



ZAX Magazine

AÑO 1, NÚM. 12, CDMX, MX.



Portada

Fotografía elegida para conmemorar la edición número 12 de ZAX

Fotografía: Freepik.com
Diseño de portada: Cecilia Vázquez



Edición anterior



Beneficios del camote

- Mejora la función inmunológica, previniendo el resaca viral y el cáncer.
- Protege el hígado y mejora las funciones de la célula hepática, mejorando el crecimiento de células nuevas para el ser humano.
- Interfiere en el metabolismo de lípidos.
- Disminuye los niveles de azúcar en sangre.
- Reduce los niveles gástricos.
- Se promueve como un alimento funcional en enfermedades crónicas de enfermedades, para disminuir la incidencia y prevalencia.
- Contiene grandes concentraciones de magnesio (total) que combate el estrés, promueve la relajación y un estado de ánimo favorable, al igual que favorece la salud arterial, sanguínea, ósea, muscular y neuronal ideal para deportistas.
- Es una excelente fuente de vitamina B6 (piridoxina), la cual ayuda a desarrollar la homeostasis (estabilidad) que contribuye al funcionamiento de los vasos sanguíneos y arteriales, además, al consumir potasio puede disminuir la presión arterial.
- La vitamina A que contiene posee propiedades antiinflamatorias, mejora la vista y mantiene la integridad de las membranas mucosas y la piel.

Poesía purepecha

"En la vida
no se gana el ser querido,
solo se gana
el ser querido.
En la vida se aprende,
se gana,
se descubre,
se escribe,
se hace.
Te enseñan otra vez,
se gana,
se gana y se gana a hacer.
El día que comprendí
que lo mejor
que me voy a llevar
es lo que vive,
resaca a vivir
lo que me gusta llevar"

Imagen • Fotos: gettyimages

04X011 (junio 2021)

La fuerza de un abrazo

Profra. Patricia Escobedo Guzmán
Facebook: El espacio de Mía Pato
Twitter: @escobedo_ajpato

011 • Junio 2021

Calendario astronómico

Fases Lunares

Waxqunay: 2 de junio
Nueva: 10 de junio
Creciente: 18 de junio
Llena: 26 de junio

10 de junio: Eclipse anular de sol

Señal visible como anular en el norte de Canadá, Groenlandia y Rusia y parcialmente en el norte de América, Europa y Asia

Características

- Pesa: las hembras pueden llegar a pesar hasta 180 kg, mientras que los machos pesan hasta 200 kg, con excepciones de hasta los 100 kg.
- Altura: 1.60-1.70 m.
- Alimentación: Principalmente se alimenta de pasto natural, leguminosas y heno.
- Esperanza de vida: llegan a vivir entre 8-10 años.
- Reproducción: A los 18 meses alcanzan la madurez sexual y la gestación dura alrededor de 9 meses.
- Mier de vaca: El color rojo no sirve al todo, es el movimiento.
- Mier de vaca: Utilizado en medicina del campo para comunicarse por medio de "vocaciones" principalmente, por otra parte, pueden ser generados por campos húmedos como las zonas de orillado y de riego.
- Cultura: En los animales siempre han experimentado al ser humano ya que son animales fuertes y feroces, por lo que están presentes en varias religiones del mundo occidental, además de ser fuente de inspiración para artistas de pintura y escultura. Un ejemplo de esto es el caso de Falafel realizado por Pericles de Pericles por año así como 100 a.C. aproximadamente.



Contenido

APERTURA

8

Zaxpedia

9

Nuevo Día

10

“Instantes de magia”



12

Día Internacional
del animal sin hogar

16

Justicia

18

¿Has tenido COVID?

20

Pláticas con mi perro
Las elecciones

ENTREVISTA



24

Raúl Orvañanos

REPORTAJE

36

León

ZAX EXPLORE

46

Prismas Basálticos

DIVERSIDAD

56

Calendario astronómico

58

¿Qué hacer?

60

Chiles en Nogada



DIRECTORA EDITORIAL

Alejandra Gil
editorial@zaxmagazine.com

COLABORADORES

Profra. Patricia Escobedo G.
Facebook: El espacio de Miss Paty
Twitter e Instagram: @paty_escobedo

Ana Lilia Romero
@AnaLiliaRomer10

Cecilia Colombo
@cesocerezo

Orestes
Instagram: Orestx

Juan Arredondo

Juan Carlos Sánchez Tapia
El rincón del escritor

Juan Martínez Reyes
Instagram: Yorchi_23

Rogelio Sandoval
Facebook: José Rogelio Sandoval Tellez

DISEÑO EDITORIAL

Cecilia Vázquez
cecilia.disenio@zaxmagazine.com

WWW.ZAXMAGAZINE.COM

SUMARIO

64

La evolución de Kea
en Amycu

66

XIV

Carta editorial

Dicen por ahí, que cuando uno deja de percibir el paso del tiempo es porque esta disfrutando mucho lo que hace, ignoro si esta frase es cierta, o si hay algo al menos coherente en ella, lo que si note es que el año terminó por irse y desvanecerse, la gran diferencia radicó, en las vivencias que se generaron durante ese tiempo en cuestión.

El motivo de esta reflexión es, porque ese año al que me refiero, es el primer aniversario de ZAX, es decir, la edición numero 12 de La revista, de estas 12 ediciones, yo edite 11, algunas mejor que otras, algunas salieron en tiempo, otras muy tarde de acuerdo a la fecha esperada, pero este año ha sido sin duda apasionante.

Y es que, cuando inicie este proyecto tenia yo muchas dudas, si tendría el conocimiento suficiente para editar una revista de calidad mínima, si debía estudiar diseño en 2 semanas (jajaja), o incluso, si alguien estaría interesada en leerla, lo cierto es, que a pesar de que yo pensé que estaba tomando una decisión estructurada no comprendí lo que significaba este gran proyecto hasta el tercer o cuarto mes, porque es impresionante lo grande que es el mundo editorial, pero bueno, cuando lo entendí ya estaba yo encarrerada, así que, no había mas solución que seguir, eso si, les puedo garantizar que las partes mas retadoras no las ví hasta que cada edición comenzaba a surgir, eso me hace pensar en mis miedos iniciales que me paralizaron y me hicieron retrasar el surgimiento de ZAX cerca de 5 meses, y al final la gran mayoría de mis miedos nunca surgieron y los que si se presentaron, termine encontrando como solucionarlos y hay muchos, muchos de ellos que sigo buscando soluciones posibles.

Y justo aquí llegamos al clímax de la reflexión, nuestros miedos son herramientas para prevenir posibles riesgos, pero debemos estar conscientes que solo son probabilidades y una cosa es estar prevenidos y otra no salir de abajo de la cama, ¿saben porque? Ahí están justamente los fantasmas mas grandes, pero más importante que esto, es el sentido de acción, es indispensable “hacer” con todo el pavor que podamos sentir, ansiedad, miedos, dudas, no importa, necesitamos “hacer” aquello que nos apasiona, porque por lo regular es así, lo que mas pasión nos despierta, más miedo nos genera, pero la idea de “hacer” es, porque si no hacemos algo que nos haga sentir feliz, de cualquier forma el tiempo va a terminar pasando, y la única diferencia es lo que vivimos, lo que disfrutamos, en que invertimos el tiempo, los retos que logramos, es decir, hacia donde dirigimos nuestras vidas con las “pequeñas” decisiones que vamos tomando.

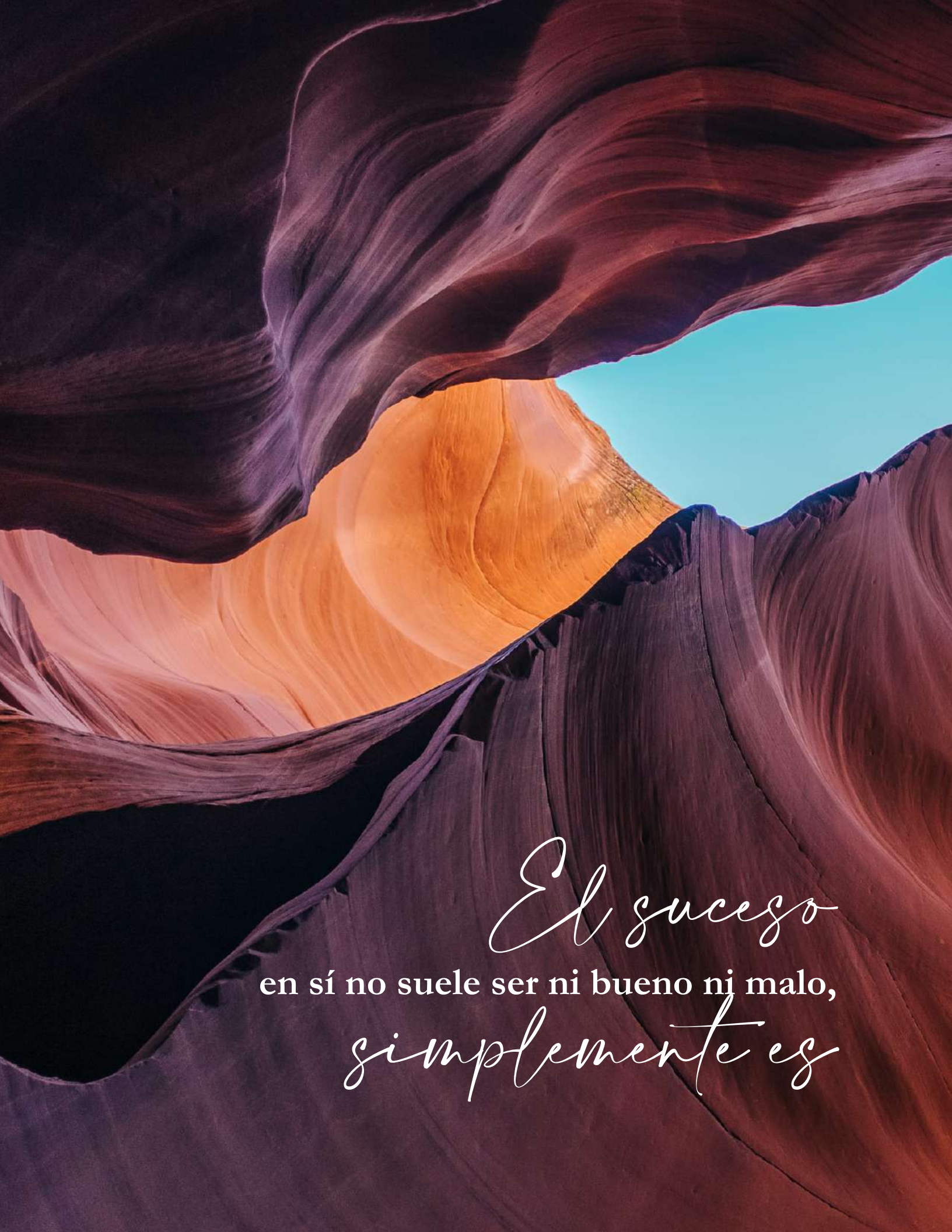
Así que, ya lo saben, espero que para el segundo aniversario de ZAX, me escriban y me cuenten grandes aventuras y sí, eso quiere decir que planeamos seguir aquí por mucho tiempo.

Por último, y no menos importante, solo me queda agradecer a todas las personas que han compartido sus letras, vivencias, inquietudes, tiempo y experiencia con ZAX, y que me han ayudado a crearle su personalidad tan humana y diferente, muchas gracias por creer en este proyecto y hacerlo crecer.

Alejandra Gil

Directora Editorial de Zax Magazine





El suceso
en sí no suele ser ni bueno ni malo,
simplemente es



Zaxpedia

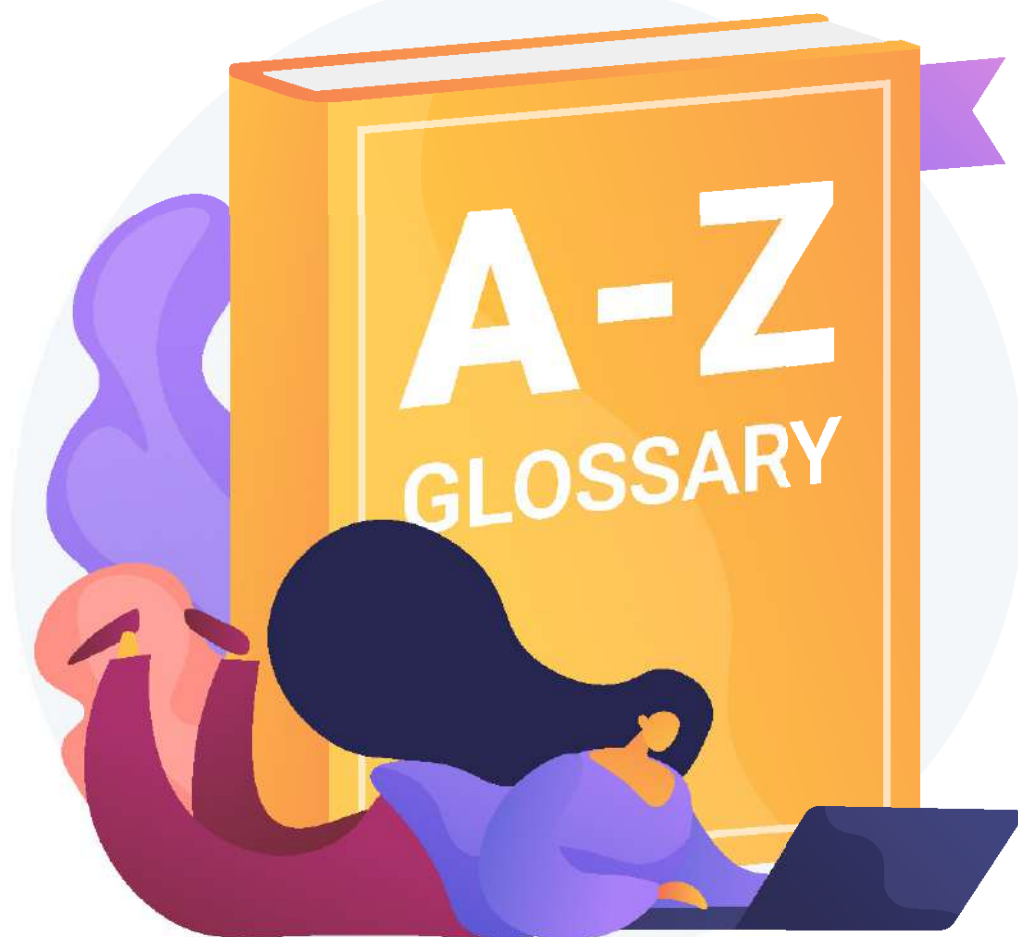
Kintsugi: Carpintería de oro **Kintsukuroi: reparación de oro**

Lo relevante y bello de esta palabra de origen japonés es su práctica que envuelve mas que la palabra en sí.

El kintsugi es una técnica japonesa con más de quinientos años de antigüedad, que consiste en reparar la cerámica que llega a fracturarse de ma forma visible y buscando la belleza, por ello, en la resina para repararla se poner suele polvo de oro, plata o platino, buscando así que esa pieza reestructurada luzca mas llamativa y ornamental, el resultado de estas prácticas es tán bello que

se ha considerado que algunas personas rompen cerámica a propósito para tener el pretexto de repararlas

Si pensamos en la analogía que esta técnica representa, implica que todas aquellas cosas que vivimos, las decepciones, las experiencias no tan gratas y en general las experiencias que nos “rompen” un poco, son también un gran aprendizaje y nos brindan más herramientas, experiencia, y sabiduría, creando belleza en la “imperfección”.



Nuevo día

Por: Juan Arredondo

Hoy es un nuevo día

Una nueva historia

Una nueva oportunidad

Que el miedo

no te frene

Que la incertidumbre

No te haga retroceder

Hoy es un día en

donde nada esta escrito

Así que no temas en

Caer

No temas

Y levántate

Levántate otra vez





“INSTANTES DE *magia*”

Por: Profra. Patricia Escobedo Guzmán
Facebook: El espacio de Miss Paty
Correo Electrónico: paty_escobedo@hotmail.com
Twitter e Instagram: [@paty_escobedo](https://www.instagram.com/paty_escobedo)

” **Hoy** te invito a reconocer esos Instantes de Magia que quizá pasan desapercibidos pero que te tocan a cada instante en cada uno de los momentos de tu diario andar.

Por ejemplo, despertar cada mañana y respirar sin dificultad es un instante de magia; agradecer, meditar y ejercitarse por la mañana o en la noche y sentir como todo tu cuerpo se estira y notas que cada célula de tu cuerpo se activa, despierta y empieza a generar energía, eso sin dudarlo, es otro Instante de Magia.

Cada mañana es un nuevo comienzo para meditar sobre la importancia de estos Instantes de Magia pues ellos permean tu ADN, tus palabras, tus pensamientos, tus ideas, tu discurso cotidiano, tu manera de relacionarte con los demás, tus aconteceres, tus alegrías, tus decisiones, tus disgustos, tus sueños, tus deseos de continuar con todos tus proyectos, tus impulsos para realizar todo tipo de actividades para sentirte vivo y con energía; tus certezas y tus desencuentros; tus volver a empezar; tu cansancio bien recompensado después de terminar ese proyecto al que no le veías ni pies ni cabeza; tus palabras de consuelo y ánimo cuando tus cercanos se sienten sin salida o simplemente necesitan ser escuchados y sentirse queridos; tus opiniones, sobre todo cuando notas que es tiempo de hablar para desenmarañar esos asuntos que notas estancados en otros y que tú, desde lejos puedes ayudar a resolver o simplemente a encontrarles un rumbo; tu compañía, sincera y desinteresada cuando tienes deseos de acompañar a otros y hacerte saber cercana, solidaria y con un cariño que se te desborda por los poros; tu abrazo fuerte y total a ese alguien especial que necesita tu energía de Amor y que en reciprocidad te carga a ti de la misma energía para crear más que un Instante de Magia.

¡Es tan fácil percibir estos Instantes de Magia! No necesitas más que estar presente con todos tus sentidos y tú sabrás perfecto cómo y cuándo resolver estar y perdurar.

Créeme, la sensación desborda todas las células, multiplica las alegrías, enarbola todas las sensaciones placenteras, enchina la piel, se mete por todos tus poros y tal cómo lo lees, crea ¡Instantes de Magia!

Todos hemos percibido momentos así alguna vez en nuestras vidas; cuando niños, tal vez cuando abríamos los regalos del Día de Reyes y recibíamos lo que tanto anhelábamos o alguna sorpresa inesperada; quizá, cuando después de momentos entrañables, llegaba el día perfecto y en una ceremonia única nos entregaban nuestro anillo de compromiso, sin duda, todo se conjuntaba para que fuera un instante mágico, cuando recibimos la propuesta de trabajo después de varios intentos en lugares importantes para nosotros, todo se conjunta para crear Instantes de Magia, en fin, la lista puede parecer interminable aunque en realidad para cada persona, los momentos especiales son únicos e irrepetibles y por ende especiales y mágicos.

En verdad, te deseo Instantes de Magia para siempre, vívelos, siéntelos, créalos, suéñalos, visualízalos, simplemente existe con ellos y como por arte de Magia, cada vez, los tendrás más palpables y cotidianos pues es así como son, están a la vuelta de la esquina y viven contigo, sólo necesitas estar presente.

Día internacional del animal sin hogar

Por: Juan Carlos Sánchez Tapia
El rincón del escritor
@jc_santa71

El 17 de agosto se celebra el Día internacional del animal sin hogar.

Desde el año 1992, la Sociedad Internacional de los Derechos de los Animales (ISAR por sus siglas en inglés), ha promovido la celebración del Día Internacional del Animal sin hogar, cuyo principal objetivo es brindar una solución al problema de la sobrepoblación de animales de compañía que se encuentran en la calle.

Entre las principales actividades que llevan a cabo las organizaciones de todo el mundo que velan por el cuidado y derechos de los animales, están las siguientes: adopción de mascotas, jornadas de vacunación, castración y esterilización, charlas en las escuelas y en clínicas veterinarias, distribución de información escrita, programas de radio, exposiciones, colectas benéficas y bendiciones de animales.

En todo el mundo, las cifras de animales de compañía abandonados o en situación de calle son verdaderamente alarmantes. México es el país latinoamericano con mayor índice de perros callejeros, según cifras del INEGI; de los 18 millones de ejemplares en el país, 70% vive en las calles y en aislamiento social.



La pandemia de Covid empeoró su situación, pues el abandono de mascotas se ha vuelto un tema de relevancia durante la cuarentena.

De acuerdo a la Procuraduría Ambiental y del Ordenamiento Territorial (PAOT), cerca de 500 mil perros y gatos son abandonados cada año, y la cifra aumentaba un 20% anual antes de

la pandemia, pero recientemente albergues y protectores de animales han manifestado un incremento en la recepción de perros y gatos en situación de abandono.

La realidad detrás del abandono indiscriminado de mascotas reside en la adopción irresponsable por parte de los dueños, pues la mayoría de estos ejemplares son adquiridos y regalados sin hacer conciencia de sus cuidados en fechas como la navidad, San Valentín, Año Nuevo y Día de Reyes.

Cifras de la PAOT demuestran que siete de cada diez animales de compañía adquiridos en estas temporadas terminan en azoteas y en el peor de los casos abandonados a su suerte antes de llegar al año de vida.



A estos factores se agregó recientemente la falsa creencia de que los perros pueden contraer y transmitir el Covid, lo que aunado al abandono también provocó agresiones, pues según un comunicado emitido por la Fiscalía General de la República (FGR), de enero a marzo de este año las denuncias por maltrato animal ocuparon el primer lugar de preocupación entre la ciudadanía siendo 38.35% los expedientes en investigación.

*** A propósito del Covid:**

- De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud, no hay evidencia científica de que los perros y gatos puedan infectarse de coronavirus y en caso que el dueño de la mascota adquiera el virus, deberá seguir las recomendaciones de higiene.
- Si no presentas síntomas de Covid-19 saca a tu mascota a pasear y evita el contacto con las demás personas. evitando el contacto con otras personas.
- Siempre recoge las heces y deséchalas responsablemente, además, y desinfecta las áreas comunes donde vive tu mascota.
- Paséalos en lugares poco concurridos y tranquilos.
- Puedes limpiar las patas de tu mascota con agua y jabón. Si usas alcohol puedes reseca su piel.
- Puedes reemplazar las largas caminatas por unas más breves pero mantener juegos activos que mantengan feliz a tus mascotas.

Unos cuantos números:

57 de cada 100 mexicanos tienen mascota.

30% de los animales de compañía en México cuentan con un hogar.

¡70% de la población total de perros y gatos, más de 25 millones, vive en la calle!

Hay tres causas principales: muchas personas adoptan o adquieren una mascota, sin contemplar el nivel de gasto y mantenimiento que conlleva el tener el animalito. Una mascota es tan exigente como un bebé, pues los animales necesitan ser alimentados, vacunados, bañados, desparasitados, además de cualquier otro tipo de tratamiento o cuidado exclusivo de su raza o especie. Cuando los dueños se dan





Fotografía: Unsplash.com

cuenta del nivel de gastos que requiere tener al animal, prefieren lanzarlo a la calle sin miramientos.

Otro, es el descontrol de la natalidad: esto ocurre principalmente en aquellos dueños que tienen una hembra de cualquier especie, bien sea gata o perra. El problema aquí es la falta de atención y precaución del dueño. Si la mascota no se adquiere con fines reproductivos lo mejor que se puede hacer es esperar el segundo celo para esterilizarla y así evitar la llegada de camadas inesperadas. Pero en caso de querer solamente las crías, lo ideal es dejarla encerrada en una zona segura que evite el contacto con machos de su especie.

Otro, es el desconocimiento del animal: en este caso, el detonante del abandono no es los gastos que acarrea tenerle, sino lo demandante que llega a ser el animal en su rutina diaria o en sus hábitos. Como por ejemplo comprarle un gato de angora a un niño, para luego descubrir que el pequeño es alérgico al pelo de gato.

Sabes que estás realizando o dando una adopción responsable cuando:

- Te aseguras de encontrarte en la mejor situación económica, anímica y mental para poder cuidar de tu nuevo amigo peludo.
- Asumes el compromiso de adoptar un animal, adquiriendo y aceptando responsabilidades y obligaciones
- Te acercas a albergues o centros que se encarguen de llevar un protocolo de adopción, esto es, asegurarse de que el animal sea candidato para ser adoptable contando con un buen estado de salud, evaluación conductual y desparasitación.
- Realizas entrevistas a los posibles adoptantes.
- Solicitar al interesado identificación oficial, solicitud de adopción, carta compromiso, y comprobante de domicilio para asegurar un lugar seguro para el perrito y realizas seguimiento.

¡Nunca olvides que una mascota es un compañero de vida, DE TU VIDA, y que no puedes dejarlo abandonado a su suerte, porque él depende de ti tanto como tú dependes de él!



JUSTICIA

Por: Jesús Martínez

- ¡Soy inocente! –replicó la mujer.
- Todas las evidencias apuntan a que tú acabaste con esos tres niños –contestó el gobernador. Debes pagar por tu crimen.
- ¡Yo no he hecho nada! –respondió ella. ¡Están cometiendo un error! Sin embargo, ellos no la escucharon, la ataron al palo y encendieron el fogón.
- ¡Quemen a esa bruja! –gritaba la gente enardecida.

El pavor se reflejaba en sus ojos. El fuego crecía rápidamente y nada podía evitar su muerte. Sus gritos se apagaron lentamente, mientras las llamas consumían su cuerpo. Cuando la gente se asomó a ver sus cenizas, de ellas salió volando un cuervo con rumbo incierto.



ZAX

MAGAZINE



YouTube

SUSCRÍBETE



¿Has tenido COVID?



¿Eres de los afortunados que pudieron superar el virus? Si es así, felicidades, eres un sobreviviente que puede platicar su experiencia respecto a los síntomas de esta terrible enfermedad.

Muchas ocasiones, tener un accidente, presenciar algo grave o haber superado una enfermedad difícil genera traumas en las personas, pero hay que aclarar que cada persona es diferente y algunas podrían no presentar complicaciones.

Hablando concretamente, muchos de los sobrevivientes de COVID temen volver a enfermarse, ya sea por sufrir nuevamente el terrible malestar o peor aun, morir. Y no es para menos, como una persona más que ha superado esto, créanme que es difícil; la primer semana dado de alta sigues cansado, sin ganas de nada y el factor común, a perdida del gusto y el olfato es, a casi 3 meses de haberme recuperado, completamente diferente.

Otras personas pueden decirte que esto no pasa y es real, ya que como lo dije al principio, cada persona es diferente; algunos que se mantuvieron enfermos en casa, ya están como si nada y hay casos que enfermos que fueron entubados, también; al final cada cuerpo humano asimila las cosas de manera distinta, pero es un hecho que haber sufrido esto, genera cambios en las personas.

Los profesionales de la salud consideran necesarias terapias psicológicas y si tú crees que te es necesario busca ayuda, ya que podrías presentar cuadros de ansiedad o hasta depresión y no es para menos, ya que estamos hablando de un virus mortal y la recuperación es larga, pero no imposible.

Recuerda que hablar siempre ayuda, y si es con un profesional, mejor; en caso de que no puedas acudir con un psicólogo, háblalo con tu familia, con tu pareja o con amigos, siempre es bueno abrirse, ser escuchado o hasta poder recibir un consejo.

Si ya fuiste vacunado o estas en espera, sigue cuidándote, ya que esto no se ha terminado y realmente no se ve para cuando. Sigue las indicaciones de siempre y en caso de estar enfermo, recuerda que la actitud positiva influye mucho, si lo tuviste y sigues preocupado, esta bien, pero no olvides que afortunadamente eres un sobreviviente y muchos quisieran estar en tu lugar.

Pláticas con mi perro
Las elecciones





Por: Ana Lilia Romero
@AnaLiliaRomer10

Después de haber estado tan ansiosa conforme se acercaba el día D, por fin se han disipado las dudas. Tu no estabas preocupado, Teo. Sabes que seguirás teniendo croquetas, chequeos con el veterinario y tus baños, que para ti, son días de spa. La que va a lidiar con la inflación y el mal gobierno soy yo.

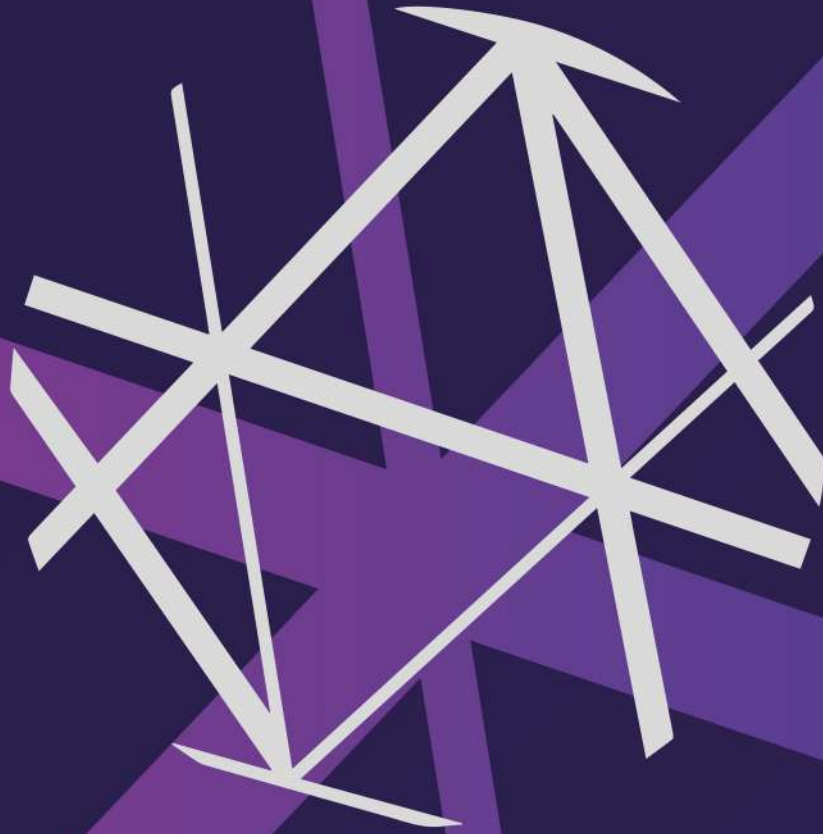
¿Que tan libre y soberano es el pueblo el día de las elecciones? Votas por un candidato que eligieron otros. Sin convicción, pero con la esperanza de estar mejor. La razón de ser del estado es garantizar condiciones para que los ciudadanos podamos trabajar, crear riqueza y vivir nuestras vidas. Requerimos paz social, seguridad, servicios eficientes y condiciones ambientales, de salud y económicas para crear progreso e igualdad.

La dominación autoritaria incluye a los que por años han estado excluidos de la política. A los que tienen que tomar 2 camiones para ir y venir de un trabajo que apenas alcanza y que papá y mamá tienen que trabajar para que los niños coman y tengan una educación deficiente. Están tan ocupados en sufrir sus vidas, que nunca piensan en energías limpias, o en la autonomía de Banco de México. No les alcanza, ni el tiempo ni la mente. Si alguien les regala 2,000 pesos, son 2000 preocupaciones menos. ¿Los podemos juzgar? Decía Eisenhower, que la política debería ser la profesión a tiempo parcial de todos los ciudadanos. El populismo se alimenta de la pobreza, la división y la ignorancia de un pueblo sin cultura cívica. Necesita pelear y echar culpas para no aceptar la realidad de su fracaso.

Así estamos en México, Teo. Peor que la ceguera, es ver algo que no es. Hoy estamos miopes, no ciegos, pero sin ver la realidad. Que el presidente agradezca al crimen organizado haberse portado bien, es un escándalo. Que agradezcamos la paz, que es nuestro derecho, durante las elecciones, habla de la baja expectativa de un pueblo agotado, desencantado y apático.

Todo dependerá del papel de la oposición. Veremos si aquellos que ganaron tienen los tamaños para respondernos y de nosotros al exigirlo. Tendremos que aceptar la responsabilidad de todavía ser libres y defender la oportunidad de que nuestros hijos sean, lo que quieran ser.

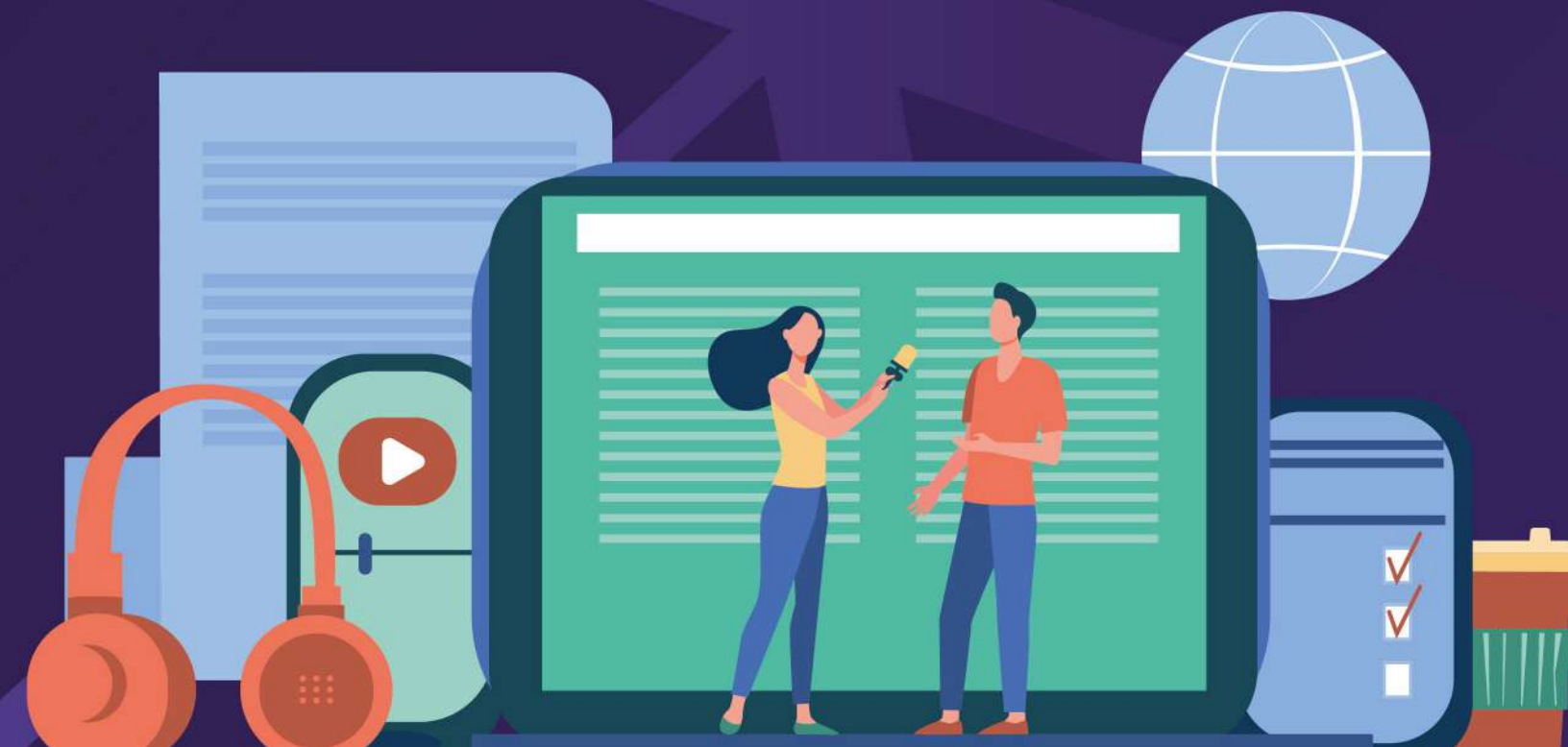
La palabra es una forma de poder que permea si se usa con veracidad y convicción. Que se escuchen nuestras voces.



ZAX

MAGAZINE

INTERVIEW





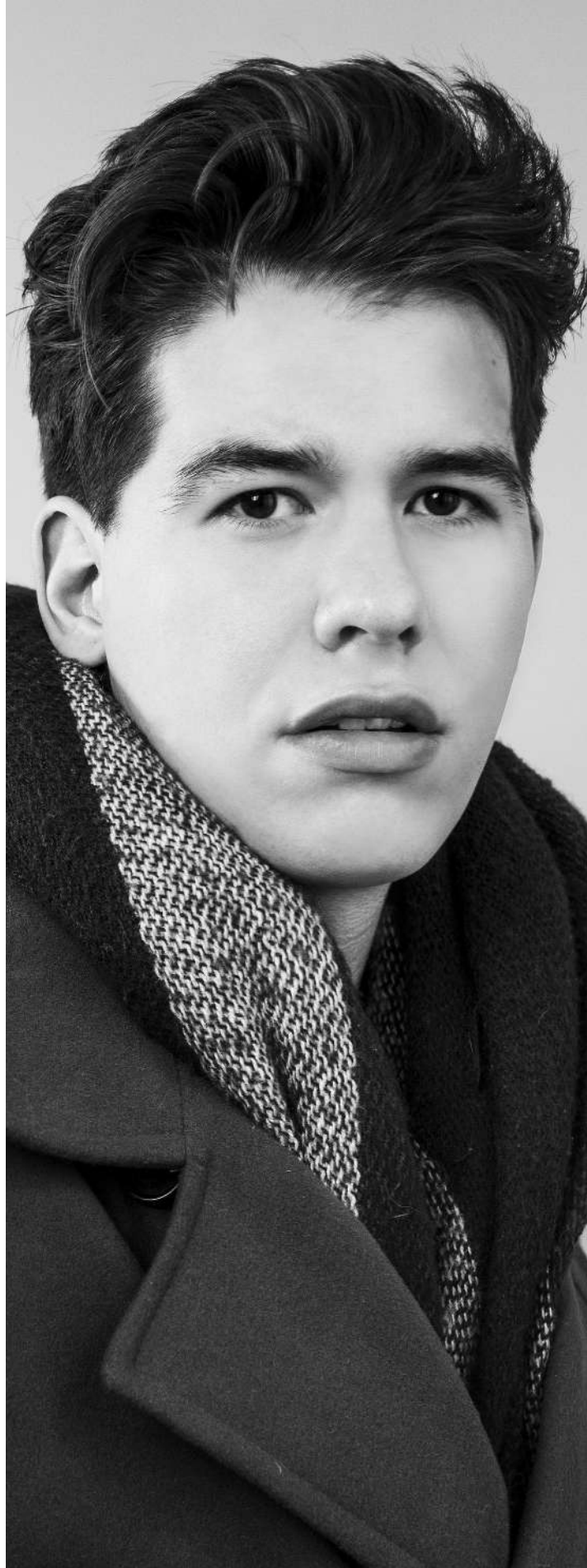
Raúl Orvañanos

Un joven artista, músico en su tiempo libre, un actor con gran pasión y entusiasmo, que ha incursionado en el teatro, televisión y cine, aunado a su sencillez y su instinto revolucionario, son aspectos remarcables del joven Raúl Orvañanos.



Raúl, has trabajado para cine y televisión actualmente ¿Tienes algún preferido, hay alguno que te guste más? ¿Todos te gustan?

RO: La verdad es que todos me gustan, en el cine mi experiencia es bastante limitada, entonces tampoco puedo hablar con muchísimo conocimiento de causa, trabajé en una película pero fue una escena para esta película, entonces el tiempo que estuve realmente en la producción en el trabajo fue muy corto, entonces tampoco puedo hablar con muchísima seguridad pero por lo menos de la televisión y del teatro creo que es algo que conforme más tiempo pues va a pasar en el proyecto que estuve en televisión más lo empezaba a disfrutar, definitivamente creo que hay un lugar especial para mí en el teatro para empezar por la herencia, por la vida que llevo en el teatro, por la vida que vi a mis familiares llevar en el teatro, por cómo se habla del teatro entre mi familia, es algo que definitivamente le guardo un respeto y para mí es muy importante, entonces, creo que es como sentimentalmente hay algo que no puedo evitar en el teatro, es como una... es algo muy mágico, para mí es algo que es muy difícil de describir, pero si lo tuviera que poner en palabras para mí probablemente sea la idea de tener alguien enfrente, o sea que alguien lo esté viendo en vivo mientras está sucediendo, por que yo tenía un maestro que nos decía que para que el teatro exista, tiene que haber dos personas, puedes ensayar todo lo que quieras y puedes hacer todo el tiempo que quieras y una función para nadie, pero el concepto del teatro existe hasta que hay alguien que lo vea, creo que eso es algo que para mí lo hace mucho más mágico, digo, además de mi carrera yo estudié para hacer teatro, entonces creo que va mucho más cercano a mí y a mi preparación, pero definitivamente este último proyecto también me hizo enamorarme un poco de la televisión, de este medio de producción, de estar siempre de un lado a otro, de estarte moviendo, de estar trabajando, o sea la velocidad con la que se trabaja, la precisión que se necesita para hacer todas las cosas por que es un medio bien complicado pero definitivamente también me enamoró un poco este medio en estos últimos meses.



AG: Plátame de tu película, leí que fue un papel muy interesante y que a ti te gustó mucho

RO: Es una película que se llama “Agua de Rayan”, esta película se produjo y se grabó toda en Talpa de Allende que es un pueblo en Jalisco, que está justo entre Guadalajara y Puerto Vallarta, pero es de esas carreteras como muy complicadas que justamente entre dos horas de puerto Vallarta y como tres horas de Guadalajara pero son puras curvas, esta escondida en un valle, pero esta ciudad tiene una virgen, que se llama “La Virgen de Talpa” que tiene la segunda peregrinación más grande del mundo después de la peregrinación de la Virgen de Santiago de Compostela y esta película narra la historia de un peregrino que su hijo sufre un accidente y él hace la ruta de la peregrinación de la virgen de Talpa, de Guadalajara hasta Talpa para pedirle a la virgen que ayude a su hijo y esta película fue producida y dirigida por Alejandro Robles que es ciudadano de Talpa para empezar pero además es el peregrino, el durante sus peregrinaciones iba por todos los pueblos que pasaba tocando puertas y contándoles la historia que quería contar, contándoles que quería hablar de la virgen y pues entre aportaciones de la gente y ya después empezó a contactar con gente que lo ayudó a producir la película lo logró, la verdad, digo, lamentablemente se encontró, bueno se terminó de grabar justo a principios de 2020 entonces me imagino que todo el proceso de edición ha sido algo bien complicado, todavía sigue ahí entre que no saben cuándo va a salir, cuando se va a terminar de editar, no saben de los derechos de distribución, todo eso, ahorita está en un punto complicado, esperamos que pueda salir pronto y dentro de la interpretación te digo, aunque fue una escena muy corta para mí fue algo muy muy especial por que fue la primera y última oportunidad que tuve de trabajar con mi abuela, eso fue algo increíble, fue algo que desde que yo empecé a estudiar la carrera platicábamos mucho, solíamos tener muchos proyectos y nos gustaba platicar de que cosas podríamos hacer juntos y se nos presentó esta oportunidad que fue una experiencia muy padre, más también por el viaje, lo que fue el llegar al

aeropuerto de la ciudad, el viajar a Puerto Vallarta, el que nos llevaran a Talpa, la experiencia de conocer el lugar y todo eso, entonces fue mucho más que sólo esa escena que se grabó, fue toda una experiencia que viví con ella y agradezco muchísimo haber tenido esa oportunidad, fue una experiencia mágica más allá por poder compartir una escena con ella, por el pueblo, por los lugares que visitamos, por las vistas que había, toda la experiencia fue muy mágica, creo que es la palabra con la que definiría toda experiencia, es algo mágico, y espero que salga para que toda la gente pueda ver este pueblo, esta ciudad, vasta cultura que esta escondida entre los valles de México.

AG: Que increíble como lo cuentas, dime esta parte de tener esta unión con tu abuela, y haber podido vivir como tú dices todo el entorno mágico, pero aparte haber podido vivir este hecho con ella, de estar juntos en esta parte, ¿Cómo fue esta experiencia para ti?

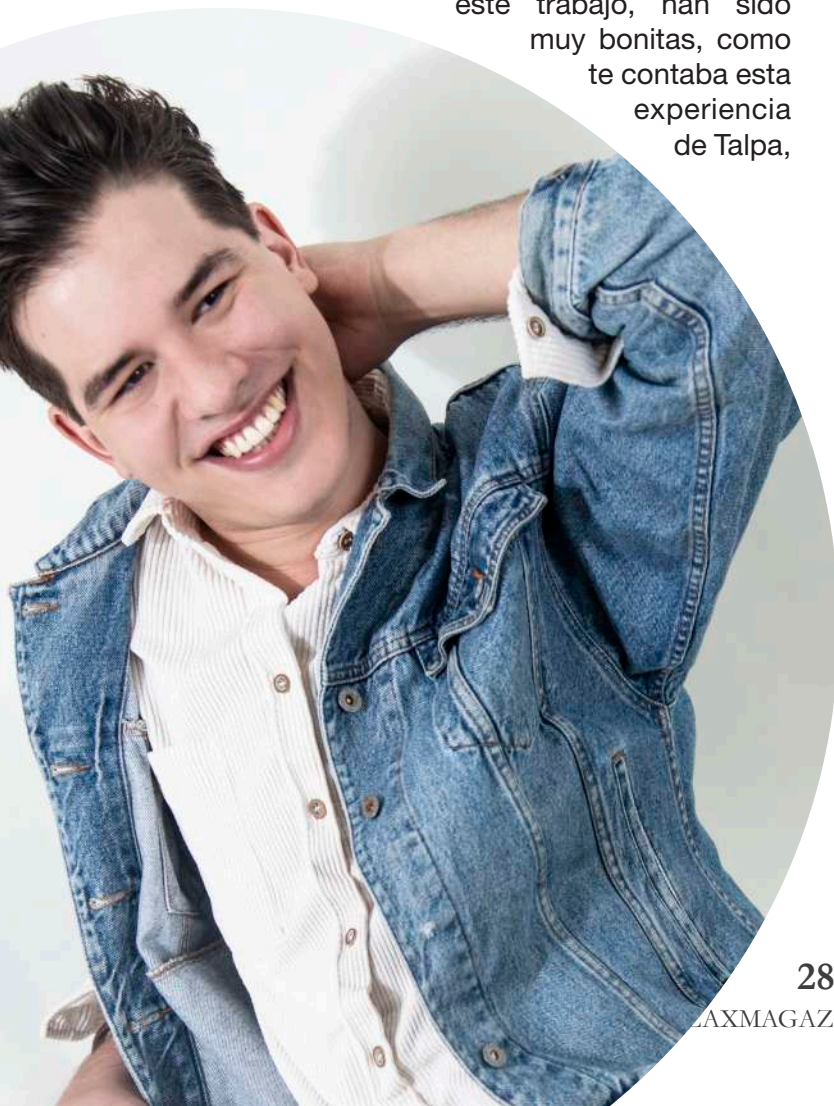
RO: Para empezar es una persona con la que yo tuve una relación muy muy cercana, siempre desde muy chico fue una persona muy cercana a mí, y pues creo que en los últimos años era algo que iba creciendo por que ya habíamos tenido esta cosa en común, al principio cuando yo le dije que iba a ser actor de teatro se asustó un poco, no le encantó la idea, después como que se empezó a alivianar con eso, le empezó a gustar y era algo de lo que hablábamos mucho, entonces, el haber tenido esta experiencia fue algo muy padre y como lo mencionas fue algo muy personal, para empezar yo me sentí muy seguro estando con ella, por que no fue de repente llegar a un nuevo mundo, a un nuevo lugar, a una nueva ciudad con gente que no conocía, estando con ella a mí me dio mucha paz, mucha tranquilidad; pero fuera de eso si fue algo que no sólo por ella, también toda la gente que trabajaba en la película, toda esta gente que habitaba en el pueblo, Talpa, de verdad es algo increíble, creo que es algo muy del mexicano de recibir a la gente que no es nuestra, de intentar hacer que se sienta lo más tranquilos en una ciudad que no es la suya y creo que estos pequeños pueblos, claro que la hospitalidad y la

atención que recibes en lugares turísticos, como puede ser Oaxaca, como puede ser Cancún, como puede ser Acapulco, es muy buena pero la interacción personal que tienes con la gente que vive en estos pequeños pueblos de México, cuando de repente los vas a visitar o te encuentras con uno de ellos es algo muy lindo por que de verdad te das cuenta que a esa gente le importa su cultura, que de verdad esta preocupada e interesada en contarte que pasa en este pueblo, en que lo conozcas, en que descubras esta parte de su cultura eso es algo muy bonito

AG: Aparte nos deja sentir como la calidez humana ¿no crees? Puedes estar en lugares distintos, lejos unos de otros y al final terminas entendiendo los mismos códigos emocionales y sentimientos iguales.

RO: Si, estoy completamente de acuerdo, no sé, hay algo muy peculiar, las experiencias que yo he tenido fuera de la ciudad en este trabajo, han sido muy bonitas, como te contaba esta experiencia de Talpa,

también tuve la oportunidad de trabajar en un teatro en Monterrey, que esa fue una experiencia súper padre, el estar viajando todas las semanas a dar funciones allá fue una experiencia bien padre, y para empezar la gente, era muy bonito salir de las funciones y tener la oportunidad de poder hablar con la gente y te dijeran a donde ir, dónde comer o que cosas hacer en Monterrey era algo bien padre, y también por otro lado fue algo complicado por el trabajo que era, era una obra de teatro que estaba basada en un caso real en Monterrey que sucedió aproximadamente como unos 15 años o algo así de un chavo que supuestamente mató a su novia, él tenía 15 años, ella tenía 13 me parece, fue como de los primeros casos de este tipo de violencia, de asesinatos por que, además fue en la sociedad digámoslo “alta” de Monterrey entonces fue un verdadero escándalo, por que fue algo que se supo en toda la ciudad, fue en el sexenio de Calderón, fue un caos, fue cuando empezó a explotar la violencia en México y fue de los primeros casos así en Monterrey, entonces fue algo que la gente tenía muy presente en el consiente colectivo y a mi me tocó a interpretar a este chico después de que saliera de la cárcel años después del asesinato y fue una experiencia bien complicada, para empezar eran puros monólogos, entonces yo no tenía diálogo con nadie, todo se trataba de construir la emoción del trabajo que yo iba haciendo, no tenía con quien rebotar estos comentarios, sentir este tipo de sensaciones, y luego por el tema, era algo bien difícil, era algo bien complicado hablar de este tema todas la semanas, el tener que pasar por esta emoción del arrepentimiento, de lo que sucedió cada semana y el ver la reacción que tenia la gente cada vez que yo lo hacía, cada vez que yo representaba esto en escena, era algo bien fuerte el ver la reacción de la gente y darte cuenta que se acordaban, mucha gente entraba y sabía lo que iba a ver y mucha poco a poco se daban cuenta que esta historia ya la habían visto, fue una experiencia bien padre, pero si fue complicada.



AG: Muy intenso, yo he leído y he escuchado de actores que incluso ya son consolidados, que dicen “yo no hago este tipo de papeles” ¿Cómo hacen ustedes para interpretar a un asesino, a alguien a lo mejor despiadado sin que trastoque tu esencia? ¿Puedes, no puedes? ¿Están conectados realmente con el personaje o finges entenderlo? ¿Cómo dirías que esta emocionalidad psicológica?

RO: Sí, es algo bien complicado por que dependiendo del actor tendrán diferentes formas, hay diferentes métodos, diferentes escuelas que todas te enseñan por cosas diferentes, por lo menos como yo lo aprendí, como yo me he acomodado como a mi se me ha hecho más sencillo, creo que lo primero que tiene que pasar es que no tienes que juzgar a nada ni a nadie,

no puedes acercarte a través del juicio por que tienes que entender y poder justificar lo que está sucediendo, como en este caso, como en el caso de la obra, este chico no había sido el asesino, que realmente había sido su madre pero le habían echado la culpa a él porque iba a pasar menos tiempo en la cárcel pero aún así es un personaje complicado y tienes que entender todas estas cosas y lo primero es no acercarte desde el juicio por que tal vez si te acercas desde el juicio se te hace fácil decir, “esto estuvo mal”, pero por lo menos en la realidad del personaje no estuvo mal por que fue lo único que podía hacer, la otra es que creo que ningún humano esta privado y esta exonerado de ningún tipo de emoción ni ningún tipo de acción dentro del espectro de la humanidad, todos potencialmente

“
Creo que lo primero que tiene
que pasar es que no tienes que
juzgar a nada ni a nadie, no puedes
acercarte a través del juicio por
que tienes que entender y poder
justificar lo que está sucediendo
”

somos asesinos y todos potencialmente somos santos, solo es cosa de que estemos en las circunstancias correctas para ser llevados a esas acciones, entonces, creo que primero empezar por ahí pues ya, obviamente leyendo el texto empiezas a darte cuenta de cosas de formas en las que habla, de tics, de todo este tipo de cosas que muchas veces son vislumbrados por el texto, yo afortunadamente tuve la oportunidad de platicar con el autor de la obra un chavo muy muy talentoso que se llama Ricardo Travieso, tuve la oportunidad de platicar con él antes de empezar la temporada, eso también fue una experiencia bien padre el estar platicando y rebotando ideas con él, yo le decía, “estoy leyendo esto, ¿cómo va? ¿era tu intención que se viera así?” todo estas

experiencias fueron algo muy padre y creo que ya teniendo este esqueleto todo lo demás se va haciendo a través de la construcción, era como te decía era un personaje que estaba saliendo de la cárcel 5 o 6 años después de que termina la historia, tenía un compañero que interpretaba a este chavo cuando suceden los eventos que son varios años antes y pues también de las cosas que él hacía, de las manías que el tenía pues yo tenía que empezar a tomar cosas, por que al final éramos la misma persona, creo que una vez que llegas a los ensayos con todo eso, construir pues poco a poco, se empiezan a fortalecer y se empieza a crear lazos y ciertas conexiones con personas, con gente, en esta obra estaba Nora Salinas que interpretaba a mi madre y también

“**Creo que ningún humano esta privado y esta exonerado de ningún tipo de emoción ni ningún tipo de acción dentro del espectro de la humanidad, todos potencialmente somos asesinos y todos potencialmente somos santos, solo es cosa de que estemos en las circunstancias correctas**”

con ella era cosas durante los viajes de platicar cosas, mencionar algunas sensaciones, hasta a veces durante ensayos y funciones que ella decía algo y yo reaccionaba de cierta forma y era algo que de repente se quedó así, nunca se planeó y salían cosas dentro de los ensayos, creo que esa es también la belleza del teatro, que tienes tiempo de que sucedan todas estas cosas, de que pasen todas estas cosas, de tener todas estas experiencias antes de que lo vea la gente y eso es algo bien bonito.

AG: ¿Ustedes sienten la reacción de la gente? ¿Realmente se percatan si nosotros nos reímos o nos acordamos, de estas reacciones? ¿Perciben al público, lo sienten?

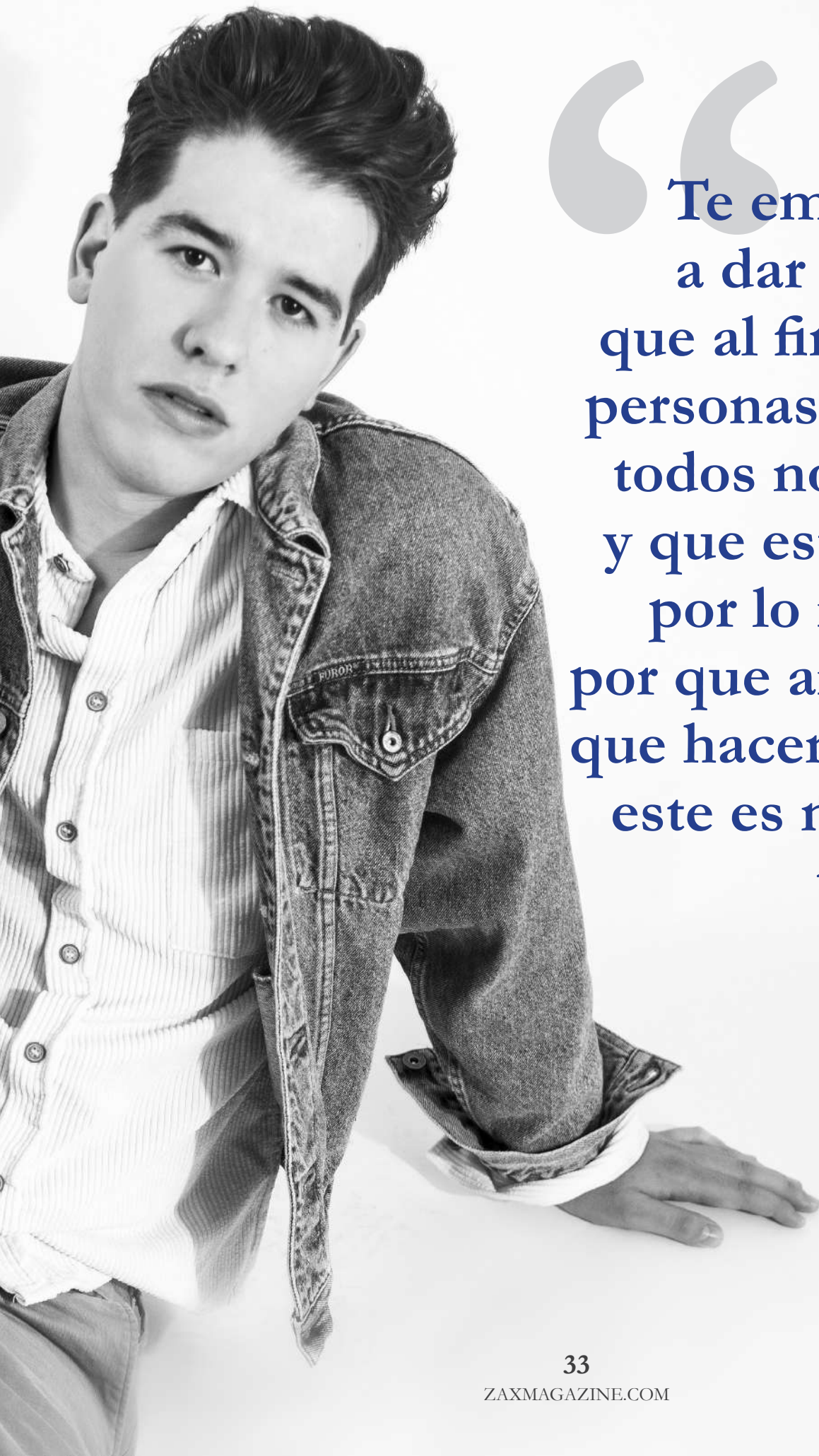
RO: Si claro, creo que justo por eso de ahí viene la magia del teatro, el darte cuenta de lo que esta pasando, de como se esta sintiendo y por eso al final existe esta terminología y esta idea del público difícil, hay veces que das la función y todo fluye y la gente responde como esperas que responda y hay veces que no hay veces que te das cuenta que los momentos donde igual siempre se habían reído nadie se esta riendo, que de repente hay momentos en los que estas recibiendo reacciones que no esperabas y pues es parte del trabajo y tomar eso y hacerlo algo nuevo, como mencionaba de esta obra que era un drama bastante fuerte y muy complicado, muchas veces nos tocó que la gente se reía de varias cosas que pasaban, situaciones muy tensas y creo que es algo natural, la risa, creo que si es un reflejo de alegría en muchos caso pero también muchas veces es un reflejo de nervios , hay mucha gente que se ríe de nervios, que se ríe en situaciones muy desafortunadas y recibir estos impulso pues es también interpretarlos por que también he conocido gente que se enoja, he tenido compañeros que de repente se enojan por que se estaban riendo en ese momento y se enojan y se dejan llevar por esa emoción y creo que es más bien el domarlo, creo que no era la emoción que estaba esperando, la reacción que estaba esperando pero es algo y aunque se

haya reído, en vez de haber gritado o llorado por lo menos sé que está poniendo atención o que hay algo ahí que les está interesando y aunque no fuera la emoción que estábamos buscando por lo menos ya les generó algo, por lo menos yo se que recibió algo de lo que había esperado cuando fue.

“Creo que justo por eso de ahí viene la magia del teatro, el darte cuenta de lo que esta pasando, de como se esta sintiendo”

AG: Hace rato que decías que trabajar en televisión, fue algo emocionante por que todo cronometrado, y de repente tener tres cámaras y un staff muy grande, ¿Cómo hace Raúl para que esto no lo sobrepase? ¿Te sentiste presionado?

RO: Para empezar si estaba un poco abrumado por todo esto y creo que se puede notar para las personas que vieron la novela desde el principio, se nota que estaba abrumado por todo esto, a lo mejor no sabes la razón pero si se nota que algo no estaba bien, pero yo la solución que daría, por lo menos por la experiencia que tuve me siento muy afortunado de haber tenido unos compañeros tan amables y tan abiertos como me tocó, para mi la solución fue principalmente hablar con ellos, agradezco muchísimo, a mí me ayudó muchísimo Juan Diego Covarrubias, un día me vio en uno de estos grabando y se acercó conmigo y me dijo “ya se que es primera vez que estas en tele”, le dije que sí y me dijo “tu tranquilo, relájate, no pasa nada, es trabajo, es lo que estás haciendo con otra persona, tu concéntrate” creo que a partir de ahí poco a poco me empecé a relajar mucho más, al principio todavía me costaba trabajo pero creo que el empezar a generar conexiones con el resto de mis compañeros fue una gran parte que también me hizo, por que creo que es inevitable no llegar como fuera de la familia, con un desconocido, a este set y estar con gente que son conocidos y reconocidos a nivel mundial, a nivel nacional por lo menos, eso también para mi era un poco abrumador, el estar trabajando con esta gente, el estar los días con ellos y conforme los empecé a conocer, empiezas a tener trato con ellos, conforme empiezas a platicar ellos pues te empiezas a dar cuenta que al final son personas, como todos nosotros y que están ahí por lo mismo por que aman lo que hacen y que este es nuestro trabajo y un poco y el estar así y llegar a esa mentalidad de decir “bueno, todos estamos aquí por lo mismo” eso a mi me dio mucha paz, el darme cuenta que eran personas como todos nosotros y el tener confianza con ellos fuera del set, comienza a generar la confianza dentro. Si lo tuviera que decir como un tip yo aconsejaría realmente ponerte a platicar con alguno de tus compañeros, en cualquier ámbito, no sólo en la tele, creo que es muy válido para la gente que va entrando que tenga dudas y a mi si se me hace súper valido preguntar y acercarte y ver que pasa por que al final es el trabajo de todos creo que hay gente que lo entiende así, hay gente que no hay gente que sólo le preocupa su trabajo pero creo que hay varios que al final nos damos cuenta que todo es un colectivo, y no importa que tan bien esté haciendo yo mi trabajo si mi compañero no lo puede hacer por cualquier cosa, no va a salir bien, creo que hay muchos que estamos dispuestos y con muchas ganas de ayudar, creo que eso es lo que yo diría por lo menos como un tip que te acerques a la gente que sabe lo que esta haciendo, que sabe por qué está ahí, que lleva muchísimos años de trayectoria que de verdad vale la pena acercarte e investigar que es o lo que está pasando por que si ayuda mucho y si te relajas mucho cuando te das cuenta que al final ya no es tan diferente a lo que estabas acostumbrado a hacer.



“ Te empiezas a dar cuenta que al final son personas, como todos nosotros y que están ahí por lo mismo por que aman lo que hacen y que este es nuestro trabajo ”

AG: ¿Cómo es esta parte de seguridad personal?, te proponen un proyecto fuerte, ¿Simplemente te avientas y esperas que la experiencia te enseñe? ¿Cómo es esta dinámica Raúl para enfrentar estos retos?

RO: Es complicado, creo que esta es una carrera en la que es muy difícil darte el lujo de decir que no, a algo, por lo menos en esta instancia, es muy difícil decir que no a un proyecto, a una oportunidad, aunque para mí fue algo que me dio mucho nervio, el entrar a un medio completamente nuevo, para mí fue un poco el aventarme, el decir “va, voy a hacer esto, lo voy a intentar y a ver que pasa” y creo que hay un punto en el confiar en lo que sabes hacer, es un punto en el que yo estoy muy agradecido por los estudios que tuve, por que aunque llegué sin saber mucho, sin entender muchas cosas del medio de las producciones de las cámaras y de todo eso por lo menos entendía de lo que a mí me tocaba hacer, por lo menos entendía mi trabajo, es como tener un colchón en que caer el tener los estudios, muchos maestros te dicen “es normal tener nervios, los nervios nunca se te van a ir, nunca vas a dejar de estar nervioso, nunca vas a dejar de preocuparte antes de una función” pero tienes que confiar en tu trabajo. Al momento en el que llegas a la primera función, llegas al ensayo de la escena, en el momento en que se va a grabar la escena ya no hay nada que puedas hacer, ya no tiene sentido preocuparte y estar nervioso y repasar todo, ya no vas a lograr nada en los últimos 5 minutos, lo que te queda es confiar en tu trabajo y si, un poco dejarte llevar por el río, por la incertidumbre y pues ver que pasa.

AG: Has mencionado que eres un artista, ¿Piensas incursionar en otra área? No sé, ¿piensas en grabar un disco tal vez? ¿Sólo vas a ser actor? ¿Qué sigue a futuro Raúl?

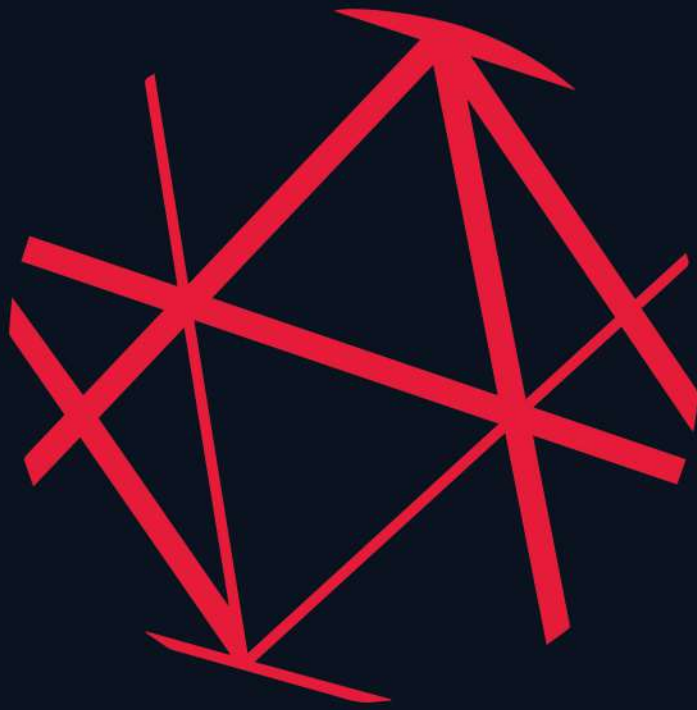
RO: No sé, como mencionabas a mí me gusta definirme como “artista” más que como actor pero principalmente soy actor, esta es mi carrera, esto es lo que amo, por algo lo hago y si puedo continuar por este camino lo voy a hacer, pero no estoy dejando definitivamente de lado la posibilidad de hacer otro tipo de cosas como lo mencionabas, me encanta la música, soy verdaderamente aficionado de ella, me encanta desde escucharla hasta reproducirla, es algo que me gusta mucho, siempre he considerado hacer algo con ella, no estoy seguro qué, no estoy seguro cómo pero si es algo que me gustaría intentar, mas que nada para no quedarme con el pensamiento de “que hubiera pasado si lo hubiera intentado”, y tampoco busco hacer una carrera de ello si se da pues que bueno si no puede que lo haga solamente por mí y por que es algo que me gusta y es algo que siempre he querido intentar, pero sí definitivamente hay muchos otros caminos de la “artisteada” digamos que me gustan, me gusta mucho la música, me gusta mucho escribir, últimamente me he estado metiendo mucho en literatura, he estado leyendo mucho también es algo que me llama mucho la atención, no sé que se vaya a dar de todo esto, no sé que vaya a suceder pero dudo mucho que vaya a continuar por un solo camino el resto de mi vida.

Instagram y Twitter @raul_orva4





“ Hay un punto en el confiar en lo que sabes hacer ”



ZAX

MAGAZINE



TECNOLOGÍA



Ile



ón







Fotografía: Unsplash.com

Este mes en Zax aprovechando nuestro gusto por los animales y en lo personal por los felinos, y como lo marca el calendario este 10 de agosto nos hemos rendido ante su majestad: el Rey de la Selva.

Si alguna vez viste esa famosísima película de Disney “El Rey León” o eres fanático de Leono y todos los Thundercats espero que este artículo de verdad te guste, porque este singular espécimen es un conjunto de peculiaridades y queremos que aquí puedas conocer un poco más de su naturaleza, estilo de vida y entender por qué es el rey de la sabana.

Comencemos con decir que son animales de gran tamaño pues llegan a medir hasta 3 metros de largo, aunque se han encontrado especímenes que superan los 3.5 metros y pueden pesar hasta 190 kg.

Suelen vivir no más de 10 años en hábitats salvajes, sin embargo, en cautiverio, pueden sobrevivir hasta los 30 y aunque antes podían verse ejemplares por toda Europa, Asia y África hoy sólo pueden verse ejemplares en África y algunas regiones de Asia, debido a la caza furtiva para gusto de coleccionistas.

Alcanzan su madurez sexual entre los 2 años, y cuando las hembras están en celo pueden llegar a copular entre 20 a 40 veces al día; una vez preñadas la gestación termina después de 110 días y suelen tener entre 2 a 4 cachorros, además esconden a las crías en madrigueras durante los primeros meses moviéndolas de una a otra constantemente para evitar que los depredadores los encuentren por el olor; pasados un par de meses comienzan a incorporarlos a la manada donde todas las madres se hacen cargo de ellos sin importar si los han parido o no, así es más sencillo si algún depredador macho intruso llega a atacarles, ya que en un altercado los machos intrusos pueden llegar a acabar con todas las crías.



Fotografía: Unsplash.com



Les gustan los bocados grandes, por lo general cazan presas que suelen llegar a pesar entre 300 y 500 kilos, aunque si la caza no ha sido del todo prospera pueden recurrir a presas más pequeñas, cada miembro de la manada a excepción de los cachorros suele necesitar alrededor de 7 kilos de alimento diarios. Cabe mencionar también que prefieren cazar de noche, cuando las presas son más vulnerables además de que prefieren dormir 20 horas diarias y pues entre menos se tarden en la caza mejor, porque, hay que dejar tiempo también para acicalarse y convivir en familia. Son 100% carnívoros y eso de comer humanos es sólo un mito, ya que un humano solo es una opción cuando no existen más presas que cazar en el hábitat.

Los machos suelen compartir primero el botín de la caza con los cachorros antes que con las hembras, y estas suelen comer en el mismo lugar donde han abatido a su presa, después arrastran el resto hasta el territorio donde se encuentra la manada.

Las hembras son las que suelen permanecer en la manada de por vida mientras que los machos más jóvenes pueden ser expulsados y se convierten en nómadas hasta formar su propia manada o incorporarse a una nueva, sin embargo, esto no siempre pasa y pueden terminar solos o en parejas por el resto de su vida.

Y hablando de su comportamiento social y como se desarrollan dentro de la manada, las hembras





Fotografía: Unsplash.com



suelen sentir mayor atracción por machos con una melena abundante y oscura, (si, Disney nos contó algo muy distinto, lo siento) además, son animales muy afectuosos, demuestran este afecto dando pequeños topes con la cabeza y lengüetazos en la frente y el cuello. Tierno, ¿no? Otro dato acerca de como se comunican es el hecho que, como la gran mayoría de los felinos, se comunican a través de diferentes sonidos y ronroneos, pero lo más interesante es que su rugir se puede escuchar a 9 kilómetros de distancia.

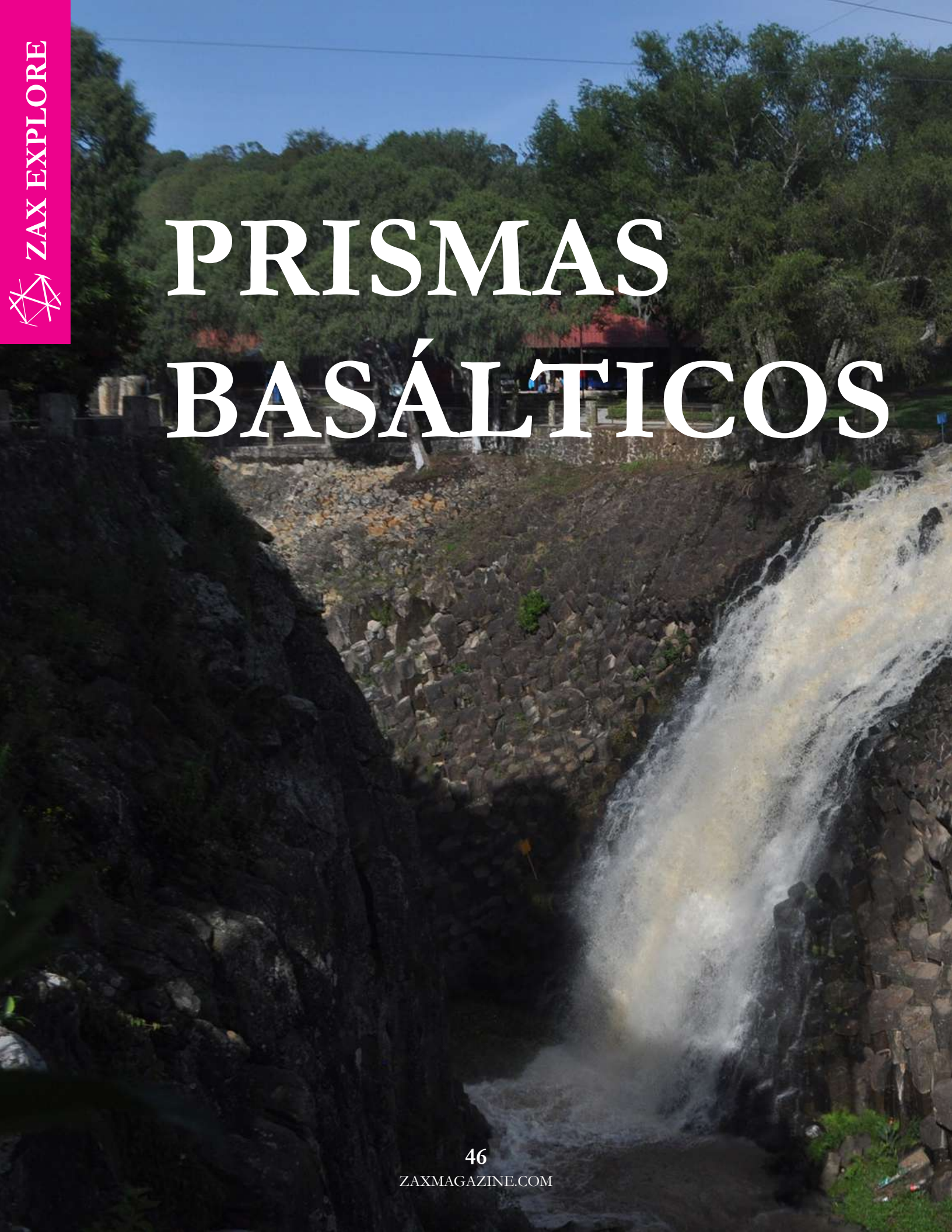
Un dato muy curioso es que, a pesar de estar rodeado de otros depredadores, como en toda buena historia, tienen un archienemigo que intenta hacerles la vida de cuadritos, esas criaturas de risa macabra que asustan a cualquiera, ¡adivinaste!, hablo de las hienas; resulta que a nuestras amigas les encantan las mismas presas y mantienen una lucha interminable por el territorio y la comida.

Pasando a la cultura este animal ha tenido vital importancia, ya que muchos han tomado su imagen para representar deidades, tal es el caso de la diosa egipcia Sejmet o Sekhmet, deidad asociada a la guerra, fría y sanguinaria, traedora de plagas y pestes, pero también es la señora de la medicina y la curación. Por otro lado, los hindúes nos cuentan la leyenda de la diosa Durga, una diosa guerrera que venció a un ejercito de demonios acompañada de un gran león.

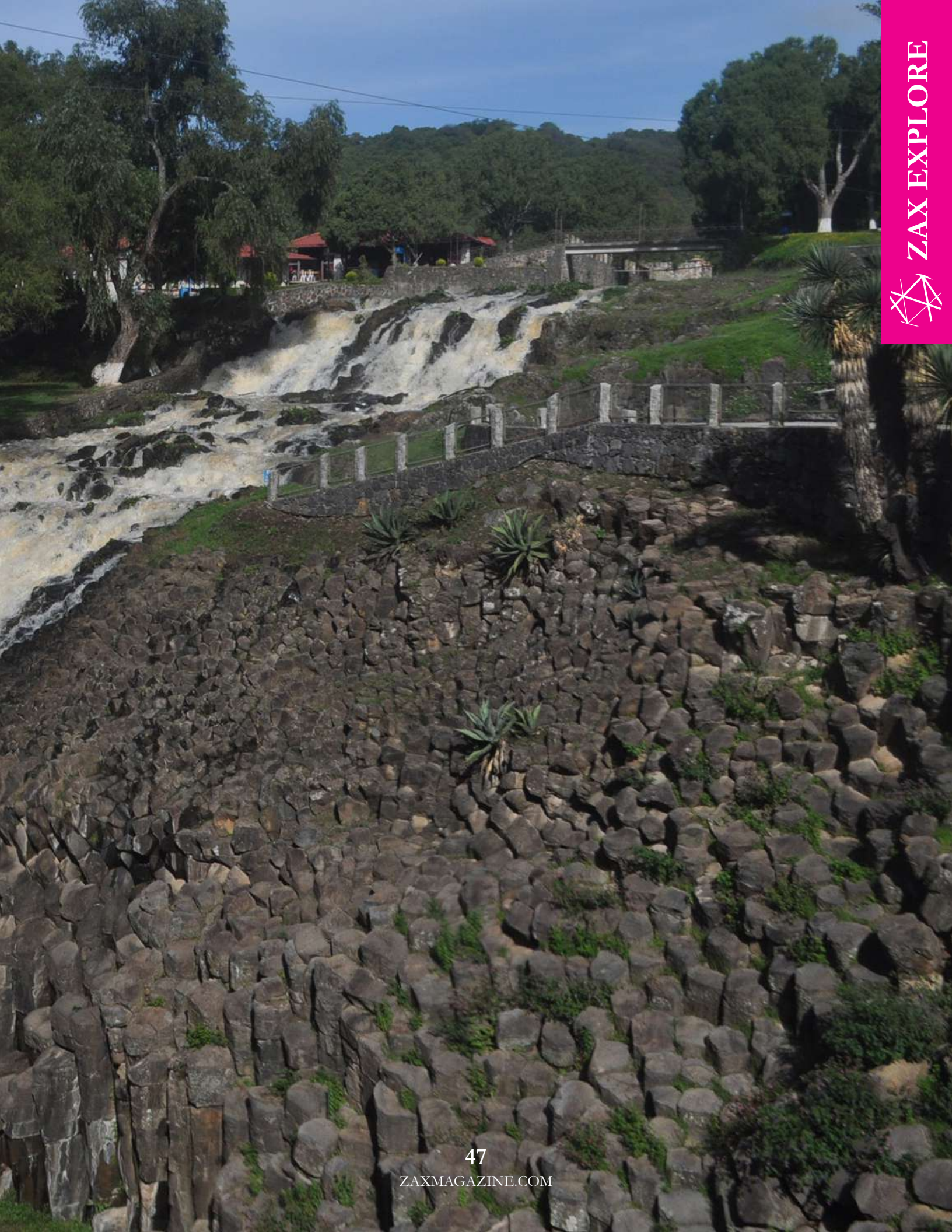
Y bueno, hay muchísimas cosas más que pudiera contarte, sin embargo, nos llevaríamos un montón de páginas y en ZAX tenemos aún muchas cosas que compartir con ustedes.

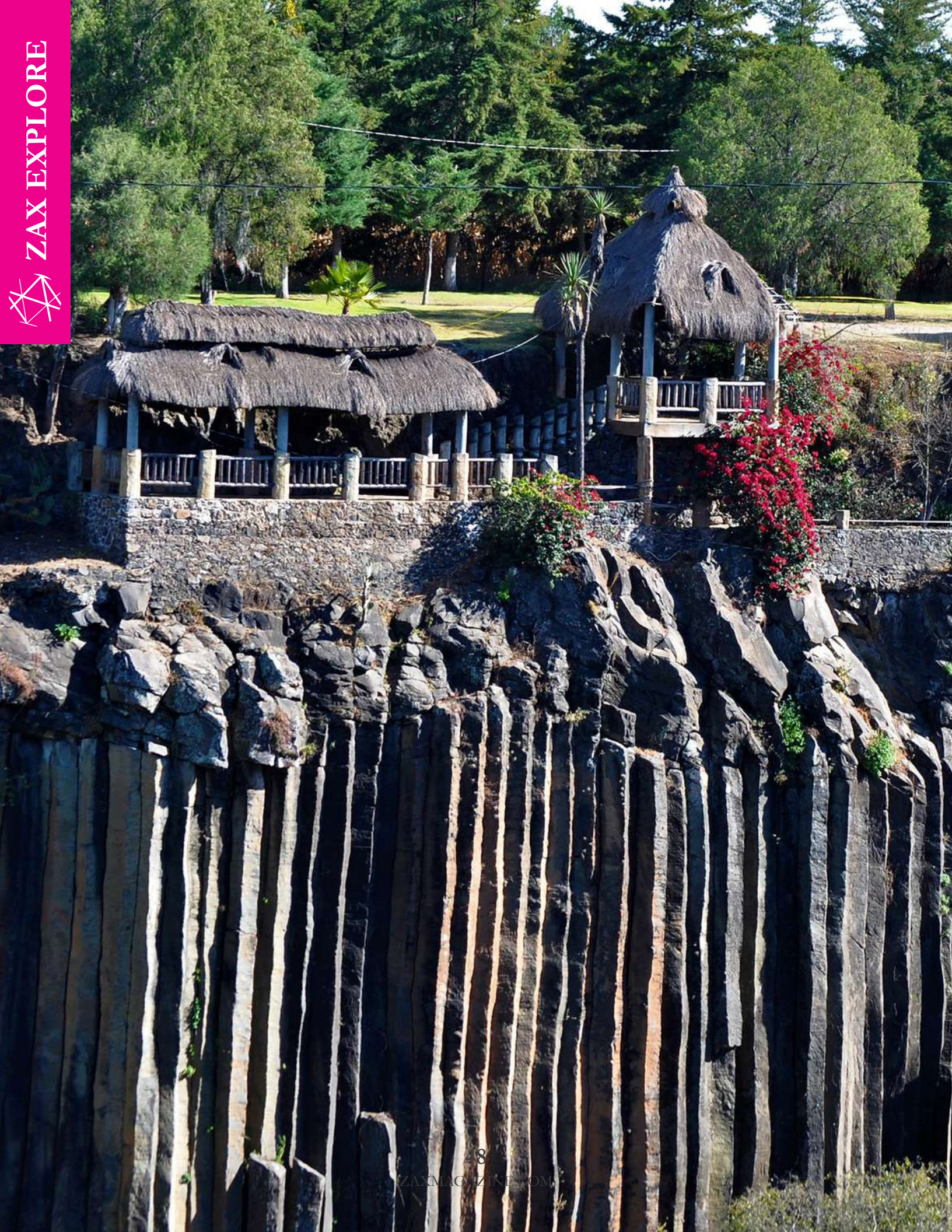
Mientras tanto les dejo los códigos para que puedan dar un vistazo a la leyenda de Durga y a la historia de diosa Sekhmet que nos regalan National Geographic y Ecu Red. Nos leemos pronto.





PRISMAS BASÁLTICOS







Estas peculiares formaciones rocosas se localizan a hora y media de la Ciudad de México y a tan solo quince minutos del pueblo mágico de Huasca de Ocampo.

Únicas en su tipo en el mundo y consideradas una de las trece maravillas naturales de México desde 2007. Están formadas por roca ígnea conocida como basalto.

Los prismas basálticos, son extraordinarias columnas geométricas de roca que bañadas por el caudal de la presa San Antonio Regla decoran las impresionantes paredes de la barranca de Santa María Regla.

Estas columnas naturales de roca lisa se cree que se formaron por el escurrimiento de lava basáltica al fondo de una cañada de agua helada y se estima que están ahí desde finales del Pleistoceno, periodo en que se piensa surgieron. (El pleistoceno es el periodo del Cenozoico que abarca desde finales del Plioceno “hace aproximadamente 1,8 millones de años” hasta principios del Holoceno “hace aproximadamente 11,500 años” Cubre la época de las recientes glaciaciones.)

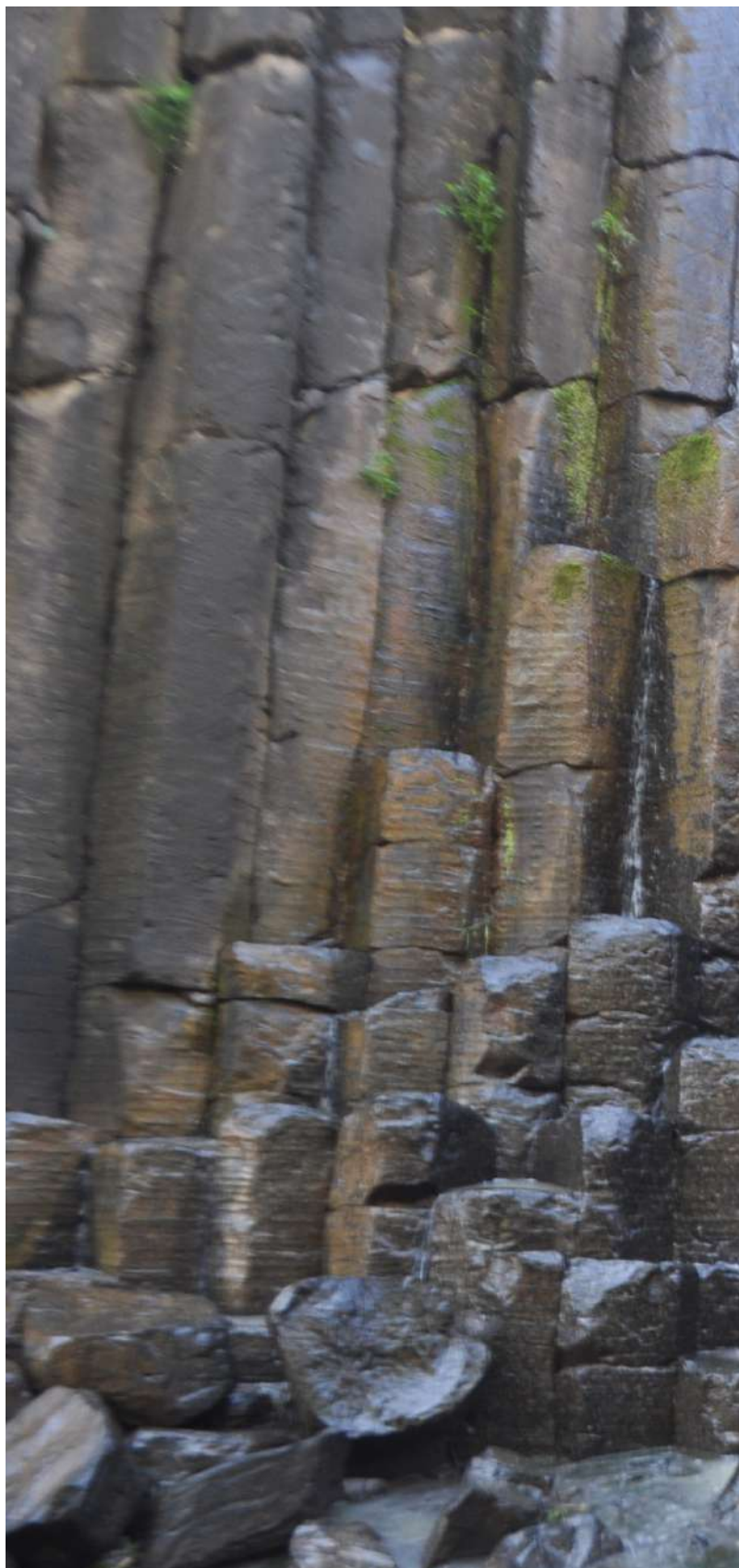
Su enfriamiento rápido y constante provocó que el volumen de la lava se contrajera y se fragmentara en varias partes. El resultado final, con la ayuda de la erosión fluvial, derivara en esas caprichosas formas cuadradas, pentagonales y hexagonales las cuales llegan a alcanzar los 40 metros de altura formadas de cinco, seis y hasta siete caras.

Al visitar los prismas podrás admirar las maravillas naturales de este interesante lugar. El costo de entrada que es de \$100.00 por persona, incluye acceso a: Estacionamiento, asadores, sanitarios, canchas deportivas, juegos infantiles, albercas, regaderas, puente colgante, y miradores.

Atravesar por el puente es una aventura que te da la posibilidad de admirar la caída de agua desde lo alto y ver lo caprichoso del paisaje rocoso.


Podrás recorrer la presa de San Antonio en Lancha con una breve explicación de la historia de cómo se formó esta. El recorrido tiene un costo de \$100.00 por persona, o si lo prefieres tirarte en tirolesa la cual tiene una longitud de 180 metros y 80 metros en su parte más alta.

Una vez terminado tu recorrido y si te queda tiempo, te recomiendo comer en el pueblo de huasca, o visitar peña del aire a unos 9 kilómetros de huasca de Ocampo y cinco de los prismas basálticos.









Caprichogas
formas cuadradas,
pentagonales y hexagonales
las cuales llegan a alcanzar
los 40 metros de altura
formadas de cinco, seis y
hasta siete caras.





ZAX
MAGAZINE

PODCAST



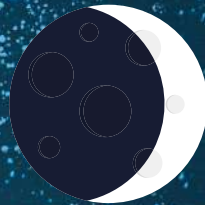


Luna de esturión o luna llena de maíz verde

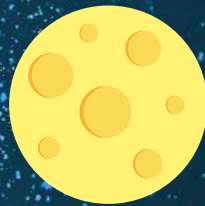
La razón de llamar la luna de este mes de esta forma, es porque justo durante esta luna llena ya se podía recolectar granos y maíz, además debido al calor, era una buena época del año para atrapar peces esturión que era costumbre verlos con un gran tamaño.



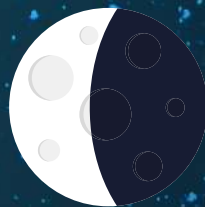
Luna nueva
8 de agosto



Luna creciente
15 de agosto



Luna llena
22 de agosto



Luna menguante
30 de agosto

¿Qué hacer?

**Festival de la
Guitarra - Paracho**

1-6 agosto

Paracho, Michoacán



**Feria Nacional
Potosina**

6-29 agosto

San Luis Potosí



**Fiestas de la
Vendimia**

7 agosto

Cavas Freixenet, Ezequiel
del Monte



Gran Feria de La Manzana

7-15 agosto

Zacatlán, Puebla



Feria de la uva y el vino FIUV

13-28 agosto

Parras de la Fuente



Festival Internacional de Cine Monterrey FIC

16-29 agosto

Monterrey, Nuevo León



Festival de la Música de Cámara

Agosto

San Miguel de Allende, Gto.



FESTIVAL
DE MÚSICA
DE CÁMARA
SAN MIGUEL
DE ALLENDE





CHILES

EN NOGADA

Ingredientes:

- 8 chiles poblanos;
- 2 granadas rojas, desgranadas;
- 80 gramos de perejil picado;
- 100 gramos de cebolla, finamente picada;
- 2 dientes de ajo;
- 400 gramos de carne de res molida;
- 400 gramos de carne de cerdo molida;
- 120 gramos de acitrón, picado;
- 50 gramos de pasita, hidratadas;
- 100 gramos de almendra, peladas, tostadas y picadas;
- 200 gramos de durazno, picado;
- 200 gramos de pera, pelada y picada;
- 200 gramos de manzana golden, pelada y cortada en cubitos;
- 50 gramos de azúcar;
- 5 gramos de canela en polvo sal y pimientas, al gusto;
- 80 gramos de manteca de cerdo;
- 1/2 kilos de nuez de castilla, pelada, para la nogada;
- 100 gramos de almendra, pelada, para la nogada;
- 220 gramos de queso crema Philadelphia, para la nogada;
- 80 gramos de azúcar, para la nogada;
- 400 mililitros de vino blanco, para la nogada;
- nueces moscada, al gusto, para la nogada;
- leche de vaca, (si es necesario), para la nogada.



Receta:

Poner los chiles a fuego directo para quemar la piel, ten cuidado de que no se quemen.

Mételos en una bolsa y déjalos sudar por 20 minutos, quitar semillas, desvenarlos y reservarlos.

Para el relleno, calienta la manteca, suda la cebolla y el ajo picado, agregar las carnes de res y cerdo y cocinar 5 minutos, agregar las almendras, pasas, acitrón y deja cocer un poco. Agregar la fruta (duraznos, peras y manzanas) deja cocer 5 minutos más, sazonar y reservar. Nogada: poner en el vino blanco, almendras y nueces al fuego; dejar que reduzca y agregar nuez moscada. Enfriar, licuar con la crema, el queso y el azúcar, rectificar consistencia y sabor, rellenar los chiles, cubrir con la salsa y decorar con perejil picado y los granos de granada.



A hand holding a small green herb leaf, likely cilantro, is the central focus. The background shows a wooden table with several dishes: a bowl of red salsa, a bowl of green salsa, and a plate of white rice. In the foreground, there is a pile of almonds.

Legado

cultural de México
al paladar mundial



La evolución de Kea en Amycu

A pesar de lo que leemos en las novelas muchas ocasiones nuestras vidas son resultado de muchas historias entrelazadas, y una misma idea nos lleva a muchos puntos totalmente diferentes de lo que pensamos, justo eso es Kea o ahora Amycu, una idea que ha crecido hacia una vertiente que nunca pensamos.

Y es que hace algunos años mi hermana y yo empezamos a tener más atención en algunas cosas de nuestro cuidado personal, pero más allá de la idea lógica de estética, el objetivo era “cuidarnos”, darnos 5 minutos de desconexión de las múltiples actividades que debemos cumplir todos los días y para ello empezamos a usar fragancias, jabones para las duchas, ya saben, buscando en los aromas un poco o mucho de confort y relajación.

La siguiente etapa fue la búsqueda de elementos más naturales porque cuando satisfacemos nuestras necesidades y usamos recursos, impactamos de manera directa a la naturaleza, y comprendemos que no podemos dejar nuestras necesidades sin satisfacer, más bien la pregunta es ¿cómo afectamos lo menos posible a la naturaleza?, la primera forma es usando menos, situación que ejercemos lo más que podemos, la segunda es empleando elementos naturales, o lo más naturalmente posible, en todos los sentidos mientras menos procesado mejor, desde la comida, fruta, y empezamos a elaborar algunos productos un poco más procesados, de fácil fabricación, como mermeladas, para avanzar a productos para nuestro cuidado personal, desde shampoo sólido, cremas y demás, esta parte de la historia se llama “Kea” palabra japonesa que

es “cuidado” es español, era nuestra forma de cuidarnos a nosotras y cuidar la naturaleza.

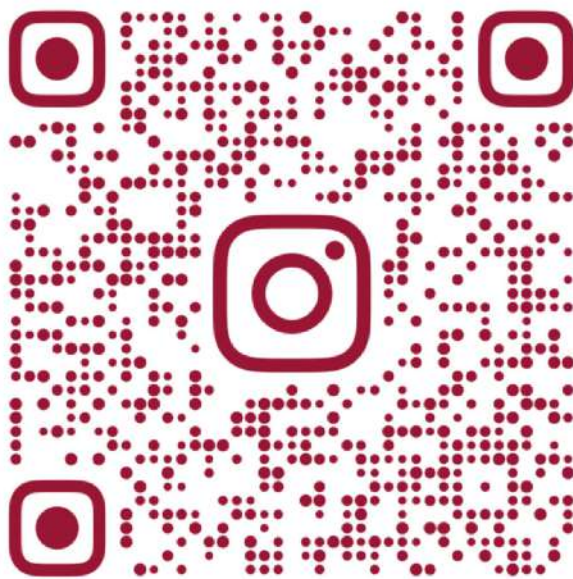
Con el paso del tiempo y el desarrollo de la creatividad y conocimiento técnico de mi hermana y socia, a estas alturas de historia, decidimos materializar Kea en una marca comercial, pero dentro de nuestras prácticas había otros elementos que eran relevantes y que estaban quedando fuera del nombre de Kea, y después de diversas prácticas lo pudimos resumir en “amor”, el amor propio, ese que nos lleva a un egoísmo sano que nos hace vernos a nosotros mismos dignos de tiempo, nuestro tiempo, que nos enseña a decir “no”, a cuidarnos, a brindarnos un momento personal, y que mejor para fomentarlo con un cálido baño con olor a eucalipto, pero no solo es eso, implica comer bien, dormir bien, dejar de ser un juez todo el tiempo con uno, se trata de amarnos y brindarnos una vida con la mayor calidad que podemos, y en mucho es “gratis”, (solo faltan herramientas de conocimiento, por eso empezamos a publicar en redes, consejos e información).

Aquí fue donde el concepto evolucionó de cuidarnos a nosotros y a la naturaleza, a agregarle amor, que bueno por amor también cuidamos y también entendemos la importancia de tomarnos la vida un poco más lenta, un poco más relajada, y robarle 10 minutos a la lista de 100 pendientes, para mí, personales para cada uno de nosotros, así fue como con AMOR Y CUIDADOS, proponemos tener una vida, más saludable, más diversa, más calmada, más equilibrada, proponiendo convertimos en nuestra mejor versión de nosotros mismos, esa es nuestra propuesta, en la mejor versión (hasta ahora) de este proyecto que es AMYCU.



ZAX

MAGAZINE



ZAXAMYCU



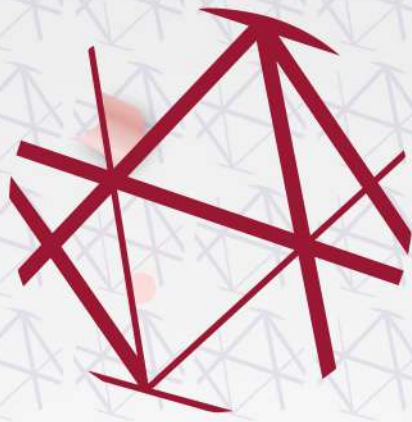
XIV

Por: Juan Martínez Yorchi

Tu voz nace entre la bruma
como una sonata de invierno
y de la oquedad del silencio
tu canto despierta el mundo

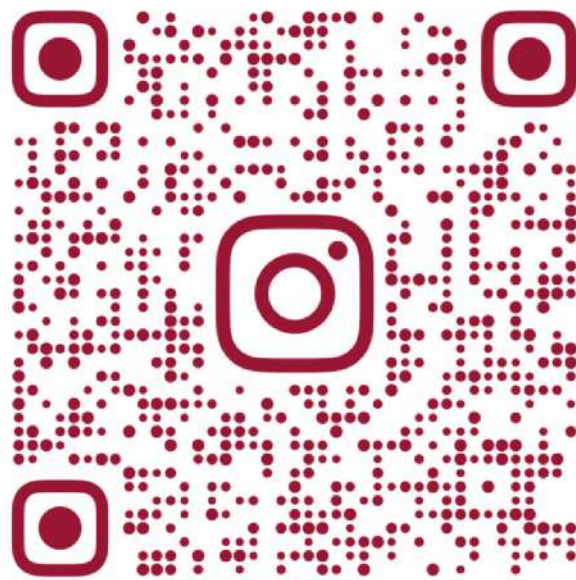
Vas dejando tu aroma
en el cáliz de las flores
dulce fragancia ignota
dibujado en el sendero del viento

Tocarás mi puerta
habitarás mis sueños
y escribirás nuestra historia
un amor de primavera
sobreviviendo en la distancia
y las horas ausentes
dos corazones abrazados con fuego
en la fragua del idilio eterno



ZAX

MAGAZINE



ZAXMAGAZINE

“

Solo tú tienes el poder
de Transformar el
lugar donde vives en
un lugar maravilloso

”
Brad Warner

