



ZAXX Magazine

EDICIÓN 44, ABRIL 2024



Portada y Contraportada

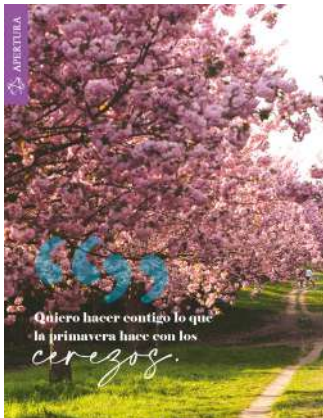
Fotografía: Colectivo Delirio Compartido



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

¿Tú sumas o restas?

16

Bienvenida ¡la primavera!

18

Tokio, más allá del Covid

22

Perfume

ENTREVISTA



REPORTAJE



46

Baquete Líquido

EXPLORE



DIVERSIDAD

60

¿Qué leer?

62

¿Qué hacer?



DIRECTORA EDITORIAL
Alejandra Gil
editorial@zaxmagazine.com

COLABORADORES

Grecia Ginnete
@grecitoginn

Patricia Escobedo
@paty_escobedo
El espacio de Miss Paty

J. Rogelio Sandoval
@roysan60
José Rogelio Sandoval

Zaci
@Amycu

DISEÑO EDITORIAL
Cecilia Vázquez
cecilia.disenio@zaxmagazine.com

WWW.ZAXMAGAZINE.COM

SUMARIO



68

Sopa de letras

70

Sin sueños

Carta editorial

¡Considero que seguir nuestros sueños y pasiones es indispensable, pero como nos platica Zaira hacer los sueños realidad requiere de mucho esfuerzo, dedicación y enfrentar múltiples retos, máxime cuando uno se encuentra fuera de la expectativa del "deber ser" y se es "foráneo", su historia nos recuerda que no importa cuántos altibajos pueda haber, siempre se puede continuar luchando y como ella lo dice, siempre hay gente que te apoya y respalda, esta plática que tuve con Zaira, Cecilia y Paulina del "Colectivo Delirio Compartido" me pareció muy interesante, porque expone una idea que a mí me encanta, la búsqueda de soluciones para llegar a construir nuestros sueños más ambiciosos. Por su extensión hemos incluido aquí en la revista una parte de la misa, pero si quieren verla completa la podrán encontrar en nuestro canal de YouTube.

Un poco relacionado con este tema es el escrito de la profesora Patricia de este mes, en el cual nos cuestiona si ¿sumas o restas? Y es que en ocasiones es muy sencillo pensar que los problemas, circunstancias y resultados son responsabilidad de alguien más, pero, cuando lo vemos más a fondo, es indispensable darnos cuenta que todos podemos sumar para construir algo, o ayudar en la vida de alguien, así que me parece una gran pregunta, ustedes ¿suman o restan?

Hablando de problemas, retos y resiliencia, el tardigrado es un pequeño que tolera todo desde temperaturas cero grado hasta arriba de la ebullición, Ginnete nos explica datos interesantes de este pequeño e interesante animal. Además, nos recomienda actividades en la ciudad, obras de teatro, cine y el libro "cuentos para niños que sueñan con cambiar al mundo".

Rogelio nos invita a explorar Coyoacán en el sur de la Ciudad, y es que como podrán leer, es un sitio pintoresco que incluso cuando uno camina por sus calles empedradas da la sensación de que se detuvo el tiempo.

Uno de mis grandes gustos en la vida es el usar perfume, disfruto los aromas y esa parte sensitiva que me es cautivante, Zaci nos habla sobre cómo elegir uno y algunas consideraciones mas, además este mes nos dejó una receta deliciosa, chilaquiles, que también es de mis comidas favoritas, y bueno hablando de resiliencia, para mí no hay mejor forma de enfrentar al mundo que con el estómago satisfecho y con comida rica, y claro con perfume para cambiar nuestro humor. Por último, por si se perdieron los olímpicos de Tokio por la pandemia, Zaci nos hizo un resumen de lo que se vivió en esta gala deportiva.

En nuestra sección principal tenemos una participación especial de Susana de Hoyos, una de nuestras seguidoras que nos ha compartido un cuento, que me ha encantado, por una parte porque me entusiasma colaborar con gente que le gusta nuestro trabajo y aparte porque el cuento me encantó por la forma en la que está contada la historia y la dinámica, sé que les va a gustar tanto como a mí, además aprovecho para agradecer a Susana por esta colaboración, esperemos que no sea la última.

En poesía, Bukowsky en esta edición, vocabulario y algunas cosas más, espero que disfruten de esta edición tanto como nosotros disfrutamos el proceso de creación, nos leemos en mayo.

Posdata. Disfruten de la primavera

Alejandra Gil

Directora Editorial de Zax Magazine







Ten el *coraje*
 de empezar algo y
 hacerlo mal,
 las vidas insignificantes
 se caracterizan por el miedo
 de no verse capaces
 de intentar algo nuevo.

Epicteto

Filósofo griego de la escuela estoica

Muerte 135 D.C.

Estrenos del séptimo arte



Por: **Grecia Ginnete**

grecitoginn

Fotografías: **Cortesía**



LA PRIMERA PROFECÍA

Estreno en cines 4 de abril

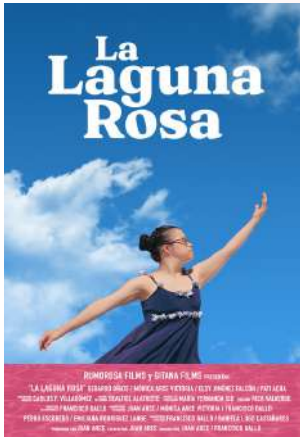
Sinopsis: Después de tomar sus votos sagrados, una joven monja estadounidense es destinada a Roma para dedicarse a su vida religiosa al amparo de la Iglesia. No obstante, al llegar se enfrenta a oscuros desafíos que ponen a prueba su fe, descubriendo una trama diabólica diseñada para desencadenar el nacimiento del hijo de Satanás. Esta película sirve como la precuela del famoso filme de 1976, "La profecía", y se adentra en los acontecimientos que anteceden al nacimiento de Damian.



UN ACTOR MALO

Estreno en cines 4 de abril

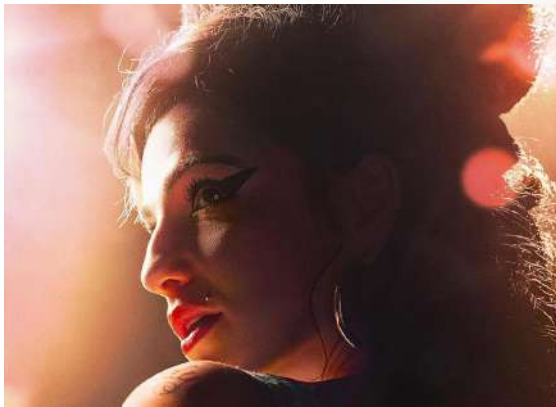
Sinopsis: "Un actor malo", un drama dirigido por Jorge Cuchi, narra la difícil experiencia de Sandra Navarro, una actriz emergente, durante el rodaje de un filme de misterio junto a Daniel Zavala, un actor en la cúspide de su fama. A pesar de la expectativa por esta oportunidad, Sandra se enfrenta a una realidad aterradora al descubrir que Daniel es un depredador sexual cuyas acciones son ignoradas por el equipo de producción. Al convertirse en víctima y decidir denunciarlo, Sandra choca con la indiferencia de la industria cinematográfica y enfrenta las amenazas y persecuciones de Daniel, lo que pone en peligro su vida y la de sus cercanos.



LA LAGUNA ROSA

Estreno en cines 4 de abril

Sinopsis: "La Laguna Rosa" narra la historia de reconexión entre dos hermanos, Arturo, centrado en sí mismo, y Mariana, una joven con Síndrome de Down y un sueño de convertirse en bailarina. Su viaje a Mérida, Yucatán, para una presentación de ballet se convierte en una oportunidad para que Arturo reflexione sobre sus elecciones de vida y para que Mariana desafíe los estigmas asociados al Síndrome de Down. Sin embargo, se enfrentan a desafíos que ponen en riesgo el debut de Mariana. La película explora temas de crecimiento personal, aceptación y el poder transformador del arte.



BACK TO BLACK

Estreno en cines 11 de abril

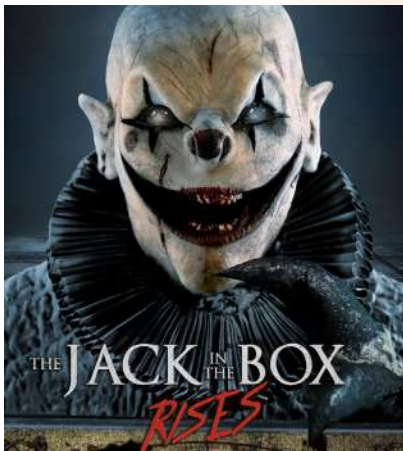
Sinopsis: Back to black dibuja un retrato lleno de vida y dinamismo de Camden, el lugar que Amy Winehouse consideraba su hogar, y profundiza en las dificultades asociadas con su estrellato. Este homenaje celebra la artesanía, la originalidad y la franqueza de Amy, mientras intenta desentrañar y entender los conflictos internos que enfrentó.



MUNDOS CÓSMICOS

Estreno en cines 12 de abril

Sinopsis: Memo, un artista que no ha encontrado éxito y reside con su madre, convoca a su pareja, Valeria, a festejar su onomástico con un ágape al aire libre, proponiéndole el consumo de sustancias psicodélicas como medio para explorar sensaciones inéditas.



THE JACK IN THE BOX RISES

Estreno en cines 18 de abril

Sinopsis: Al ingresar a un internado para chicas en el Reino Unido, una joven estadounidense rápidamente capta la atención de sus compañeras al buscar una enigmática caja de juguetes oculta en los terrenos de la escuela. Una vez descubierta y abierta, seis estudiantes se ven envueltos en una desesperada batalla por sobrevivir a un demonio liberado de la caja. La pregunta es si lograrán escapar del internado con vida o si el demonio reclamará las almas necesarias para mantenerse en este mundo.

El Encanto del teatro accesible



Por: **GreCIA Ginnete**

grecitoginn

Fotografías: **Cortesía**



UNA BUENA MADRE

Del 4 al 28 de abril

Sala Xavier Villaurrutia (Centro Cultural del Bosque)
\$150

Esta obra ofrece una mezcla única de delicadeza y comicidad, mientras toca puntos críticamente significativos. La travesía de Mariana destapa cómo determinadas mujeres pueden, inadvertidamente, jugar un rol en la crianza de individuos que llegan a cometer actos de agresión, violencia y homicidio contra otras mujeres.



VEINTE

Del 6 al 21 de abril

Teatro Isabela Corona
\$80

Esta obra explora la vida de tres jóvenes adultos adentrándose en la complejidad de la madurez, lidiando con desafíos como la amistad, el romance, las adicciones y las dinámicas dañinas. El propósito central de la historia es destacar los riesgos asociados con las drogas y los comportamientos abusivos, distinguir entre relaciones saludables y perjudiciales, y subrayar



¿POR QUÉ EL AMOR ES INVISIBLE?

Hasta el 21 de abril

Teatro Sergio Magaña
\$181

Frente a la desaparición misteriosa e inesperada de su padre, Simón y Lolo deciden emprender una aventura hacia la Luna, guiados por las pistas de una carta, en busca de respuestas sobre la naturaleza invisible del amor. En su travesía, se encuentran con los lunáticos, seres del astro plateado, quienes no solo les ayudarán a localizar a su padre, sino que también les revelarán el motivo por el cual el amor constituye la fuerza secreta que mueve al planeta Tierra.



ANA CONTRA LA MUERTE

Hasta el 28 de abril

Foro la Gruta (Centro Cultural Helénico)
\$310

Ana enfrenta la desgarradora realidad de que su hijo padece cáncer y se halla sin medios para financiar un tratamiento adicional, enfrentándose a la impensable posibilidad de perderlo. Surge la pregunta: ¿Hasta qué extremos está dispuesta a ir para salvarlo? ¿Cuán lejos podemos comprender y justificar sus acciones? Y más aún, ¿cómo la respaldaremos si sus medidas desesperadas la convierten en una amenaza para los demás, desafiando incluso a la muerte misma?



ALLEGRISSIMO AT ALL...

Hasta el 28 de abril

Teatro Orientación - Luisa Josefina Hernandez (Centro Cultural del Bosque)
\$80

¡Allegrissimo: la banda más extraordinaria preparada para conquistar escenarios! Al menos, eso es lo que anhela Gusli. Sus hermanos Casco, Riff, Intelle, junto al tío Local, generan cómicos enredos en cada melodía. Descubrirán que las singularidades y su apasionado vínculo con la música son lo que realmente enaltece y distingue a Allegrissimo.



Zaxpedia

Seijaku

"Calma en medio del caos"



Por: Ale
Fotografías: Unsplash

Sei: calma Jaku: soledad, tranquila, suave

A primera vista esta palabra podría pensarse como contradictoria, o siendo más específicos, yo la pensé contradictoria, porque, ¿como podría existir calma o tranquilidad en medio del caos? Pero, si son ideas contradictorias, entonces, ¿como pueden converger dentro de la misma palabra?, bueno, sigan leyendo que hoy si les tengo una respuesta, que considero bastante satisfactoria.

Creo que podemos considerar que todos los conceptos que entendemos viven en un balance de opuestos, es decir, la noche y el día, hombre y mujer, triste y feliz, mucho de nuestra forma de entender la vida viene de un balance entre diferentes fuerzas e ideas, ahora la pregunta es, ¿como interactúan estos elementos para crear Seijaku, y dónde está su balance?

La vida siempre fluctúa, es decir, podemos tener tiempos grandiosos y al siguiente minuto caer en un caos horrendo, las cosas van y vienen y es complejo pensar que podremos tener momentos de tranquilidad de manera constante, incluso nuestra sensación y percepción de felicidad tiene cambios, porque aunque podamos considerarnos felices de manera general, no siempre lo somos a la misma escala o en la misma magnitud e incluso no necesitamos de los mismos estímulos para llegar a ello.

Ahora bien, si todo cambia y está en transición constante implica que tenemos que estar preparados a todo aquello que pueda pasar, pero siendo sinceros es complejo pensar que podemos estar listos para todas las experiencias que la vida nos proporciona, porque es muy complejo estar listo para algo que no sabemos que estará ahí, aunado a que, aunque de alguna forma tengamos el conocimiento de que algo pasará, pero si es algo que no hemos hecho

antes, entonces las cosas de todas formas tendrán una sensación extraña. Justo aquí es donde se requiere la calma y donde converge el otro componente, porque el caos nos lo da la vida y su propia naturaleza, pero la calma vive dentro de nosotros, porque no importa que es lo que venga de fuera, dentro nuestro tiene que existir la veracidad de que "podemos" con ello, y no, no hablo de que salga a la perfección, no, no hablo de no cometer errores en el proceso, no, no hablo de ser vidente y saberlo todo, simplemente hablo de comprender que podemos aprender, podemos mejorar, podemos ejecutar, podemos cometer errores y volver a comenzar después de aprender la moraleja, entonces, no importa cual sea el reto, podemos sentir tranquilidad en lo más profundo de nuestro ser al saber que todo pasará, ese reto que se ve imposible también pasará.

Ahora bien, creo que este sentimiento de auto valía viene de un profundo amor propio y confianza, que, si hoy no lo sienten, no se preocupen siempre se puede trabajar y desarrollar, siempre se puede incrementar. Así que entonces resumiendo, "Seijaku" es la capacidad de sentir la autoconfianza de que tenemos la capacidad de enfrentar cualquier reto de la vida y aprender de la experiencia, por ende todo el caos que existe fuera no puede perturbarnos, o al menos no tanto, lo que se traduce en "Calma en medio del caos".

Les comparo un párrafo del poema de Salvador Díaz Mirón que expresa justamente esta idea de autoconfianza.


**El pájaro canta aunque
la rama cruja,
tanto que sabe lo que
son sus alas**




¿Tú sumas o restas?



Por: **Profra. Patricia Escobedo Guzmán**

 @paty_escobedo67

 paty_escobedo

Fotografía: Unsplash

En el diario acontecer de tu vida deseo preguntarte: **¿Tú sumas o restas?** Es decir, ¿Fluyes, tratas de resolver? O ¿Siempre encuentras un problema para cada solución?

Quizá no lo habías valorado, pero la actitud con la que enfrentas tu cotidianidad, el entusiasmo y la buena energía que manifiestas; el ambiente que creas ante cada situación, son los ingredientes que, sin duda, definen si **tú sumas o restas**.

Y es que no cabe duda que el potencial que tu defines en los escenarios que frecuentas a cada instante, te irán dando la respuesta.

Sumas, cuando en una reunión en tu trabajo, encuentras los puntos de apoyo para salvar la situación y defines las fortalezas y debilidades de las propuestas.

Sumas, cuando al despertar, agradeces por lo que tienes, por lo que no tienes y por lo que está por venir y lo haces con la plena convicción de que, si agradeces, recibirás en reciprocidad más bendiciones.

Sumas, cuando abrazas a tus cercanos con tus palabras, tus gestos, tus acciones, tu cariño, y además lo haces desde el Amor, con buena convicción de crear ambientes de resiliencia y coincidencia de Amor.

Sumas, cuando tu familia está unida con la congruencia de la reciprocidad, con la fortaleza de apoyarse y quererse en buenos y malos tiempos, siempre con Amor y ganas de crecer.

Sumas, cuando te tomas un tiempo para ti, cuando bebes un café calentito y lees tu libro en turno, cuando te quedas tranquilo meditando y conectando contigo pues de esa dinámica puedes generar un fabuloso círculo de Energía de Amor para todos los demás.

Sumas, cuando celebras el cumpleaños de tu abuelo número 90 en compañía de toda su familia y lo sorprendes llevándole la camiseta y la gorra de su equipo favorito de beisbol, que no esperaba y que lo ilusiona como un niño por lo que representa desde siempre ese equipo para él.

Sumas, cuando, decides mudarte a una nueva casa más amplia y luminosa con tu familia y descubres que no sólo te estás cambiando de ubicación sino tu mentalidad también se mudo y ahora es más amplia, con mayor visión y con la mejor energía para empezar de nuevo.

Sumas, cuando al leer, estas líneas, estás empezando a pensar en todas las posibilidades que sumar y no restar tienen en tu vida, en todos los caminos y nuevas latitudes que quieres empezar a tomar, en todos los nuevos escenarios que quieres experimentar, visualizar y vivir con la convicción de que todo mejorará y será para bien.

Por todos estos motivos, te reitero mi pregunta: **¿Tú sumas o restas?**



BIENVENIDA ¡LA PRIMAVERA!



Por: Ale
Fotografías: Unsplash

Henos aquí, nuevamente en el periodo primaveral, las temperaturas aumenta, comemos helado todo el tiempo y todo se llena de un entusiasmo peculiar, o ¿no?

Bueno quizá para ustedes no sea de esta forma, incluso puede ser que estén un poco artos del calor, porque seamos realistas el calor pone de malas y en las intensidades en las que está hoy en día es complejo convivir con el, máxime para aquellos que somos equipo de frío, a pesar de esto la primavera me contagia de un arrebatado lindo, y existen principalmente dos razones para ello:

1.- Al igual que recibo el año con gran pasión, por pensar que tenemos 365 días para disfrutar de nuevas experiencias, así los comienzos me entusiasman, por ello a lo largo del año tengo diversos momentos en los que me gusta sentir que iniciamos algo, y así vuelvo a contagiándome de cierta vitalidad extra, lo que me brinda la oportunidad de retomar cosas que dejé, o de simplemente darme un impulso por pensar que tengo un nuevo comienzo, estos momentos son, la primavera, otro es el segundo semestre del año y el último trimestre del año, que lo siento como si fueran los últimos 100 metros de una carrera;

2.- Ahora la primavera, más allá de este sentimiento de reinicio, tiene un encanto particular para mí desde hace algunos años, porque es visible como toda la naturaleza revive en esta época del año, las florecillas comienzan a salir coquetas, los días son brillantes y luminosos, el cielo de color celeste, los atardeceres espectaculares con el cielo abierto y todo de color naranja y las noches despejadas, frescas, idóneas para salir, sentir el viento cálido, comer un helado.

Todo este resurgimiento de vida me contagia de una sensación de pertenencia con la misma naturaleza y me siento llena de vitalidad y con el entusiasmo de hacer mil cosas más, así que, derivado de esto... ¡bienvenida la primavera!



TOKIO MÁS ALLÁ DEL COVID



Por: Zaci
Fotografía: Unsplash



Los juegos olímpicos de Tokio fueron atípicos, ya que estábamos en medio de una pandemia, no hubo espectadores y estábamos rodeados de muchas medidas de seguridad, aunque estuvo acompañado de momentos emotivos e inspiradores.

Vamos a platicar de algunos...

Los corredores Isaiah Jewett de Estados Unidos y Nijel Amos de Botswana cayeron al suelo durante la carrera de 800 metros, se levantaron y ayudaron mutuamente, se abrazaron y corrieron juntos hasta la meta.

Hicieron su debut olímpico el karate, skateboarding, escalada deportiva y surf. El BMX estilo libre también, se agregó en estos juegos y Charlotte Worthington de Gran Bretaña logró el primer backflip 360 en ganar la medalla de oro en BMX.

Tres atletas acapararon la atención, Momiji Nishiya de Japón ganó el oro con solo 13 años, Rayssa Leal, también de 13 años ganó la plata para convertirse en la medallista olímpica más joven de Brasil y Funa Nakayama de 16 años se quedó con el bronce.

Los atletas Mutaz Essa Barshim de Qatar y Gianmarco Tamberi de Italia, obtuvieron medallas de oro tras dos horas de competencia registrando saltos de 2,37 metros. A los atletas se les ofreció participar en un desempate, a lo cual los atletas decidieron compartir el título, haciendo historia con el primer podio olímpico conjunto en atletismo desde 1912.

La esgrimista María Belén Pérez Maurice sufrió una derrota en un duelo contra la húngara Anna Marton, pero durante una entrevista posterior, su entrenador y compañero Lucas Saucedo, ayudó a colocar un letrero detrás de ella con las palabras: “¿Quieres casarte conmigo? Por favor”. ¡A lo que ella contestó que sí!

Hidilyn Díaz ganó la primera medalla de oro olímpica de Filipinas, en halterofilia de 55 kg. Díaz se había exiliado en Malasia desde 2019, sin ver a su familia por lo que al ganar mencionó: “Tengo muchas ganas de disfrutar la vida porque llevo en Malasia, no sé, casi dos años”.

Flora Duffy representante de Bermudas con una pequeña población de 63000 habitantes, se convirtió en la nación menos poblada en ganar una medalla de oro en el triatlón femenino.

Tom Daley ganó su primer oro olímpico junto a Matty Lee en plataforma sincronizada de 10 metros, mismo que fue captado tejiendo. Llamó al tejido “su arma secreta”, que resultó ser un jersey para su bulldog francés Izzy.

Simone Biles anunció que no participaría en la final por equipos de gimnasia femenina para concentrarse en su salud mental. “Yo digo que hay que poner la salud mental en primer lugar, porque si no lo haces, no disfrutarás de tu deporte y no tendrás tanto éxito como quisieras”.

Quisimos recordar estos momentos ya que por el momento en el que estábamos, quizá los pudimos olvidar.





AMyCU



YouTube

PODCAST



PERFUMIE



Por: Zaci
Fotografía: Unsplash



AMyCU

Sin duda uno de los productos cosméticos que se han usado desde la antigüedad, es el perfume y nos trae muchos beneficios, ya que es muy importante tener un buen y agradable aroma para darnos más confianza, seguridad y definitivamente transmite rasgos de nuestra personalidad.

Y es que, los aromas son muy importantes para la memoria, seguramente les ha pasado que al ir caminando o estar en algún lugar, cuando de pronto nos llega un aroma, inmediatamente revive algún recuerdo, o quizá nos recuerda a alguna persona.

Es muy importante que al elegir un perfume no solo lo hagas porque es fuerte y con eso quiere decir que nos durará días, tampoco lo hagas por la marca, o quizá un regalo, lo importante es que la elección del perfume sea considerando el pH, el tipo de piel y tu gusto, a continuación te doy algunos consejos para elegirlo:

- Cuando vayas a escoger un nuevo perfume, busca fragancias que te gusten, que se relacionen con tu personalidad;
- Es importante poner perfume en un lugar donde no hayas perfumado antes;
- Deja pasar al menos dos horas y vuelve a oler.

Otro dato que a muchos nos confunde es: ¿Eau de parfum o Eau de toilette?

Pues aquí te lo digo...

- Eau de parfum, tiene un mayor porcentaje de aceite o esencia, entre un 15% a 20%, dando como resultado un aroma más intenso, con una duración aproximada de 8 y 10 horas, por lo que el costo es mayor.
- Eau de toilette, la concentración de aceite o esencia es de un 10% a 15%, con una duración de 3 a 5 horas.

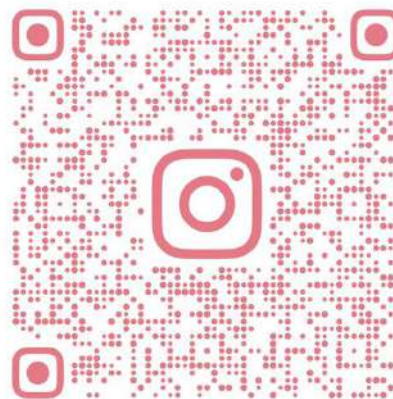
La recomendación de uso es:

- Eau de parfum es para citas románticas, citas de trabajo, eventos especiales.
- Eau de toilette es para el día a día, escuela, trabajo, hogar.

Es bueno conocer los hábitos de la aplicación del perfume.

- Aplícalo al salir de bañarte. Con la piel limpia y la crema humectante, te ayudarán a retener el aroma y se fijará más tiempo. Puedes agregar un poco de vaselina en donde aplicarás el perfume;
- No frotes el perfume. El perfume tiene partículas pequeñas y volátiles que se rompen antes de tiempo cuando los frotes. Solo rocía tu perfume y deja que solo penetre en la piel;
- Las mejores zonas para aplicar el perfume son, cuello, muñecas y detrás de las orejas ya que ahí se produce calor;
- Perfume en el cabello es una buena idea ya que retiene el aroma por más tiempo, pero no lo apliques directamente ya que puede maltratarlo. No te preocupes, al aplicarlo detrás de tus orejas la fragancia se esparcirá por el cabello.

Espero que estos tips te ayuden para que huelas más rico y por más tiempo.



@AMYCU_PRODUCTOS_NATURALES



ZAX

MAGAZINE

PODCAST







COLECTIVO

Delirio

COMPARTIDO



Por: Ale
Fotografías: Cortesía

Ale: ¿Cómo están? Espero que estén muy bien. El día de hoy me encuentro con estas tres bellas mujeres que me van a platicar sobre su proyecto de danza contemporánea. Bienvenidas a ZAX. Muchas gracias por su tiempo el día de hoy. Díganme, ¿cuál es su comida favorita?

Karina: Yo, los tacos dorados y la lasaña. Siempre.

Ale: Son buenísimos los tacos dorados.

Zaira: Sí, yo tacos dorados y tortas de papa.

Paulina: Yo creo que el ramen me encanta y, mexicano, las enchiladas de mole.

Ale: El mole, a veces tengo conflicto cuando pica mucho, pero sí, son muy buenas. Y el ramen no lo he probado. Quizás deberíamos ponerlo en los pendientes. Ok, ahora preséntense y díganme más o menos qué es lo que hacen en el proyecto.

Zaira: Ok, yo soy Zaira Hernández, llevo la dirección general del colectivo que se llama “**Delirio Compartido**” y también soy intérprete en las obras en algunos momentos.

Karina: Yo soy Karina Maya, entré al colectivo como asistente técnico y ahora estoy también junto con Zai en la producción, en la gestión. Y también, ya próximamente, también como intérprete. Yo soy actriz, pero me diversifico ya en varias áreas: producción, gestión, apoyo técnico, danza, de todo. Entonces, aquí estamos en el colectivo.

Paulina: Yo soy Paulina Contreras, soy intérprete puramente. Me encanta ese papel dentro del colectivo y, pues, siempre que puedo, apoyo con maquillaje, me encanta mucho el maquillaje. Entonces, en ocasiones me toca ahí caracterizar a nuestros compañeros.

Ale: Perfecto. Pláticanos, ¿qué es el proyecto, por qué iniciaste, cómo llegamos aquí, un

poquito de lo que hay atrás?

Zaira: Bueno, antes de platicarles, me gustaría mencionar a nuestros otros dos compañeros que son Cecilia Contreras y Samuel Rojas, que también están con nosotros pero ahorita están en diversas actividades y no pueden estar acompañándonos. También tenemos a Moe Ruíz del Sol que nos ayuda en otras obras como intérprete y Ángel Reyes que también está colaborando con nosotros. Bueno, el colectivo “**Delirio Compartido**” surgió como por una necesidad de poder decir lo que yo pienso del mundo con la danza, o lo que yo siento del mundo con la danza porque cuando eres intérprete y participas en otras compañías, colectivos, etcétera, solamente interpretas lo que tu coreógrafo te dice, pero no tanto lo que tú quisieras expresar. Y a mí me gusta mucho escribir, entonces empecé escribiendo unos textos y de ahí dije, ¿y si estos textos los hacemos coreografía? Le dije a una amiga, entonces dijimos, pues estaría padre empezar a crear nuestros propios proyectos y aprender el siguiente nivel, que sería ser bailarín, que creo que es decidirte o por ser maestro o por ser coreógrafo o por ser investigador, las diferentes ramas que tienes porque, pues, sí, el cuerpo va creciendo y va cambiando y no todo el tiempo vamos a poder ser ejecutantes. Entonces, así fue como empezó el colectivo. En principio tenía un nombre francés que se llama “Foliatu”, que es locura de dos, porque éramos mi amiga y yo. Y es una enfermedad mental que es que si ella se enferma, empiezo a sentir los síntomas, a compartir síntomas con ella. Entonces, cuando yo bailaba con ella en otro grupo, nos dábamos cuenta que cuando ella se equivocaba, yo también me equivocaba, entonces como que había cierta armonía y por eso decidimos ponerle ese nombre, pero era difícil de pronunciar. Cuando ya nos



““”

El colectivo
“Delirio
Compartido”
surgió como por
una necesidad
de poder decir
lo que yo pienso
del mundo con
la danza, o lo
que yo siento del
mundo con la
danza

presentábamos, había diferentes pronunciaciones y dijimos no, en español está bonito **“Colectivo Delirio Compartido”** y por eso el colectivo se llama así.

Ale: Siempre me encanta convivir con gente como ustedes que son creativas porque creo que nos hacen sentir a nosotros. ¿Qué es lo más complejo que vives al momento de tener que cambiar las lecciones o realmente tener que vivir cuando estás interpretando lo que estás interpretando? ¿Qué es lo más complejo de esta parte de lo que tú sientes y que estás consciente de que estás en público y este ir y venir de emociones?

Paulina: Creo que lo más complicado, en lo personal, siempre va a ser mantener estas dos facetas porque mi formación fue como bailarina de danza clásica, entonces siempre ha sido como la técnica, cómo va a ser el paso y todo eso, ya como ejecutante, y en colectivo que es danza contemporánea es un poquito más libre, pero no deja de importar lo que estás haciendo. Entonces, es mantener esa faceta de estar consciente que estás haciendo un trabajo técnico de danza corporal y también darle la interpretación como mencionas, pero sobre todo, en lo personal, me gusta mucho cuando, en este caso, mi directora, la coreógrafa, me cuenta mucho en todo lo que se inspiró porque yo, de alguna manera, puedo empezar a hacer enlaces, el poder transmitir el mensaje que hay detrás. Entonces, creo que esa es la parte más difícil, mantener tu modo físico con esta parte de que quiero transmitir tal y como estoy viviendo afuera lo que quieras, pero dentro del escenario está pasando tal historia, estoy sintiendo otras cosas que, fuera, pues, que no estén para nada relacionadas con mi realidad.

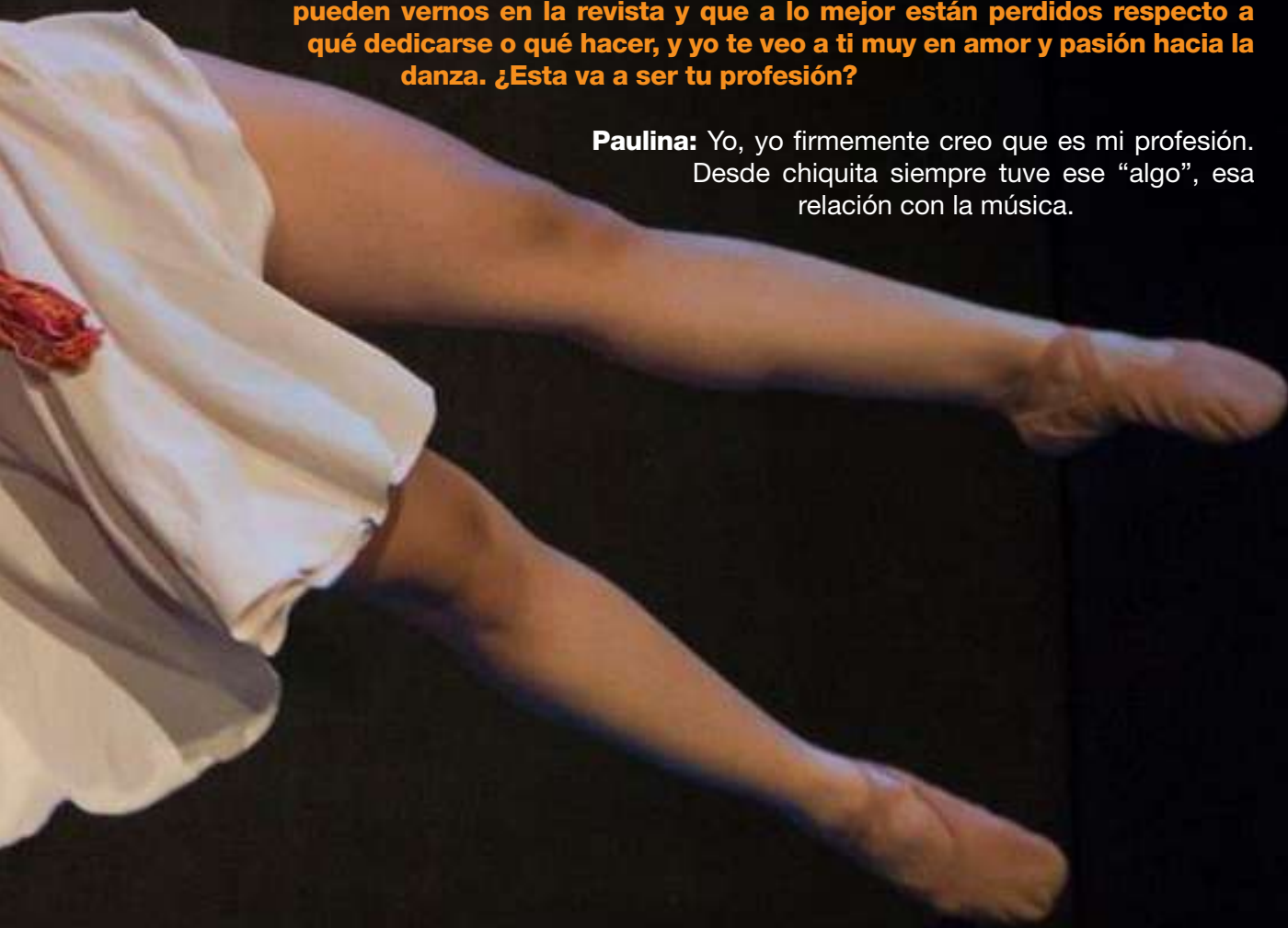
Ale: Qué bonito. ¿Cambiaste de clásico a contemporáneo, por qué?



Paulina: No lo cambié, jajajaja. No, no, me gusta mucho bailar en general, entonces, sobre todo, eso también es lo que me hace estar en colectivo, ese trabajo tan rico, tan gozable y placentero porque, justamente, pues sí, como bailarina clásica, siempre va a ser el típico repertorio clásico, entonces, como que no tienes mucha libertad. Entonces, sí, me gusta mucho, nunca voy a estar peleada, pues esa fue mi formación desde chiquita y siempre dije, yo voy a ser bailarina clásica, pero cuando abrí los ojos y vi ese mundo allá afuera del contemporáneo, te puedes mover diferente, te puedes salir del centro, puedes explorar de otras maneras, pues, al final, es bailar, es con la música, y con colectivo va más allá todavía, nos experimentamos con otro tipo de música que probablemente no se ve mucho en un escenario de que digan, ah, pues este estilo de música con contemporáneo nunca me lo hubiera imaginado.

Ale: Y me causa curiosidad porque eres muy joven, entonces, una de las preguntas que siempre les hago yo aquí en la revista cuando veo que hay gente como muy convencida de sus pasiones, ¿cómo supiste cuando eras joven si esta era tu pasión o a lo que querías dedicarte? Entonces, eso lo voy a hacer a la inversa porque creo que a veces hay jóvenes que pueden vernos en la revista y que a lo mejor están perdidos respecto a qué dedicarse o qué hacer, y yo te veo a ti muy en amor y pasión hacia la danza. ¿Esta va a ser tu profesión?

Paulina: Yo, yo firmemente creo que es mi profesión. Desde chiquita siempre tuve ese “algo”, esa relación con la música.





“““

Me gusta mucho bailar en general, entonces, sobre todo, eso también es lo que me hace estar en colectivo, ese trabajo tan rico, tan gozable y placentero...



Ale: ¿Cómo se siente ese algo? Creo que a veces es complicado traducirlo, pero a lo mejor una persona que no sepa a qué dedicarse, ¿cómo debería sentir ese algo cuando dicen es que este es mi llamado para hacer?

Paulina: Creo que de alguna manera, he puesto en palabras, lo he pensado en mis momentos de divagación mental, es en que cuando tú escuchas la música, es como la respuesta sensorial de tu cuerpo, así como pasa hielo sobre el cuerpo y existe ese erizado de piel de que está muy frío, o el calor, todas estas respuestas sensoriales, yo las relaciono mucho con la música. Es la respuesta sensorial a estos impulsos, este algo que te transmite la música y que tú terminas invariablemente moviendo el cuerpo, moviendo la cabecita. Yo creo que desde chiquita siempre fue así, entonces creo que podría decir ese algo definido de esa manera, la respuesta sensorial de tu cuerpo que es involuntario.

Ale: Yo siento que tiene que ver porque la danza es un arte que ha estado con nosotros desde siempre. Toda la historia de nuestra humanidad, incluso desde los rituales con dioses y deidades. ¿Cómo interpretas toda esa parte y por qué te lleva obviamente a crear este proyecto? Ya nos platicaste un poquito, pero ¿cuál es tu relación con la danza de manera personal?

Zaira: Es muy clara. Yo soy de la ciudad de Oaxaca, entonces cuando yo tenía 13 años, por asuntos familiares tuve que empezar a vivir sola, mis papás se divorciaron, mi mamá tuvo que irse a trabajar fuera y si bien no estaba abandonada porque no lo estuve, tenía que estar en mi casa solita. Entonces yo caminaba, Oaxaca era una ciudad muy segura en ese entonces, e iba a la casa de la cultura, entonces veía los grupos de danza, de música, y yo sentía que esa ausencia que tenía yo, la cubría esos sonidos, primero esos sonidos, o verlos. Casi como cuando te enamoras por primera vez que se te agita el corazón y te sudan las manos, y así, así me pasó cuando vi la danza contemporánea en la casa de la cultura en Oaxaca, y fui, pregunté,

me metí a tomar clases y descubrí que eso era lo que me iba a ayudar a entender todo lo que me estaba creando conflicto en ese momento. En algún momento, hace poco, entré a un festival de coreógrafas y hablábamos sobre la migración y me tocó hablar sobre mi momento en la danza, y fue, yo me tomé de la mano de la danza para poder explicarme todo lo que yo no entendía. No por sus formas bonitas, porque tiene unas formas muy bellas corporales, sí, me agradan, pero yo la agarré de la mano porque me ayudaba a entender lo que no podía entender o lo que no me podían explicar con palabras, por eso llegué a la danza y, bueno, de ahí ya no la solté nunca jamás. Migré a la Ciudad de México, bueno, más o menos como a los 16, tuve la dicha de trabajar con el maestro Francisco Toledo antes de decidir venirme a la Ciudad de México, y él fue el que me dijo que si yo quería hacer algo por mi Estado tenía que salir para crecer y luego regresar ya con mi arte fundamentado para hacer cambios en nuestra ciudad. Y ahora, por mí, por él, y por muchas personas, sigo aquí creando o empezando a crear porque sí, estoy empezando en mi carrera como coreógrafa. Y me gusta mucho porque puedo decir lo que yo veo de diferente manera porque ser de otro estado, ser de otra cultura, te hace ver el mundo de diferente manera, entonces creo que me gusta mucho compartir por medio de la danza esa cosmovisión que yo tengo desde niña y que ha ido cambiando por los diferentes momentos de vida que he pasado, porque sí, yo ya soy mayorcita.

Ale: ¿Qué ha sido lo más complejo como bailarina e intérprete? ¿Qué ha sido lo más complejo para ti en estos años que migras, que tienes que obviamente llegar a una ciudad, me imagino que llegaste sola y tienes que enfrentarte a un mundo totalmente nuevo y comer, sobrevivir, luchar por tus sueños? ¿Qué ha sido lo más complejo en este viaje?

Zaira: Lo más complejo ha sido quitarme los estereotipos que tienen las personas de los oaxaqueños.

Ale: ¿Cómo lo hiciste?

Zaira: A pesar de que encontré mucho cobijo en la Ciudad de México de muchas personas, también encontré la otra parte de "como eres de Oaxaca, no sueñas", "como eres de Oaxaca, no vas a crecer", "como eres de Oaxaca, ese es tu lugar". Y el estereotipo de la danza ha ido cambiando, pero sí es de una línea muy europea. Entonces siempre pensé y dije, si la danza la adoptáramos a los cuerpos mexicanos, tendríamos unos resultados increíbles. No quiero decir que todos los coreógrafos hagan eso, pero sí tuve que lidiar con mi carrera para poder entender que ser oaxaqueña y ser yo no me limitaba a nada.

Ale: ¿Cómo es ese proceso en el que tú dices que lidias con rechazos? ¿Qué es lo que piensas para decir no me importa, voy a seguir luchando por esto y tengo esta pasión?

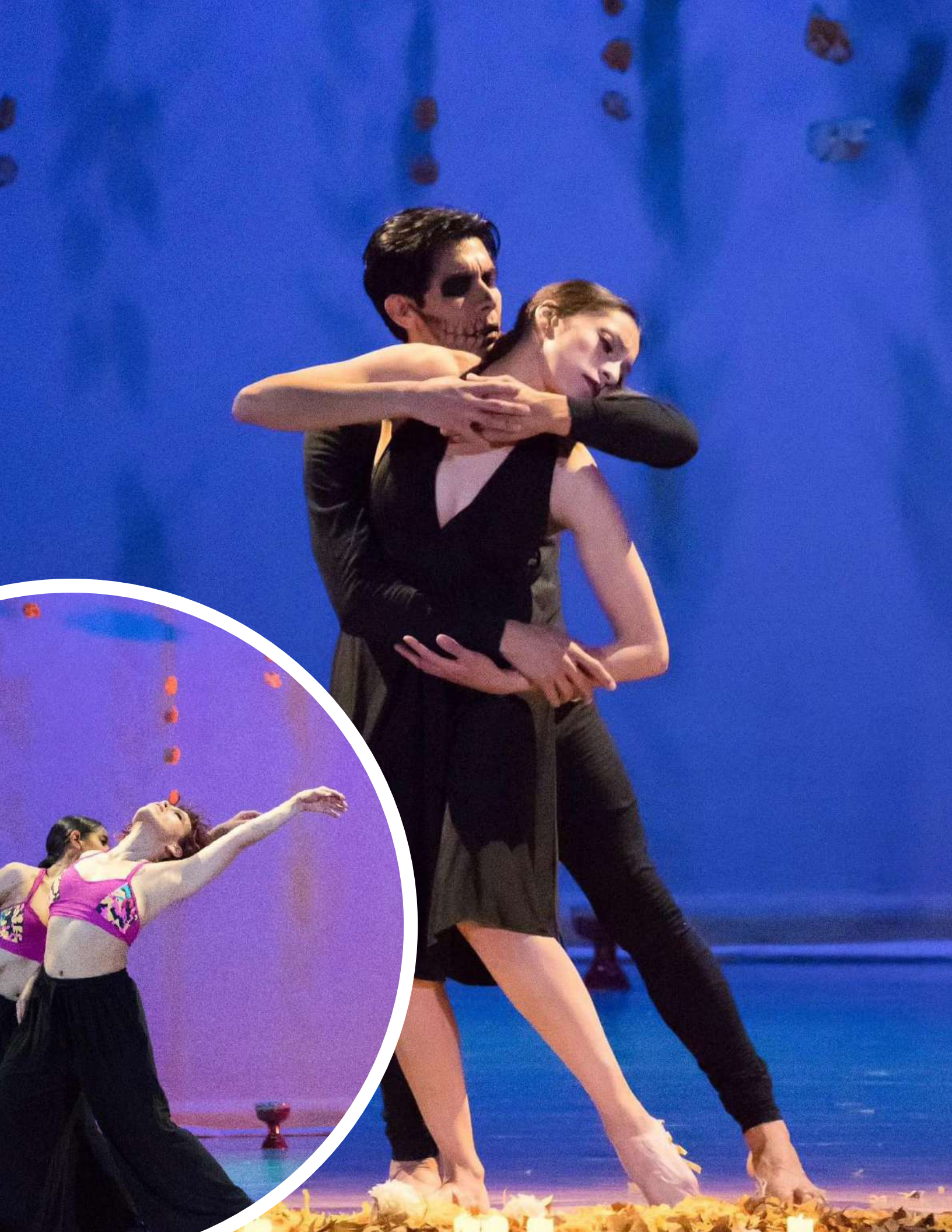
Zaira: Escuchar esas voces que están detrás de ti, esa gente que cree en ti, empezar a asimilarlo, obviamente, cuando te mueves, porque hay momentos donde sales y dices, no, yo no sirvo para esto, o sea, de plano todo me salió mal. Pero cuando regresas y te vuelves a mover, todo eso que te genera el estarte moviendo dices, no, es que sí vale la pena tumbar todo lo que yo tenga que tumbar para lograr lo que yo quiero lograr, porque es eso, ¿qué es lo que uno quiere lograr en la danza? Hay diferentes perspectivas, tal vez no es ser el primero o primera bailarina, es lo que tú quieras lograr con tu danza. Entonces eso es lo que me hacía, la disciplina, obviamente, tiene que estar así, pero al pelo, y eso, creer en ti, pero sí hay gente detrás que lo hace, como lo hizo en esta ocasión el maestro Guillermo Maldonado y muchos maestros, pero ahorita hago mención de él porque hasta el momento él es el que nos presta su espacio. Ahorita él no puede por motivos de salud ya estar en la escuela, pero aún así está al pendiente, le platico lo que estamos haciendo, ¿no? Y sigue, sigue diciendo, ahí sigan echando ganas, porque aunque ya tenemos un colectivo pues más sólido, seguimos luchando como todos los artistas que están luchando por mantener su arte, pero sobre todo porque creemos que con el arte podemos tener un mundo mejor.

Ale: Absolutamente. Voy a poner la pausa ahí, y para retomar eso, obviamente siempre

que pensemos en los artistas, tenemos tanto la parte de "te vas a morir de hambre", que es un prejuicio muy fuerte en México, pero también la parte de "es fácil", ¿no? O sea, pues nada más te sientas, llega la musa, te es otro valor. ¿Cuál dirías que tú serías como la técnica de la que generas creatividad en tu día a día, sobre todo porque haces mucho, ¿no? Porque haces mucho, tienes que ver con una parte técnica que es la producción y aparte de las actrices, bailarina, ¿cómo no pierdes el balance entre a lo mejor la estructura de lo que debes ser, de cómo debes salir, de dónde debes dar la luz, y al mismo tiempo ser creativa? ¿Cómo cultivas esta parte?

Karina: Bueno, yo tuve la fortuna de que mi formación, digamos actoral, fue mucho en una técnica corporal y es una metodología muy bien estructurada en la que te permite trabajar como la parte técnica y, digamos, ponerla, el contenido, en una cosa como fría, en la que solo revisas cosas técnicas y de estructura, y luego viene la parte de explorar cómo llenar esa estructura con el contenido de lo que decía Pau, ¿no? O sea, cómo, desde mi organicidad y desde la persona que yo soy, ¿cómo habito una estructura que está proponiendo la directora o que yo misma propongo? Entonces creo que tener de pronto una metodología de saber qué cosas voy a trabajar, o sea, sí, ser muy organizada, porque creo que eso también he aprendido de gestionar y ser tu propia productora, de tener tus propios proyectos, es que tienes que tener mucha organización, tienes que ser muy disciplinada, y porque a fin de cuentas, nadie te está exigiendo, eso es un compromiso que tienes tú contigo misma o con tu colectivo. Entonces, de entrada, creo





“”

El estereotipo de la danza ha ido cambiando, es una línea muy europea. Entonces pensé y dije, si la danza la adoptáramos a los cuerpos mexicanos, tendríamos unos resultados increíbles.



que organizarme y decir, ¿cuál es el primer paso que necesito para hacer una coreografía? Bueno, a lo mejor primero pensar en la idea o el concepto, luego, ¿cómo voy a traducir ese concepto? O ¿qué premisas me voy a poner para explorar en el espacio? Con cosas que pueden ser muy técnicas y muy metodológicas, y ya después, como conjunto, la emoción o la transmisión de esa sensación, de la sensibilidad y de las emociones dentro de ya todo, digamos, a mí me gusta ponerlo como todo la pista de juegos. O sea, te pones ciertas premisas y dices, ah, bueno, voy a investigar con esto y voy a probar con esto, y es muy lindo que si uno se deja sumergir en el proceso, las cosas van llegando, o sea, vas encontrando respuestas. Algo que me decía mi maestro; yo estudié con Bruno Berth, y él decía todo el tiempo en la investigación de lo que estés haciendo, lo más importante es estarte preguntando y hacer, a lo mejor, buscar las preguntas precisas para no para obtener respuestas, sino para encontrar más preguntas. Y creo que también el hecho de estar todo el tiempo investigando, preguntándose, eso también alimenta mucho la creatividad, darle como, clavarse y decir, ay, es que esta idea, ¿de qué otras posibilidades la puedo nutrir? O ¿de qué otras maneras puedo representar o evocar ciertas imágenes? O ¿cómo puedo contar una historia de muchas maneras? Creo que tener la multi posibilidad de la escena es lo que a mí me ayuda a no sentir que ah, ya no, la cabeza ya no me está dando y qué hago. O sea, creo que sí está padre y es importante tener una metodología, pero al mismo tiempo, confiar. Creo que algo que yo he aprendido en estos años de egreso, yo egresé en pandemia, entonces me ha sido muy complicado, pero también ha sido muy, muy rica la experiencia y he aprendido mucho y desde que empecé a confiar en mí, en los conocimientos que yo tenía, en que también las personas empezaron a confiar en lo que yo soy y demás, eso también me da como mucha más fuerza, ímpetu, motivación de decir: claro, o sea, la creatividad está en mí porque además también me estoy nutriendo continuamente. A mí me gusta mucho leer, me gusta mucho ver danza, me gusta ir al teatro, ver películas, o sea, yo me empapo de todas las áreas porque al final del día, de la vida misma y del arte de todas las demás

disciplinas también uno recoge y trae todos sus referentes para después poder aplicarlos y jugar y decir: esto, a mí me gusta mucho la interdisciplina. Yo me considero más una artista interdisciplinaria que solo actriz y me gusta porque en la escuela yo descubrí la danza y me enamoré de la danza y del movimiento y me empecé a clavar y a clavar y ahora que estoy trabajando con ellas que son bailarinas también veo y se me surgen ideas de cómo puedo compartir con ellas como la parte actoral o interpretativa, pero ellas también al mismo tiempo me enriquecen en toda la parte de expresión corporal, entonces creo que agarrar de todos los lugares, incluso de las experiencias de vida personales, ahí hay mucho poder de inspiración, entonces pues yo diría que eso, que no es como tal cual que uno se siente y espere a la musa, o sea, sí hay que poner las condiciones para atraparla, para estarla cachando porque en algún momento ahí la vas a agarrar, no, entonces yo diría eso.

Ale: Hablas de la autoestima y creo que es súper importante porque muchas veces hace una gran diferencia cuando confías en ti y puedes sortear los retos. ¿Pasó algo o tú podrías identificar que te ayudó a mejorarlo? O sea, a lo mejor, ¿qué consejo te darías a ti misma? Digo, sé que al final lo que vivimos te va forjando quien eres, pero hoy que ya estás más grande y que ves a lo mejor a una chica más joven con menos autoestima, ¿qué consejo le darías?

Karina: Yo le aconsejaría que no intente querer todo el día de mañana porque a mí me pasaba que yo ya quería vivir un momento en específico y yo decía, pero es que, ¿qué estoy esperando? O, ¿qué estoy esperando que suceda si no trabajo por ello o si no me esfuerzo, como si no voy, digamos, paso a paso porque quiero que suceda de un momento a otro? Y me di cuenta que lo que yo necesitaba era calma y tranquilidad y decir: bueno, en algún momento voy a llegar. La edad y la presión social sobre qué lugar o qué tienes que estar haciendo respecto a tu edad es una gran presión, pero yo diría que olvides esa presión externa y te escuches a ti, lo que tú necesitas, porque además cada persona es distinta



y necesita cosas diferentes, pero yo diría que no, o sea, está padre querer correr y emprender el vuelo, pero creo que se puede ir construyendo también desde un lugar. Mucha gente tiene la suerte de que termina la escuela y los descubren y pum, despegan su carrera, pero tenemos otras personas que nos cuesta más trabajo por muchos motivos, pero yo diría que no, que no claudiquemos, que confiemos precisamente en que si esto es mi pasión y a lo mejor yo, por ejemplo, quería en un inicio cuando entré a la escuela de teatro, mi visión era ser actriz, ¿no? Y yo quiero ser intérprete y quiero estar y hacer estas cosas y esa pulsión yo también la tuve desde más chiquita y creo que está padre no perder de vista que aunque ese fue mi impulso primero, que los sueños y los caminos que nos llevan hacia ese lugar también tienen muchas otras posibilidades, ¿no? Como ahora que yo me encuentro como también gestionando y produciendo, me doy cuenta que yo puedo generar un concepto, un discurso, para poder transmitir algo que yo quiera decir, entonces yo digo que eso, o sea, no, no queramos abarcar todo o no nos cerremos como en esta visión de tengo este objetivo y solo voy a ir por él, sino ser más abiertas y decir: bueno, todo lo que ese recorrido hacia donde quiero llegar me puede

ofrecer, porque también está en la misma sobre la misma línea, pero ser flexible, ser paciente. Creo que a mí me ha funcionado y es como eso, que confíes y de pronto las cosas se van acomodando después de que también hay momentos de crisis en donde dices, “ay, ya me quedé aquí encerrada y ya no sé qué hacer”. Creo que la calma es principal, es primordial para tener después la claridad de ver cómo puedo resolver las cosas. Entonces, yo diría que no se frustren, que tengamos mucha tolerancia a la frustración porque sí, es una profesión difícil porque hay que tener de pronto temple y está bien llorar y decir, ah, ya, estoy harta, pero creo que al final del día, yo no me veo haciendo otra cosa. No me veo en un trabajo de oficina, respeto mucho a las personas que tienen otras profesiones y también sé que hay otras áreas no en las que a lo mejor es, tienes un trabajo extra cotidiano, yo así me gusta ver, como este trabajo que es que nadie hace esto, no, nadie va, viene a un ensayo y se tira al piso. Digo, creo que también somos muy afortunadas de poder hacer algo fuera de lo cotidiano, o de lo que es como lo socialmente correcto. No sé, me gusta esa posibilidad de romper con lo que haya fuera.

Ale: Yo creo que cualquier proyecto que quieras dirigir es complicado, siempre es como algo difícil iniciar cosas y hacer, y las artes en México al final, es mi experiencia, pues es difícil porque puedes ir a una obra de teatro que yo he ido a ver obras de teatro de 50 pesos y son maravillosas, pero ves dos personas, entonces obviamente entiendo que el riesgo que tú corres como dirigente en este caso es alto, pero me encanta ver gente como ustedes que trabaja en mantener esta clase de cosas vivas. Entonces me gustaría saber sobre tu experiencia, ahora sí como directora de este proyecto, no sé, qué es lo que has aprendido, qué es lo que ha sido más complejo, a lo mejor, para que sirva de herramienta a otra persona que quiera replicarlo.

Zaira: Sí, he aprendido muchísimo. Tengo una característica como persona: que soy demasiado empática, entonces



cuando creé el colectivo yo quería la repartición de trabajo igualitaria y todos hacemos todo igual y todos ganamos lo mismo y todos todo igual, pero cuando me fui enfrentando a estos, a estos, meter convocatorias, al decirle a la gente, porque es difícil decirle a la gente, oye, vamos a ensayar, pero no te voy a poder pagar ensayos, o necesito que ensayemos para poder hacer una carpeta para poder entrar un proyecto que no sé si nos lo van a dar. Y porque es difícil, porque ya tengo la experiencia de vivirlo, cuando te llaman para ensayos de trabajo, hay momentos súper pesados y no ganas nada, no hay un momento de tu vida donde, si ya, el dinero pues lo necesitas para sobrevivir en este mundo, entonces esa es la parte donde me conflictué, donde, ¿cómo le voy a decir a la gente que venga a trabajar por un sueño que yo tengo y no les voy a pagar porque no se me hace justo? Entonces, pues platicué con gente cercana, con amigos, y como compartimos el mismo sueño de la danza dijeron, vamos a arriesgarnos. Pero encontramos un equilibrio; buscamos momentos para ensayo donde yo no te afecte, donde te van a pagar, entonces el tiempo que requeramos, sí, ese va a ser el tiempo que vamos a tener para trabajar, no más, no. Si hay que ir a ganar dinero, nos tendremos que ir. Entonces eso fue lo bonito, que sí se puede encontrar el equilibrio en eso, el poder hablar con la gente muy sinceramente y decirles esto es lo que yo quiero, pero no les puedo dar esto, pero les puedo ofrecer esto, y entonces te escuchan y también proponen, no, y entonces dicen, ah, bueno, pues lo podemos resolver así. Este, yo puedo maquillar. O sea, yo no sabía que esta niña tiene un súper talento para maquillar y entonces para nuestra obra que acabamos de presentar, ella hizo el maquillaje. No le pagué por el maquillaje en esta ocasión, pero para el próximo proyecto ya se le está contemplando un pago aparte para hacer el maquillaje. Entonces vas aprendiendo cómo gestionar todo el trabajo, cómo valorar el trabajo de cada una de las personas que está contigo en el colectivo.

Y pues, sí, lo difícil: la burocracia. O sea, enfrentarte a entregar un montón de papeles al SAT, es una realidad, tienes que estar bien con el SAT y, si no, pedir ayuda porque ese fue mi



El colectivo “Delirio Compartido” surgió como por una necesidad de poder decir lo que yo pienso del mundo con la danza, o lo que yo siento del mundo con la danza

mayor problema, no tener que entender que tenía yo que rendirle cuentas al SAT. Y pues bueno, lo fui aprendiendo, fui entendiendo que el arte no está peleado con todas estas cosas como es el SAT, como es el conseguir ir a pedir, a poner tus derechos de autor, no, todas estas cosas que tienes que dedicarle tiempo, no porque antes sólo era ir a entrenar, entrenar, entrenar, entrenar, ahora es "chin, no puede ir a entrenar porque tengo que ir a entregar mis papeles a no sé dónde, tengo que ir a hacer el trámite de no sé qué", y si no lo hago, tengo un montón de gente atrás mío que está soportando un sueño que yo quiero que se logre para que ellos puedan estar bien. No sabes el placer que es tener cómo ofrecerle trabajo a los a los demás, o sea, ahora que tuvimos nuestro primer proyecto pagado y decir "este, bueno, les voy a poder pagar tanto", y hablarle al fotógrafo y decirle "oye, hay chamba y te puedo pagar tanto", y al vídeo, al que va a ser el vídeo, también "y te puedo pagar", y así, y ver cómo esta comunidad de artistas que está luchando por tener algo lo pudimos lograr en un momento. Entonces eso fue como "ah, bueno, entonces toda la batalla de los trámites, de escribir", porque sí, hay que sentarse, escribir, es lo que Kari dice, es cierto, alimentarnos de todo lo que tenemos a nuestro alrededor es necesario porque en algún momento nos vamos a enfrentar a tener que redactar bien para que puedas vender, ofrecer tu producto. Entonces, todas estas cosas de ponerle un valor a mi arte y al arte de los demás, creo que fue lo más complicado, pero lo más bonito, porque entonces empiezo a ver que podemos vivir de esto, manteniendo el equilibrio, buscando y empujándonos todos juntos. Que no pudimos hacer el reparto igualitario de trabajo, pero están, están soportando, "sabe, yo tengo esto", "sabe, yo puedo hacer esto", "este, sabe, yo puedo llegar a tal hora", no, entonces es como lo bonito que he encontrado de este trabajo.

Ale: Tenemos la perspectiva de que si eres artista, entonces no deberías cobrar, no, porque lo haces por pasión, y está genial que ustedes estén a cargo de proyectos, lo digan, lo expresen, porque hay trabajo, hay esfuerzo, hay dedicación, hay el tiempo de

los artistas, la energía de los artistas, y todo esto merece un pago de todo el proceso. Entonces creo que también es justo para los que somos espectadores entender esto e ir a eventos y estar conscientes de que decimos, entre comillas, "es que es caro". No, es caro, más bien, es muchísima gente involucrada.

Zaira: Sí, Pau tiene una segunda carrera, es actuaría, está estudiando actuaría, entonces la otra vez me sorprendió porque bailamos en otro lugar y me estaba diciendo "ya saqué las cuentas de, o sea, de nos pagaron tanto, pero tuvimos tantos ensayos, no", entonces "ganamos 7 pesos por hora de ensayo", entonces dices "es que eso no puede ser posible, no", porque al final somos seres humanos que necesitamos comer, que la herramienta de nuestro trabajo es el cuerpo y lo tenemos que cuidar. Entonces no es que el arte sea dinero, pero los artistas sí necesitamos que valoren nuestro trabajo, entonces nosotros tenemos que darle el valor a nuestro trabajo para que los demás lo valoren y entonces se ha retribuido.

Ale: Dignificarlo. Y justo había una pregunta antes de pasar a que me platiquen la onda de los eventos y eso, en el sentido de, creo que durante la pandemia fue cuando más descubrimos lo importante que es el arte porque muchos estábamos encerrados, y entonces los eventos se empezaron a ocurrir por las pantallas, y yo siento que mucha gente estuvo cuerda porque tenía acceso al arte, a la música, esta clase de eventos que cubrieron. Entonces, creo que es súper relevante dignificar el arte y darle una función como lo que es, una forma de expresión y comunicación dentro de nuestras propias vulnerabilidades como seres humanos. Y hace rato dije algo bien bonito al respecto de las vidas que cambias y cómo impactas, y me gustaría que las tres me dijeran, ¿cómo ven su función en este batallar diario como artistas? Cuando nos permiten a alguien que se siente en frente de ustedes vivir a través de ustedes y



alimentarnos una emocionalidad a nosotros, hacernos vivir a través de ustedes, en esa responsabilidad social de ir a unirnos a través del arte.

Zaira: Sí, siento yo que tengo una responsabilidad muy grande de cuando estoy arriba de un escenario, cuando me toca interpretar algo porque siento que el arte es la posibilidad de crear una realidad distinta para las personas, de que se den cuenta que hay realidades distintas que pueden ser muy hermosas o entender las complejidades que la realidad nos pone, como fue en mi caso, en un principio, con la danza. Y yo viví una experiencia muy bonita, justo en pandemia, porque saliendo de pandemia hicimos un trabajo en plazas públicas con una compañía con la que trabajo y habla sobre la pérdida, sobre la muerte, es un trabajo infantil, pero que habla

sobre la muerte al final, y una señora se acerca al final de la obra y se pone a llorar conmigo y nos agradece mucho, fue conmigo, pero nos agradecía en general a todos, porque había podido entender las pérdidas que había tenido en pandemia. Y eso creo que es la responsabilidad que yo siento, más que responsabilidad, es lo que a mí me gustaría que la gente pueda entender y resolver este mundo y esta vida que, así como es de bella, es compleja, y creo que el arte es una herramienta muy buena para poder abrirte a un panorama distinto de lo que la mejor tú puedes imaginar o entender de lo que te está pasando. Siempre lo he dicho y lo voy a decir, el arte como un acto de rebeldía.

Karina: Yo pienso que en mi experiencia como artista, desde el momento en que tienes esta toma de conciencia del mundo en el que vives, de

tu realidad, de cómo te relacionas en el mundo, y a la par, o bueno, más bien lo combinas con el arte y con lo que tú sabes hacer, por ejemplo, yo tengo muchas inquietudes de que todo lo que aprendo lo quiero compartir. Entonces, como todo el tiempo estoy ahí, nutriéndome de otras disciplinas, siento que mi conocimiento se va ampliando y yo sí tengo una necesidad de compartir algo que puede ser muy funcional para una persona o para, ya sea para resolver algún problema o para entenderlo desde otro lugar o como poner una perspectiva en donde alguien pueda darse cuenta de algo que no había podido vislumbrar antes. Y creo que eso me gusta de ser artista escénica, como poner todas estas cosas en juego, todos los conocimientos que yo tengo, y luego las herramientas que tengo para jugar, cómo con eso puedo crear algo para compartirle algo a las personas, sea digamos como una reflexión, una moraleja, o algo más elaborado. Tanto como si solo puedo compartirle ese goce y todo lo que nos permite la escena que, a fin de cuentas, alimenta nuestro espíritu, alimenta nuestro derecho al placer, al goce, a la sensibilidad, a tener espacios que son m e r a m e n t e como extra cotidianos, en los que podemos reír. Socialmente tenemos muchas restricciones y muchos "deber ser". Entonces, creo que poder tener la escena como este lugar de compartir y decir otras cosas son posibles, otras realidades, otras sensaciones, poder vivir otras sensaciones fuera de nuestro ajeteo diario, creo que para mí eso es como lo que más me interesa. Antes, como mencionaba, cuando tienes solamente el deseo

de ser a lo mejor solo intérprete o tener un sueño muy puntual, uno tiene el deseo de ser visto, y creo que a fin de cuentas, como artistas, pues sí queremos que nos vean, pero creo que en mí la necesidad si está más en compartir todo lo que he aprendido, la experiencia que he acumulado, y poder a lo mejor hacerle a alguien mucho más fácil un problema que esa persona no podía resolver. Es como también que una va explorando un camino y vas haciendo un sendero, vas dejando un camino detrás de ti en donde puedes ayudar a otra persona a llegar al mejor más fácil al lugar que tú estabas explorando. Entonces, yo pienso que la necesidad de compartir y de unión, de tener esta, de pronto también hacer catarsis con otras personas, es esta cosa que dices, esta unión entre nosotros, entre seres humanos en el que no importa clases sociales, raza, nada, solamente importa el convivir, estar presente en este momento y disfrutar. Creo que también nuestra cultura deja de lado este goce y este disfrutar, y creo que también las artes reivindican

ese derecho que tenemos. Entonces, a mí me gusta compartir eso.

Paulina: Yo comparto mucho de sus ideas, de lo que acaban de exponer Kari y Zai. Yo también, como lo he pensado, mismo pero diferentes palabras, pero me gusta rescatar esta idea del arte como una manera de humanizar porque muchas

veces, sobre todo como ya comentó Zai, yo también estoy de actuaría, tengo también ahí una pasión poco común con las matemáticas, los números, y ese tipo de cosas, pero también estoy consciente, justamente me toca vivir estos dos



ambientes en el que uno, al final, ya va a terminar seguramente en un escritorio trabajando, y es la realidad de muchas personas, es en mayoría de profesiones creo, termina uno trabajando muchísimas horas sentado en un escritorio, apenas tienen una hora para comer, muchas veces requieres un tiempo extra, muchas veces te deshumanizas. Entonces, veo el arte como una manera de salirte de tus números, de tus cálculos, de lo que pasa en las finanzas, de lo que está pasando en el mundo, en tu profesión, en tu quehacer, en tus algoritmos, en tus procedimientos para llegar a un escenario o llegar a algún lugar, el arte puede estar en muchas partes, abrir los ojos y darte cuenta de que tú también eres una persona, que no eres una máquina que va a estar ahí las 24/7 hasta que se acabe y deje de funcionar, sino más bien eres una persona que siente, eres una persona humana que piensa, que es capaz de reconocer realidades, y no nada más su mundo de administradores, su mundo de contadores. O sea, somos muchos y no nada más eso. También veo el arte como una manera de, los que a lo mejor nos estamos dando cuenta y levantamos la voz, y ya viene marzo, los feminicidios, entonces nosotros, artistas, llegamos y exponemos una danza en la que vamos a representar feminicidios, lo que está pasando. Entonces, va a ser una manera en la que lo que muchas veces ves en las noticias y pasa, considero inaceptable, en un mundo tan deshumanizado como lo es México, muchas veces, hay otro feminicidio, hay otros narcos que asesinaron, lo de siempre, ya lo vemos tan normal, ya lo vivimos tan cotidianamente, pero eso no significa que sea aceptable. ¿Qué hacemos los artistas? Oye, eres humano, sientes, a ti también te puede pasar, abre los ojos, el corazoncito también siente, tienes ahí algo más que un cerebro que está para hacer cálculos y hacer todo ese procedimiento que nada más, al final, es como un día más, como una máquina.

Ale: Ahora, sí, platíqueme, ¿cuáles son los proyectos que vienen a futuro?

Zaira: En un Festival que se llama Dance Fagia, va a ser del 26 al 28 de abril, no tenemos exactamente la sede, pero si nos siguen en

nuestras redes en Instagram, @ColectivoDelirio, ahí ya publicamos exactamente fecha, hora, y lugar. Pero en ese festival, vamos a presentar un fragmento de nuestra obra “Delirio de una Muerte por Usted”, que fue la obra seleccionada para Sistema de Teatros este año, y es una obra que habla sobre el Día de Muertos, recupera esta tradición, hacemos un pequeño homenaje, o más bien como recordando al maestro Francisco Toledo. Nos basamos en el libro de José Saramago, "Intermitencias de la Muerte", para la creación de esta obra. Muchas tradiciones oaxaqueñas, hay por ahí un son jarocho, pero en sí, la obra habla del Día de Muertos y, en este festival, van a poder ver un fragmentito de esta obra. Esos son, a nivel México, ahora estamos pensando en llevar nuestro proyecto fuera del país y estamos trabajando mucho en eso, ojalá se nos logre. No quitaremos el dedo del renglón, pero eso es lo que tenemos por ahora.

Ale: Chicas, muchas gracias por el tiempo que compartieron conmigo, obviamente sus reflexiones me parecieron muy interesantes. Gracias por esta oportunidad.





EL OSO DE AGUA

El Microscópico Superviviente
del Reino Animal



Por: **Grecia Ginete**

© grecitoginn

Fotografías: www.ngenespanol.com



Entre las maravillas del reino animal, pocas criaturas son tan fascinantes y resistentes como el oso de agua, conocido científicamente como *Tardigrada*. Estos seres microscópicos, que apenas alcanzan los 0.5 milímetros de longitud, han capturado la imaginación de científicos y aficionados por igual debido a su asombrosa capacidad para sobrevivir en los entornos más extremos de la Tierra, desde el vacío del espacio exterior hasta las profundidades abisales de los océanos.

Un Vistazo a su Origen

Los tardígrados fueron descubiertos en 1773 por el zoólogo alemán Johann August Ephraim Goeze, quien les dio el nombre de "osos de agua" por su peculiar forma de caminar que recuerda al andar de un oso. Estas criaturas son casi tan antiguas como la vida en la Tierra, con fósiles que datan de hace más de 500 millones de años, lo que les otorga un lugar destacado en el estudio de la evolución biológica.

Características Únicas

A pesar de su diminuto tamaño, los osos de agua poseen características que los convierten en verdaderos titanes de la supervivencia. Son capaces de soportar temperaturas extremas, desde casi el cero absoluto hasta más allá del

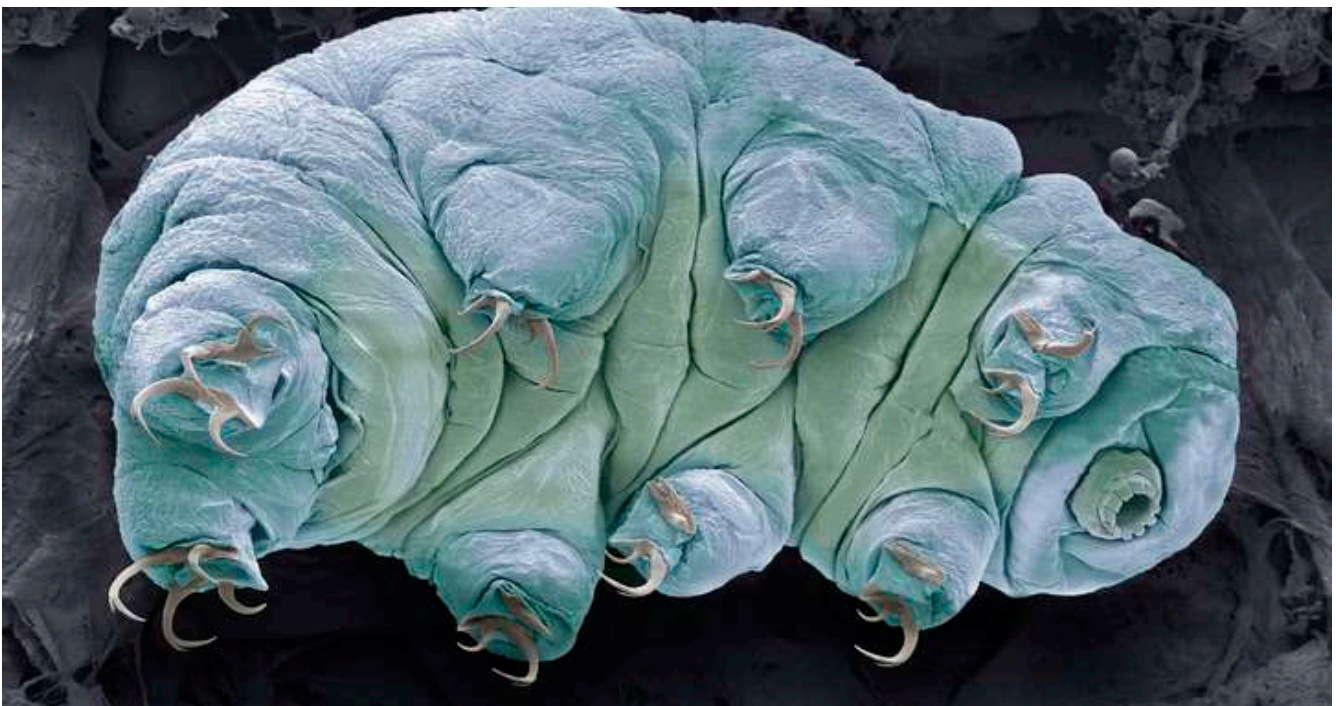
punto de ebullición del agua; presiones seis veces superiores a las encontradas en las fosas oceánicas más profundas; altos niveles de radiación; y pueden vivir sin agua durante décadas, entrando en un estado criptobiótico en el que su metabolismo se detiene por completo.

Importancia Científica

La extraordinaria resiliencia de los tardígrados ha despertado un gran interés científico, particularmente en el campo de la criptobiología, que estudia cómo los organismos pueden sobrevivir en estados suspendidos. Además, su capacidad para resistir la radiación y las condiciones extremas del espacio ha llevado a especular sobre su potencial para la astrobiología, el estudio de la vida en el universo.

Un Futuro Prometedor en la Investigación

La investigación en torno al oso de agua continúa desvelando sorpresas. Estudios recientes han identificado proteínas específicas que otorgan a estos seres su resistencia a la desecación y la radiación, abriendo posibilidades para aplicaciones biomédicas, como el desarrollo de cultivos resistentes a la sequía o la mejora de la protección contra la radiación para astronautas en futuras misiones espaciales.





BANQUETE LÍQUIDO

Por: Susana de Hoyos
Imágenes: Freepik

I

En ese momento supe que solo él podía saciar esta hambre, lo que necesitaba eran tripas, grasa y cuando lo lamí él pensó que era de deseo, sí lo era, pero no sabía que era para devorarlo.

II

Los mirones se reunieron afuera del edificio, había una persona que fue la primera en acercarse por el hedor, siempre pensó que su vecino era sucio, pero esto ya había sido demasiado. El olor que emanaba del lugar era absolutamente nauseabundo, penetraba en las fosas nasales como amoníaco, parecía que quemaba al momento de respirar. Cuando abrieron la puerta fue como un golpe para todo el cuerpo, era absolutamente vomitivo.

El simple hecho de llegar y admirar todo lo que había en el departamento, era un espectáculo, nadie tenía idea de lo que había pasado, pero las gotas esparcidas por el lugar indicaban que algo había sido desgarrado y mutilado. Las gotas incluso caían del techo, para entrar ahí se requería de mucho valor, más allá de eso se requería no ser tan aprehensivo.

III

Martha se encontraba en la cafetería del parque cerca de su casa, últimamente no se había sentido muy bien le comentó a Gabriela amiga y acompañante de aventuras.

–Últimamente todo me cae mal, hay días en que trato de comer un poco y me duele el estómago.

–¡Ay Martha! Pues porque comes mucho, bueno o sea no es que comas mucho, es que comes mal.

Martha se quedó pensando que quizá Gabriela tenía razón, comía mucho y su estómago lo resintió finalmente. Sin embargo, había indicios de que estaba sucediendo algo; era ese constante sabor amargo como fierro, tenía pequeños calambres cuando pasaba la lengua por el paladar y los dientes. El cuerpo lo sentía extraño y no entendía la razón ¿qué era lo que pasaba? Quizás esas pequeñas dosis de ansiedad que le recorrían las venas, habían hecho un cambio químico y ella no lo sabía. Sentía que su cuerpo estaba en una transformación la cual no había sido captada por completo en su cerebro, o no le aviso al tomar la decisión.

Tenía sabores extraños en la boca que no desaparecían comiera lo que comiera, o tomara lo que tomara. A veces le daba pena ir con sus amigos porque todo le sabía mal y tenía que decir que ya había comido, tampoco podía saborear un buen vino porque de nuevo su cuerpo indicaba que eso no era lo que ella necesitaba. Se encontraba en un tren sin saber exactamente cuál era la parada, éste se había detenido y ella no tenía la menor idea de qué hacer, si seguir enredándose más en la trama de su cuerpo y mente o buscar la siguiente parada.

IV

En el edificio donde se encontraba el agente del M.P. que estaba al mando de la investigación del crimen que sucedió en la calle de Amapolas #14 departamento 304, todo eran prisas, era un ir y venir de diferentes personajes. Cuando entró al departamento no podía respirar todo a su alrededor se movía, hasta que vomitó con dolorosas arcadas. Llegaron los agentes que apoyarían la investigación e interrumpieron bruscamente mientras se limpiaba la saliva de las comisuras –Uy Lic., pus ora sí que, qué hacemos, está bien difícil la cosa no Lic., si va a estar bien cabrón despegar la piel de las paredes, a éste si se lo echaron bien canijamente, ni la pinche mata viejitas oiga...

El agente escuchaba como en ecos los balbuceos de los policías mientras la mirada que se le había tornado nublada, le regresaba poco a poco para recordarle que él estaba al mando. Entró de nuevo al departamento, lo más sorprendente era la cantidad de comida que había, toda en estado de descomposición, lleno de moscas que revoloteaban. Trataron de abrir las ventanas, pero se dieron cuenta que estaban selladas con cinta plateada, tomaron huellas dactilares y algunos de los objetos que servirían para la investigación las metieron en bolsas transparentes.

Despacio se acercó el agente hacia la mesa, la cantidad de comida era inaudita, había jamón serrano, paté, mangos, mandarinas, uvas, huevos cocidos, sopa de verduras, carne en salsa, pollo asado, frijoles en lata, chocolates, helado, galletas, espagueti en salsa roja, lechugas, aceitunas, papas fritas, pan de caja, donas, leche con chocolate, verduras cocidas, aceitunas... Todo, en estado de descomposición, las hormigas, las moscas y las cucarachas rondaban junto con los gusanos en la lechuga, en los mangos, en los portobellos. La sopa tenía una capa blanca de espuma densa y pesada, el espagueti estaba mezclándose con los gusanos de todas las frutas, el helado ya era una capa de nata llena de colores surrealistas, de los jamones que había esparcidos cada uno tenía su comunidad de larvas, trataban de comer aun cuando la limpieza ya estaba comenzando.

Los restos del cuerpo eran pedazos de carne que estaban incrustados en el sillón, colgados en la lámpara, en la pared y hasta en el inodoro. Las manchas de sangre estaban también en las paredes de manera lúdica. Les pidió a todos los policías que se encontraban ahí que salieran, quería analizar lo que había acontecido en ese espacio, ya no era un departamento común y corriente, parecía estar pendiendo en el tiempo, el espacio había sido modificado, alguien manipuló la atmosfera del lugar.

No se podía llamar persona a lo que había hecho esto, ya que sería darle nombre a algo que había perdido su lugar en el mundo ante tal acto. Taparon los vidrios cubriéndolos con periódico, el olor era parte de lo que había sido hecho a propósito, la comida que estaba en descomposición tenía exactamente 45 minutos menos que los pedazos de cuerpo. Había sebo humano esparcido sobre la televisión, los rasgos del criminal que había realizado este acto tenía que ver con la comida, algo le mortificaba en demasía con respecto a esta. Lo que alguna vez fue un cuerpo obeso, ahora solo eran pedazos de carne podrida y sangre. Mucha sangre.



Los policías que esperaban pacientemente afuera del lugar, se decidieron a entrar con pasos nerviosos y voz temblorosa.

–Lic., este oiga, ¿no tiene ya un dictamen de lo que pasó aquí?

Indeciso y con muchas ganas de contestar que sí, no pudo dar una respuesta, no les pudo dirigir la palabra, no salió nada de su boca, solo un pequeño movimiento de cabeza indicando que no.

De manera empática con el Lic., otro policía que estaba en la escena le comentó.

–Pus es que yo también estaría bien sacado de onda, o sea pus ¿qué van a decir o qué, que entró un chupa cabras dos o qué?

Las risas irrumpieron la escena dándole un toque de comicidad.

–¡Mierda! Pensó el agente, no tengo ni idea de cómo comenzar a recolectar datos o rastros, la carne, la comida...

V

Martha estaba en su departamento, llevaba horas lamiéndose una herida que se había provocado por comerse un pellejito del dedo meñique. Sonó el celular; era su amiga Gabriela que la quería invitar a salir; llevaba en su departamento días. Cada cosa que metía a la boca la tenía que expulsar, comía cosas que le gustaban como fresas con chocolate, galletas y tampoco, intentó una michelada con clamato y tampoco, la sal se le quedó en los labios y sintió que le quemaba.

–Dime Gaby.

Le contestó con amargura, con pereza.

Gaby se hizo la que no le importaba y comenzó con el discurso.

–Ven a lo de hoy, ya párate de ahí güey, llevas como 6 días sin salir, ¿qué tienes?

–Nada, ya te dije, bueno me siento mal del estómago, pero nada más, cálmate.

La última palabra se la decía a ella; quería calmarse de alguna manera y no lo conseguía, la ansiedad la dominaba por completo.

–Pues entonces ven conmigo.

–¿A dónde?

–Es lo de menos güey, ya sal de ahí.

–No mames, si no me dices, no voy a ir y te voy a colgar.

Mientras hablaba con su amiga, se observó en el espejo; sabía que en verdad algo no estaba bien, la piel se le estaba secando, el dolor que sentía no podía identificarlo exactamente si eran los intestinos, el páncreas o la vesícula.

–Bueno güey, paso por ti en una hora.

Colgó, se metió en la regadera, estaba demasiado blanca; las venas se le transparentaban más que nunca, parecía que la piel no absorbía el agua, el pelo se estaba haciendo tieso, los ojos le dolían; tenía fotorobia. La boca también le dolía, se asomó en el espejo y no; no eran los mismos ojos, en verdad se sentía desubicada. Fumar le parecía reconfortante, las caladas que le daba al cigarrillo al menos por unos momentos hacían que su lengua no le exigiera ese sabor.

VI

Alfredo seguía tratando de recuperarse de la escena escribía y hacía dibujos en su libreta. Le tenían mucho respeto los policías que trabajaban con él,

había resuelto casos complicados, era valiente, se enfrentaba a los medios de comunicación diciendo cualquier cosa que a los televidentes los convenciera. Se encontraban en las oficinas de regreso, los policías estaban inquietos, así que uno decidió preguntarle.

–Oiga Lic., o sea, pues yo entiendo que se tiene que tomar su tiempo y eso, pero pues ya díganos qué procede o cómo vamos a aproximarnos al caso.

Uno de los agentes que lo acompañaba en la investigación le aviso que habían llegado las televisoras. Salió de su privado, cabizbajo, entró al baño, se echó un poco de agua, se revisó la sonrisa, y se dio cuenta de que sí la traía puesta. Amablemente saludó a los medios y comenzó de manera solemne la explicación. –Los narcos nuevamente nos tienden una trampa, es momento de reflexionar ante tales estas circunstancias, hay letreros que indican que fue una de las familias, recemos por el occiso y pronto les tendremos una explicación. Con ojos incrédulos y risa sarcástica uno de los policías dándole palmadas en la espalda le dice:

– Chiale Lic., ora sí se la sacó y bien chingona, los narcos, ojalá hubieran sido los narcos, esto está hecho por un “mostro”.

VII

Martha y Gabriela llegaron a la fiesta, era en un departamento que estaba en el tercer piso, se escuchaba la música desde afuera.

–Güey, qué pedo, por qué estas como zombi, hay un güey que te está viendo y tu ni lo pelas, ¿Martha? ¿Qué te hiciste en el pelo? Ora si te quedo alaciado, se ve chingón nunca te lo habías peinado así, como que traes una onda, aunque no lo creas.

Las dos se rieron, empezaron a bailar, el departamento era amplio, había mucha gente y mucha comida, como un bufet. Trató discretamente de meterse algo de lo que había ahí, un pedazo de jamón serrano y una uva, pero más tardó en metérselo que en lo que estaba de vuelta en su mano. Lo envolvió discretamente en una servilleta. La fiesta era en casa de un conocido que le decían el Simi, porque parecía que se había tragado una botarga de lo gordo que era.

Se le acercó despacio y vigilante, hasta que decidió hacerle un comentario banal que sirviera para iniciar la plática. El joven era guapo, ojos verdes y expresivos, alto, con cuerpo marcado por el ejercicio que diario realizaba.

–Si está bueno que en las fiestas ya haya además de papitas comida de verdad ¿no?

– Pues sí, está bien.



- ¿Quieres una cerveza o algo?
- Pues sí una chela. Pensó: Con eso me hago pendeja un rato.
- Oye se me olvidó tu nombre, perdón.
- No pues más bien creo que ni te lo dije.
- Yo soy Alfredo.

Gabriela interrumpiendo la escena con gritos por lo fuerte de la música les dice a ambos:

- Güey, que bueno que se conocieron, a mí se me hace que están hechos el uno para el otro, esta vieja es bien rara. Señalando a Martha. Alfredo risueño le contesta:
- Ah sí, pues entonces es de mi tipo, a mí me gustan las raras.
- Martha dejó de escucharlos ahora había identificado qué era lo que su cuerpo necesitaba, eran sensaciones diferentes de lo que en semanas anteriores le estaba ocurriendo, sintió cómo la sangre subía por su cara, y de pronto le escurría algo de las fosas nasales.
- ¡Güey! ¿Qué te pasa? Te está saliendo sangre de la nariz.
- Ya la sentí. Vámonos, me siento mal.

Salieron despavoridas del lugar, de cualquier manera, era usual en ellas, siempre se iban de las fiestas sin despedir. Como pudo Alfredo las alcanzó entre la multitud. Se dirigió a Martha. - ¿Estas bien? ¿Quieren que las lleve a algún lado? -Sí por favor, a mi casa. Es aquí cerca a unas cuadras.

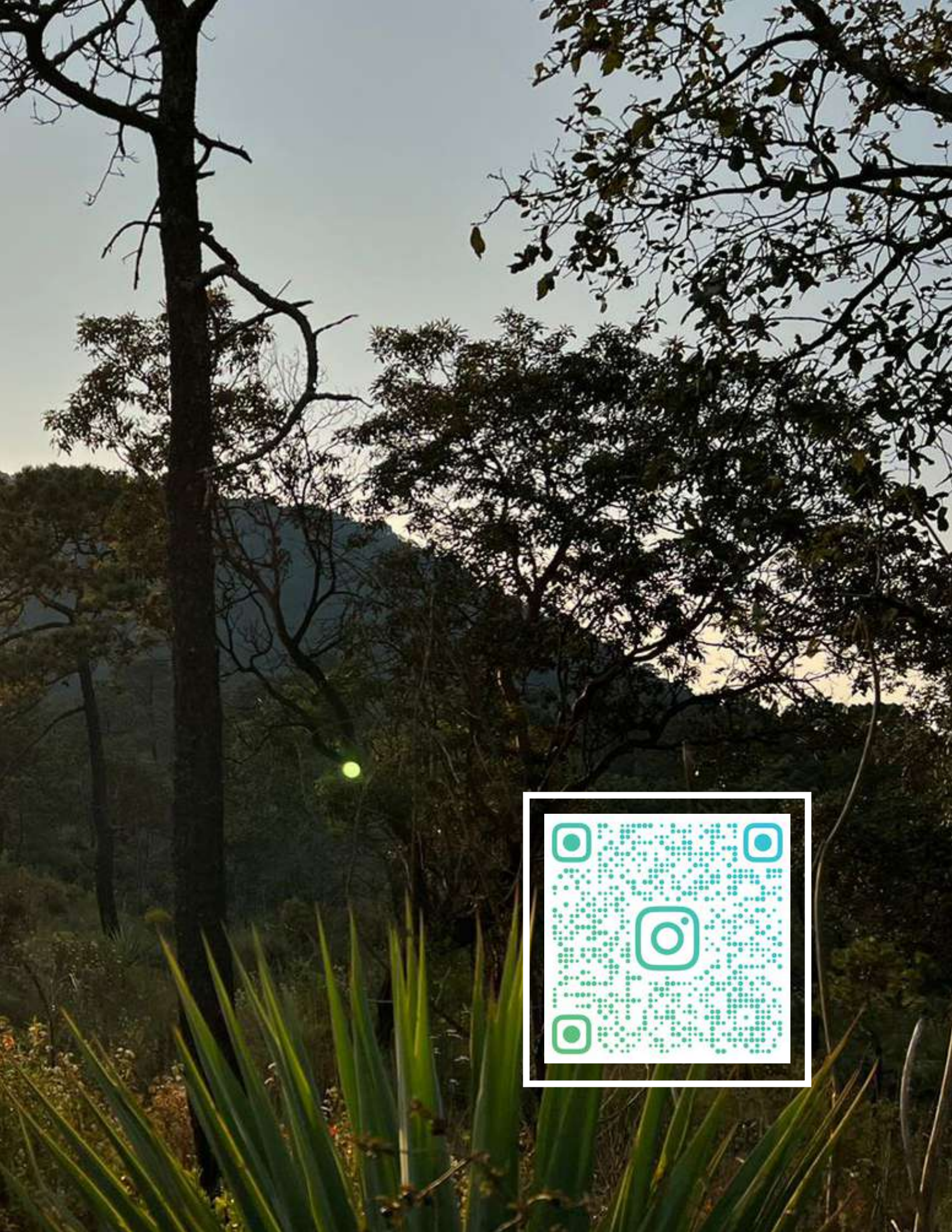
En el coche había un silencio entre molesto y confuso hasta que Gabriela interrumpió de nuevo:

- A Martha le gustan estos coches. Y la música que estaba en la fiesta, estaba buena. Ajá, es que es lo que hay, pues el vodka ya también se estaba acabando. Igual hasta estuvo bien irnos ¿no? ¿O vamos los tres a otro lado?
- Alfredo encontró muy molesta la plática chillona de Gabriela así que prendió el radio, suavemente sonaba algo como jazz. Paró el coche, volteo a ver a Martha.
- ¿Te sientes mejor?
- Sí.
- Era claro que se sentía mucho mejor, al fin.
- ¿Quieres que le llame a alguien o qué quieres hacer?

En ese momento no supo qué contestar, si no entendía mal el mensaje, se estaba auto invitando a quedarse con ella, pero había pasado algo en el departamento que necesitaba de nuevo experimentar y que para nada lo incluía. Se había sentido además de excitada, muy hambrienta, pero consolada porque había encontrado algo con que satisfacer la ansiedad.

- No, hoy no. Pásame tu cel y te marco luego. Gaby, vete con él por fa, es que quiero estar sola.
- Güey, pero yo vivo bien lejos. Ya estamos aquí. ¡Uta! Ya se salió del coche, ya ni me escuchó. Volteando de manera seductora y burlona le dice a Alfredo ¿qué tú para dónde vas o qué? ¿Vives cerca? ¿Me quedó en tu casa si quieres?
- Gaby, gracias, pero mejor te llevo a tu casa.
- Sí está bien, ya sé que a ti te laten las freaks.







Coyoacán

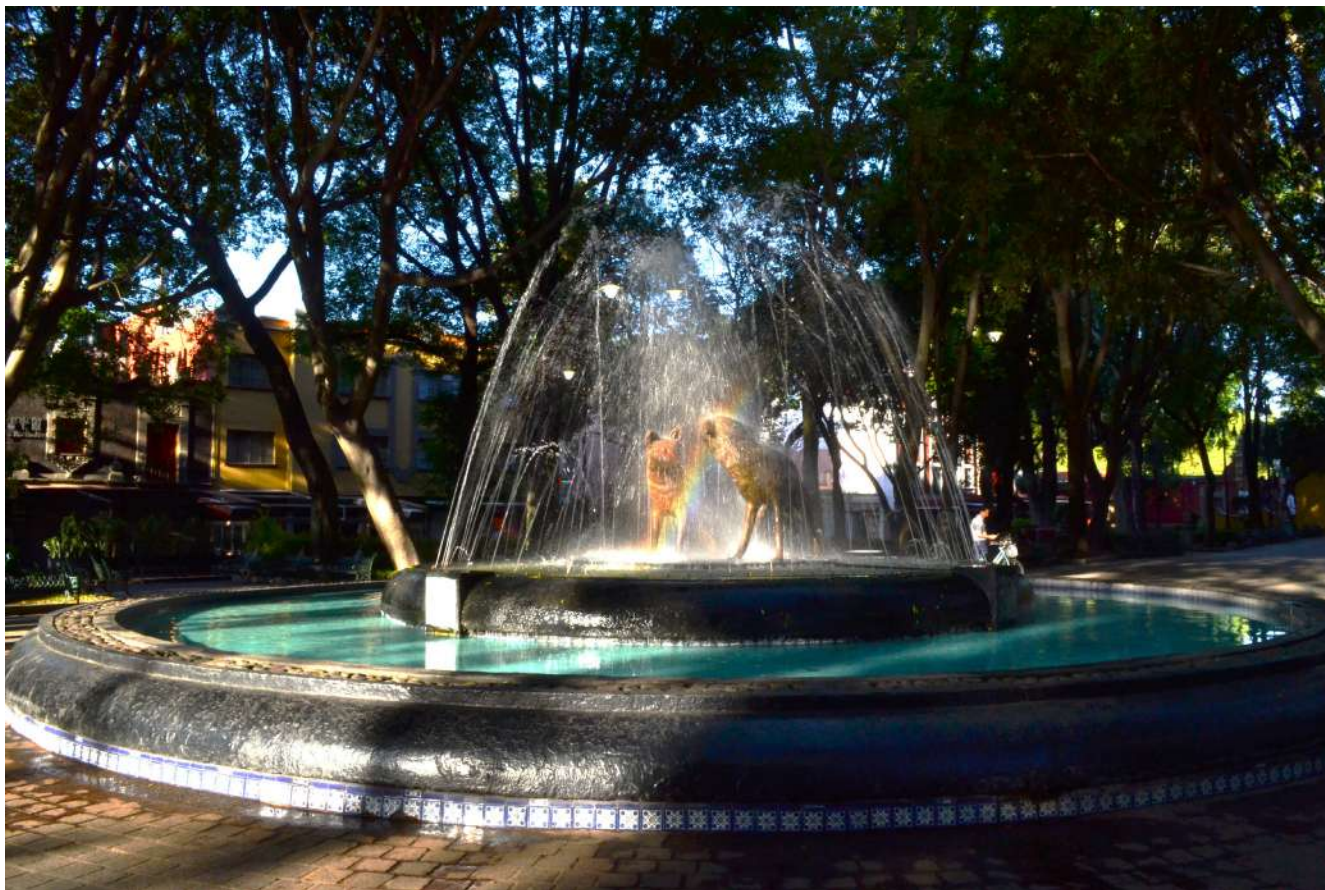


Texto y Fotografías: J. Rogelio Sandoval

roysan60

José Rogelio Sandoval





Como un suspiro matizado de colores provincianos y humor de paseo romántico o familiar, Coyoacán se levanta en el bullicio de la Ciudad de México, así, como un remanso de paz que apacigua el ímpetu cotidiano de los ciudadanos, invitando a caminar en la tranquilidad de sus encantadoras calles, salpicadas de colorido y exquisita arquitectura.

Esta demarcación por su belleza natural fue elegida por el conquistador Hernán Cortés para construir la casa o palacio de Cortés, a fines del siglo XVIII.

En la actualidad el palacio de Cortés alberga las oficinas de la alcaldía de Coyoacán. Uno de los mitos más famosos en torno a esta construcción nos cuenta que Cortés vivió en este recinto, pero crónicas de diferentes épocas mencionan que después de consumada la conquista los españoles tuvieron que salir del actual centro histórico por las condiciones insalubres provocadas por los muertos de la guerra tanto nativos como conquistadores y se eligió el

poblado de Coyoacán para asentar un gobierno temporal en tanto se limpiaba y planeaba la construcción de la nueva España.

En la actualidad pasear por el jardín Hidalgo que ocupa la explanada en donde se encuentra el kiosco y parte de lo que fue el atrio de la parroquia, nos permite admirar la historia de este lugar, y caminar entre la romería y concurrencia de la gente. Cantantes, mimos y con suerte alguna pequeña obra de teatro callejera convierte nuestro paseo en un paseo cultural.

Globos, algodones de azúcar, y vendedores ambulantes es común encontrarlos (si se presenta alguna persona y te ofrece insistentemente alguna golosina, pulsera o algún otro producto, ten cuidado y de manera gentil dile que no, evita comprarles ya que ese producto te lo venden a un costo de tres a cinco veces más su valor original) en las calles aledañas a este jardín puedes encontrar puestos ofreciendo toda clase de antojitos.

La parroquia de San Juan Bautista de estilo barroco, Novo-hispano en su momento llegó a ocupar una superficie de 20,000 metros cuadrados abarcando desde la actual calle de Centenario en donde se ubica parte de lo que fue el antiguo arco que enmarcaba la entrada del atrio. Hoy frente a este arco se encuentra el jardín Centenario que da cobijo a la emblemática fuente de los coyotes símbolo de Coyoacán. (Lugar de coyotes).



En cuanto a gastronomía, Coyoacán ofrece un verdadero ramillete de opciones y lugares, en el jardín Centenario se encuentran pequeños restaurantes que ofrecen platillos para diferentes gustos y una excelente vista del parque. El “mercado 89” frente al parque Allende es otra muy buena sugerencia también con gran variedad de sabores a degustar como platillos del mar y las famosas tostadas de guisados exuberantes cochinita pilpil, pulpo, camarón, ceviche, hongos, etc., etc.

Como les decía, Coyoacán es un crisol que ofrece de todo, arquitectura, cultura, gastronomía, vida nocturna, y lugares emblemáticos, se dice que, si vienes a Coyoacán y no haces parada en el café el jarocho, o las nieves de Coyoacán, es como si no lo hubieras visitado.

Otros sitios importantes que puedes conocer y que valen la pena, son: la iglesia de la Conchita, en el barrio del mismo nombre, la casa de la cultura Jesús Reyes Heróles frente a la plaza Santa Catarina.

En cuanto a museos cercanos al centro de la plaza principal está el museo Frida Kahlo,

(para visitarlo, los boletos de entrada los tienes que adquirir en línea, resulta casi imposible conseguirlos en las taquillas del museo) el museo nacional de culturas populares y la Fonoteca nacional.

Esta demarcación es especial y sitio de encuentro social de diversos personajes ilustres, identificando como los más conocidos a Frida Kahlo y Diego Rivera, pero han sido muchos los personajes ilustres que eligieron vivir aquí, como: Miguel Ángel de Quevedo destacado ingeniero y urbanista mexicano, reconocido por su influencia en el diseño y desarrollo de la Ciudad de México. Dolores del Río que llegó a Coyoacán en 1943 y se quedó aquí hasta sus últimos días en 1983. Actualmente la hacienda “La Escondida”, donde vivió la primera actriz, cuenta con una placa en la fachada en su honor. Dirección: Salvador Novo No. 127, Barrio de Santa Catarina, Coyoacán.

Emilio “El indio” Fernández vivió en la calle Ignacio Zaragoza No. 51, barrio de Santa Catarina, la



casa permanece cerrada y cada año abre en temporada de muertos a fin de colocar una ofrenda monumental dedicada al artista.

Salvador Novo fue un destacado escritor, poeta y ensayista mexicano que también vivió en tierra coyoacanense.

Octavio Paz Poeta y ensayista mexicano, Llegó a vivir a La Casa Alvarado en Coyoacán en 1996, ahí permaneció hasta su muerte en 1998. Hoy la Casa Alvarado es hogar de la Fonoteca Nacional. Dirección: Av. Francisco Sosa No. 383, Barrio de Santa Catarina, Coyoacán.



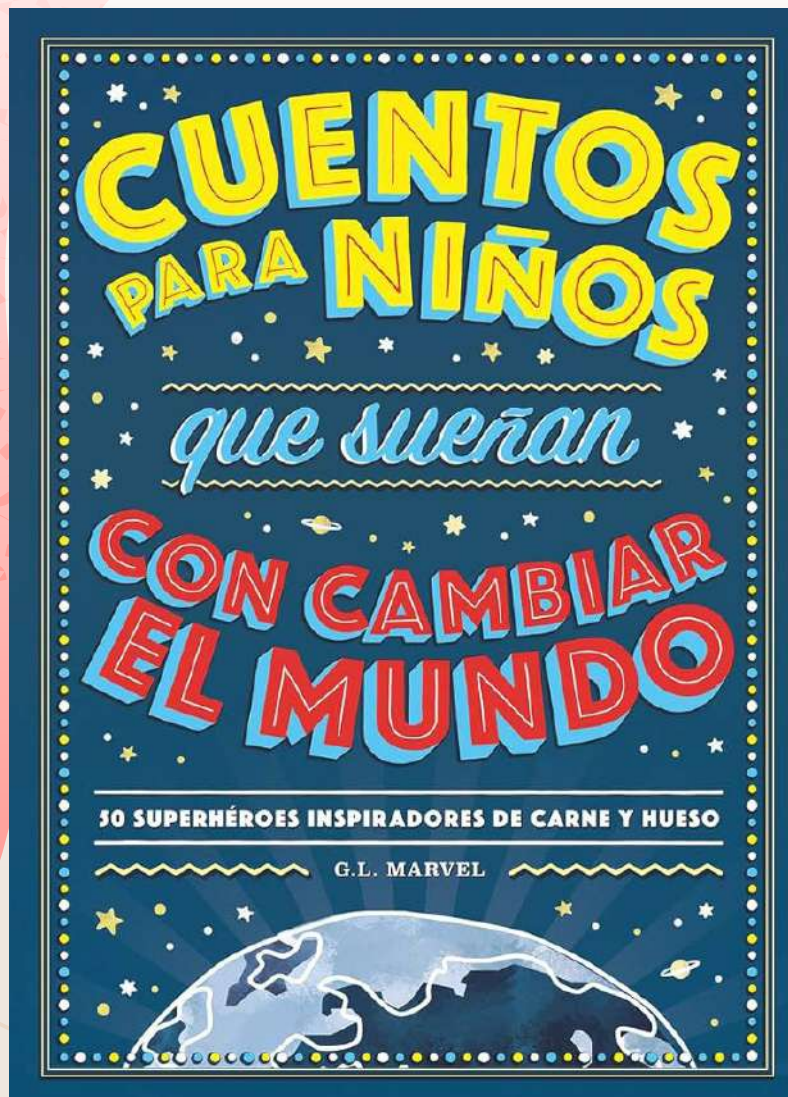
¿Qué leer?



Por: **Grecia Ginnete**

@grecitoginn

Fotografías: **Cortesía**



INSPIRANDO A LAS NUEVAS GENERACIONES: "CUENTOS PARA NIÑOS QUE SUEÑAN CON CAMBIAR EL MUNDO"

En un mundo que constantemente busca modelos a seguir y fuentes de inspiración, el libro "Cuentos para niños que sueñan con cambiar el mundo" de G. L. Marvel emerge como una lectura esencial no solo para los jóvenes soñadores, sino también para los adultos que los guían. Este volumen reúne 50 relatos emocionantes y motivadores de figuras destacadas en diversos campos — científicos, artistas, activistas —, todos los cuales comenzaron como niños con grandes sueños.

Cada historia es una ventana al pasado de estas personalidades influyentes, revelando cómo la curiosidad innata, la persistencia y la creatividad en su infancia sentaron las bases para sus futuros logros. Desde pequeñas acciones en sus comunidades hasta descubrimientos revolucionarios que cambiaron el curso de la humanidad, estos relatos demuestran que no hay sueño demasiado grande para ser perseguido.

Lo que distingue a "Cuentos para niños que sueñan con cambiar el mundo" es su capacidad para conectar con lectores de todas las edades. Para los niños, ofrece ejemplos tangibles de cómo sus pasiones pueden transformar el mundo. Para

los adultos, recuerda la importancia de apoyar y fomentar las aspiraciones de los jóvenes, proporcionando un recordatorio poderoso de que el potencial para el cambio radica en las generaciones futuras.

Además de su valioso contenido, este libro se destaca por su accesibilidad. Las historias son breves y están escritas de manera que cautivan la imaginación de los jóvenes lectores, haciéndolas perfectas para leer antes de dormir o como herramienta educativa en el aula. Las ilustraciones vívidas complementan cada narrativa, dando vida a las historias de una manera que palabras solas no podrían.

Este libro es una fuente de inspiración, un llamado a la acción y un recordatorio de que el cambio está al alcance de todos, sin importar la edad. Es una adición imprescindible a cualquier biblioteca familiar o escolar, destinada a motivar a la próxima generación de líderes, innovadores y soñadores. En un momento en que el mundo necesita esperanza y dirección, este libro brinda ambas, asegurando a los jóvenes lectores que ellos también pueden dejar su marca en el mundo, una historia a la vez.

ABRIL
2024



Por: **Grecia Ginnete**

grecitoginn

Fotografías: **Cortesía**

QUÉ
HACER



04

Yo ya estuve ahí, pero ahora es diferente

Museo Universitario del Chopo
\$30

Edna Pallares, artista visual y escultora, explora la memoria, tanto colectiva como individual, a través de su concepto de "Patrimonio horizontal", enfatizando el valor intrínseco y las historias contenidas en objetos cotidianos. Este enfoque destaca cómo estos objetos conectan el pasado con el presente. En esta exposición, Pallares presenta una selección de sus obras recientes en grafito, tinta y acuarela, mostrando la relación entre sus creaciones bidimensionales y tridimensionales. Sus dibujos, influenciados por reflexiones y procesos de duelo durante la pandemia, capturan la esencia de lo cotidiano y lo doméstico, ofreciendo una ventana a viajes internos personales.



Hasta el 04

Bienal de Ilustración

Centro de Cultura Digital
Gratis

El objetivo de la Bienal de Ilustración es destacar, promover y fortalecer la ilustración originaria de México, reconociendo su rica tradición gráfica y su potente herencia visual. Pictoline organiza este evento bianualmente, ofreciendo una plataforma para premiar las mejores obras de ilustración mexicana en dos distintas categorías. En la edición de 2024, se revelarán los 80 finalistas seleccionados a través de una convocatoria pública, y se entregarán tres premios de adquisición. Adicionalmente, se introduce el PREMIO LATAM con el fin de fomentar y valorizar el trabajo de ilustradores a lo largo de América Latina.



Hasta el 07

Petrit Halilaj: Runik

Museo Tamayo
\$85

La exposición "Petrit Halilaj: RUNIK", presentada por primera vez en América Latina, es una exploración profunda de cómo el artista utiliza el arte como medio para navegar y comprender el mundo, así como para expresar emociones complejas relacionadas con la historia y la identidad de su Kosovo natal. A través de obras que incluyen una representación arquitectónica de su casa familiar en Kosovo y el gesto simbólico de inscribir una gallina, un ave incapaz de volar, en un vuelo de Boeing 737 de Aeroméxico, Halilaj reflexiona sobre temas de pertenencia y sueños migratorios. Residiendo actualmente en Berlín, pero manteniendo una conexión profunda con Kosovo y vínculos significativos en varios lugares del mundo, Halilaj ofrece una visión íntima de cómo la noción de hogar trasciende los lugares físicos para anclarse en conexiones emocionales y afectivas.



Hasta el 07

Entre presencia y sentido: Las formas de la poética

Museo Nacional de San Carlos
\$65

La exposición reúne obras de notables artistas como Leopoldo Méndez y Manuel Álvarez Bravo, con el fin de ofrecer al público una experiencia que va más allá de la simple interpretación, instigando una apreciación profunda del arte como un encuentro con la "presencia". Al presentar más de cien obras de su colección, la Academia de Artes busca explorar la dinámica entre la presencia y el sentido en el arte, resaltando la importancia de la percepción directa y la naturaleza efímera de las obras.



Hasta el 08

Impresiones - Alice Rahon

Museo Kaluz
\$60

La muestra ofrece una retrospectiva de 78 obras de Alice Rahon. Este evento destaca el incremento de interés en Rahon, tanto en México como a nivel internacional, y busca enriquecer la comprensión de su aporte a la pintura no figurativa mexicana, examinando sus interacciones y la influencia entre ella y contemporáneos. Curada por Daniel Garza Usabiaga, la exposición enfatiza las interpretaciones de Rahon sobre la naturaleza, especialmente sus paisajes.



Desde el 10

Ambulante: Gira de documentales

Varían las sedes
Dependiendo de la sede es gratis o con costo de \$65

Ambulante Gira de Documentales se celebrará en la primavera de 2024, desde el 10 de abril hasta el 26 de mayo, recorriendo Ciudad de México (10 al 21 de abril), Veracruz, Michoacán y Querétaro. En su 19ª edición, el festival ofrecerá una selección de documentales en nueve secciones temáticas, abarcando desde cine documental mexicano y temas de justicia y derechos humanos, hasta cine experimental y retrospectivas del festival.



20 y 21

Describir la ciudad

En el piso 14 de la Torre Latinoamericana
\$800

Este taller se enfoca en analizar y crear textos sobre la Ciudad de México, abarcando narrativas y ensayos desde el siglo XX hasta la actualidad, con el propósito de explorar nuevas formas de entender y experimentar la urbe.



Hasta el 21

Luces y siluetas

Museo Archivo de la Fotografía
Gratis

María García, una fotógrafa pionera que explora la forma femenina con una mezcla de sutileza y profundidad. García es reconocida por su contribución al fotoperiodismo femenino y su habilidad para capturar la esencia de figuras culturales y políticas importantes, así como aspectos de la vida cotidiana y social.



Hasta el 28

Genealogías y disidencias

MUAC
\$40

Durante más de quince años, el MUAC ha desarrollado una colección centrada en el arte desde 1952, sin buscar unificarla bajo una narrativa, geografía, línea temporal o identidad específicas.



Hasta el 28

Petrona Viera: Una creación sin fin

MUNAL
\$85

Una exposición que marca el debut en México de la obra de la destacada artista uruguaya. A lo largo de su vida, Viera enfrentó numerosos desafíos, incluida la muerte de su padre, las barreras impuestas por su género y una enfermedad que le causó sordera a los dos años.



CHILA QUILLES





Por: Zaci
Fotografía: Freepik

Hoy vamos a preparar unos deliciosos chilaquiles verdes, los podemos acompañar con pollo, arrachera, bistec, costilla, huevitos o simplemente con frijolitos, crema, queso y unas rodajas de cebolla, hay para todos los gustos.

INGREDIENTES:

- 1/2 kg tortillas o totopos;
- 1/2 kg Tomates;
- Chiles (al gusto, dependiendo cuanto te gusta el picante);
- Ajo (un diente);
- Cebolla (1/4 aproximadamente);
- Epazote (una ramita).

PROCEDIMIENTO:

Empecemos por poner en una ollita a hervir los tomates y los chiles con agua suficiente que los cubra.

A parte vamos a cortar las tortillas en cuadritos o triángulos, en una cacerola o sartén con aceite suficiente, freímos y dejamos escurriendo en toallas absorbentes.

Si ya están hirviendo nuestros tomates y chiles, es momento de llevarlos a la licuadora, agregar un diente de ajo, un trozo de cebolla, agua y moler. En una cacerola caliente agregar aceite con un trocito de cebolla y dejar que se haga transparente y quizá un poquito quemada, agregar la salsa, sazonar con sal, agrega una ramita de epazote y dejar hervir.

Aquí es momento de decidir cómo quieres tus chilaquiles, hay quienes los prefieren crocantes y otros aguaditos, así que, si tu gusto es sentir el bocado doradito, reserva la salsa y las tortillas fritas, por el contrario, si te gustan aguaditos, es momento de agregar los totopos a la salsa y apagar para que absorban la salsa.

Zacitips

- Para que tus tortillas se frían mejor, cómpralas un día antes y déjalas orear en la mesa o en algún lugar, las guardas y al siguiente día las cortas.
- Lo mejor es usar tomates color verde intenso, ya que los claritos pueden ser un poco más ácidos.
- Si quieres hacer tus chilaquiles aguaditos, te recomiendo que sea lo más próximo a la hora de que los vayan a consumir, ya que se pueden batir y con esto tener un aspecto menos atractivo, aunque seguirán con sabor rico.



Calendario astronómico



Por: Ale
Fotografías: Unsplash



- Luna nueva
- Eclipse solar total
- Super luna

8 de abril



- Luna llena
- 23 de abril**

Sopa de letras



Por: Grecia Ginnete

© grectoginn

Fotografías: Unsplash

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

- NIÑO
- PARQUE
- DIVERSIÓN
- FANTASIA
- RISAS
- EXPLORACIÓN
- CREATIVIDAD
- INFANCIA
- AVENTURA
- IMAGINACIÓN





SIN SUEÑOS

Heinrich Karl Bukowski, (1920-1994) conocido como Charles Bukowski, fue un escritor de relatos, novelista y poeta estadounidense nacido en Alemania

Las camareras de pelo gris
en los cafés por la noche
se rindieron,
y mientras camino por las veredas de la luz
y miro las ventanas
de las casas de las enfermeras
puedo ver que ya no es
con ellas.

Veo gente sentada en los bancos de la plaza
y puedo ver por la manera
en que se sientan y miran
que se acabó.

Veo gente manejando autos
y veo por la manera en que manejan sus autos
que ni aman ni son
amados
ni consideran el sexo
está todo olvidado
como una vieja película.

veo gente en las tiendas y supermercados
caminando por los pasillos
comprando cosas
y puedo ver por la manera en que
les queda la ropa y por la manera en que
caminan y por sus caras y sus ojos
que no les importa nada
y nada se preocupa
por ellos

puedo ver cien personas por día
que se rindieron
del todo.

Si voy al hipódromo
o a algún espectáculo deportivo
puedo ver miles
que no sienten nada por nada o
por nadie
y no reciben
ningún sentimiento.

Por todas partes veo a aquellos que
no mendigan nada sino
comida, refugio y
ropa, ellos se concentran
en eso,
sin sueños.

No entiendo por qué esa gente no
desaparece
no entiendo por qué esa gente no
expira
por qué las nubes
no los asesinan
o por qué los perros
no los asesinan
o por qué las flores y los niños
no los asesinan,
no entiendo
supongo que ya están asesinados
sin embargo, no puedo acomodarme al
hecho de que existan
porque son
demasiados.

Cada día
cada noche
hay más de ellos
en los subtes
en los edificios
en los parques.

No sienten terror
por no amar
o por no
ser amados.

Tantas tantas tantas
de mis criaturas
compañeras.

