una hechicera capaz de cambiar de forma que ambiciona el Bastón de la Sabiduría de Po para liberar a antiguos villanos. En esta misión, Po se alía con Zhen, una zorra ladrona cuyas habilidades serán clave para salvar el valle. Juntos, descubrirán que la verdadera heroísmo puede surgir de los lugares más insospechados.



VENCER O MORIR

Estreno en cines 7 de marzo

Sinopsis: En 1793, en plena Revolución Francesa, Charette, un joven que había dejado su carrera en la Marina Real para regresar a su hogar, se ve inmerso en el creciente descontento de los campesinos de su región. Urgido por las circunstancias, asume el liderazgo de una rebelión. Con el tiempo, este marinero reconvertido emerge como un líder carismático y un estratega ingenioso, reuniendo bajo su mando a un diverso grupo que incluye campesinos, desertores, mujeres, ancianos y niños, formando así un ejército formidable. Así da inicio una ferviente lucha por la libertad.



NOCHE DE BODAS

Estreno en cines 7 de marzo

Sinopsis: Durante su noche de bodas, una joven pareja se retira discretamente a una habitación de hotel para compartir momentos de intimidad. Su interacción, llena de miradas cómplices, caricias y entendimiento mutuo, sienta las bases para lo que promete ser una noche memorable bajo el resplandor del cielo de la Ciudad de México. Sin embargo, su romance se ve abruptamente interrumpido por un evento inesperado.



WHAT COMES AROUND

Estreno en cines 7 de marzo

Sinopsis: "What Comes Around" explora las tensiones y la complejidad de la relación entre madre e hija cuando la vida de Anna se ve alterada por la llegada de Eric, su novio conocido en línea, interpretado por Kyle Gallner, famoso por su papel en "Sonríe". La presencia de Eric desencadena una serie de eventos que ponen a prueba los lazos familiares.



LOS NIÑOS DE WILTON

Estreno en cines 14 de marzo

Sinopsis: En el período previo a la Segunda Guerra Mundial, Nicholas "Nicky" Winton, interpretado por Anthony Hopkins, un corredor de bolsa británico, se convierte en un héroe no reconocido al organizar el rescate de cientos de niños de la amenaza nazi. Con la asistencia de su madre, papel desempeñado por Helena Bonham Carter, Winton logra salvar a estos niños, asegurándoles un futuro lejos del peligro inminente.



RESCATE IMPOSIBLE

Estreno en cines 14 de marzo

Sinopsis: En una misión encubierta en Filipinas protagonizada por Russell Crowe y Liam Hemsworth, lo que debería ser una operación de Fuerzas Especiales se transforma en una intensa lucha por la supervivencia durante dos días. La misión toma un giro inesperado cuando el equipo de extracción, liderado por el novato Kinney (Hemsworth), cae en una emboscada. A pesar de estar en desventaja y enfrentándose a enemigos por todas partes, Kinney se niega a abandonar a sus compañeros.



El Encanto del teatro accesible



Por: Grecia Ginnete

 greitoginn

Fotografías: Cortesía



INMUNODEPRIMIDA

Del 1 al 29 de marzo

Centro Cultural José Martí
Gratis

"Inmunodeprimida" es una obra de teatro social que narra la vida de una mujer en la Ciudad de México durante los años 80, un período marcado por el inicio y el desconocimiento del VIH. Tras ser diagnosticada con esta enfermedad, la protagonista experimenta el rechazo y la discriminación, no solo por parte de desconocidos sino también dentro de su entorno familiar más cercano. Ante estas adversidades, toma la decisión de enfrentar su realidad de manera proactiva, lo que resulta en un cambio radical en su existencia. Esta historia refleja la lucha contra el estigma y la búsqueda de dignidad y comprensión en medio de la crisis del VIH/SIDA.



LUN

Hasta el 3 de marzo

Teatro Benito Juárez
\$203

A sus cuatro años, Lun manifiesta una percepción y entendimiento propios de una vida largamente vivida. A lo largo de su odisea, entabla encuentros con entidades y conceptos abstractos como los números 3, 4, y 8, la posibilidad de un ser supremo, la música, y diversas nociones filosóficas, todos convergiendo en su exploración sobre el significado último de la existencia. Ubicada en un espacio donde las limitaciones físicas se esfuman ante la magia escénica, "Lun" nos sumerge en un ambiente donde lo tangible se vuelve etéreo. Esta pieza, enraizada en el teatro del absurdo, reflexiona sobre la aparente falta de sentido de la vida, destacando cómo, a pesar de la insignificancia y lo ridículo de la condición humana, puede hallarse belleza en la incoherencia. La obra invita a la audiencia a un inicio incierto, marcando el comienzo de una experiencia teatral que desafía las convenciones y la realidad misma.



JUANA CACHONDA

Hasta 3 de marzo

Teatro Sergio Magaña
\$203

La obra teatral aborda el tema del acoso sexual que enfrentan muchas estudiantes de secundaria y preparatoria, destacando cómo este tipo de violencia es minimizada y hasta justificada por concepciones erróneas del amor romántico, perpetuadas por los medios de comunicación. Al exponer la manipulación y el abuso que se esconden detrás de esta idealización, la pieza también arroja luz sobre la "Ley Olimpia", legislación implementada en 2018 que busca combatir la violencia digital, tipificando como delito la distribución no consentida de contenido íntimo. Lejos de moralizar, el propósito de "Juana Cachonda" es sensibilizar sobre la importancia de los derechos digitales y fomentar un cambio en la percepción social sobre el acoso y la violencia sexual.



Zaxpedia **Veraz**



Por: Ale
Fotografías: Unsplash

Que dice, usa o profesa siempre la verdad.

Mientras me perdía en internet intentando encontrar una palabra que fuese divertida, interesante o relacionada con las fechas que tenemos presentes en este mes, comencé a encontrar palabras con significados interesantes, pero que, al buscar alguna otra fuente para contrarrestar lo que decía la primera, encontré dos cosas:

1. Muchas fuentes y sobre todo de las primeras páginas del buscador que afirmaban que el significado era el mismo, pero al ir buscando un poco más descubrí oposiciones, incluso en algunos casos con un significado diferente o en su defecto enunciando directamente que la fuente de la palabra no existe o es de dudosa procedencia, esto porque este mes yo sí quería una palabra poco convencional;

2. Recordé que mucha de la información que circula por internet y de lo que más encontramos tiene que ver con el grado de popularidad y seguimiento que tiene esa información, eso quiere decir, que la información que encontramos de forma más constante en internet no necesariamente es

real, concreta o está en esa primera posición porque sea confiable.

Entonces me quedé pensando, que dada la falta de "veracidad" de la información que circula hoy en el mundo es indispensable realizar un análisis y escrutinio de la misma que anda por ahí circulando, o si fuésemos más concretos sería comprender que lo que circula en internet son datos y que requieren de nuestro análisis para convertirse en información, por ende es indispensable verificar bien que estamos leyendo y sobre todo que clase de datos estamos considerando "veraces" con esto no quiero decir que necesitamos vivir con miedo de lo que encontramos en internet, al contrario considero que al poder obtener tantos datos en tan poco tiempo, esto nos brinda la posibilidad de generar información mas completa al contar con diversas fuentes de manera directa.

Esta gran ventaja sin duda nos brinda un portal de información en la palma de la mano, que nunca antes habíamos tenido.

También mi reflexión tiene algo de drama contenida, porque la realidad es que en ningún época de nuestra humanidad hemos podido disfrutar el hecho de que la información que se difunde sea realmente veraz, quizá por eso, el internet nos abrió una puerta enorme al mundo del conocimiento, si nos atrevemos a ser críticos y analíticos, claro está.



¿Y si todo sale *bien?*



**Por: Profra. Patricia Escobedo
Guzmán**

 @paty_escobedo67

 paty_escobedo

Fotografía: Unsplash

De manera automática, cuando vamos a empezar un proyecto, sin dudarlo, lo primero que pensamos es en lo que no va a salir bien; muy rara vez se ve con optimismo lo proyectado, y aquí valdría preguntarse: ¿Y si todo sale bien?

Así, de forma inmediata, reprogramamos lo que estamos vivenciando, cambiamos nuestra manera de ver las cosas y le damos una visualización positiva a los aspectos que benefician nuestro proyecto.

De esta manera, creamos nuevos escenarios y abrimos la posibilidad a la Magia.

¡Prácticalo! Piensa en positivo, no te satures con ideas negativas, pesimismo ni situaciones fatalistas, todo ello desgasta y crea el escenario ideal para el síndrome del impostor, el lugar perfecto para sabotear lo bueno del proyecto y dar por hecho que no se va a realizar bien o de que todo es mala idea y es mejor no hacerlo.

Pero, ¿y si todo sale bien?, pues sin duda, el panorama será totalmente diferente, los resultados mucho más esperados y el aire de satisfacción completamente gratificante y no olvides siempre agradecer por lo que tienes, por lo que no tienes y por lo que está por venir; de esta forma darás un giro de 360 grados a tu forma de visualizar cada aspecto de tu vida.

Date la oportunidad de ir cauteloso, pero con pasos firmes y siempre piensa en lo mejor, en lo más creativo para tus proyectos, en la sinergia que causa ir hacia adelante con excelentes expectativas y en la posibilidad prodigiosa de que lo que crees, creas.

Aléjate de los pesimistas, de los que siempre ven la piedra en el zapato, de los que tienen un problema para cada solución, en los que, a pesar del terreno plano, siempre encuentran un hueco o un tope para no avanzar o caer en él; ten siempre a la mano tu caleidoscopio de posibilidades y energía de Amor y desde su mirada visualiza positivo, vive positivo, piensa positivo, avanza.

No hay nada mejor que ir caminando a pasos firmes en terrenos inhóspitos y de preguntarnos en cada momento: ¿Y si todo sale bien?



ZAX

MAGAZINE

TECNOLOGÍA





MUSK, GENIALIDAD O DELIRIO



Por: Ale
Fotografías: computerhoy.com

En estos últimos días he tenido contacto con noticias que involucran a Elon Musk con comentarios que podrían llamarse negativos, que implican que actualmente Elon es un riesgo para las empresas que dirige, incluso vi una noticia que hablaba sobre el consumo de drogas dentro de su equipo de trabajo, un tanto bajo su imposición, algunos critican sus comentarios radicales y faltos de tacto, además de las observaciones negativas, por ejemplo de su decisión desafortunada en la adquisición de Twitter, que hasta el momento ha perdido un alto porcentaje de su valor en comparación de cuando Elon la adquirió, y quiero hacer énfasis en mi expresión "hasta el momento", porque a lo largo de la vida empresarial del magnate han existido ya varios momentos en los que sus detractores le han dado por perdido y ha demostrado que su ingenio logra construir alternativas a largo plazo para mantener sus ideas vivas, así que quizá aún es pronto para evaluar esta inversión.

Bien, creo que en mi último argumento ya he permitido que vislumbren un poco mi postura al respecto de este personaje, puesto que, hasta este momento y a pesar de sus comentarios radicales y muchas veces desafortunados, no deja de sorprenderme la cantidad de rubros empresariales en los que esta metido el señor Musk, y del éxito que ostenta en todos ellos, a pesar de las noticias polémicas en las que se ve envuelto y de sus reveses dramáticos que tiene su personalidad, no cabe duda que es una persona exitosa en el mundo empresarial, es

aquí donde inician las preguntas curiosas ¿acaso su genialidad tendrá como condicionante sus excentricidades y locuras? Y es que no sería la primera vez, que vemos personajes con grandes capacidades intelectuales, desde científicos, hasta artistas, pero que tienen episodios radicales, depresión e incluso si, cierta locura declarada, por lo que se dice que existe una línea muy muy delgada entre la genialidad y la locura, es como si el exceso de inteligencia les cobrara un precio a aquellos afortunados que la poseen.

Sin duda, es un hecho que la visión de Musk ha creado un cambio contundente en las industrias donde está desarrollando sus proyectos empresariales y que a pesar de las diversas críticas y contratiempos, ha demostrado que posee la capacidad de liderar sus empresa de manera positiva y llevarlas al éxito, a pesar de esto cada vez es más común ver noticias que le critican, y que incluso declaran que se está convirtiendo en un riesgo para el futuro de sus proyectos, pero ¿será cierto? Definitivamente sería lamentable verle perderse en su propia genialidad hasta llevarle a la llamada locura, locura que sus retractoros llevan años imputándole, por lo que, ¿cómo sabremos que realmente se está perdiendo en su propia genialidad? O quizá quienes le vemos con buenos ojos terminaremos justificando sus sesgos con el argumento de sus logros y resultados, esto es algo que de manera personal me da mucha curiosidad y que quizá será difícil determinar en qué momento realmente se pierda en la fina línea entre genialidad y locura.



EL PRIMER TOUCH DOWN EN EL SUPER BOWL



Por: Zaci
Fotografía: Freepik

Max McGee receptor de los Green Bay Packers, es el jugador que puede presumir que anotó el primer touch down en un Super Bowl, pero no fue en una condición normal ya que se encontraba con una terrible resaca.

Así es, seguro debes estar sorprendido tanto como yo, ya que un día antes del partido más importante en la carrera de un jugador de fútbol americano, McGee decidió que era buena idea violar el toque de queda y acudir al bar más cercano para beber sin mesura.

Max era él TE suplente, así que seguramente no pensó que tuviera que entrar al partido, luego al gran juego, le confesó a su titular que estaba muy mal ya que se había ido de fiesta la noche anterior y que no se le ocurriera lesionarse. Como es de esperarse un par de jugadas después el titular tuvo que salir del campo, lo que lo obligó a ingresar. No conforme con eso, al momento de tener que ingresar no sabía dónde estaba su casco, por lo que tuvo que pedir el casco a un compañero, mientras Vince Lombardi clavaba su mirada fulminante sobre él. Por fin, en el campo, finge escuchar y entender lo que el QB dijo, se alinea y recibe un pase atrasado que, si no hubiera agarrado, sería balón de la defensiva, pero para su fortuna pudo llegar a las diagonales y así convertirse en el primer jugador en anotar un touch down.

¿Tienes alguna experiencia exitosa en tu vida con una resaca que nos puedas contar?

VACACIONES EN LA PLAYA



Por: Zaci
Fotografía: Cortesía AMyCU



Sabemos que casi todos ansiamos el momento en que podemos pasar unas “relajantes” vacaciones en la playa, rodeados de sol, arena, mar y deliciosa comida; pero es muy importante que no dejemos de lado los cuidados de nuestro cuerpo.

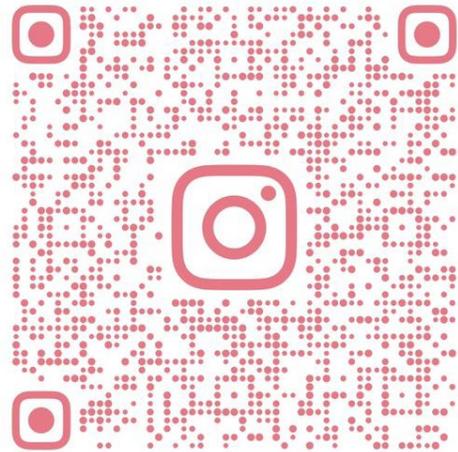
Antes de ir a la playa lo mejor es considerar todo lo que necesitas llevar para que ni tú o tus seres queridos sufran alguna quemadura o algo por el estilo que termine haciéndolos pasar un mal rato.

Así que, aquí te dejamos una lista de lo que no debe faltar.

- **Bloqueador.** ¡Por favor, que no se te olvide! Este producto te va a ayudar a proteger tu piel de los rayos solares y así prevenir daños más severos a futuro, las quemaduras solares son muy dolorosas. Los expertos recomiendan aplicar cada 2 a 3 horas o en su defecto cada que salgas del agua;
- **Bálsamo labial con protección solar.** Recuerda que la piel de tus labios es muy delgada y delicada, por lo que es muy importante cuidarlos y protegerlos;
- **Gafas de sol.** Proteger tus ojitos también es indispensable;
- **Sombrilla;**
- **Sombrero o gorra;**
- **Toalla;**
- **Botella de agua;**
- **Crema hidratante.** Es super importante mantener tu piel hidratada en todo momento.

CUANDO YA ESTÁS EN LA PLAYITA:

- **Evita exponerte por mucho tiempo al sol,** por eso es aconsejable escoger un área en la que también tengas sombra;
- Los dermatólogos recomiendan **no exponerse más de 15 minutos al sol;**
- Las quemaduras de sol pueden provocar insolación y deshidratación, por eso **es importante que tengas tu sombrilla, tu sombrero y estar tomando mucha agua simple,** la cerveza o las piñadas no sustituyen el agua;



@AMYCU_PRODUCTOS_NATURALES

- **Recuerda que entre las 12:00 del día y las 4:00 de la tarde, lo mejor es que te alejes del sol**, son las horas en las que el sol se encuentra en su punto más fuerte, quema más y se incrementa el riesgo de lastimar tu piel;
- Si a pesar de todo quieres obtener un bronceado de locura, **aprovecha el sol de las 7:00 a las 11:00 de la mañana**, o después de que baje el sol, la intensidad será menor, por lo tanto, no representa un riesgo tan grande;
- **Una manera efectiva de mantenerte hidratado, es consumir alimentos ricos en vitamina C**, naranja y limón; son refrescantes y con antioxidantes que ayudan a la salud de la piel, solo ten mucho cuidado de que no te caiga en la piel ya que, con el sol, podría provocar una mancha.

DESPUÉS DE UN DÍA EN LA PLAYA, LO MEJOR ES:

- **Tomar un relajante baño con agua fría;**
- **Hidratar tu piel con algún producto especial para repararla de las quemaduras del sol**, es recomendable hacerlo para que tu piel no se deshidrate;
- **Exfoliar la piel.** Los baños en el mar son saludables para nuestra piel ya que la sal tiene muchos beneficios. La limpia y desintoxica a conciencia. Por eso es muy importante que aprovechemos este beneficio y hagamos **una ligera exfoliación para terminar de remover las células muertas y que la piel luzca radiante.**

En caso de que no leyeras todo lo anterior antes de irte de vacaciones o que simplemente pensarás: ¡A mí no

me pasa nada! y si te pasó, lo que puedes hacer es lo siguiente:

- **Existen en el mercado geles, lociones o cremas especiales para aliviar las molestas quemaduras;**
- **También puedes aplicar aloe vera ya que contiene mucho colágeno, por lo que ayudará a que tu piel se regeneré.** La pulpa de la sábila te ayudará a aliviar rápidamente la comezón y el ardor. Solo abre la penca y aplica directamente en tu piel;
- **El aceite de coco contiene propiedades desinflamantes, por lo que te ayudará a curar la piel de las quemaduras solares leves.** Te ayudará a calmar el enrojecimiento de la piel y la irritación;
- **El jitomate aporta muchos beneficios y ayuda a mantener una piel sana e hidratada.** Es un cicatrizante e hidratante. Rebana el jitomate y muélelo, aplica en el área quemada y deja reposar por 15 o 20 minutos y luego retirar con agua fría.

Espero que puedas llevar a cabo los consejos que aquí te dejamos y nos puedas contar como te fue.

¡A disfrutar la playa!





ZAX

MAGAZINE

PODCAST





MERCEDES

Alvarado



Por: Ale
Fotografías: Cortesía

Alejandra: Bienvenidos amigos de ZAX ¿Cómo están? Espero que estén muy bien. El día de hoy tengo el placer de que esté Mercedes Alvarado conmigo para platicar de un tema que yo siento que es intenso, doloroso, pero antes de pasar a eso y de ponernos quizá un poquito más melancólicos, ¿cuál es tu comida favorita, Mercedes?

Mercedes: Uy, ¿cómo estás Alejandra? Hola.

Alejandra: Bienvenida a ZAX.

Mercedes: Gracias, gracias. Yo creo que podría comer papas todos los días de distintas maneras. Amo las papas.

Alejandra: Papas. O sea, así como en guisado y con salsita y limón.

Mercedes: Puede ser guisado, pueden ser papas al horno, puré de papa, papas fritas, papas rellenas, sí, hijole.

Alejandra: Ay, qué rico. Y ya casi hora de comer, ¿no? Entonces se antoja ya.

Mercedes: Sí, ya, ya. Siempre cae bien una papita con algo.

Alejandra: Sí, exacto. Oye, vas a platicarnos o acabas de sacar en junio del año pasado tu libro de poesía sobre un tema que a mí me parece fuerte, digo, a pesar de que yo no he tenido, o he tenido quizá la fortuna de no perder a nadie. Y creo que algo de lo que me encantó de tu libro cuando lo leí fue que me hiciste sentirlo. Y me pareció desgarrador. O sea, creo que puedo decir que eres muy buena escribiendo y que la poesía cumple su efecto. Y que al final, cuando lo leí, varios momentos me tronó y se me hizo desgarrador la forma de explicarlo. Y eso que yo no lo he vivido. Entonces, ¿cómo es para ti el hablar de un tema tan doloroso en México y que tanto nos

hemos acostumbrado a hablar de números y olvidamos las historias que hay detrás?

Mercedes: Justo va por ahí, Alejandra. Mira, la poesía tiene esta particularidad de que, como no está obligada a ser productiva en términos económicos, pues se aboca esencialmente a lo que sentimos, a lo que está más allá. Cierto que cuando hablamos de desapariciones en México, pues hay muchas cifras, pero la cifra no nos dice nunca cómo se siente. Porque mi amigo, mi papá, mi hermana no es un número, es una persona que falta en una casa. Entonces, a mí justamente lo que me interesaba con “Nombres Propios” era hablar de eso, de lo que nos pasa en la parte más humana. Desde lo cotidiano, qué pasa en tu casa, en tu vida diaria. Cuando todos los días sabes que te está faltando alguien, sabes además que muy probablemente no vas a tener respuestas o al menos no respuestas definitivas porque la cantidad de personas encontradas o de cuerpos encontrados no se corresponde con la cantidad de personas desaparecidas o asesinadas o víctimas de feminicidio. Entonces, creo que a mí eso me importaba mucho que hiciéramos una pausa y más allá de los números, los estudios sociales, pudiéramos decir pausa, esto es lo que estamos sintiendo. Porque creo que con este tema en particular, un poco lo que sucede es que perdemos el derecho al duelo. Frente a la urgencia de buscar, frente a la urgencia de hacer algo que es absolutamente natural, el querer resolver, el querer tener una respuesta, ponemos la vida en pausa y esa pausa se extiende a lo largo de los años. También hay que pararse y decir, aquí me duele, aquí me sigue faltando esta persona.

Alejandra: Y aparte porque leía incluso uno de tus fragmentos que decías, es que es la esperanza, es la que mueve. O sea, al final del momento en el que tú decidieses decir, ok, ya, se acabó la búsqueda implica porque vas a aceptar que ya no está y la otra que ni siquiera puedes tener un cuerpo, un ataúd, un lugar físico, para llorarle. Entonces, la esperanza es la que provoca esa pausa eterna, ¿no?

“”

...un poco lo que sucede es que perdemos el derecho al duelo. Frente a la urgencia de buscar, frente a la urgencia de hacer algo que es absolutamente natural, el querer resolver, el querer tener una respuesta, ponemos la vida en pausa y esa pausa se extiende a lo largo de los años.

También hay que pararse y decir, aquí me duele, aquí me sigue faltando esta persona.

Mercedes: Por un lado la esperanza, pero también fijate que con los ritos de la muerte estamos íntimamente ligados. En realidad, todas las culturas a lo largo de la historia hemos estado muy ligados a los ritos de la muerte. Cuando tú no tienes eso, un cuerpo, un lugar físico, un rito de cierre, pues te quedas atrapado en ese loop. En ese constante, y si lo encontramos, y si la encontramos. Por eso creo que había que hacer esa pausa, ¿no? Por eso ese duelo suspendido me parece tan importante y por eso quería escribir de esto, porque además, pues es un dolor compartido. Es un dolor que nos afecta a todas y a todos. Incluso quienes, como tú dices, tienen la fortuna de no haber perdido a alguien en estas circunstancias, pues sí impacta en nuestra vida cotidiana porque tomas un montón de decisiones diarias para evitar o para minimizar el riesgo en la medida de lo posible, que a lo mejor es también un poco una ilusión, ¿no? Pero eso, hacer esta pausa, reconocernos, decir a todas, nos está doliendo esto, abracémonos un poquito desde la poesía.

Alejandra: Totalmente. Incluso hay un fragmento que no recuerdo directamente, pero hablas como se posiciona ese sentimiento en el sillón y que sigue a todos lados. Realmente es que es cierto, cuando alguien en estas circunstancias falta, es como una presencia que está ahí, pero no está, y el duelo y el sentimiento y la esperanza y él, "a lo mejor 100 metros más allá está o está en la siguiente casa abandonada". Pero sabes que el resto de las cosas no están funcionando y tienes melancolía y creo que una de las cosas que a mí más me frustran cuando entiendes la situación en la que vivimos en México, cuando tenemos nueve de las diez ciudades más peligrosas a nivel mundial y que es un contexto súper drástico, es la impunidad, donde ya llegas al punto en el que sabes que no importa cuál sea el número, no importa cuáles sean los nombres, no vamos a llegar a nada. ¿Cómo se vive esta parte del dolor cuando sabes





que tampoco vas a obtener una respuesta en ese proceso de reivindicación de lo que estás sintiendo y lo que estamos viviendo en la impunidad absoluta de nuestro país? ¿Cómo ves tú esto?

Mercedes: Bueno, es que esta situación tiene muchas aristas. Para mí lo interesante o desde donde yo quise hacer este libro era justo centrarme en los procesos personales y familiares, en ese reconocimiento de la ausencia y a qué te ves obligada para poder sobrevivir a la ausencia que, como te decía, se extiende en el tiempo. Se vale decir ya no busco porque necesito seguir con mi vida, porque estoy viva, porque mis hijas, mis hijos, merecen tener una vida medianamente normal. Se vale, está bien, ahora sí que no hay recetas, no hay un ABC, ¿no? Cada quien lo va a vivir como pueda. Y se vale decir, pongo una pausa, aunque, y quizá a veces hasta sea más sano, ¿no? Igual que se vale decir, bueno, yo salgo a buscar fosa tras fosa, metro tras metro en el desierto, en la Ciudad, en donde sea. Cada quien va a hacer lo que necesite hacer, que creo que para mí es muy importante decirlo, no hay una manera correcta de vivir estos duelos. Haz lo que necesites hacer, pero reconoce ese duelo, párate a sentirlo, que creo que es como el primer paso para poder medianamente sanarlo.

Alejandra: Mercedes, ¿en qué hora comenzamos a pedir la piedad de la muerte? ¡Qué fuerte expresión! ¿Qué hay detrás de ti cuando escribes eso, comprendiendo el contexto del que estás hablando?

Mercedes: El libro viene en realidad, Alejandra, de una experiencia directa y personal, porque yo tengo un amigo que está desaparecido desde hace poco más de 12 años.

Alejandra: Me imagino David.

Mercedes: Sí, David Sosa. Es un libro que tiene un proceso de escritura muy, muy, muy largo, de poco más de 10 años, ¿no? Que creo que eso hizo también que no fuera un libro lleno de

rabia o lleno de desesperación, que no fuera un libro situado o escrito desde esa necesidad de la urgencia, porque, bueno, pues han sido muchos años, ¿no? Entonces, una va entendiendo cosas, vas asimilando, vas acostumbrándote incluso a esa ausencia. De ahí viene, esa necesidad de decir, yo necesito ponerle palabras a esto que nos está pasando como familia, como amigos, como sociedad. Entender también que lo que nos sucedió a nosotros no es un caso aislado, es algo que nos ha pasado ya a cientos de miles de personas en este país y viene de ahí. En realidad, ese es el origen del libro.

Alejandra: Y de hecho, esto que dices para mí de manera personal es muy importante, porque sí, cuando yo lo estuve leyendo, a pesar del dolor obviamente que se siente de este sentimiento de ausencia, no hay rabia en él, no hay violencia, incluso ni siquiera frustración pude sentir. O sea, es meramente como ese sentimiento de ausencia, incluso de cómo lo dices, aunque volviésemos, no vamos a ser los mismos. Este reconocimiento que nos falta esta persona. Y creo que eso a mí me agrada, porque a veces vamos generando más violencia sobre la violencia. Y no estoy juzgando, obviamente, en ningún momento juzgo a quien tiene esta clase de pérdidas, pero creo que necesitamos hacer un proceso, pues al final del reconocimiento de lo que vivimos para permitirnos avanzar en esto, ¿no crees? Y creo que es una de las preguntas, obviamente supuse cuando leí el poema de David que era algo personal para ti, y casi siempre en la revista hablamos sobre, bueno, ok, estamos mal, ahora, ¿qué hacemos? Entonces creo que es una de las preguntas que yo tenía, o tengo para ti. ¿Has pensado en algo que pudiésemos hacer para drenar el dolor, para tratar de disminuir los números? Digo, entiendo que es gubernamental, entiendo que es macro, entiendo que somos, ¿cómo decirlo?, pues sí, incapaces de hacer mucho en el proceso, pero a veces sí hay pequeñas acciones que podemos tomar, y a mí me gusta pensar más

en eso, como no en lo que me rebasa, sino en lo que yo puedo hacer. ¿Has pensado tú en todos estos años algo que sí pudiésemos hacer para tratar de controlarlo un poco?

Mercedes: Pues se está haciendo, se está haciendo. Mira, es perfectamente válido tener rabia, por supuesto, porque es una cosa que enoja mucho, porque es inexplicable. Pero yo creo que más allá de la rabia hemos reaccionado como sociedad, en realidad estoy convencida de que hay una resistencia civil pacífica en esto, ¿no? Esa trinchera que representan las madres y los padres buscadores que están en la primera línea, pero también ese detrás de la primera línea que son todas esas mujeres y hombres que están haciendo vida día tras día, aunque les falte alguien. Lo estamos haciendo, es una manera de resistir desde el amor, como sociedad. Hay quien dice, bueno, yo tengo capacidades de investigación, y se pone a investigar. Hay todas las asociaciones civiles que han desarrollado protocolos de búsqueda, las personas que se han vuelto expertas en encontrar, que es una cosa que nadie tendría que aprender, ¿no? Cómo identificar un hueso en el desierto, eso no tendríamos que saberlo. Pero todas esas cosas en el día a día conforman una resistencia. Que tú le lleves un café a tu amiga, a tu amigo que está pasando por una pérdida o por desaparición, constituye un acto de resistencia. Y quizá esa sea, aunque no lo parezca en principio, la salvación de este país. Quizá eso sea lo que hace que este país no termine por colapsar. Que hemos aprendido a ser solidarios, a estar juntos, a apoyarnos de una u otra manera. Insisto, no todo el mundo tiene que estar en la primera línea todo el tiempo. No se trata nada más de decir, todas vamos a ir a buscar. No, hay muchas otras cosas, es sentarte y escuchar a alguien, es abrazar, es no juzgar. Yo creo que eso existe, está ahí. Por eso en este país podemos seguir viviendo, porque sin eso no podríamos.

Alejandra: Exacto, nos une un vínculo de amor. Y justo creo que parte de ese amor a veces es ser vulnerables. ¿Cómo vives tú el crear un libro que es un proceso de 10 años para ti? En donde obviamente te deja



No se trata nada más de decir, todas vamos a ir a buscar. No, hay muchas otras cosas, es sentarte y escuchar a alguien, es abrazar, es no juzgar. Yo creo que eso existe, está ahí. Por eso en este país podemos seguir viviendo, porque sin eso no podríamos.

vulnerabilidad y exposición a los demás. ¿Lo piensas en este proceso de decidir si lo publicas o no lo publicas o esta idea de ser vulnerable ante el mundo en tu dolor?

Mercedes: Lo pensé mucho, claro. No solo porque estoy hablando de una pérdida personal que me duele, y como bien dices, me hace muy vulnerable, sino también por el juicio que podía haber frente a esto. Y al final me pareció, me sigue pareciendo que es terrible tener que escribir estas cosas, pero es peor callárnoslas. Porque el silencio no va a hacer que desaparezcan. Pero decirlo sí puede hacer que nos abracemos por



un momento, sí puede hacer que entendamos el dolor que estamos pasando las otras. Y eso, entender que no era una cosa que me sucedió a mí y a mi círculo cercano solamente. Es también una cosa que nos está pasando a todas. Entonces me pareció importante decir, bueno, esto está aquí. Me parece que yo tenía algo que decir. Incluso el libro empieza con un poco una, no sé si una disculpa, un disclaimer, como dicen por ahí, que dice que es poesía en construcción y que si fuera necesario se reescribirá. A mí me encantaría pensar que mañana encontramos a David y entonces yo tendría que reescribir este libro o hacer una segunda parte. Me encantaría pensar que en 20 años México va a tener otra realidad y entonces habría que escribir más al respecto. También existe la posibilidad de que estamos peor y también habría que reescribirlo. Me parece que son procesos vivos y en movimiento, y como tal hay que aceptarlos, pero sí creo que

hay que hablar de ellos. Definitivamente hay que nombrarlo porque es la única manera en la que podemos no entenderlos, pero quizás sí aprenderlos y apropiarnos de ese dolor va a ser que lo podamos vivir de una manera distinta.

Alejandra: Absolutamente. Digo, el arte nos permite eso. A través de todas las historias, todas las épocas, hemos tenido este arte que surge del dolor, surge de la frustración. Y me encanta cuando veo arte como el tuyo, que viene desde una postura amorosa y de reivindicación de lo que sientes, más allá de generar caos. Creo que es maravilloso la forma en la que lo has expresado. Muchas gracias. Creo que se requiere ser valiente para ser vulnerable y mostrarte al mundo. Creo que como artistas ustedes desafortunadamente o afortunadamente tienen mayor responsabilidad en el proceso, porque como sociedad son quienes, como decías hace rato, hay quienes están en la trinchera buscando y ustedes como artistas están en la otra trinchera hablando y haciendo entender a quienes no hemos sufrido lo que se vive. ¿Piensas tú en esa responsabilidad que tienes como creadora, como artista en sí?

Mercedes: Todo acto creativo siempre es un acto político, siempre. Y la literatura siempre ha sido esa trinchera, ¿no? Ese usar la palabra para poner en evidencia, para echar un poco de luz sobre algunas circunstancias. La poesía particularmente tiene esa responsabilidad, la de nombrar el tiempo que estamos viviendo y la realidad de las circunstancias. No podríamos pensar en hacer poesía desde otro lugar, incluso cuando sea poesía que no tiene que ver con temas sociales, ¿no? Pero siempre hay un acto político detrás de eso, siempre hay un decir aquí estoy parada y esta es mi visión del mundo. Y sí, definitivamente hay una responsabilidad, por supuesto, de parte de todos quienes nos dedicamos al trabajo creativo, de mostrar qué es



lo que nos está sucediendo en nuestro tiempo histórico.

Alejandra: Me encanta. Siempre les pregunto, porque creo que la creatividad es muy importante ya seas contador o poeta, y siempre les pregunto, bueno, ¿en tu día a día cómo alimentas la creatividad? ¿Tienes a la musa encerrada? ¿Le invitas papitas todos los días para comer? ¿Qué haces tú para mantener viva la creatividad?

Mercedes: Yo creo que no hay algo así como la inspiración. Creo que más bien existe la revelación. Creo que una va pensando, observando, hay que tener los ojos y los oídos y las manos como bien dispuestas a lo que tenemos alrededor, y una observa, siente, toca, escucha, tienes un proceso mental, estás pensando a lo largo del tiempo en muchas cosas, sientes muchas cosas, y eventualmente llega un momento de revelación en el que eres capaz de decir, mira, esto funciona así, esta es la imagen que necesito para ir del punto A al punto B para mostrar esta cosa que es mucho más profunda. Generalmente son imágenes que tienen que ver con lo cotidiano, al menos en mi trabajo, porque en eso cotidiano es en donde vemos la grandeza de la vida. Y es muy interesante cómo se desarrolla eso. En las acciones que parecen más pequeñas es cuando encontramos lo más revelador de la vida, lo más profundo. Yo creo que es eso, que hay un proceso que a veces es más largo, a veces es más corto, que en mi caso casi siempre se detona a partir de imágenes concretas, pero también creo que hay que estar dispuesta con todo el cuerpo y todo lo de dentro para vivir la realidad, y además pues es que hay que leer, hay que ver, hay que ir a exposiciones, hay que alimentarse, escuchar a los colegas y las colegas, sentir qué es lo que se está diciendo en otros lugares, y pues por ahí uno va encontrando el hilo, ¿no?

Alejandra: Me encanta, me encanta, y sobre todo esa parte que dices, que a veces hacen las cosas más pequeñas y que pasan más por alto, es la que termina creando magia.





Mercedes: Sí, pues ahí están los impresionistas, ¿no? Que decían, no todo tiene que ser grandote para ser grandioso, de pronto la pintura de una mujer tomando un café nos dice cuantos años después cómo era en realidad la vida, cómo era esa cotidianidad, ese universo en el que ellos estuvieron parados y que para nosotros ya es lejano, pero nos habla un montón ese simple hecho de tomar un café, cómo, en dónde, qué traes puesto, cuál es la luz, cuáles son las costumbres de esa época. Yo sí creo que el cotidiano es la gran revelación.

Alejandra: Me encanta. Oye, has trabajado en cortometrajes con la poesía y has hecho participaciones también en otros países. Y me encanta conocer artistas como tú, que son multifacéticos y se meten en otras áreas, porque creo que es parte de eso, ¿no? de buscar otras formas de expresar lo mismo. ¿Has pensado en hacer algo así, un poco audiovisual o cruzado con este proyecto de tu libro?

Mercedes: Sí, fíjate que ya van dos o tres veces que he colaborado con Ely Manjarrez, quien es una buena amiga y música. Entonces, hemos hecho como un set en vivo con violín, loop y voz con los poemas de "Nombres Propios", lo cual ha resultado muy interesante porque la escucha es distinta a la lectura. Y a mí me gusta que, cuando hago colaboraciones, las hemos seguido con colegas; no que la música acompañe ni que la ilustración acompañe a la poesía, sino que se teja una sola pieza, de tal manera que te provea de una experiencia, ¿no? Porque la experiencia de la lectura individual es muy íntima. Tú estás en tu casa leyendo y eres tú contigo y la palabra. Pero cuando la pones en espacios públicos o en espacios digitales, entonces se convierte en una experiencia completa que incluye otras partes de tu cuerpo, no solo la lengua y la palabra. Sí, lo hemos hecho y creo que lo vamos a volver a hacer en algún momento este año.

Alejandra: Sería genial, ¿me invitas?

Mercedes: Claro, claro.

Alejandra: Al final, creo que la música es también una faceta súper sensorial para nosotros, los humanos. Ha estado con nosotros, creo, toda la vida. Y realmente puede ayudarte a comprender, como tú dices, las letras desde otra perspectiva, y lo hace mucho más sensorial definitivamente.

Mercedes: Sí, se convierte en un conocimiento vivencial.

Alejandra: Exacto. Mercedes, soy muy feliz platicando contigo, pero también entiendo que tienes cosas que hacer. Entonces, ¿hacia dónde vas? ¿Has pensado en tu siguiente proyecto? ¿Hay algún objetivo futuro? ¿Qué has pensado sobre esto? ¿Estás descansando? ¿Qué sigue?

Mercedes: Estoy escribiendo. Sí, estoy escribiendo; tengo por ahí otro libro en proceso. No sé, quizás este año... Yo espero que este año termine. Y estoy dando talleres y cursos. Enseño sobre literatura escrita por mujeres, particularmente poetas mexicanas contemporáneas, y dando talleres de poesía. Estamos activos.

Alejandra: ¿Hay algo que se quede en el tintero? ¿Algo más que quieras compartir con nosotros?

Mercedes: Sí, quizás sí. Decirte que “Nombres Propios” trae un prólogo de Natalia Mendoza, una especialista en Derechos Humanos, y me parece muy interesante lo que Natalia dice sobre cómo las labores de búsqueda se han sumado a las labores de cuidado que generalmente llevamos las mujeres. Como esta búsqueda se convierte



en una carga más en el día a día, no es solamente la parte del duelo, sino que también se suma a la logística diaria. Y digo eso con lo que te decía de la resistencia. Como implica un doble trabajo, un triple trabajo, pero es una forma de resistir pacífica y amorosamente ante esta realidad.

Alejandra: Y el costo que eso tiene, creo que a veces también no lo vemos. Porque volvemos a lo mismo, una persona desaparece pero la madre que tiene que salir a buscar también sacrifica tiempo de calidad y, de por sí hoy en día cuando los padres tienen que salir a trabajar, hacer y deshacer, pueden dedicar poco tiempo al núcleo. Y si ahora, como tú dices, le exigimos una responsabilidad en el dolor, que tiene que salir a buscar a un hijo perdido, entonces le quitamos más al núcleo. Y creo que eso, como sociedad, en quince años, cuando esos pequeñitos estén grandes, nos va a traer un gran costo. Creo que desafortunadamente la cantidad de gente y las consecuencias de lo que estamos viviendo hoy, estamos todavía cortos para entenderlo y para comprender el costo que esto va a tener en nuestro futuro como país. Por eso, creo que escritos como el tuyo, y lo recomiendo fervientemente, me encantó. Escritos como el tuyo que, desde una perspectiva de amor y resistencia, nos hablan de lo que se está viviendo en el otro extremo, son indispensables para entenderlo. Porque creo que en el día a día, cuando vas corriendo entre mil cosas y mil responsabilidades que tenemos todos, te olvidas de que ese número de trescientas personas o ciento treinta mil no es un número, es una persona. Que termina impactando su ausencia a un padre, a una hija, a una hermana, a una madre. Y que esa persona, no es esa persona, es un núcleo de siete, de ocho más, cuando menos.

Mercedes: Cuando menos...

Alejandra: Sí, cuando menos. Te agradezco profundamente el tiempo que has estado

conmigo el día de hoy. Y agradezco también la sinceridad de tus letras. Créeme que yo creo que todos entendemos que no es sencillo ser vulnerable y creo que todos deberíamos desarrollar, en lugar de estar juzgando, solidaridad y tolerancia, respeto para lo que sienten los demás. Mercedes, ¿algo más que quieras compartir con nosotros?

Mercedes: No, muchas gracias. Has hecho una lectura súper amorosa y profunda del libro. Te lo agradezco infinitamente, de verdad. Gracias.

Alejandra: Gracias a ti por crearlo. Como dije al inicio, me siento afortunada de no haber perdido a nadie en estas condiciones y quizás gente como yo sería la que debería empezar a leer, para comprender lo que está pasando del otro lado. Creo que a veces, cuando eres ignorante de una situación, lo vemos más sencillo, pero no es fácil. Muchas gracias, Mercedes. Pues ya saben, amigos, ¿dónde podemos conseguir el libro, Mercedes?

Mercedes: Está en librerías, está en las grandes, está en las independientes, también está en esa página que te lleva todo a tu casa. Está editado por Elefante Editorial y lo encuentran así como "Nombres Propios".

Alejandra: Perfecto, pues ya saben, en verdad lo recomiendo, no se lo pierdan. Mercedes, gracias por estar conmigo el día de hoy. Te mando un fuerte abrazo y vamos a estar pendientes para cuando hagan el evento con música, porque créeme que a muchos de nosotros nos encantará acompañarlas y hacerle publicidad al evento para estar por ahí un ratito.

Mercedes: Muchas gracias, Ale.

Alejandra: Un placer.





““””

...esta búsqueda se convierte en una carga más en el día a día, no es solamente la parte del duelo, sino que también se suma a la logística diaria. Y digo eso con lo que te decía de la resistencia. Como implica un doble trabajo, un triple trabajo, pero es una forma de resistir pacífica y amorosamente ante esta realidad.



Las Juguetonas Embajadoras de los
Ecosistemas Acuáticos:

LAS NUTRIAS



Por: **Grecia Ginnete**

© grecitoginn

Fotografías: **Unsplash**

En el complejo entramado de la vida acuática, las nutrias a menudo emergen como criaturas de fascinación y complejidad. Estos mamíferos semi-acuáticos, con sus patas palmeadas y robustas colas, juegan un papel crucial en la biodiversidad de sus hábitats. Al sumergirnos en el mundo de las nutrias, es esencial apreciar su significado ecológico y el impacto que tienen en el mantenimiento de los ecosistemas fluviales y marinos.

Guardianes de la Biodiversidad

Las nutrias se destacan por su insaciable apetito por los peces y otros recursos acuáticos, pero su rol va mucho más allá de simplemente ser depredadores en la cima de la cadena alimenticia. Al cazar, las nutrias ayudan a mantener el equilibrio de las poblaciones de peces y otros animales acuáticos, evitando que ciertas especies dominen y alteren el equilibrio ecológico. Este control de la población contribuye a una mayor diversidad biológica en los ríos y océanos, beneficiando a toda la cadena alimentaria.

Ingenieras de Ríos

Además de su papel como depredadores, las nutrias son conocidas por su habilidad para modificar sus entornos de maneras que benefician a otros seres vivos. En algunos casos, las nutrias construyen diques y modifican la



vegetación acuática, lo que puede ayudar a prevenir la erosión de los ríos y crear hábitats para otras especies. Esta capacidad de alterar su entorno demuestra la importancia de las nutrias no solo como componentes de los ecosistemas acuáticos sino también como creadoras de hábitat.

Desafíos de Conservación

A pesar de su importancia ecológica, las nutrias enfrentan numerosos desafíos, incluida la pérdida de hábitat, la contaminación del agua y la caza furtiva. La conservación de las nutrias se ha vuelto crucial para preservar la salud de los ecosistemas acuáticos. Proteger a las nutrias significa proteger una amplia gama de especies que dependen de los mismos hábitats para sobrevivir.

Embajadoras de los Ríos y Océanos

Las nutrias no solo son fascinantes de observar por su comportamiento juguetón y su destreza acuática, sino que también sirven como indicadores de la salud ambiental de los cuerpos de agua que habitan. Un ecosistema acuático saludable con nutrias prosperando es a menudo un signo de buena calidad del agua y abundancia de vida.





AL RESCATE DEL FEMINISMO



Por: Ale
Imágenes: Freepik



¿QUÉ SIGNIFICA SER FEMINISTA HOY EN DÍA?

Esta fue la pregunta inicial que me planteé para poder comenzar esta redacción y llevo días intentando dar una respuesta que me satisfaga, y para ser sincera, al momento de redactar esto, aún no tengo una.

Para mí, para hablar de feminismo tenemos que pensar en su pasado, en esas mujeres que iniciaron a alzar la voz hace cientos de años, reconociendo en ellas mismas otras actitudes más allá de cocinar, tejer y entretener, y es que aquí es donde inicia lo complejo, porque en ningún momento considero que estas actividades sean peyorativas del género, al contrario, yo pienso en mi madre quien ha dedicado su vida con gran devoción a cocinarnos, cuidarnos y mimarnos y siento tanto cariño por esos años de su protección y al mismo tiempo veo en ella a una gran mujer, un ser humano sabio de quien reconozco su voz y experiencia, y que no por dedicarse al hogar significa que tiene menos valor su opinión, porque para mí, llegar a casa y que ella me recibiera y me tuviera un plato de comida caliente siempre fue una experiencia extraordinaria, tanto que hoy en día lo añoro, tanto que si algún día tengo hijos, me encantaría brindarles esa calidez de hogar, y no, tampoco estoy diciendo que estas actividades son meramente femeninas, o una responsabilidad que solo las mujeres deberíamos hacer, es más considero que hoy en día más que nunca es indispensable hacer equipo con el hombre, porque cada vez los retos son más complejos, pero ese es otra parte de este gran debate, volvamos al punto ¿dónde está el valor del feminismo en la actualidad?

Como podrán ver, y como ha sido constancia nuestras discusiones y debates sociales de todos estos años, este es un tema complejo, es un tema que incluso para mí ha sido difícil determinar, pero haré el esfuerzo de explicar algo que considero, que es elemental resaltar, dentro de todas las ideas que rebotaron en mi mente en los últimos días.

Aquí vamos otra vez, para mí pensar en feminismo es recordar a todas esas mujeres que con gran valentía elevaron la voz cuando lo tenían vetado, que tuvieron que hacer grandes sacrificios para lograr tener un espacio de mayor relevancia en la sociedad, que reconocieron en sí mismas otras capacidades, otras inquietudes, otra vocación más allá del deber ser que la sociedad les asignaba. Ellas han sembrado la semilla del árbol que hoy nos da fruta y sombra a las mujeres actuales, porque es una realidad que hoy gozamos de derechos, beneficios y un reconocimiento que ellas desconocieron, un espacio en la sociedad por el cual ellas tuvieron que luchar, hoy afortunadamente para muchas de nosotras es un tanto más sencillo, ¿pero si es más sencillo, entonces el movimiento culminó? No, desafortunadamente aún no es tiempo en el que podamos hablar del fin de este movimiento o de considerarle obsoleto, porque aún hay violencia de género, aún tenemos números atroces de niñas y jóvenes desaparecidas y porque aún hay gente que nos considera un género inferior, pero entonces ¿deberíamos considerar que la lucha tiene los mismos matices que hace 200 años? Considero que justo aquí está la parte más relevante para mí de este análisis que he hecho y de la propuesta que surgió de ello, es innegable que no vivimos las mismas privaciones que en sus inicios, que a pesar de la alta violencia que algunas experimentan, es un hecho que hoy la ley nos protege, y que incluso socialmente hemos cobrado una voz que retumba cada vez más fuerte, quizá la parte que más me angustia es que este rugido es cada vez más violento, más intolerante, es como si en lugar de disfrutar de los beneficios que nuestras predecesoras nos han dejado, estemos reclamando el dolor de sus heridas y por ende la vehemencia de un grito que ha sido contenido por siglos, pero pienso que es indispensable dejar que cada generación haga su parte y pelee por sus propias heridas, porque si no, entonces vamos cargando un odio exacerbado, en este caso contra los hombres, nuestro par en toda esta historia que estamos escribiendo como humanidad, porque incluso muchos de ellos han contribuido a la construcción



de lo que somos como género y han estado ahí a la par reconociendo nuestra identidad, por lo que es justo llamarles feministas, porque el feminismo no es un movimiento de un género, es un movimiento que busca equidad, pero hoy mi escrito si es para mí género, así que dejaré a los hombres a un lado como simples compañeros del proceso.

Entonces mi propuesta es, que es indispensable mirar al pasado para reconocer el camino recorrido, pero necesitamos depurar de ese antecedente lo positivo y lo negativo para que nos permita entender un nuevo punto de inicio en la actualidad y poder saber qué es lo que aún está pendiente por trabajar, y para esto no es necesario estudiar la historia del feminismo, muchas ocasiones basta con comprender lo que han vivido las mujeres cerca de nosotras, cuál ha sido la historia, retos y problemas de nuestras madres, abuelas, amigas que pertenecen a generaciones anteriores y que por ende vivieron y comprenden una parte de la historia que nosotras, las generaciones más recientes no. Comprendo que por lo complejo del tema y las grandes y múltiples aristas que tiene, es difícil marcar un punto de inicio y ruta de avance generales, por ello la idea es que cada quien haga su evaluación, de acuerdo a su historia y características, para así determinar cuáles son las acciones que deben ser ejercidas de manera personal. Aunado a esto mi propuesta tiene un segundo escalón y eso es, ejercer los derechos, es decir, hay espacios que ya tienen una apertura para nuestra presencia, hay que usarlos, en ocasiones es extraño, es incómodo, pero no importa, hacer lo que se tiene que hacer es importante, aunque al principio no sea una situación tan grata, con el tiempo, paciencia y constancia, las cosas cambian, pero es importante ocupar esos espacios y hacerlo bien, con liderazgo, con entereza y profesionalismo. La acción y uso de esos derechos permitirá demostrar que tenemos la capacidad de ocupar esos puestos, creando confianza y respeto por nuestro ejecutar, sé que puede parecer injusto, pero por otro lado está bien también trabajar por lo que uno quiere.

Como podrán darse cuenta no llegue a desarrollar una respuesta a mi pregunta inicial de ¿Qué significa ser feminista hoy en día? Porque como un movimiento social siempre está en cambio, además de acuerdo a mi propuesta de hacerlo personal, pues la pregunta más correcta sería ¿qué significa ser feminista hoy en día para mí? Y para ti, y para ellas, cuestionamiento para el cual tampoco tengo una propuesta concreta, me gusta pensar que existe una forma de ir construyendo un movimiento equitativo, respetuoso y tolerante, que nos permita abrir el diálogo entre todos y que las diferentes experiencias nutran el concepto que estamos desarrollando como sociedad, porque los cambios a través de la sinergia son mejores, más profundos, más rápidos y , aunado a que el camino se vuelve más placentero, me gusta pensar que podemos trabajar lo suficiente en un marco de congruencia e integración de los diferentes roles que como mujeres tenemos, es decir, porque quedarse en casa debería verse a menos y menor motivo de orgullo y respeto, o cuidar a los pequeños, o porque si debo ser exigente en el trabajo eso debería trasladarlo a la gente dentro de mi familia, es indispensable comprender que hay momentos para todo y diseñar mi imagen como mujer y como quiero ejercer la resistencia feminista es también parte del proceso, porque hoy en día tal parece que la ternura que aportamos las mujeres es mal vista y se percibe como debilidad y no estoy hablando del prejuicio del deber ser femenino, si no de carácter e incluso de nuestra forma muy particular de percibir e interpretar el mundo, porque no hay duda alguna que nuestro cerebro, nuestra biología y características psicológicas son diferentes a los masculinos y en ocasiones se enaltece mucho más la fuerza, el empoderamiento, más allá de la ternura, el cuidar y proteger, y no estoy diciendo que uno u otro esté mal, solo digo, ¿porque debemos elegir uno sobre otro?, ¿porque no podríamos ejercer ambos, solo que en diferentes horarios, quizá, o dependiendo las personas con las que convivimos y el rol que estamos jugando en ese momento? Creo que un gran problema de todo movimiento es cuando caemos en el "deber ser", ya sea el deber ser del rol social femenino

o cuando nos encasillamos en el deber ser de la mujer moderna, ambas ideas nos llevan a una postura radical que inhibe la capacidad personal de diseñar su propio código, entonces, olvidemos un poco el deber ser para abrirnos a la posibilidad de rediseñar el feminismo y la forma en la que quiero ejecutarlo, como ya les había dicho. Además hay un punto relevante aquí, porque así como yo les propuse mirar al pasado, ahora es importante mirar al futuro, ¿qué les estoy dejando a las siguientes generaciones, un mundo más unido, más justo, más respetuoso, o quizá, más violento, más intolerante y en guerra con los hombres? Incluso hay que pensar ¿Si todas las mujeres actuarán como yo, sería un mundo mejor, el feminismo crecería? Ser conscientes de, que así como las mujeres de nuestro pasado sembraron una semilla que hoy nosotras cosechamos, necesitamos entender que hoy estamos sembrando otras semillas que las pequeñas que están naciendo o por nacer cosecharán algún día y me encanta pensar que no solo será un árbol, si no un bosque espectacular.

“ ”

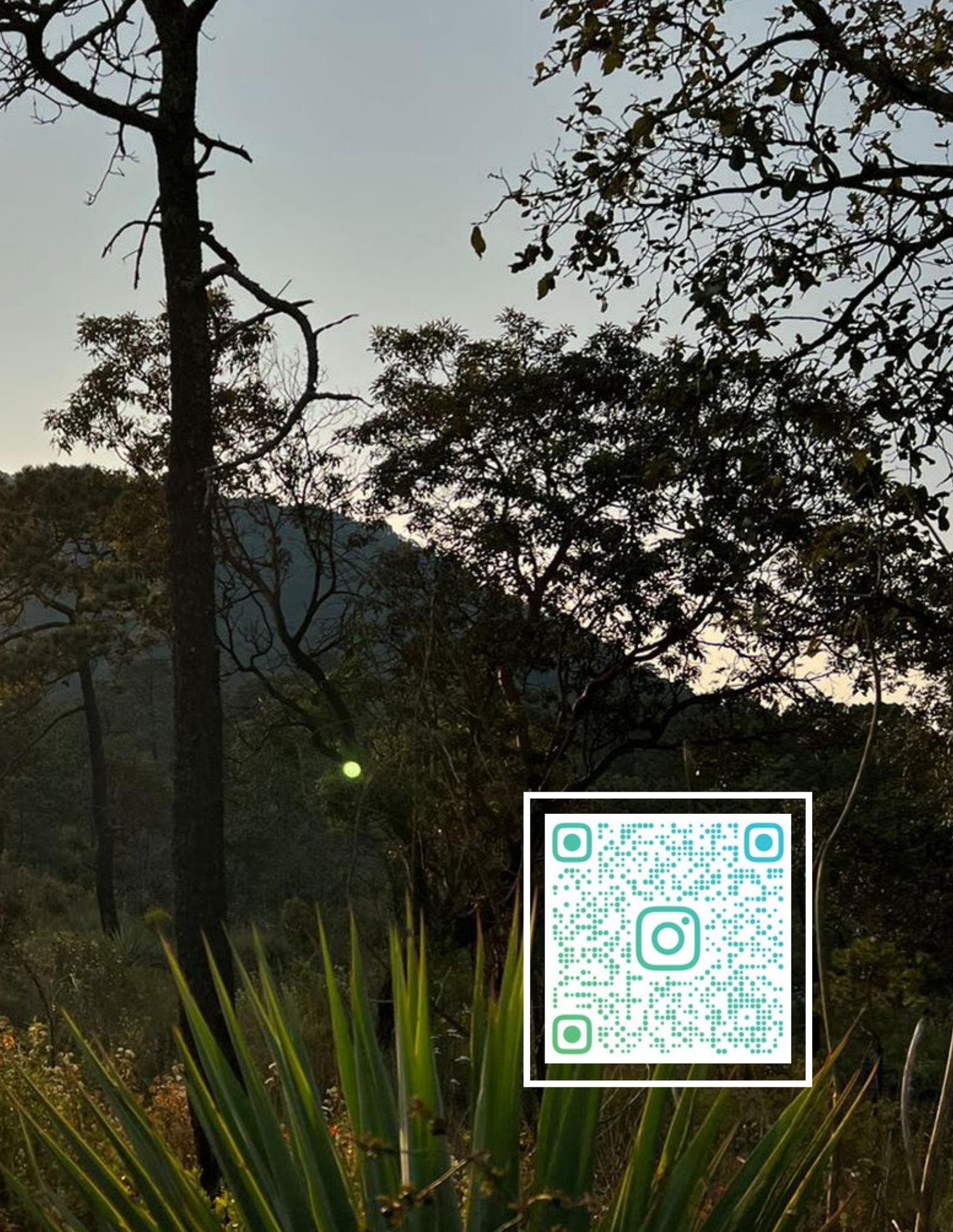
Yo no deseo que las mujeres tengan poder sobre los hombres, sino sobre ellas mismas

Mary Wollstonecraft











Mandrágora, **SALA DE POCIONES**



Por: Ale
Fotografías: Cortesía



Escendida en la calle de Santa María la Ribera número 100, se encuentra la Mandragora, un café misterioso, donde encontrarás muchas cosas más aparte de una infusión deliciosa. Dentro de las cosas que podrás experimentar se encuentran:

Un espejo en donde realizar un hechizo de belleza para dejar al descubierto todo tu encanto;

Una muñeca a quien le puedes pedir que se lleve alguna enfermedad o algo que te esté molestando;

Una imagen de una gran practicante del vudú a quien solicitarle sexo o amor, pero cuidado porque si te lo concede tienes que volver para llevarle un presente;

Galletas con polvo de hadas;

Música clásica;

Una ambientación especial, por el tipo de muebles y los tapices de las paredes;

Las infusiones que son deliciosas y terminan siendo hechizos para recuperar tu vitalidad, autoestima, etcétera;

Además cada mes puedes experimentar con un postre diferente y diseño para algo especial;

La gente que atiende es cálida y amable, además pueden leerte las cartas, si es que te da curiosidad.

La experiencia es muy interesante, porque es un espacio pequeño y acogedor en donde realmente se siente que ingresas a un espacio diferente y lleno de misticismo. Por ejemplo si es tu cumpleaños puedes llevar tu pastel y ahí mismo te ayudan a hacer un pequeño ritual para iniciar un nuevo año con la energía canalizada.

Espero que les guste esta referencia y si van, nos platican si les gustó.





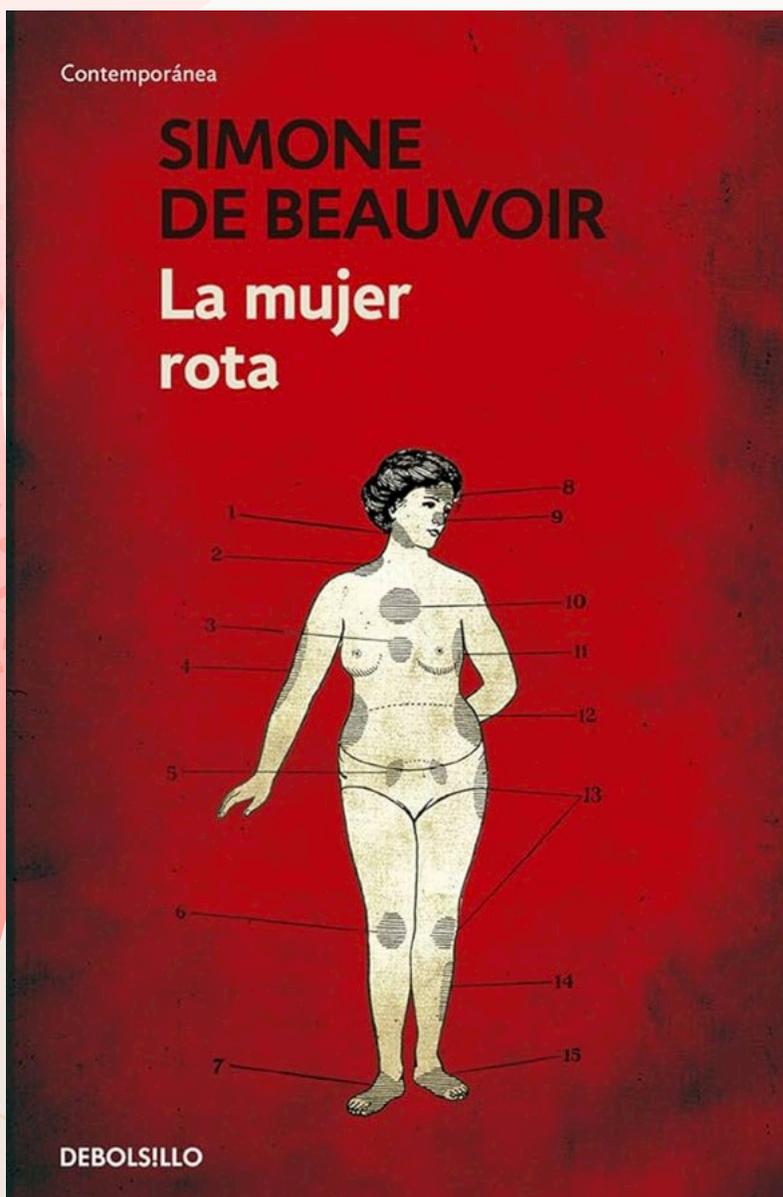
¿Qué leer?



Por: Grecia Ginnete

@grecitoginn

Fotografías: Cortesía



EXPLORANDO LA FRAGILIDAD FEMENINA:

"LA MUJER ROTA" DE SIMONE DE BEAUVOIR

En el cautivador mundo literario de Simone de Beauvoir, "La mujer rota" se destaca como una obra maestra que desentraña las complejidades de la experiencia femenina. Esta colección de tres novelas cortas, escrita con la maestría característica de la autora, nos sumerge en los intrincados laberintos de las vidas de las mujeres.

La Mujer Adúltera: Beauvoir nos presenta a una mujer enfrentando las complejidades de la infidelidad y las consecuencias emocionales que la acompañan. A través de la prosa elegante de la autora, somos testigos de la lucha interna de la protagonista mientras navega por las expectativas sociales y los deseos personales.

Monólogo: En esta parte introspectiva, Beauvoir nos lleva al monólogo interior de una mujer que examina su propia identidad y lucha por definirse en un mundo que a menudo dicta sus roles. La obra se convierte en un espejo literario que refleja las preguntas fundamentales sobre la autonomía y la autenticidad.

La Mujer Roja: Cerrando la tríada, esta novela corta sigue los hilos de la maternidad y la pérdida. Beauvoir explora cómo las mujeres se enfrentan a las expectativas sociales de la maternidad, desafiando las narrativas convencionales y exponiendo las complejidades emocionales que surgen.

"La mujer rota" no solo es una obra literaria, sino un testimonio revelador de las luchas y triunfos de las mujeres en distintos momentos de sus vidas. La perspicacia filosófica de Beauvoir se entrelaza magistralmente con la narrativa, creando una experiencia de lectura que invita a la reflexión sobre las complejidades de la feminidad y la sociedad que la rodea. Sumérgete en este viaje literario que desafía y cautiva, ofreciendo una visión única y profunda de la condición femenina.

¿Qué ver?



Por: Ale
Fotografías: Cortesía



ASESINO SIN MEMORIA

Creo que una de las cosas que más me agrada ver en el cine, es cuando los actores tienen una evolución en el tipo de papeles que desempeñan de acuerdo a su edad y sus características personales, porque para mí le da una especie de realismo diferente o quizá me hace pensar en un avance natural en los personajes que interpreta el actor e incluso me gusta ver más o menos los mismos personajes, pero con los nuevos retos de tener una edad diferente y obviamente como impacta la edad a esos personajes.

Bueno esta película es un claro ejemplo de esto, porque Liam Neeson, interpreta a Alex, en esta ocasión no protege a su familia, hoy él es el malo, es un sicario que debe ejecutar a quien le manden, pero como todos conocemos a Neeson, o quizá como un instinto perverso de recordar a su hija de búsqueda implacable, se niega a ejecutar a una persona, como imaginarán negarse a matar a alguien siendo sicario es mala idea, así que empieza la casería contra Alex, ahora aquí es donde entra el punto que les explicaba en el primer párrafo, como si no fuese un reto enfrentar esta situación, Alex, está perdiendo la memoria, lo que lo hace más interesante, porque todos sus personajes que interpreta Liam, son personajes fuertes, inteligentes y con conocimiento que le convierte en un arma humana y me pareció muy interesante ver toda esa destreza al servicio de su pérdida de memoria y como busca formas para poder enfrentar el estrago que el paso del tiempo ha dejado sobre su cuerpo.

Obviamente, todo lo demás es técnicamente igual, diversión, explosiones y mucha acción, pero este toque de su memoria me pareció muy interesante, porque en algún momento los personajes deben envejecer como sus intérpretes y eso trae nuevos retos.

MARZO 2024



Por: **Grecia Ginnete**

 grecitoginn

Fotografías: **Cortesía**

QUÉ HACER



01

Soundwalk Collective Con Patti Smith

Teatro de la Ciudad Esperanza Iris
Desde \$592 hasta \$1,708

"Correspondences" es una experiencia vibrante que entrelaza la energía punk y poética de Patti Smith, las visuales de Pedro Maia, y la música en vivo de un ensamble dirigido por Stephan Crasneanski y Simone Merli de Soundwalk Collective. Este proyecto nace de la colaboración entre Smith y el colectivo, intercambiando poemas y sonidos de lugares icónicos como Chernobyl y las montañas de la India, para reflexionar sobre la crisis climática y ofrecer una inmersión artística singular que destaca las conexiones entre arte, medio ambiente y activismo.



01 al 03

Las manos del mundo

Expo Reforma
\$50

"Las Manos del Mundo", organizada por la Unión Nacional de Productores Artesanales, es una expo feria que destaca la labor de más de 5,000 artesanos de 23 regiones mexicanas y varios países. Su éxito radica en conectar directamente a los artesanos con los consumidores, eliminando intermediarios. Ofrece una diversa selección de artesanías y productos agroalimentarios mexicanos, así como artesanías y gastronomía internacional, incluyendo café turco y textiles de Perú, Cuba e Italia, promoviendo así la riqueza cultural y artesanal global.



02 al 17

San Patricio Fest

Museo Nacional de las Intervenciones - Ex Convento Churubusco
Gratis

La celebración del Día de San Patricio comienza el 2 de marzo, extendiéndose hasta el 17 del mismo mes, con eventos programados principalmente en el Museo Nacional de las Intervenciones Ex Convento de Churubusco. Las festividades arrancan con la proyección de "La Canción del Mar" y un concierto de gaitas el 2 de marzo. Continúan con más cine, música, conferencias, y talleres en días seleccionados hasta culminar el 17 de marzo con una misa y un desfile desde la Parroquia de San Juan Bautista hasta el museo.



03 al 07

La Esmeralda

Palacio de Bellas Artes
Desde \$110 hasta \$798

"La Esmeralda", en su nueva versión coreográfica por Vasily Medvedev y Stanislav del Ballet Bolshoi, revive la visión original de Marius Petipa con un vestuario inspirado en el diseño original de Vsevolzhsky de 1844, creado por Elena Zaytseva. La escenografía de Aliona Pikalova transporta al público al París del siglo XV, en una colaboración con la Orquesta del Teatro de Bellas Artes dirigida por Maria Seletskaya.



Hasta el 17

Río de Niebla, Río de Adobe, Río de Sangre

Museo Ex Teresa Arte Actual
Gratis

El Ex Teresa Arte Actual presenta la exposición de Tania Ximena, cineasta y artista, que documenta el glaciar Jamapa en el Pico de Orizaba. La muestra "Río de Niebla, Río de Adobe, Río de Sangre" visibiliza la lucha del glaciar ante la crisis climática.



Hasta el 17

Trabajo invisible

Galería L
Gratis

"Trabajo Invisible" es la última investigación de la artista y activista Tainá Guedés, expuesta en la Galería L. La muestra reúne reflexiones de ocho artistas sobre el trabajo no reconocido de las mujeres. La pieza central, una colaboración entre Guedés, Baby Ryo y Pedro Guimaraes, destaca la importancia de compartir responsabilidades de cuidado. El proyecto aborda temas sensibles como feminicidios y discriminación, invitando a reflexionar sobre el valor de lo cotidiano. Traído por BANANA Contemporary, la exposición viajará después a Brasil, Japón y Berlín.



Hasta el 17

Miradas de la madre Tierra

Museo Chinampaxóchitl
Gratis

La muestra organizada por el taller y colectivo Ácronos, dirigido por Óscar Bachtoldt, explora la ecología y el paisaje a través de las perspectivas únicas de sus artistas. Esta exposición busca destacar la belleza y la generosidad de la naturaleza, invitando a la audiencia a apreciar, amar y proteger nuestro medio ambiente.



Hasta el 17

Canal Once: 65 años forjando historias

Galería Abierta Grutas de las Rejas de Chapultepec
Gratis

Canal Once celebra su 65° aniversario como el pionero de los medios públicos en México y la primera cadena cultural y educativa de América Latina, un legado del Instituto Politécnico Nacional enfocado en enriquecer el conocimiento a través de contenidos educativos y culturales.



27 al 31

17 Gran remate de libros y películas

Monumento a la Revolución
Gratis

El próximo Gran Remate de Libros de la Ciudad de México se llevará a cabo en el Monumento a la Revolución, con la participación de más de 300 sellos editoriales.



29 al 31

Feria del taco vegano

Centro, CDMX
Gratis

Se está preparando la próxima edición de la Feria del Taco Vegano, organizada por Bazar Vegano y Artesanal. Aunque aún no se ha revelado la ubicación exacta, el evento contará con una variedad de tacos veganos ofrecidos por más de 30 expositores y taquerías, así como una selección de opciones populares en todo el mundo.



TORTITAS DE ATÚN CON PAPA





Por: Zaci
Fotografía: Freepik



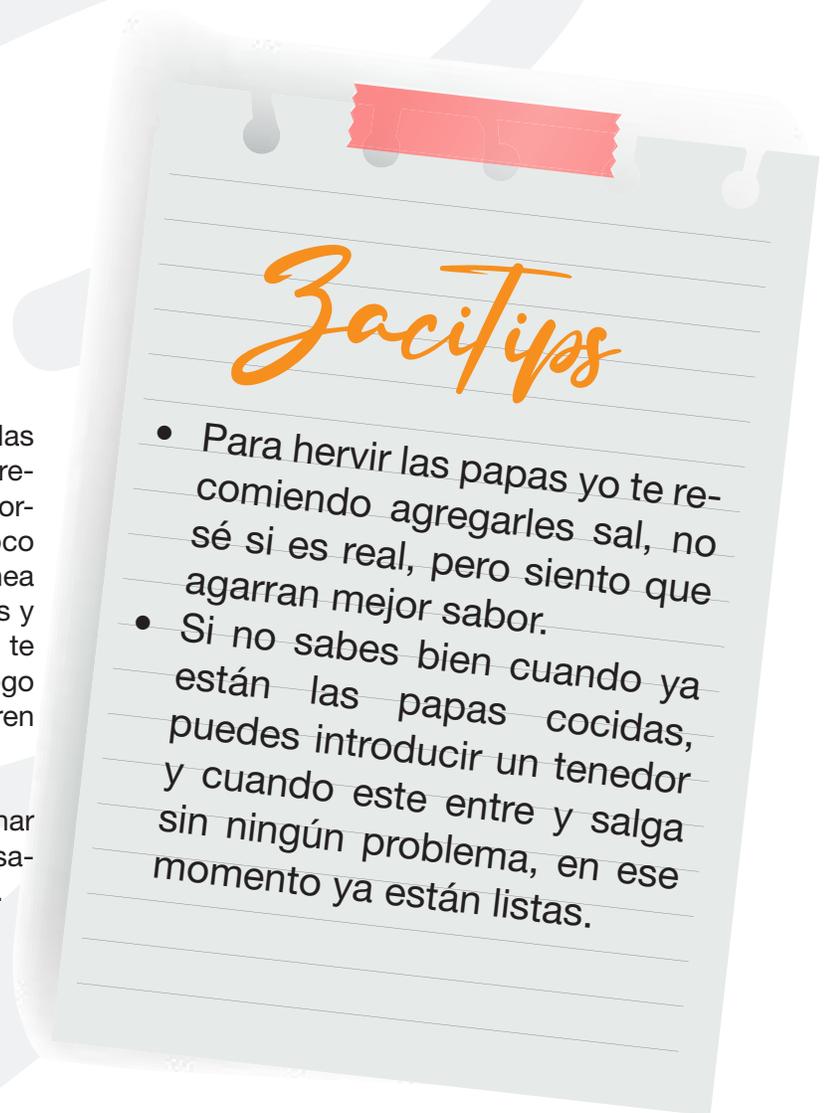
A veces ya es complicado saber o decidir que preparar para comer, en esta ocasión vamos a preparar una fácil y práctica receta para salir del problema en un día apurado.

INGREDIENTES:

- 4 papas (cocidas y peladas);
- 1 lata de atún perfectamente escurrido (de preferencia en agua);
- 1 huevo;
- Sal y pimienta;
- Pan molido;
- Aceite para freír.

En un recipiente vamos a poner las papas y las vamos a machacar hasta obtener un pure. Agregar sal y pimienta (si es que les hace falta), incorporar el huevo revolver y agregar poco a poco pan molido para formar una mezcla homogénea que no se pegue en tus manos. Formar bolitas y darles forma de tortitas del tamaño que más te agraden. Calentar el aceite en un sartén a fuego medio y freír las tortitas, esperar a que se doren uniformemente por ambos lados.

Colocar sobre toallitas absorbentes para eliminar el exceso de grasa, servir acompañado de ensalada, agua de sabor y resuelto el menú del día.



Calendario astronómico



Por: Ale
Fotografías: Unsplash



Luna nueva

10 de marzo



- Luna llena
- Eclipse lunar penumbral

25 de marzo



AMyCU



YouTube

PODCAST

Sopa de letras



Por: Grecia Ginnete

© grectoginn

Fotografías: Unsplash

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

- LUCHA
- RESISTENCIA
- MUJER
- FEMINISTA
- LIBERTAD
- MARCHA
- HISTORICAS
- DERECHOS
- V IVAS





Canto de Primavera de Nezahualcóyotl

En la casa de las pinturas
comienza a cantar,
ensaya el canto,
derrama flores,
alegra el canto.

Resuena el canto,
los cascabeles se hacen oír,
a ellos responden
nuestras sonajas floridas.

Derrama flores,
alegra el canto.

Sobre las flores
canta el hermoso faisán,
su canto despliega
en el interior de las aguas.

A él responden
variados pájaros rojos.

El hermoso pájaro rojo
bellamente canta.

Libro de pinturas es tu corazón
has venido a cantar,
haces resonar tus tambores,
tú eres el cantor.

En el interior de la casa de la primavera
alegras a las gentes.

Tú sólo repartes
flores que embriagan
flores preciosas.

Tú eres el cantor.
En el interior de la casa de la primavera,
alegras a las gentes.

