

# entr:ö:pía



# Seguiremos soñando

## Socios Directores

Juan Manuel López Cruz  
Lic. en Com.

Tania Guzmán Onofre  
Diseñadora Gráfica

## Corrección

Juan Manuel López Cruz

## Diseño Gráfico

Tania Guzmán Onofre

## Colaboradores

Cyntia Velázquez

Wendolyn Monrroy

Alexis Flores

Emilio Iglesias

## Contacto

Cel: 712 14 71 977  
712 10 04 612

[entropiarevista@outlook.es](mailto:entropiarevista@outlook.es)

[www.entropiarevista.weebly.com](http://www.entropiarevista.weebly.com)

<http://issuu.com/revistaentropia0>

Registro en proceso

Dicen que cuando sueñas algo con todas tus fuerzas, terminas consiguiéndolo, en **Entropía** sabemos que es realidad, ya que este proyecto inició como una idea pequeña y débil ante los acontecimientos que marcan las tendencias de internet, ha ido creciendo poco a poco, manteniéndose firme y con valor. Es por ello que en el marco del 1er aniversario de esta publicación hablamos de los sueños y de cómo poderlos cumplir.

Al recorrer las páginas de nuestra doceava edición encontrarás en la sección **Dato Curioso** la explicación de cómo es el quinto sueño y cuales son los cuatro anteriores a ese, además de poder leer una crítica acerca de una de las series de televisión más famosas del mundo “Bob Esponja”.

Después en **Bazar Cultural** podrás diferenciar entre un sueño y una pesadilla, y la relación que guardan entre ambos, también les recomendamos ver “La ciencia del sueño (2006)” una película que mezcla la creatividad audiovisual con el mundo bizarro de los sueños, y ya que hablamos de lo bizarro, conoceremos una de las tendencias artísticas con mayor presencia en el siglo XX, nos referimos al surrealismo y a una de sus máximas exponentes en México, Leonora Carrington y finalizamos esta sección con los Bakus que según la tradición japonesa son los antiguos devoradores de sueños y malos espíritus.

Para alcanzar un sueño siempre se debe hacer un esfuerzo mayor, tanto así como escalar uno de los monolitos más grandes del mundo, y es así como surge la idea de recomendarte ir a Peña de Bernal, Querétaro, obviamente nosotros lo consideramos **El Mejor Lugar**, ya que además de ser un lugar bellissimo por esta enorme peña, también es considerado como Pueblo Mágico por su arquitectura colonial y sus tradiciones que se viven en cada uno de sus rincones.

En la sección **Círculo de Sabor** no podrás perderte de unas ricas chuletas acompañadas de papa y un delicioso tiramisú de limón, que sin duda te chuparas los dedos.

Estimado lector, sabías que los sueños tienen algo de realidad, y es que siempre sacamos todas nuestras represiones a través de ellos, todo lo que no podemos hacer en la realidad lo podemos llevar a cabo gracias a esta actividad del subconsciente, es por ello que en **Armonía** les enlistaremos la interpretación de los sueños a partir de la teoría de Freud.

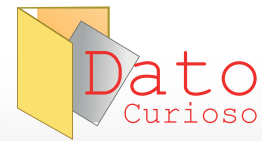
Y una vez expuesto lo que son los sueños, te agradecería prestarle tu voz a tus personajes de series y películas favoritos, pues en nuestra sección **Conozcamos a** tuvimos la oportunidad de charlar con Cristina Hernández, una de las voces de doblaje más reconocidas a nivel internacional, bueno basta decir que es quien le presta voz a Bombón de Las Chicas Superpoderosas y a Sakura Kinomoto, actualmente es la voz de “Alegría”, personaje protagonista en la nueva película de Pixar “Intensamente”. En verdad una gran actriz y una excelente persona.

En la sección **¿Que Hago Hoy?** ocupamos ese momento creativo y lleno de inspiración para crear un atrapasueños, sí, ese artefacto que usaban los indios norteamericanos como símbolo de ahuyentar a las pesadillas y repeler a los demonios de los sueños.

Para finalizar podrás leer, apreciar e inspirarte con las expresiones artísticas de nuestros colaboradores y seguidores, ya que en nuestra sección **Expresarte** podrás encontrar cuentos, poemas, ilustraciones, en fin, todo aquello en lo que plasmamos nuestros sentimientos y los damos a conocer al exterior.

Así es que no te puedes perder esta 12ª edición de **Entropía** que trae consigo la celebración de su 1er aniversario, el cual festejaremos en grande, espera a ver las fotos del recuerdo del evento que se organizó.

Una vez más y como siempre lo decimos **BIENVENIDOS** a esta aventura en la que entropía te alienta a seguir tus sueños para volverlos realidad, en donde no importa si tienes pesadillas porque a partir de ellas aprendes y por supuesto, esperamos que confíes tus anhelos a esta nuestra revista para que siga iluminando tus ideas

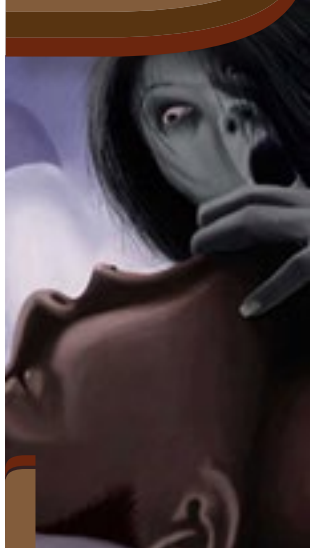


### Estaba en el quinto sueño

Por: Alexis Flores

### Bob Esponja: un programa no apto para público infantil

Por Wendolyn Monroy



### Sueños y pesadillas

Por Alexis Flores

### La ciencia del sueño: una oda a la creatividad audiovisual

Por Juan Manuel López

### El mundo surrealista, hace realidad tus sueños

Por Cinthya Velásquez

### Bakus, Antiguos devoradores de sueños y malos espíritus

Por Wendolyn Monroy



### Peña de Bernal: un paraje impotente que toca el cielo

Por Juan Manuel López



### Cristina Hernández



### Chuletas con papas

Por Tania Guzmán

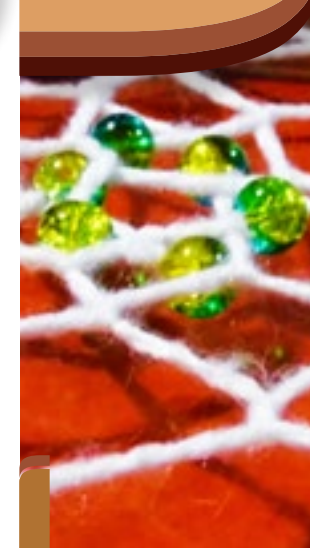
### Tiramisú de limón

Por Tania Guzmán



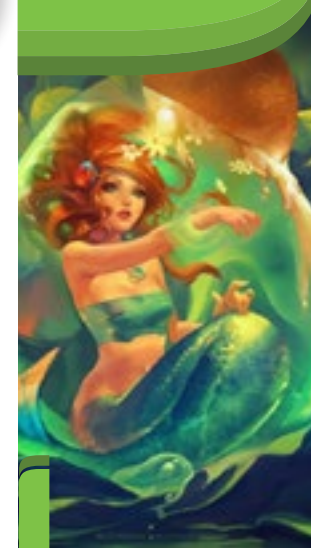
### Sueños y pesadillas, interpretados y aceptados

Por Juan Manuel López



### Atrapasueños

Por Tania Guzmán



### Sirena

### Niña Luna

Por Juan Manuel López

### Soñar es...

Por Emilio Iglesias



# Estaba en el quinto sueño

Por Alexis Flores

**E**sta típica frase (“estaba en el quinto sueño”) la hemos escuchado infinidad de veces, por lo regular usada para describir que nos encontrábamos en medio de un profundo sueño, pero ¿por qué usamos esa frase? ¿Existe el quinto sueño? Y, si existe, ¿a qué se refiere?

Está comprobado científicamente que al dormir pasamos por cinco etapas, que van desde el primer sueño hasta el quinto, también conocido como MOR (sueño de Movimiento Ocular Rápido)

## El primer sueño:

En esta etapa, el cuerpo está descansando en forma mínima. Las personas en el primer sueño se encuentran “medias dormidas”, son fáciles de despertar, el cuerpo se enlentece y hay contracciones musculares, incluso pueden dialogar y seguir durmiendo. Esta es la primera etapa y también la última, ya que da pauta al despertar.

## El segundo sueño:

Es más profundo que el primero, esta es la etapa en la que se alcanza al tomar una siesta. En este nivel, las ondas cerebrales se vuelven más lentas con estallidos ocasionales de ondas rápidas.

## El tercer sueño:

En esta etapa se puede decir que se está dormido de verdad, en promedio, el tercer sueño llega en la tercera hora de sueño y las ondas cerebrales se vuelven más lentas y más rápidas intercálándose.

## El cuarto sueño:

Es un sueño profundo del cual cuesta trabajo despertarse. Hay ondas cerebrales parecidas a las del tercer sueño, pero en esta etapa no hay movimiento ocular ni actividad muscular. En esta etapa es cuando experimentas el mojar la cama o caminar dormido

## El quinto sueño o sueño MOR:

Es el sueño profundo, donde cuesta mucho trabajo despertar con ruidos o movimientos, y es cuando el cuerpo descansa de manera literal. En esta etapa la respiración es rápida, irregular y superficial, los ojos se agitan rápidamente y los músculos de los miembros se paralizan temporalmente.

Las ondas cerebrales durante esta etapa aumentan a niveles experimentados cuando una persona está despierta. También, el ritmo cardíaco aumenta, la presión arterial sube, los hombres experimentan erecciones y el cuerpo pierde algo de la habilidad para regular su temperatura.

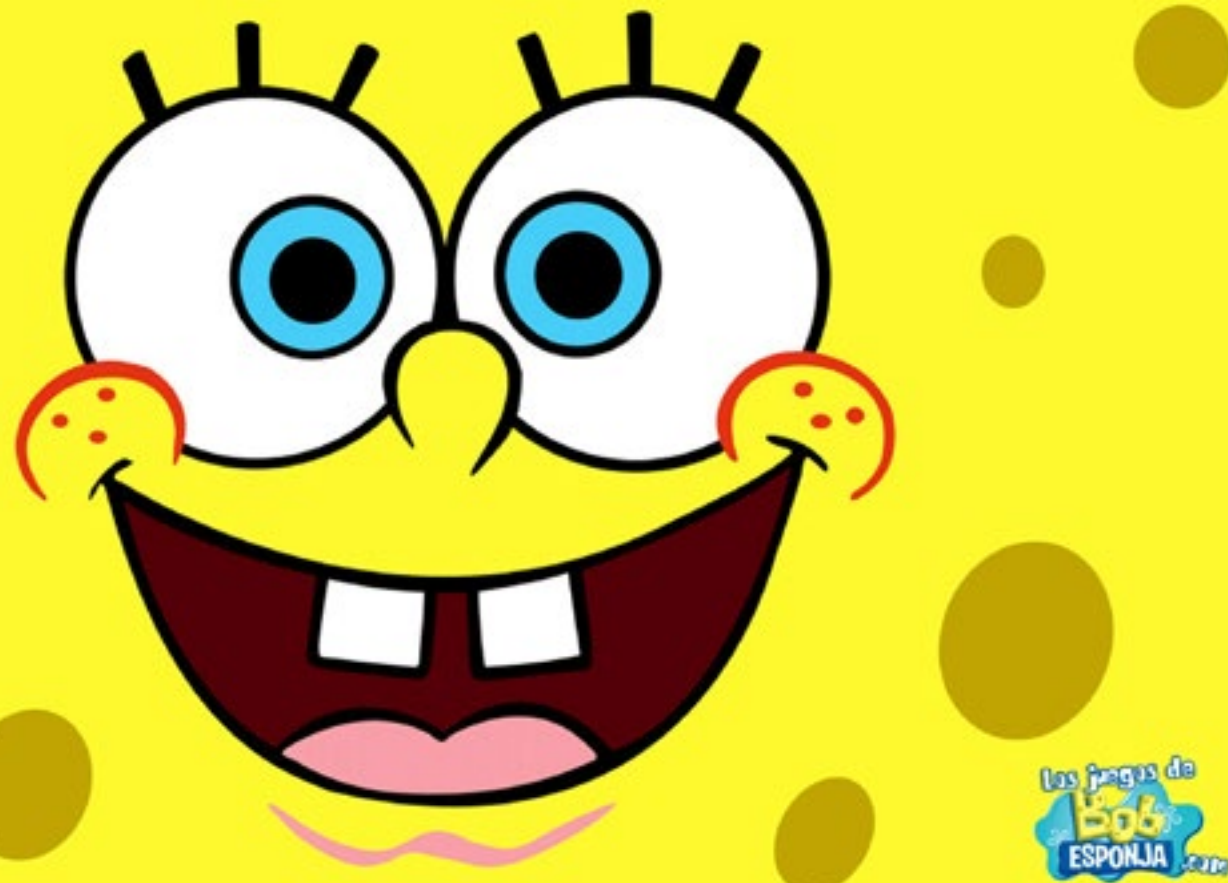
En esta etapa es en la que ocurren la mayoría de los sueños. La mayoría de las personas experimentan de tres a cinco intervalos de sueño MOR cada noche. Si se despierta a una persona del quinto sueño despertará con malestares corporales, el corazón latirá rápidamente e incluso estará fuera de sí.

Esta etapa del sueño fue descubierta en 1953 cuando nuevas máquinas se desarrollaron para monitorear la actividad cerebral. Antes se creía que la actividad cerebral cesaba durante el sueño y se creía que llegar al quinto sueño podía causar demencia, por el contrario han encontrado que el sueño MOR puede aliviar la depresión clínica y otros malestares, el quinto sueño está ligado con el aprendizaje y la memoria.

Los niños pequeños, al dormir, pasan casi el 50% de su tiempo en sueño MOR mientras los adultos pasan cerca de la mitad del tiempo que duermen en la etapa 2, cerca del 20% en MOR, y el otro 30% se divide entre las otras etapas. Los adultos más viejos pasan progresivamente menos tiempo en el quinto sueño.

De acuerdo a los resultados de un estudio, la cantidad de sueño que una persona tiene cada noche depende de una variedad de factores, incluyendo género, estatus marital y laboral, nivel de estrés y cansancio, así como la alimentación. Ahora ya sabes que el quinto sueño existe y que efectivamente se refiere a una etapa de sueño profundo que todos deberíamos experimentar. ✨





# Bob Esponja:

## un programa no apto para público infantil

Por Wendolyn Monroy

La razón por la que la humanidad ha dejado de creer en sus sueños tal vez tenga que ver con la comodidad que se tiene en la actualidad, todo está a la mano, es simple, no requiere de la razón y mucho menos del análisis de la situación; es por ello que una cama no es necesaria para poder soñar, porque lo más importante es el descanso, y el soñar pasa a segundo término, cuando deberíamos preocuparnos por esa actividad propia del cerebro.

Hablando de la imaginación y los sueños reprimidos, una de las muestras más claras de la simpleza de la vida del humano en la actualidad son las caricaturas, esas que entretienen a chicos y grandes, dejándonos en un estatus de simpleza

y falta de razonamiento, para pasar a uno de distracción y entretenimiento. Claro ejemplo es la serie animada Bob Esponja, es por ello que a continuación se explica cómo es esta serie y las afectaciones a futuro que puede provocar en nuestro contexto social.

Bob Esponja es una serie de dibujos animados de origen estadounidense que fue creada por Stephen Hillenburg en 1984, originalmente es transmitida por Nickelodeon, un canal de televisión infantil que hace su transmisión vía satélite y que igualmente es de origen norteamericano; al parecer dicha serie fue muy bien aceptada por el público televidente, lo que a su vez le llevó a la fama y el reconocimiento internacional.

No se puede señalar con exactitud qué cosa le ha costado a la caricatura millones de seguidores, pudo haber sido el pegajoso soundtrack, la ingenuidad en la que parecen vivir los personajes en el fondo del mar, la enloquecedora risa del protagonista o el humor sádico plagado de chistes malos que se dejan ver en cada capítulo y pese a que este programa ha sido pensado para un público infantil, a los adultos también parece agradales, en Julio de 2013 IGN España (Portal que habla sobre videojuegos, TV, cómics y ocio electrónico) posicionó a Bob Esponja en el lugar 12 de 25 de las mejores series de animación preferidas por los adultos, compartiendo créditos con Dragón Ball, Looney Tunes, Los Súper Campeones, Los Simpson y Los Picapiedra.

A pesar de tales aclamaciones en los sitios web a Bob Esponja también lo ha asechado el escándalo y se han puesto en tela de juicio importantes aspectos que involucran no sólo la parte técnica del programa sino también posibles efectos de recepción mediática en sus televidentes, los siguientes son sólo algunos de los argumentos que señalan a Bob Esponja como un programa no apto para público infantil.

### Relación con los 7 pecados capitales

Se dice que Hillenburg dio a sus personajes como característica principal uno los 7 pecados capitales así Patricio ejemplifica la Pereza, Calamardo la Ira, Gary la Gula, Don Cangrejo la Codicia, Plancton la Envidia, Bob Esponja la Lujuria y Sandy el Orgullo. A todo esto ¿Dónde está lo positivo?

### Se podría dañar las capacidades cognitivas del cerebro de los niños.

Una reciente investigación realizada por un equipo de la Universidad de Virginia encontró que Bob Esponja es una programación que repercutió a corto plazo en la capacidad de aprendizaje de un grupo de niños, el estudio consistía en segmentar una muestra de 60 niños de 4 años en tres grupos, el primer grupo fue expuesto a un programa educativo, el segundo grupo sólo debía ver Bob Esponja y el tercero dibujar, después se les evaluó la memoria y las habilidades de pensamiento.





Se encontró que el grupo de Bob tuvo los resultados más bajos, según los expertos esto se debe a que el cerebro de los niños se sobrecarga cuando el nivel de estimulación de los dibujos es muy rápido, lo que a su vez repercute en las capacidades cognitivas y en los niveles de atención de los niños.

Nickelodeon lógicamente refutó el estudio debido a que la muestra es muy pequeña, sin embargo sí se considera posible el hecho de que un programa televisivo que hace uso de la combinación de acontecimientos fantásticos en un ritmo acelerado, como Bob Esponja, pueda afectar los niveles de concentración de los niños.

**Bob Esponja es considerado un programa sospechoso de homosexualidad.**

Constantemente Bob Esponja ha sido acusado por diferentes grupos sociales y religiosos de promover comportamientos homosexuales, sin embargo sus creadores se defienden alegando que estos grupos suelen ser muy radicales con sus quejas sobre la moral. Pero apelando al análisis de los trasfondos sociales de la caricatura y acudiendo a la psicología del color, esta acusación efectivamente puede verse de una forma mucho más seria. ¿Una estrella de mar rosada tomando de la mano a su mejor amigo, a quién es común verle rodeado de colores del arcoíris? Ciertamente no parece casualidad, al contrario pudiese pensarse que es un contenido oculto puesto como señal de pro-actividad homosexual.

Por su parte Hillenburg se ha defendido de las acusaciones afirmando que la naturaleza de sus personajes es asexual debido a su origen marino, es decir, no poseen ninguna orientación sexual, lo que no se ha podido negar es que la caricatura es muy recurrente entre los adultos con tendencia gay.

Cabe resaltar que definitivamente esta descripción no pretende ser homofóbica ni mucho menos, pero sí pretende apelar a la razón del lector y sobretodo resaltar el hecho de que un programa infantil no debería estar relacionado con tremenda temática. Lector si tienes hijos pon atención a la programación que compone la parrilla televisiva a la que están expuestos, puede ser que los programas parezcan inofensivos pero si tienes el cuidado suficiente puedes encontrar que incluso las caricaturas promuevan inocentemente comportamientos inadecuados.

Las especulaciones que rodean a Bob Esponja pueden parecer triviales pero no debes olvidar el dicho que dice: «Cuando el río suena, agua lleva» no te arriesgues a que tus hijos consuman programas que no van acorde a su edad, establece límites y horarios para ver la televisión, dedica tiempo para ellos, enséñalos a soñar y a perseguir sus sueños, juega con ellos, acércalos al arte, a la música o al deporte pero procura no acercarlos demasiado a la caja negra hipnotizante. ☺



## Sueños y pesadillas

Por Alexis Flores

Cuando llega la hora de ir a la cama y comenzar a descansar, estamos a la expectativa de cómo serán nuestros sueños, si acaso serán esos que te hacen despertar de buenas y con la mejor actitud, o por el contrario, aquellos que te hacen despertar de golpe porque han causado tus peores temores.

Pues bien, debemos comprender que los ENSUEÑOS, que es la manera correcta de llamar a los sueños son las imágenes mentales, sonidos, pensamientos y sensaciones que experimentamos al dormir y por otro lado las PESADILLAS, que son los ensueños que causan emociones de miedo, terror, angustia, ansiedad o pánico, también pueden provocar depresión y tristeza, ya que representan sensaciones de peligro y malestar.

Soñar es un proceso mental involuntario y se produce una reelaboración de la información almacenada en la memoria, generalmente relacionada con experiencias vividas. Los recuerdos que se mantienen al despertar pueden ser simples (una imagen, un sonido, una idea, etcétera) o muy elaborados.

Se ha comprobado que las pesadillas pueden tener causas físicas, como dormir en una posición incómoda, fiebre, estrés, ansiedad, el uso de drogas y hasta la comida ingerida antes de dormir, ya que todos estos elementos incrementa el metabolismo y la actividad cerebral.

Los ensueños existen durante todas las fases del sueño, pero es durante la etapa del sueño MOR cuando podemos recordarlo. Los sueños más elaborados contienen escenas, personajes, escenarios y objetos.

Científicos también han encontrado la presencia de ensueños en animales, ya que algunos alcanzan la etapa del quinto sueño. Los mamíferos son los animales con mayor probabilidad de soñar debido a su ciclo del sueño similar al humano. El animal que más tiempo pasa en fase de sueño MOR es el armadillo.

Ahora ya sabes, si experimentaste ensueños durante tu siesta o en la noche, es una buena señal de que llegaste al quinto sueño, y como anteriormente dije, llegar al sueño MOR es indicio de que alcanzaste un pleno nivel de descanso. ☀

## La ciencia del sueño, Una oda a la creatividad audiovisual

Por Juan Manuel López

*“Ésta noche les enseñaré cómo se preparan los sueños. La clave es una combinación muy delicada de ingredientes complejos. Primero introducimos pensamientos al azar, luego le sumamos unas cuantas reminiscencias del día, mezcladas con memorias del pasado. Eso es para dos personas. Amores, amistades, relaciones y todas esas “es”, junto con canciones que escucharon durante el día, también cosas que vieron y personales” (La ciencia del sueño, 2006).*

Bajo esta premisa, comienza esta obra maestra del séptimo arte, La Science des rêves (La ciencia del sueño, en España y México) que es una película franco-italiana dirigida por Michael Gondry y protagonizada por el actor mexicano Gael García Bernal y la actriz francesa Charlotte Gainsbourg.

La película mezcla la técnica Stop Motion con la filmación tradicional, está ambientada en un típico barrio de las cercanías de París donde alterna el drama de una vida sin sobresaltos, con la “comedia de los sueños” que experimenta el protagonista. Esta película está llena de escenas que mezclan texturas plásticas y cierto surrealismo, dicha característica ha hecho que este film sea tan representativo desde que fue presentado el 11 de febrero del 2006 en el Festival Internacional de Cine de Berlín.



### Una reseña de un gran sueño

La historia narra la vida del tímido e introvertido Stephane (Gael García Bernal), que pareciera cambiar al momento en el que su madre le convence de que vuelva a la casa donde creció en Francia, prometiéndole un trabajo. Su naturaleza creativa, y su perturbador mundo de sueños, amenazan constantemente con usurpar su mundo real. Pero su alegría desaparece al comprobar que el trabajo es un aburrido puesto en una pequeña oficina con tres compañeros, incluyendo uno que necesita que lo distraigan todo el tiempo, y un jefe que preferiría estar siempre solo.

Sin embargo, la decepción es eclipsada cuando Stephane conoce a su vecina, Stephanie (Charlotte Gainsbourg) y su amiga, Zoe, quienes al principio le confunden con un empleado de mudanzas, y él que es demasiado tímido para sacarlas del error, debe fingir que no vive al lado para que la nueva amistad con Stephanie continúe creciendo.

Stephane no es muy hábil mintiendo y las chicas pronto averiguan la verdad, aunque al principio le atrae Zoe, rápidamente se inclina por Stephanie cuya imaginación es comparable a la suya. La hace

participe de sus proyectos creativos e invenciones y empieza a permitirle entrar en el confuso y colorido mundo de su mente. De manera casi inexplicable, Stephanie encuentra la llave del frágil corazón de artista de Stephane. Al mismo tiempo que la relación florece, la confianza que desprende en su mundo de sueños comienza a fluir en su vida real como nunca antes lo había hecho, consiguiendo éxito y mirando con alegría hacia un futuro mágico con Stephanie.

Por otra parte, al mismo tiempo que obtiene popularidad gracias a la publicación de un calendario con sus ilustraciones, se siente mal porque siente que Stephanie rechaza sus sentimientos hacia ella. Pero ¿realmente le ha rechazado o a través de sus inseguridades ha imaginado un escenario en el que la ruptura romántica le ha dejado a la deriva de nuevo? Incapaz de afrontar un mundo real sin Stephanie y sin soluciones válidas que provengan de su mundo de sueños, Stephan se enfrenta a un dilema para el que no podrá apoyarse en la ciencia del sueño para resolverlo.

### Una enseñanza antes de dormir

La película nos presenta un problema, que no es único para Stéphane (su protagonista) sino para todos quienes hemos disfrutado de este film, éste lo encontramos cuando no se logra discernir entre sus dos formas de percepción, aunque para el espectador sea el principio del mejor placer que brinda la película: no entender completamente cuando termina un mundo y se encadena el otro, cuando estamos en la vigilia y cuando en el delirio.

Y en este momento cuando se revela, si no un misterio, al menos algo: La Ciencia del Sueño puede ser pesimista, pero también liberadora de los lastres del desarrollo aristotélico: la esperanza podría encontrarse en las formas de juego, en los engranajes del proceso creativo.

Además de la interpretación de La Ciencia del Sueño, el film nos regala un conjunto de frases que nos hacen pensar y razonar acerca de lo sublime de la vida y de nuestros pensamientos, de lo banal siendo lo más importante en un sueño. A continuación se enuncian algunas de las frases más representativas de esta pieza de arte de la cinematografía.

• Dos personas caminan en direcciones opuestas al mismo tiempo y luego, toman la misma decisión al mismo tiempo, y luego la corrigen, y luego la corrigen, y luego la corrigen, y luego la corrigen, y luego la corrigen. Básicamente en un mundo matemático, estos dos tipos harían lo mismo hasta el fin del mundo.

• En los sueños, los ojos caminan. ¡Los ojos! Puedo controlar mis ojos en mi sueño. No más esclavitud del sueño.

• Las cosas van a salir como tú quieres. Si pudieras dejar de dudar que te quiero. Llámame a casa. Puerta con puerta.

• Es como en Big Bang, el primer instante es muy pequeño y luego el siguiente nano-instante, infinito, enorme. Me gustaría regresar al momento que no me gustaba.

• No puedes dejar que las cosas te molesten toda la vida. Un hombre tiene que tomar al toro por los cuernos. ☼





## El mundo surrealista, hace realidad tus sueños

Por Cinthya Velásquez

La primera mitad del siglo XX estuvo marcada por tendencias artísticas muy diversas, todos los artistas querían dar a conocer sus sentimientos al mundo con base en diferentes técnicas y elementos, que se complementaban o se diferenciaban a partir de la visión particular del contexto que los rodeaba.

Un ejemplo de las tendencias artísticas de este siglo fue sin duda el surrealismo, aquel manejo de los sueños plasmados en esculturas, pero sobretodo pintura, como aquellas de Salvador Dalí que son memorables e inconfundibles, que nos llevan a entender la relatividad del tiempo en “Los Relojes” o a analizar la fuerza de voluntad en “El barco tirado por mariposas”, piezas artísticas que hacen que nuestros sueños se vean reflejados en colores y trazos.

México también fue cuna de artistas surrealistas, por ejemplo Leonora Carrington, una pintora y escritora que si bien nació en Lancashire, Inglaterra el 6 de abril de 1917, paso gran parte de su vida en nuestro país, donde desarrollo su técnica al expresarse.



### El porqué de sus sueños delirantes

En el año de 1936 ingresó en la academia Ozenfant de arte, en la ciudad de Londres. Al año siguiente conoció a quien la introdujo indirectamente en el movimiento surrealista: el pintor alemán Max Ernst, de quien se obsesio y al cual volvería a encontrar en un viaje a París, gracias a este hecho, no tardó en establecer una relación sentimental con él.

Durante su estancia en esa ciudad entró en contacto con el movimiento surrealista y convivió con personajes notables del movimiento como Joan Miró y André Breton, así como con otros pintores que se reunían alrededor de la mesa del Café Les Deux Magots, como por ejemplo el pintor Pablo Picasso y Salvador Dalí.

Previamente a la ocupación nazi de Francia, varios de los pintores del movimiento surrealista, incluida Leonora Carrington, se volvieron colaboradores activos del Kunstler Bund, movimiento subterráneo de intelectuales antifascistas.

Sin embargo en septiembre de 1939 Max Ernst fue declarado enemigo del régimen de Vichy, tras su detención y aprisionamiento en el campo de Les Milles, Leonora sufrió una desestabilización

psíquica. Ante la inexorable invasión nazi, se vio obligada a huir a España. Por decisión de su padre fue internada en un hospital psiquiátrico de Santander. De este período la pintora guardó una marca indeleble, que afectó de manera decisiva su obra posterior.

En 1941 escapó del hospital y arribó a la ciudad de Lisboa, donde encontró refugio en la embajada de México. Allí conoció al escritor Renato Leduc, quien la ayudó a emigrar. Ese mismo año contrajo matrimonio y Leonora viajó a Nueva York.

En 1942 emigró a México y en 1943 se divorció de Renato Leduc. En México, la pintora restableció lazos con varios de sus colegas y amigos surrealistas en el exilio, quienes también se encontraron en este país, tales como André Breton, Benjamin Péret, Alice Rahon, Wolfgang Paalen y la pintora Remedios Varo, con quien mantuvo una amistad duradera.

Fue ganadora del Premio Nacional de Ciencias y Artes en el área de Bellas Artes, otorgado por el gobierno de México en el 2005. Seis años más tarde, falleció a los 94 años en la Ciudad de México, un 25 de mayo del 2011.



### Sus sueños descritos a través de su narrativa

La obra de esta artista que se dedicó a la pintura, escultura, grabado, literatura y creadora de algunas escenografías aún no ha sido vista en su totalidad, ya que después de su fallecimiento se han dado a conocer esculturas inéditas realizadas por la artista, así como algunas publicaciones.

Como ejemplo está el más reciente libro editado por el Fondo de Cultura Económica, *Leche de sueño*, el cual incluye los cuentos que la artista leía a sus hijos, Pablo y Gabriel Weisz, en los años cincuenta. La publicación integrada por nueve cuentos, es un trozo de intimidad familiar que él y su hermano tenían con su madre y el cual evoca recuerdos peculiares, la mayoría de ellos suscitados durante su infancia.

Los cuentos hablan de monstruos y aventuras, cuentos para gente que piensa y que quiere imaginar. La obra presenta dos narrativas, una escrita y otra ilustrada, dialogan una con la otra, pero tienen un diálogo extraño que hay que descubrir. Algunos de los cuentos que conforman este libro son: *Juan sin cabeza*, *El niño Jorge*, *Humberto el bonito*, *El monstruo de Chihuahua*, *El cuento feo del té de manzanilla*, *Negro cuento de la mujer blanca*, *La gelatina y el zopilote* y *Cuento repugnante de las rosas*.

### Exposiciones, muestra exterior de sus sueños hechos realidades

Existen diferentes exposiciones, algunas van recorriendo diferentes museos de la nación, por ejemplo la muestra *Universo Fantástico*, integrada por 15 piezas de bronce de gran formato (un metro y medio a dos metros de altura) provenientes de diferentes colecciones, en la que se pueden observar a los personajes de la *Diosa Babilonia*, *Máscara de la diosa emplumada*, *Nigromante* y *Dama con tocada*.

Otra muestra enigmática es la que recibe el nombre de *El laberinto de Leonora*, integrada por búhos, camaleones, cocodrilos, hechiceros, cabezas de pájaro y otros personajes fantásticos creados por la artista plástica que el poeta Octavio Paz dijo era un personaje delirante, maravilloso.

Leonora Carrington y sus personajes fantásticos, es una muestra más que presenta 29 esculturas inéditas en bronce, 25 de mediano formato, tres miniaturas en plata y una monumental de tres metros de altura. Además de 20 imágenes inéditas que acompañan la muestra.

La exhibición de sus obras recorre diversas partes de la ciudad de México y la República Mexicana, así que no dudes ni por un segundo, adentrarte en la exquisita mente de Leonora Carrington, en sus sueños y cómo es que plasma uno a uno en sus diferentes técnicas. ✨



# Bakus,

## Antiguos devoradores de sueños y malos espíritus

Por Wendolyn Monroy

**A** propósito de los sueños, todos alguna vez hemos tenido sueños hermosos, donde nos encontramos en situaciones agradables, idealistas, románticas y hasta fantásticas; estos sueños son construcciones de nuestra mente que se apropia del estado de serenidad del cuerpo para crear cualquier situación posible, y si al despertar logramos recordar nuestro sueño, seguramente éste nos habrá dejado una sonrisa bobalicona de oreja a oreja, pues en el fondo deseamos la autenticidad de dicha visión.

Sin embargo, también a todos no ha pasado que nuestro subconsciente nos traiciona y estas proyecciones positivas se vuelven negativas, los sueños hermosos se convierten en sueños malos, comúnmente conocidos como pesadillas o terrores nocturnos.

Este tipo de sueños se alimentan de nuestras preocupaciones, desilusiones, ansiedades, vicios, miedos, fracasos, etcétera y nos hacen sufrir mientras dormimos, pues no deseamos que estos sucesos puedan alcanzarnos en la vida real. En el antiguo Japón se creía en la existencia de criaturas que se encargaban de hacer desaparecer estos sueños, a estos seres se les llamó Bukus, mejor conocidos como devoradores de sueños.

Los Bukus son considerados criaturas benignas por lo que se les encomendó la tarea de hacer desaparecer los sueños siniestros que acompañan a las personas mientras duermen. La morfología de un Baku no se puede señalar con exactitud, pero debido a su carácter de animal híbrido se le ha relacionado con las Quimeras (Seres de la mitología



griega capaces de arrojar fuego por la nariz, cuyo cuerpo se compone de la cabeza de un león, el cuerpo de una cabra y la cola de un dragón).

En este sentido los Bakus fueron dotados de una forma poco común pero sencilla de imaginar, siendo algo así como la mezcla del color rosado de un puerco pero con la cabeza de un elefante, el cuerpo de un caballo, los pies y las manos de un tigre y la cola de una vaca. Interesante, no es así.

Por su parte el trabajo de los Bakus es sencillo, consiste en alejar a las personas de sus pesadillas; tragándose las, pues de eso se alimentan y posteriormente conceden a las personas, sobre todo a los niños, un sueño bueno.

En la mitología japonesa también se menciona que los Bakus eran cazadores de malos espíritus y que podían hacer desaparecer las pestes, por lo que era muy común que los padres les digieran a sus hijos que en sus oraciones le pidieran al Baku que los protegiera de un mal sueño o de contraer una terrible enfermedad.



Actualmente la tecnología ha permitido que los Bakus puedan ser vistos y conocidos por todo el mundo gracias a su aparición en alguna película, un videojuego o las caricaturas, pues a pesar que existe la gran posibilidad de que los Bakus permanezcan y coexistan en nuestro mundo, no dejan de pertenecer a la clasificación de seres mitológicos ancestrales como lo han sido los Minotauros, Centauros, Basiliscos, Sirenas, Elfos, Licántropos, Vampiros, Ninfas, Dríadas, Ciclopes, Leviatanes, Trolls, Ogros, Grifos, Orcos, Unicornios, Duendes, Esfinges, Dragones, Gorgonas, Fénix, Pegasus y demás criaturas.

Lector tal vez tu eres de los que no creen en la existencia de estos personajes, sin embargo recuerda que soñar se siente tan bien que nunca está de más creer que todo es posible, si lo crees puedes comenzar pidiéndole al Baku que devore tus pesadillas y te teja un buen sueño, pues nunca se sabe, tal vez tus sueños puedan conseguir su propia autenticidad en el mundo real.



## Peña de Bernal,

un paraje impotente que toca el cielo

Por Juan Manuel López

**S**in lugar a dudas el Estado de Querétaro es uno de los territorios nacionales con grandes bellezas naturales únicas e incomparables por su apariencia, esta característica gracias a que cuenta con la Sierra Gorda, lo que le hace imponente en sus montañas y peñascos, que parecieran tocar el cielo y una vez escalados, llevamos hasta el firmamento.

Otro lugar representativo del estado, aunque infinitamente de menor proporción que la Sierra Gorda, es la llamada Peña de Bernal, que se alza precisamente frente al pueblo del mismo nombre. Este paraje es considerado uno de los

monolitos más grandes de América y el tercero más importante en el mundo.

Esta atracción de 340 m. de altura es el motivo perfecto para justificar todo tipo de excursiones a Querétaro, pues la Peña es ideal para practicar la escalada o simplemente para acampar a sus faldas y visitar el pueblo de Bernal, comer las tradicionales gorditas de migajas y apreciar las fuentes danzantes que están en las faldas de este monolito.

### Custodio colosal que ofrece un verdadero refugio de tranquilidad

Bernal es denominado Pueblo Mágico, ya que cuenta con interesantes construcciones virreinales, pero además está asentado a los pies de uno de los peñones más llamativos del continente americano, con vasta vegetación entre las rocas. Todo está ligado a interesantes leyendas e historias que la gente cuenta, en un ambiente provinciano ideal para el descanso.

Por si fuera poco, la Peña de Bernal es considerada el tercer monolito más grande del mundo, después del Peñón de Gibraltar en España y el Pan de Azúcar de Brasil. Se formó hace 65 millones de años en el período Jurásico cuando una chimenea volcánica mermó su energía y la lava del interior del volcán junto con los factores climatológicos formaron esta peña.

En el pueblo de Bernal, se han tejido múltiples historias sobre la peña, pero quizá ninguna tan asombrosa como aquella que habla de que por el 10 y 12 de marzo, previo al equinoccio de primavera, se dibuja en la Peña de Bernal, un rostro semejante al de

los Atlantes del sitio arqueológico de Tula. De resultar cierto, la figura podría apreciarse si se va desde el camino que va de Cadareyta a Ezequiel Montes, en una curva cercana a Bernal, amén del clima que debe estar despejado.

### Recuerdos y ensueños petrificados en piedras preciosas

Al ir de paseo entre las calles de Bernal, una parada obligada son sus tiendas de artesanías, ya que en ellas se trabaja con diferentes materiales entre los que destacan los minerales, algunos como el mármol, la obsidiana, pero sobre todo el ópalo, una piedra semipreciosa de la región.

Estos minerales sirven de base para crear esculturas de formas diversas, las cuales van desde pulirlas para lograr formas esféricas o geométricas, hasta recrear formas de animales, cosas e incluso personas, una actividad que da un toque único a esta región.

Además existen talleres textiles de muchos años de antigüedad, donde hacen hermosos manteles y cobijas, también trabajan la lana de borrego para crear diferentes figuras.



## ATRATIVOS

### Admira el paisaje desde el firmamento

Una vez que has escalado la Peña, te darás cuenta que la parte más vertical tiene un desnivel de poco más de 350 metros, lo cual la hace perfecta para observar los paisajes del municipio, además de ser ideal para subir por veredas, escalar a rappel e incluso para cargarse de energía solar como muchos hacen en el equinoccio de primavera. Además, podrás observar el firmamento y creer que estás más cerca de él, ver el ocaso y como es que nacen las estrellas ante la oscuridad de la noche.

### Un recorrido por el Pueblo Mágico

El pueblo es encantador para recorrerlo a pie, ya que resulta pintoresco con sus calles adoquinadas, las casonas restauradas y sus agradables plazas: La Atarjea, con la Capilla de las Ánimas, y La Explanada, al pie del peñón. En las noches hay que observar el espectáculo de luces y música de las fuentes danzarinas.

Templos donde se respira paz y se admira la historia. Por ningún motivo te puedes perder las construcciones religiosas. La principal es la Parroquia de San Sebastián

Mártir que data del siglo XVIII, con una fachada de estilo neoclásico y una cruz labrada en piedra frente a ella. Además, destacan las capillas de barrio de Las Ánimas y de la Santa Cruz, ambas coloniales; la segunda cobra vida cada 3 de mayo, durante su festividad.

### Construcciones diversas que retratan un pueblo mágico

En Bernal no todo es la peña (aunque si su atracción principal), también existen notables obras civiles virreinales, por ejemplo, a un costado de la Plaza Principal se encuentra El Castillo, antiguo presidio (ahora con oficinas gubernamentales) que alberga al interesante Museo de la Máscara.

Otros sitios dignos de una visita son las Casas Reales, El Fuerte, el Portal de la Esperanza y la fuente El Baratillo, donde se filmaron películas de la Época de Oro del cine mexicano.

En los tiempos de las diligencias y las carretas, los mesones sirvieron como hoteles, de los cuales se han conservado los de San José (ligado a la leyenda de Chucho el Roto), la Quinta Celia y El Cuartel, dignos de visitar, y porque no, maravillarse con sus múltiples anécdotas.



### Alrededores estilo safari

Para aquellos amantes de las rocas y del paisaje que no se conforman con la ruta de acercamiento más concurrida, en Bernal hay paseos guiados a otros puntos igual de interesantes alrededor del peñón a bordo de carritos y safaris. Estos se ofrecen en algunas tiendas de artesanías y en el módulo de turismo local.

### Fiestas y eventos representativos

#### Equinoccio de Primavera

Con motivo del equinoccio de primavera llegan miles de visitantes a cargarse de energía positiva en el monolito los días 19 a 21 de marzo, en donde también se escenifican ritos prehispánicos para darle mayor realce y un ambiente propio de la fecha.

#### Fiestas de Santa Cruz

Del 1 al 5 de mayo se llevan a cabo las fiestas en honor a la Santa Cruz; los fieles suben en procesión a la cima de la peña a colocar una cruz. Las festividades incluyen un maratón y un concurso de máscaras artesanales.

### Para consentir al paladar

Bernal se especializa en la preparación de gorditas acompañadas de chile, así como en las enchiladas serranas, platillos que además de tradicionales son

baratos y deliciosos. Las cactáceas que tanto crecen en la región se utilizan en los clásicos nopales santos.

Además por ser una región ganadera podrás encontrar fácilmente establecimientos donde se ofrezca la tradicional barbacoa o birria de borrego, una delicia que consentirá tu paladar. Para finalizar, si tienes antojo de algo dulce, prueba la especialidad local que son los dulces de leche y calabaza, además de probar uno de los deliciosos y diferentes sabores de licores, conservas y quesos.

### Cómo llegar a Bernal

Si vienes en automóvil, de Santiago de Querétaro seguir por la carretera 100 rumbo a Jalpan de Serra; pero si vienes de la ciudad de México, puedes llegar por la carretera 57 rumbo a Querétaro y tomar la desviación a la Sierra Gorda por la carretera 100.

Ahora ya no tiene pretextos para visitar este hermoso lugar, lleno de cultura, leyendas, paisajes impresionantes y un reto para escalar, llegar a su cumbre y admirar el hermoso paisaje de Bernal. ☀️



# Cristina Hernández

**S**e dice que la voz es la herramienta más poderosa que posee el ser humano, ya que logra transmitir de forma directa información, ideas, pensamientos, sentimientos y una infinidad de expresiones más, que por lo regular siempre merecen una respuesta de quien la escucha; esta práctica es indispensable ya que con la ella el ser humano logra conjuntar, persuadir o confrontar a sus semejantes.

Ahora bien, imagina por un momento que puedas manipular la voz de alguien más, o sea, que puedas transmitir tus ideas y sentimientos a partir de la voz de otra persona, ¿Qué harías? Las respuestas pueden ser infinitas, dependiendo de quien sea esa persona y la situación en la que se encuentre, sin embargo este es uno de los sueños de muchos, más aún si se trata de uno de nuestros personajes favoritos del anime, caricaturas, series o películas.

Y ya que hablamos de prestarle voz a personajes, en esta ocasión nos adentraremos al maravilloso mundo del doblaje; sí, ese mundo en el que un actor se convierte en la voz de cientos de

personajes, que sin importar edad, sexo o condición social, logra interpretar gracias a que puede dotarlos de emociones, personalidad y carisma para lograr que las interacciones con los demás sean realistas y creíbles.

Esta necesidad por hacer una regrabación de la voz original nos ha regalado la posibilidad de conocer voces inigualables y únicas, que reconocemos al instante cuando el personaje tiene una participación, voces que están presentes en nuestra cultura popular, que además nos transportan hasta escenas clásicas de películas, caricaturas de antaño y más contemporáneamente, a las semblanzas de videojuegos.

Una de estas voces es sin lugar a dudas la de Cristina Hernández, y es que, quién no ha escuchado a Sakura Kinomoto, personaje protagonista de Sakura Card Captors, o a Lima en Saber Marionette ambas parte del anime japonés, pero también es la voz de la líder de las Chicas Superpoderosas, Bombón, además es la voz institucional de actrices como Lindsay Lohan, Anne Hathaway o Natalie Portman, a quienes dobla en sus diferentes films.



Su voz ha llevado a Cristina Hernández a ser la voz oficial de distintos canales de televisión como Cartoon Network, o de campañas de publicidad como las que realiza para Mattel®, y en fechas recientes, encontramos su voz la encontramos siendo parte de la semblanza y personajes de diferentes videojuegos. En sí, Cristina Hernández es una de las voces que ha dado personalidad y estilo a una gran cantidad de personajes dentro del basto mundo del doblaje.

Cristina bienvenida a ser parte de esta revista, y muchas gracias por aceptar charlar un momento con nosotros, en verdad es un placer contar con tu colaboración en esta sección. **A nosotros, como a la mayoría del público que vemos caricaturas y películas extranjeras, nos llama la atención conocer a los actores que le dan voz a nuestros personajes favoritos, y bueno, tú eres una voz emblemática en el mundo del doblaje.**

*Muchas gracias.*

Comenzaré con una de las preguntas obligadas, **¿Desde cuándo iniciaste a prestar tu voz a personajes?**

*Yo inicié cuando tenía 11 años, porque era vecina de Moisés Iván, que igual hace doblaje para comerciales, películas, en fin, él hace de todo, es todólogo. Y entonces él quería presumirme que hacía doblaje, un día fui a visitarlo y como él ya era un actor de renombre, tenía a mucha gente que toda mi vida había escuchado prestando voz a diferentes personajes; cuando me vieron, se acercaron y me preguntaron, -¿tú eres hija de quién?-, y yo respondí, - pues de mi mamá, jajaja, o ¿cómo, hija de quién?-, -sí, o sea ¿tus papás hacen doblaje?-, respondí que no, entonces me dijeron que si quería hacer doblaje y yo respondí que sí, entonces me metieron a una cabina, me pusieron a leer y me dijeron - tienes una voz súper clarita, hablas perfecto, lees perfecto, te vamos a dar un curso gratis-, yo acepte de inmediato.*

**¿Y a ti te agrado la idea de prestar tu voz para diferentes personajes y campañas?**

*Lo que pasaba es que no había niñas en la industria del doblaje, y necesitaban niñas, porque ya estaban como artos de que se hicieran las voces de niñas por adultas ya de una edad de 40 años que terminaban haciendo vocecitas que no se oían tan bien, entonces querían integrar niñas, así que yo corrí con suerte, me aceptaron y creo que es suerte, cuando estás en el camino adecuado y vas hacia donde tienes que estar seguro se da, por ejemplo, al tercer día, yo ya estaba grabando comerciales de mattel®. Increíble, súper bonito.*

Entonces tú entraste como esa niña a la que todos estaban esperando, o sea, te convertiste en la voz predilecta para hacer todo lo relacionado con los personajes infantiles. Eso me lleva a otra pregunta, **¿Cuándo se te reconoció como Cristina Hernández? O sea, ¿En qué momento fue en el que la gente dijo, ella es Cristina Hernández, la voz de "X" personaje?**

*Con la princesita, una película que hizo Cuarón, para mí era una película preciosa, - ¿no sé si la viste?-, pero era preciosa, a mí me encantaba, tenía una fotografía divina, su tonos verdes; el cuento era muy bonito por que era un cuento súper tierno. Y cuando la doble, realmente no tenía un director de doblaje, estaba el dueño de la compañía que se había quedado sin directores y él decidió hacerla, como pasa muchas veces en las compañías de doblaje.*

*Entonces yo no tenía dirección, y la película, yo creo y yo sentí que me quedo divina, para la edad que tenía, el que no tenía un director real, o sea, todo fue mío, yo decidía como iba a quedar todo, que iba y que no. Y creo que quedo súper bonita y a partir de ahí mucha gente la vio y dijo woowow, ¿tú la hiciste?, que increíble, entonces se me reconoció como Cristina Hernández; bueno ya era, pero a partir de ahí era más jajaja.*



Una de las series por las que se reconoce tu voz es sin lugar a dudas Sakura Card Captors, y es que esta serie se convirtió en un éxito rotundo, lo cual hizo que la gente comenzara a asociar tu nombre con el espléndido trabajo que hacías al prestarle voz a Sakura Kinomoto. **¿Cómo fue que conseguiste el papel y cómo retomaste este éxito?**

*Ese papel me lo dio Gloria Rocha y no hice casting ni nada, solamente me dijo -me llegó una serie bien bonita, bien bonita y es para ti, mañana tienes llamado y ya -, entonces comencé a grabarla. El ingeniero que estaba en esa época estaba más involucrado en el anime y él fue el que me contó un poco de la historia desde el principio porque la señora Gloria realmente no tenía datos sobre la serie, o bueno, no muchos.*

*Después tuve la oportunidad de conocer al cliente y nos hicimos amigos, entonces también él llegaba y me contaba cosas que venían, o que llegaban las temporadas, etc. fue entonces que me involucré más, porque aparte la serie me encantó, me pareció divina porque tiene muchas cosas que en mi vida existen, como la magia, porque la verdad yo creo en la magia, sino la tuviéramos que aburrido y que triste sería el mundo. El cuento tiene una parte que se basa un poco en la astrología y yo estudio astrología, llevo muchos años estudiándola, o sea además de hacer doblaje me dedico a la astrología.*

*Entonces yo entendía perfecto lo que pasaba en la serie, entendía porque el personaje tal era representado por la luna, o bueno tenía todas las características de la luna hablando desde el punto de la astrología, por eso es que yo me divertía y me fascinaba, o sea yo me iba a mi casa y seguía pensando en eso, es importante porque no siempre pasa a veces vas haciendo unas cosas y las olvidas porque no llaman tu atención.*

Este es uno de los animes por los que mayormente se te reconoce pero no es el único, bueno, vamos que tu carrera como dobladora de voz es muy extensa.

Hablando de ello, no sólo prestas tu voz para anime, por ejemplo eres la voz de Bombón de las Chicas Superpoderosas, **nos puedes contar qué es lo más gratificante de hacer una voz de una caricatura más comercial y por lo mismo más conocida.**

*Claro, lo que pasa que como dices, las Chicas Superpoderosas son un producto más mediático, siguen saliendo y hay más temporadas, por ejemplo para 2016 ya vienen de nuevo, salió un capítulo extra llamado "Pantalones Desastrosos", era un capítulo para ver como reaccionaba la gente y ver si puede volver a animar para lanzar a la tv.*

*Te contaré una anécdota ya que ser la voz de Bombón tiene sus ventajas, pero también sus desventajas. Resulta que un día en Guadalajara, iba con unos amigos y traíamos las placas del DF, yo sé que en cualquier estado todo mundo ve las placas del DF y no somos tan bienvenidos, nosotros entendemos jajaja, pero es que es muy difícil desacelerarse del ritmo de vida que llevas en el DF para acoplarte a la vida de provincia, lo intento, yo hago conciencia de eso pero es muy difícil; entonces llegamos a Guadalajara, que además ahí es fuertísimo este tema, por ejemplo ven las placas y "poncha la llanta y has patria" jajaja.*

*Entonces mi amigo que iba manejando dijo - vamos a pasar por unas chelas -, y todos, - no, una chela no, porque la policía aquí es superpesada y si te ven con una chela, seguro nos multan -, y el muy cómodo dice que no, se frena, se baja a la tienda, compra unas chelas, se sube, destapa una, le toma, avanza tantito y les juro que parecía que el policía nos venía siguiendo y se había escondido atrás de un árbol, se los juro, entonces salen y nos detienen.*

*Lo bajan del auto, como si fuera un gran criminal, lo ponen contra el auto, le abren las piernas, lo comienzan a revisar y yo - noooo, yo no quiero que me hagan eso a mí, por favor a mí no -, entonces me asomo y le digo al policía - hola, disculpe, a mí me va a hacer lo mismo que a él - y el policía así de - no lo sé -, entonces le*

*respondí - oiga, es que usted no sabe quien soy yo -, y me dice - qué, alguna una hija de político no -, yo me saque de onda y le respondí - no, yo soy la voz de Bombón de las Chicas superpoderosas -, y me dice muy burlón, - hay, a ver, hágale -, en mi mente me dije, cayó. Le pregunte -¿tiene hijas? -, - sí, tengo dos -, no dude en preguntarle - ¿cómo se llaman? -, - este, Claudia y Jimena -, ya estaba completo el asunto, entonces le dije que me prestara su celular, porque hoy va a ser un héroe junto conmigo, entonces tomo su celular y empiezo a grabar haciendo la voz de Bombón:*

*Hola, Claudia y Jimena, soy Bombón de las Chicas Superpoderosas y estoy aquí con su papá rescatando Guadalajara, vamos chicas. Y el hombre se quedó estupefacto, y le dice a su compañero - acá está la que hace la voz de Bombón - y el otro policía dice - a ver hágale -, eso es algo que hasta el día de hoy me sigue causando risa.*

*Pero te decía que igual tiene sus desventajas, porque preguntémosle a mis hijos si realmente hay una ventaja. Bueno, pues otra anécdota, un día en mi casa a la hora de la comida estaba con mi hija, ella estaba chica, tendría como tres años; entonces suena mi teléfono y me llaman de un país sudamericano, no recuerdo bien cual y me dicen - mira, lo que pasa es que acá es el día del niño y quisiéramos saber si podemos hablar con Bombón de las Chicas Superpoderosas, algo como una entrevista y le puedas mandar un saludo a los niños de acá -, les dije que claro, y que nos pusiéramos de acuerdo, entonces me dice - te vamos a colgar y después te vuelvo a marcar y tú contestas como si fueras Bombón de las Chicas Superpoderosas saludando a los niños acá -, entonces quedamos así, pero a mí no se me ocurre decirle nada a mi hija, entonces suena mi teléfono y contesto con la voz de Bombón y mi pobre hija voltea y me mira con una cara que no se puede describir, jajaja, por fortuna hay terapeutas, ella se encuentra muy bien el día de hoy.*

*Entonces, sí tiene sus ventajas pero también sus desventajas.*





Es increíble la cantidad de anécdotas que puedes contar a parte de tu trabajo, y es que vamos es genial lo que haces. No sólo doblas animaciones, también películas y a actrices reconocidas, eres la voz institucional de algunas de ellas. **¿Cómo fue el proceso para que te aceptarán y sigas siendo su voz?**

Lo que pasa es que yo comencé a doblar sus voces cuando ellas comenzaron a actuar, entonces reconocen mi voz como si fuera la de ellas. Por ejemplo soy la voz de Anne Hathaway ya que con ella he llevado toda la trayectoria, un poco lo que tratan de hacer los clientes es que las actrices queden realmente identificadas con una voz para que haya una

identificación, con ella comencé con "El Diario de una Princesa" y luego fue creciendo hasta el punto en el que se vuelve Gatubela, que no tiene nada que ver con Mía Termopolis, y obviamente tuve que cambiar su personalidad a partir de mi voz.

También soy la voz de Natalie Portman a ella también comencé a doblarla desde chica, menos en una película llamada "El Asesino" que es una película súper linda, pero todas las demás sí, como en Thor, V de Venganza, El Cisne Negro, y bueno viene otra, pero aún no les puedo contar, disculpen. Hago también la voz de Lindsay Lohan la hice con "Juego de Gemelas" que es una película que sigue pasando en la televisión;

hacia a las dos obviamente, hacía a la buena y a la sangrona no, ha crecido, desafortunadamente ha ido por otro camino, y bueno, pues su vida no ha sido nada fácil.

**Has conocido a alguna de estas actrices en vivo, se ha dado la oportunidad de convivir con ellas y saber que opinan de tu trabajo.**

No, no se ha dado hasta ahora, parecía que se daría con Anne Hathaway durante el estreno de Batman, pero gracias a que paso todo esto con el estreno en Estado Unidos, se canceló su visita a México y ya no pude, pero, será para una próxima, eso espero.

Hablando de los personajes, **¿Cuál ha sido el personaje que te ha agradado más al momento de doblarlo?**

Doble una película que se llama "Amelie", me encanto, cuando fui a verla, que además fui como cinco veces, me fascino, y ya después la doble. Además cuando la vi, estaba en una época de mi vida un tanto frágil, entonces a mí me fascino ver una película tan bonita, porque no siempre encuentras películas tan bonitas, simples, que no te sobresalten o que no te dejen una reflexión muy hiriente, sino que al contrario.

Esta película fue hermosa, era un romance extraño y ella, aunque era un personaje medio hermético tenía muchas cosas hermosas adentro, que al final transmitía. Fue una película que me encanto y cuando la doble fue hermoso, y hasta la fecha es increíble ver esa película que yo doble, jaja.

Comentas algo importante, que tu trabajo te da la posibilidad de sacar parte de tus emociones a partir de las actitudes del personaje, lo que me lleva a otra pregunta **¿Qué es lo más gratificante que has tenido trabajando como dobladora de voz?**

Todo, todo ha sido gratificante, que las personas te reconozcan sólo con oír tu voz, que tenga a tantos fans que están detrás de lo que hago, me apoyan y siempre tienen una palabra de agradecimiento por darle voz a sus personajes favoritos, bueno, es todo, es de lo mejor que me pudo pasar y que además disfruto de ello al 100%. Siempre he dicho que debes hacer lo que te gusta sin importar lo mucho o poco que ganes, mientras te diviertas, estás en el trabajo correcto. Yo me divierto bastante con lo que hago, por eso digo que todo me es gratificante.



Es increíble este mensaje, sobretodo que lo escuchen de ti, ya que como dices hay muchas personas que te están siguiendo y lo mejor es que siempre les des alientos de ser mejores en lo que hacen. Pues bien, ya para ir cerrando esta entrevista, **¿cómo visualizas el futuro del doblaje en México?**

*Es un tanto complicado decirte si va a ser bueno o malo, porque eso depende del tiempo, de los clientes, de la aceptación de películas o series extranjeras que necesiten ser dobladas, pero además porque la situación que estamos viviendo con relación al doblaje en realidad tiene que ver con el tipo de capital que hay en el país, con el tipo de acuerdos que se hacen, de alguna manera debemos aceptar las condiciones que nos piden.*

*Por otro lado debemos ubicar nuestra realidad, y la realidad es que nosotros como actores de doblaje tratamos de copiar ciertos esquemas que estados unidos tiene, pero no tenemos como sustentarlos; para comenzar sería fantástico ponernos de acuerdo, cualquiera nosotros podemos ponernos de acuerdo, todos estamos en un desequilibrio de opiniones, lo que nos llevo a ver casos como el de "Los Simpson" que nadie quiso someterse con alguien ni a colaborar con él, todos querían opinar, terminaron perdiendo a sus personajes, porque esto va desde los clientes que al final del día lo que quieren es tener un número, una estadística, y que crees, que tienen su estadística y eso va más allá de ustedes y de nosotros, al final del día la gente sigue comprándolo porque es un producto que pega.*

*Entonces lo que debemos de hacer los actores de doblaje para mejorar nuestro futuro, pues es cambiar nuestro pensamiento y tratar de hacer una buena unión con los estudios, los actores y el público, entonces, a lo mejor ahí podríamos lograr que cambiara un poquito el pensamiento con relación a: - bueno no importa porque es México, México debe salir más barato porque es tercer mundo -. Esa actitud yo la veo triste, porque si hacemos un conjunto y nos ponemos de acuerdo todos tanto ustedes como nosotros así como los estudios, podemos mejorar. Por eso en cada convención digo, sino te gusta no lo compres, no lo veas, apágale a la tele porque tú eres parte de una estadística, los clientes no se darán cuenta si no te gusta o no, y si ven que su rating baja, seguro harán algo para mejorar.*

**Gracias por la entrevista Cris, antes quisiéramos que les mandes algún saludo o alguna reflexión a nuestros lectores y seguidores de la revista, además que sé que todos en algún momento hemos escuchado tu voz y la reconocemos.**

*Claro, sé que la mayoría son jóvenes, por eso es muy importante que ustedes sepan elegir que es lo que van a hacer toda su vida, sea lo que sea es muy importante que piensen muy bien que es lo que quieren hacer porque lo van a hacer toda su vida así que elijan muy bien.*

*Si quieren hacer dinero, pues estudien finanzas y méntanse a la bolsa, pero si quieren sentirse satisfechos con ustedes pregúntense ¿qué los hace sentir felices? Y caminen hacia allá, es muy importante que elijan bien. Es lo único que quería decirle porque realmente a mí me ha funcionado así que les deseo con todo mi amor que encuentren su camino para que después más adelante me encuentre profesionales que se sientan felices de lo que están haciendo, porque eso es lo que necesitamos.*

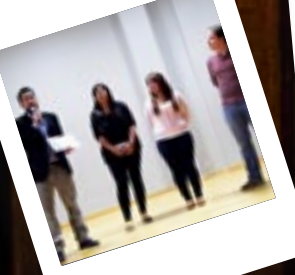
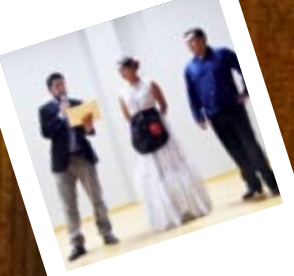
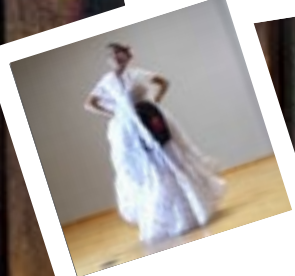
*Yo salgo a Latinoamérica y pongo muy en alto nuestro país, se los juro, me siento muy orgullosa de ser mexicana y de salir a otros lugares, decir vengo de México y que admiren eso, así que yo espero que ustedes también lo hagan.*

*Gran mensaje el que nos dejas Cristina, y con él un aliento para seguir nuestros sueños, nuestra metas y todos nuestros objetivos, sin importar cuanto nos tardemos, o cuanto sea tu remuneración económica, como dices con que nos haga feliz eso basta.*

Invitamos a todos nuestros seguidores a que disfruten de la maravillosa voz de Cristina Hernández, sus proyectos a futuro y un gran carisma que demuestra en su vida diaria. La pueden seguir en **twitter como @cricrivoz** en sus demás redes sociales y en sí, en todas las series, películas y publicidad en las que presta su voz a diferentes personajes. ✨

# 1er Aniversario

entr:ö:pía  
iluminando tus ideas





## Chuletas con papas

Por Tania Guzmán

Para consentir a la familia y en especial a aquellos padres o esposos dichosos, te compartimos una receta que seguro se chuparan los dedos.

### Ingredientes

3 cucharadas de aceite  
1 cebolla mediana, en rebanadas delgadas  
4 chuletas de cerdo ahumadas  
2 cucharadas de mostaza  
2 papas grandes, peladas y rebanadas  
1/2 litro de leche  
1 cubito de consomé de pollo

### Modo de preparación

Calienta 1 cucharada de aceite en un sartén a fuego medio y acitrona la cebolla. Reserva.

Unta las chuletas con la mostaza y dóralas ligeramente en un poco de aceite a fuego medio-alto, aproximadamente 1 minutos por lado.

Acomoda las chuletas en el fondo de una cacerola honda. Sobre éstas coloca las rebanadas de papa y la cebolla acitronada. Baña con la leche y agrega el cubito de consomé. Calienta a fuego alto hasta hervir, cuidando que no se tire la leche. Reduce la flama, tapa y cocina a fuego lento durante 20 minutos

Una vez transcurrido el tiempo, retira la tapa y rectifica que la leche se haya consumido completamente, retira del fuego y sirve.



## Tiramisú de limón

Por Tania Guzmán

El tiramisú es un postre frío, típico de Italia que se hace en capas y que es tan popular que las variantes son infinitas, aunque casi siempre tiene café, cacao en polvo y queso crema o mascarpone. Es una excelente oportunidad para darle un toque original a una receta tan tradicional como el tiramisú italiano.

### Ingredientes:

Suficientes galletas para mojar en café  
1 taza de café fuerte líquido  
450 gramos de queso mascarpone o queso crema  
30 gramos de crema de leche  
El jugo de un limón  
Almidón de maíz  
1 taza de leche  
3 claras de huevo  
6 cucharadas de azúcar en polvo

### Preparación:

Este es un postre de armado, así que debemos preparar todo antes.

Para preparar el tiramisú de limón, comienza por realizar la mezcla de mascarpone (o queso crema).

Mezcla el mascarpone con la crema de leche y 3 cucharadas de azúcar. Luego, aparte, mezcla la leche, el jugo de limón e incorpora también a la mezcla el almidón de maíz.

Para comenzar el armado, coloca una capa de galletas mojadas en café, sobre ésta coloca la crema mascarpone y luego crema de limón. Repite las capas hasta arriba

Agrega por encima el merengue hecho con las 3 claras a punto nieve y las otras 3 cucharadas de azúcar.

El merengue se puede gratinar en el horno o también puedes agregar cacao en polvo para adornar y ralladura de limón. Sirve frío.



# Sueños y pesadillas, interpretados y aceptados

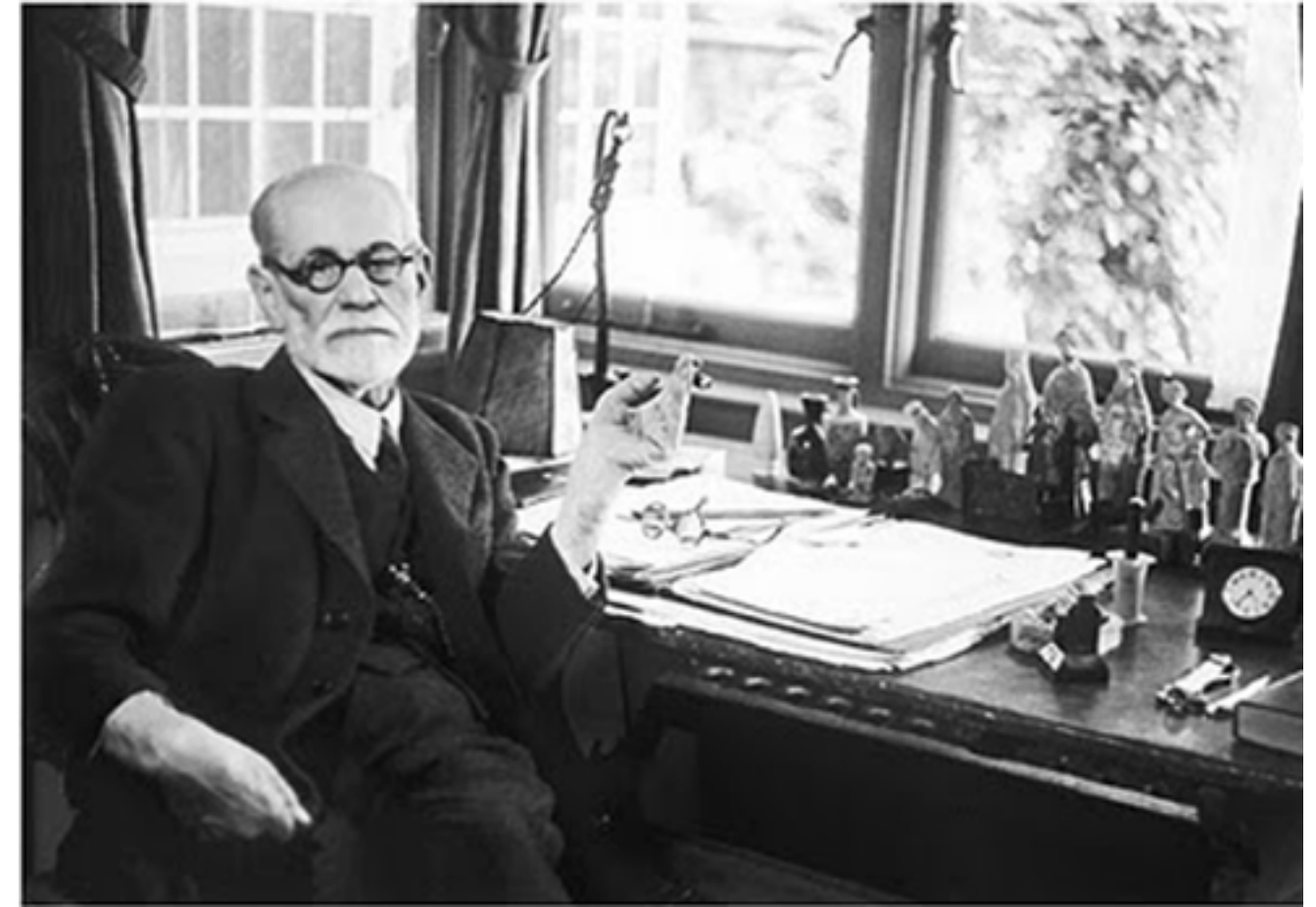
Por Juan Manuel López

Sin lugar a dudas, Sigmund Freud fue una de las personas más influyentes dentro del desarrollo del pensamiento durante el siglo XX, ya que su teoría acerca de la mente humana y el como se guardan recuerdos y emociones en su subconsciente, transformó la forma en la que los humanos estudiaban la mente humana.

Freud decía que a lo largo de la historia, hubo tres grandes humillaciones: el descubrimiento de Galileo que no somos el centro del Universo; el descubrimiento de Darwin que no somos la corona de la creación; y su propio descubrimiento que no controlamos nuestra propia mente.

Sin embargo uno de los descubrimientos más importantes de Freud es que las emociones enterradas en la superficie subconsciente suben a la superficie consciente durante los sueños, y que recordar fragmentos de los sueños pueden ayudar a destapar las emociones y los recuerdos enterrados.

A lo largo de su obra más conocida, La Interpretación de los Sueños, Freud utiliza sus propios sueños como ejemplos para demostrar su teoría sobre la psicología de los sueños. Freud distingue entre el contenido del sueño “manifiesto” o el sueño experimentado al



nivel de la superficie, y los “pensamientos de sueño latentes”, no conscientes que se expresan a través del lenguaje especial de los sueños.

También mantiene que todos los sueños representan la realización de un deseo por parte del soñador, incluso los sueños tipo pesadilla. Hay sueños negativos de deseos, donde lo que aparece es el incumplimiento de un deseo. Para esto se dan varias explicaciones, entre las cuales está la satisfacción de una tendencia masoquista. No obstante sigue en pie la conclusión general de Freud: los sueños son realizaciones disfrazadas de deseos reprimidos.

Este autor considera que todo sueño es interpretable, es decir, puede encontrarse su sentido. La labor de interpretar no recae sobre todo el sueño en su conjunto sino sobre sus partes componentes basándose en una especie de libro de los sueños, donde cada cosa soñada significa tal otra cosa en forma rígida, sin considerar la peculiaridad de cada sujeto.

## Pasos para interpretar tus sueños

1. Descomponer el relato en partes.
2. Observar todas sus partes y elementos.
3. Analizar el final, con lo que surge la interpretación final o global.
4. Ubicar todos los elementos del sueño como una realización de deseos.

El deseo aparece disfrazado en el aspecto manifiesto del sueño, en lo efectivamente soñado, proceso denominado ‘deformación onírica’. Freud se pregunta porqué tiene que haber una deformación, ya que podría haber ocurrido que el sueño expresara el deseo en forma directa, sin deformación. Esta deformación es intencional y se debe a la censura que el sujeto ejerce contra la libre expresión de deseos, por encontrarlos censurables por algún motivo.



A continuación te presentamos algunos de los sueños más comunes y sus interpretaciones según Freud:

### Soñar con el mar o bañarse en él

- Soñar con un mar calmado anuncia suerte y éxito.
- Ver un mar agitado con oleaje y aguas turbias significa contrariedades, peleas familiares o enfermedad.
- Si sueña que cae al mar es fracaso y mala suerte.
- Si sueña que se ahoga debe cuidarse por que vienen peligros y desgracias.
- Si se ve nadando sin dificultad esta rodeado de buenas expectativas y se acerca el éxito profesional.
- Soñar que nada en aguas agitadas se presentarán obstáculos y momentos duros en los negocios.
- Desplazarse por el mar anuncia un período de felicidad, euforia y plenitud.
- Y ver aguas profundas todo mejorará en la

medida que pueda profundizar y con el paso del tiempo.

- Soñar con el mar pronostica, que se anticipará a los acontecimientos y luego no se cumplirán, aunque disfrutarás con cosas materiales, añorarás por dentro otro tipo de placer.
- Soñar que se pierde en el mar, significa que está yendo a la deriva en la vida, sin ninguna dirección y ningún objetivo. Se siente sobrepasado por sus emociones.

### Soñar con volar

- Soñar que estás volando es el símbolo de la libertad, este sueño ofrece buenos presagios.
- Por lo general, simbolizan nuestra inspiración y el deseo de trascender de lo común.
- Sueños de vuelo repetitivos indican una gran fortuna.
- Si vuela con la forma humana, encontrará la felicidad y el éxito de forma natural.
- Si es un pájaro en su sueño, tendrá mucha suerte en la vida.



• Soñar que vuela, que se eleva, pero que usted no quiere e intenta impedirlo de cualquiera de los modos posibles, significa que no le gusta fantasear ni darse un poco de libertad. Le gusta siempre tener los pies en el suelo y no perder el contacto con la realidad ni por un momento.

### Soñar con el amor o que estamos enamorados

- Soñar con el amor en general, hacia algún objeto, significa que es feliz con su vida y con todo lo que le rodea.
- Representa su felicidad y su satisfacción con la vida.
- Soñar con el amor, puede significar que le falta el cariño en la vida real.
- Soñar con una pareja de enamorados, significa que pronto tendrá mucho éxito.
- Soñar que los demás sienten amor y eso le hace feliz, es premonición que la suerte, que tendrá en sus asuntos le hará sentir satisfacción y libertad ante la ansiedad que le produce su vida.

• Soñar que ve como una pareja se ama, trae siempre suerte para el que sueña.

Si bien es cierto, no son los únicos sueños (en realidad, hay una cantidad infinita de ellos), son los más representativos y comunes. Sin embargo, te invitamos a consultar el libro de Sigmund Freud "La interpretación de los sueños", en donde encontrarás los casos más comunes de sueños y podrás contraponer opiniones acerca de lo que sueñas, tus deseos reprimidos y la forma en la que los llevaste a cabo en dicha actividad cerebral. ☀



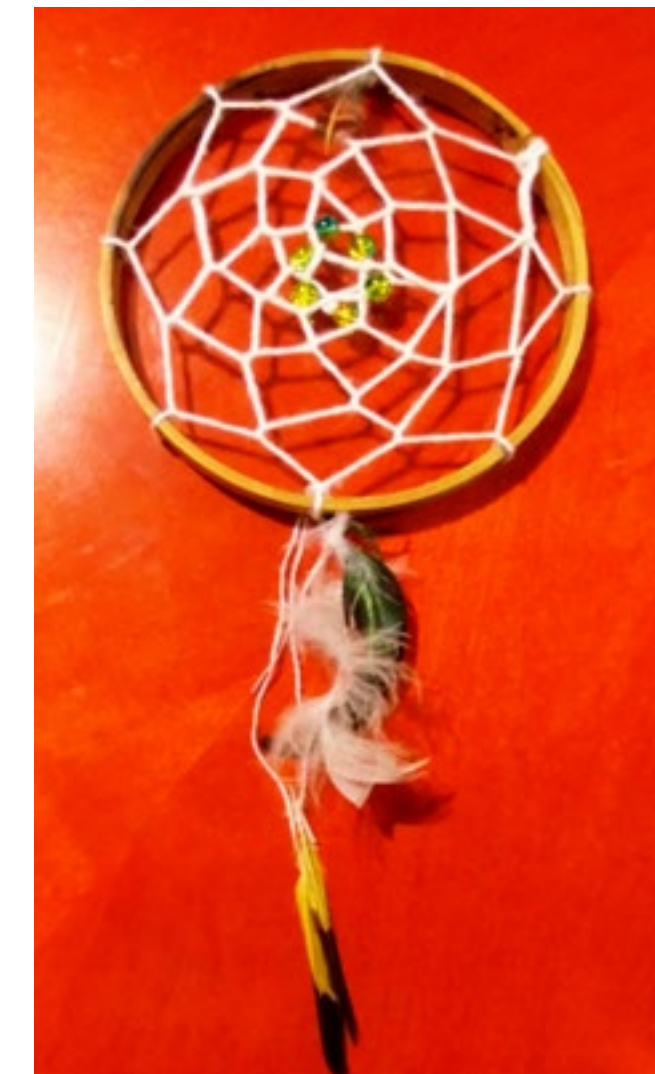
¿Que hago hoy?



**Paso uno**  
Tomamos el hilo y lo sujetamos en 8 puntos alrededor del aro

### Materiales

- Un aro de madera
- Hilo del color que gustes
- Cuentas de colores
- Plumas



**Paso dos**  
Una vez sujetado los ocho puntos, pasaremos el hilo por la mitad de cada línea hasta formar un octágono, repetimos hasta llegar al centro. Una vez en el centro colocamos una cuenta por cada punta donde se unen los hilos, para terminar sujetamos bien.

**Paso 3**  
Colocamos las plumas que deseemos en un lado del aro de madera, ahora solo colocaremos el atrapa sueños en la cabecera de nuestra cama. Dulces sueños.

# Atrapasueños

Por Tania Guzmán

**M**uchos de nosotros hemos oído hablar alguna vez sobre un objeto al que llaman atrapa sueños, dicho artefacto está compuesto por un aro circular sobre el que se teje una red en forma de tela de araña, y que suele estar decorado con plumas y cuentas. Como tal, es un objeto propio del pueblo ojibwa, uno de los pueblos nativos de América del Norte.

Algunas personas creen que el atrapa sueños otorga propiedades mágicas relacionadas con los sueños, y los usan como amuleto o talismán de protección. Pero cuál es el origen del atrapasueños, pues bien dicha palabra proviene del inglés “dreamcatcher” o “dream cãtcher”, de allí que en español también se le conozca como “cazador de sueños”. En lengua ojibwa, no obstante, se llama asabikeshiinh, que significa ‘araña’, o bawaajige nagwaagan, que traduce ‘trampa o cepo de sueños’. En lengua lakota, por su parte, se le conoce como ihãjbla gmunka. Estos pueblos atribuían al atrapa sueños

poderes mágicos, ya que era capaz de filtrar los sueños dejando pasar solo los sueños positivos, siendo que los malos sueños quedan atrapados en la red y desaparecen con la primera luz del alba.

Para el pueblo lakota o lakhota, de la tribu sioux, los atrapa sueños funcionan al revés, es decir, las pesadillas pasan a través de la red mientras que los sueños buenos quedan atrapados en los hilos y se deslizan por las plumas hasta la persona que está durmiendo debajo.

En algunas ocasiones, hay personas que le otorgan un significado diferente, pues interpretan la palabra “sueños” en el sentido de ‘aspiraciones’ y ‘anhelos’, de modo que creen que los atrapa sueños ayudan a conseguir lo que uno se propone. Ahora que conoces un poco sobre los atributos de este mágico objeto, te enseñare como elaborar tu propio atrapa sueños.



## Sirena

*Tengo la convicción de que no existes  
Tengo la convicción de que no existes  
y sin embargo te oigo cada noche  
te invento a veces con mi vanidad  
o mi desolación o mi modorra  
del infinito mar viene su asombro  
lo escucho como un salmo y pese a todo  
tan convencido estoy de que no existes  
que te aguardo en mi sueño para luego.*

Benedetti

**Niño:** - Marinero, ellos dicen que tú la has escuchado, Marinero, Marinero por favor, tú que has escuchado su hermoso canto, dime que existe tal ser, mitad humana, mitad pez; dime que existe esa sirena.

**Marinero:** - Mira mijo, ¿quién te ha contado semejante situación? Ve a casa con tus padres que yo no soy el cuenta cuentos de nadie.

**Niño:** - Marinero por favor, dime que es verdad.

**Marinero:** - Vamos niño, que yo ya estoy viejo y

se me hace de noche, debo ir a guardar mis redes.

**Niño:** - Marinero no seas cruel, dime que existen.

**Marinero:** - ¿Qué existen quiénes?, ¿las sirenas?

**Niño:** - Sí Marinero, las sirenas; en el puerto, ellos dicen que tu viste una.

**Marinero:** No niño, jamás creas lo que la gente dice. Ellos sólo hablan por hablar. Y no me digas

**Marinero,** me llamo Recadero.

**Niño:** - ¿Entonces fue mentira? De verdad no viste a una mujer pez en tus viajes.

**Marinero:** No, nunca...

**Niño:** Pero Marinero, yo creí que tú...

**Marinero:** Calma mijo, yo no vi nada, pero sí escuché.. ¡La escuché! estoy casi seguro, aunque eso fue hace mucho tiempo. Verás niño después de una tormenta el radar se descompuso y la brújula de mano giraba sin dirección, nuestro barco estaba a la deriva allá en las profundidades del mar azul, un azul así igualito al color de tu playera.

**Niño:** - Cómo el color de mi playera, ¿De verdad?

**Marinero:** Ajam, así mismito.

**Niño:** Oye Marinero dime más ¿Qué hiciste?

¿Fuiste con ella? ¿La viste? ¿Verdad que era hermosa?

**Marinero:** Caray caray, no te han dicho que eres un niño demasiado necio y preguntón. Además no me estás poniendo atención, te dije que no me digas Marinero y también te dije que no la vi, sólo escuché su voz...

**Niño:** Ohh pero sino la viste ¿Cómo sabes que era una sirena?

**Marinero:** A que chamaco tan curioso, tú aún estás muy joven pero pues esas cosas se saben, se sienten, uno se da cuenta porque cuando esas criaturas están cerquita de uno, el tiempo no parece ser el mismo, el tiempo cambia.

Mira mijo pon atención, te voy a contar todo desde el principio. Estaba en el mar con mi hijo, el más chiquito, habíamos escuchado en la radio que venía la temporada buena para nosotros los pescadores porque un cardumen se dirigía a nuestra zona... niño ¿Sabes qué es un cardumen?, ¿No verdad? Bueno pues imagina que son muchos peces viniendo hacia ti de un solo jalón. Ya mijo, ora pon atención, esa vez nos agarró la tempestad cuando veníamos de regreso y no pudimos hacer nada, todo en el barco se descompuso y pos nos quedamos a la deriva esperando encallar en algún lugar, mi hijo se durmió luego luego y yo ya estaba cerrando los ojos, cuando de repente algo perturbó mi sueño, clarito sentí frío en mi espalda pero era imposible porque el aire soplaba despacito, eso no era normal, el barco se tambaleaba de una lugar pa otro, y qué crees...

**Niño:** ¿Qué Marinero, dime qué pasó?

**Marinero:** Escuché una voz, era una voz de mujer pero no, esa voz no era humana, lo supe luego luego, era una voz bonita chamaco y se escuchaba que venía de mismito mar, pero pos yo no sabía qué era y tampoco entendía lo que decía, como que cantaba y después me hablaba, en mi cabeza clarito sentía que esa voz decía mi nombre, pos como que me llamaba; pa' mí que quería que la siguiera y mira niño que yo ya iba pa' donde ella me hablaba, pero pos que crees mijo...

**Niño:** ¿Qué pasó?

**Marinero:** Escuché una voz, era una voz de mujer pero no, esa voz no era humana, lo supe luego luego, era una voz bonita chamaco y se escuchaba que venía de mismito mar, pero pos yo no sabía qué era y tampoco entendía lo que decía, como que cantaba y después me hablaba, en mi cabeza clarito sentía que esa voz decía mi nombre, pos como que me llamaba; pa' mí que quería que la siguiera y mira niño que yo ya iba pa' donde ella me hablaba, pero pos que crees mijo...

**Niño:** ¿Qué pasó?

**Marinero:** Pos que ya pa levantarme de donde estaba, que se me resbala una pata y chin que me voy pa atrás y pos me pegué con un fierro que estaba por ahí, mira, mira la cicatriz que me quedó en la cabezota.

**Niño:** Mira Marinero la cicatriz de tú cabeza tiene forma de cola de pez.

**Marinero:** Hay chamaco que imaginación tienes. Mira yo ya estoy viejo y cansado, pero verás en mis 80 años nunca había escuchado una voz como la de aquella criatura, fue una sensación rara y bella que me llamaba sólo a mí, ¡A mí!

**Niño:** - Marinero, ¿Crees que algún día yo pueda ver una sirena de verdad?

**Anciano:** - Claro chamaco, verás que sí, mira, cierra tus ojos, escucha el sonido del mar, imagínatela, imagina como es su cara y su cola de pez. Escucha su canto...

**Niño:** - ...

**Doña Matilde:** - Marioooooooooo, hijo qué haces, ya vámonos pa la casa.

**Niño:** - Marinero no puedo imaginar nada, sólo los gritos de mi madre, ya me tengo que ir, nos vemos mañana. Adiós.

\*\*\*

**Doña Matilde:** - Mijo otra vez molestando a Don Recadero.

**Niño:** - Mamá me estaba contando una historia de sirenas.

**Doña Matilde:** - Hay mijito cuántas veces te tengo que decir que no le hagas caso a los cuentos de Don Recadero, hace muchos años tuvo un accidente y se golpeó la cabeza, desde entonces confunde lo real con lo fantástico y todos los días olvida lo que hace, no entiendo por qué te gusta tanto venir a verlo si él mañana no te va recordar, además ya te he dicho que las sirenas no existen.

**Niño:** - Madre no digas eso, vengo a ver a Don recadero porque aunque siempre me cuente la misma historia, cada vez es diferente; verás Madre, puede que los cuentos de Don Recadero no sean reales como tú dices y puede que yo mismo tenga la convicción de que las sirenas no existen, sin embargo las oigo cada noche en mis sueños.



# Niña luna

Por Juan Manuel López

Desde las penumbras de la oscuridad,  
una pequeña mira inocente a la ciudad;  
sus diminutos pies descalzos,  
se mueven cual manecillas sin descansos,  
la llevan por los callejones sin hacer ruido alguno,  
ya que terminará despertando a más de uno.

Las luces de las casas permanecen apagadas  
pues las personas ya están recostadas;  
la niña ve que la noche invade cada esquina  
y lo hace con arrogancia mezquina,  
sus cabellos rodean cada edificio  
como el ocaso lo hace en un inicio.

Juega con los sueños de cada mente humana,  
sin dejar que alguna se vea profana,  
sabe que son sus deseos reprimidos  
porque no terminan de ser cumplidos,  
agobios de sus necesidades perpetuas  
a las que nadie ha dado respuestas.

La niña luna se ilumina con su eterno fulgor  
y su brillo se convierte en un sublime resplandor,  
que transforma a la noche en un lugar misterioso  
pero a la vez, apacible y amoroso;  
se eleva entre las estrellas y toca el firmamento,  
dando paz a la ciudad en cada fragmento.

Posa con dulzura y quietud,  
como siempre ha sido su actitud,  
llena el cielo de estrellas relucientes  
que iluminan sus sueños delirantes,  
descansa con ilusión perdida  
de una humanidad sorprendida.



## Soñar es...

libertad  
volar alto sin alas,  
creer en ti, aunque los demás no,  
dar sin recibir,  
mantener el alma joven,  
creer en lo posible de lo imposible  
remar contra corriente  
perseverar hasta el final,  
buscar repuestas donde no las hay,  
correr, caer y levantarse.  
Tener valores y luchar por ellos,  
sacrificio, estudio y trabajo  
conocer lo bueno de lo malo,  
ser humilde hasta la cima,  
son hechos no palabras  
tener fe y esperanza donde otros ya la perdieron,  
Soñar es hasta el último minuto de tu vida.

Por Emilio Iglesias Becerril

