

# entr:ö:pía





### 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

Emilio Iglesias

DarkSmall

### Contacto

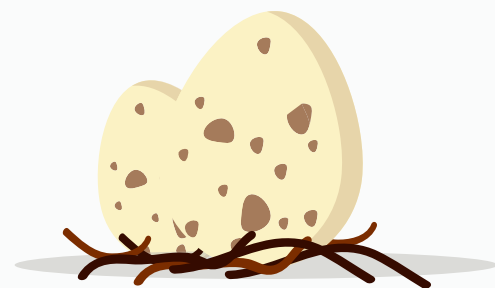
Cel: 712 14 71 977  
712 10 04 612

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

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

<http://issuu.com/revistaentropia0>

Registro en proceso



# Queridos lectores

Es para nosotros un placer saludarlos y darles la más cordial bienvenida a esta onceava edición del mes de mayo, mes en el que abordamos el tema de la fertilidad y vida para celebrar el día de las madres. Comencemos con **Dato Curioso**, que nos habla un poco sobre un tema que en México aún se encuentra bajo la mira, no por ser aplaudido, al contrario porque carece de leyes sólidas y fundamentadas que resguarden y protejan a la libertad de expresión; también conoceremos acerca de la cultura Nórdica y su deidad mitología a la que se le atribuye la fertilidad.

En **Bazar Cultural** conoceremos sobre las posibles teorías que explican cómo surge la vida en la tierra, una de ellas parece sacada de una novela de ciencia ficción, descubre de qué se trata. Además conoceremos el origen del día de las Madres y las personas que hicieron que esta festividad se conmemorara alrededor del mundo.

En **El Mejor Lugar** te presentamos a Tequisquiapan, un pequeño pueblo perteneciente al estado de Querétaro, mismo que encierra tradición y sabor, conoce sus vinos y quesos que lo hacen uno de los mejores lugares para disfrutar de una hermosa velada.

En esta ocasión en **Conozcamos a**, Hablaremos de la mujer, la artista y gran ejemplo de la cultura mexicana alrededor del mundo, es sin duda Frida Kahlo, en la que conoceremos más a fondo su carácter, sentimientos y la forma en se representaba en cada una de sus obras.

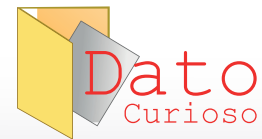
**Círculo de Sabor** te comparte una fácil y deliciosa receta de espagueti a la Boloñesa para consentir a mamá, así como una rica tarta de queso con fresas, ideal para cerrar con broche de oro una rica cena.

Recordar y agradecer a una mujer especial los sacrificios, los buenos cuidados y sobretodo el amor incondicional es lo que se merece una madre, es por eso que en **Armonía** te presentamos las razones por las que debemos a mar a nuestra mamá, razones que sin duda te aran reflexionar y apreciar todo el cariño que ella nos da.

En nuestra sección **¿Qué hago hoy?** Te enseñamos como hacer un pequeño macetero para regalar a nuestras madres, detalle que sin duda le encantara, no solo porque adornara un pequeño espacio de tu hogar, sino porque será hecho con mucho cariño.

Para finalizar en la sección **Expresarte** te presentamos una pequeña reflexión sobre como en algunos momentos de la vida olvidamos agradecer a esa bella mujer que nos brinda su apoyo y amor incondicional y que simplemente por monotonía olvidamos decirle cuanto la amamos y un día de repente lamentamos el tiempo perdido. Para finalizar disfrutaremos leyendo algunos poemas.

El equipo de **Entropía** te da gracias por el apoyo que nos brindas para seguir difundiendo nuestras ideas, mismas que nos permite seguir creciendo y mejorando para que mes con mes puedas disfrutar de un buen contenido. Deseamos también que en esta Onceava edición sea de tu total agrado. Gracias por permitirnos seguir *iluminando tus ideas*.



### La voz está en el aire

Por: Wendolyn Monrroy

### Sexualidad y vida; el principio de la fertilidad

Por Juan Manuel López



### El arjé de la vida en la tierra: 5 posibles respuestas a nuestro origen.

Por Wendolyn Monrroy

### El olvidado origen del "Día de la Madre"

Por Tania Guzmán



### Tequisquiapan: Lugar de quesos, vinos y balnearios

Por Juan Manuel López



### Semblanza

### Frida Kahlo:

### Pinceladas de fertilidad en autoretratos

Por Cyntia Velázquez



### Espagueti a la Boloñesa

Por Tania Guzmán

### Tarta de queso y fresas

Por Tania Guzmán



### Razones para amar a nuestra madre

Por Tania Guzmán



### Maceteros de pinzas

Por Tania Guzmán



### Mamá

Por Emilio Iglesias

### Poemas varios

Por Dark Small





## La Voz está en el aire

Por Wendolyn Monrroy

El pasado 03 de Mayo se celebró el Día Mundial de la Libertad de Prensa, día que se conmemora desde 1993 cuando la Asamblea General de las Naciones Unidas decidió hacer un llamado mundial para la promoción de la libertad de expresión y la protección a periodistas y comunicadores.

Este año la temática principal fue titulada « *¡Que prospere el periodismo! Por una mejor información, más igualdad de género y mayor seguridad en los medios de comunicación en la era digital* » y su ceremonia se llevó a cabo en Letonia. Pero ¿De qué manera celebró México el Día Mundial de la Libertad de Prensa? y ¿De verdad existe tal libertad para los periodistas y comunicadores mexicanos?

La respuesta es NO, no existe tal libertad, de hecho es hasta peligroso ejercer el periodismo objetivo en nuestro país, al respecto, este 07 de Mayo la **Freedom House** una organización estadounidense no gubernamental presentó un informe titulado **Libertad de Prensa 2015** que trata el índice de libertad de expresión y deja ver la situación del periodismo a nivel mundial; de dicho informe resaltaremos lo siguiente: «México continúa siendo uno de los lugares más peligrosos del mundo para los periodistas y comunicadores... México es uno de los 65 países catalogados como “no libres” para ejercer el periodismo, compartiendo este ranking con otras naciones como Rusia, China, Honduras, Corea del Norte, Irán, o Siria.»

La situación es real y es alarmante, pero, alguien se ha preguntado ¿Qué es lo que hace tan mala la libertad de expresión en nuestro país? ¿Por qué se les condena a aquellos quienes se atreven a decir algo fuera del discurso mediático o se atreven a contrariar las Leyes del Estado pronunciando su verdad, haciéndolo incluso en su lengua originaria, no así en español?

La respuesta está implícita en nuestro contexto social, la realidad es que nadie es del todo libre, siempre habrá ataduras sociales, morales, políticas y/o religiosas. En el caso de la libertad de prensa mexicana están inmiscuidos grandes círculos de concentración de poder informativo y manipulación mediática producto de los intereses económicos de los Mass Media monopolizadores, quienes no están interesados en la prosperidad de la comunicación para el desarrollo y el periodismo real y objetivo.





En este sentido los medios de comunicación masiva mexicanos no tuvieron mucho por ovacionar el Día Mundial de la Libertad de Prensa, pues de ellos es el control; no así en medios alternativos y comunitarios, quienes están muy pendientes de los llamados sociales a mejorar la calidad informativa y la seguridad de sus comunicadores a pesar de ser constantemente abrumados por las drásticas Leyes Federales, de hecho la situación de la comunicación comunitaria en nuestro país empeoró con la modificación a la Ley Federal de Telecomunicaciones y Radiodifusión (TELECOM), promulgada en Julio del año pasado.

Esta ley reconoce el derecho a la existencia y al manejo los medios comunitarios pero nos les permite promoverse, crecer y publicitarse, les ha orillado a una situación más precaria, les limita en potencia, les amenaza, les castiga con cárcel, les acusa de ser medios subversivos, pero aún con todo en contra hay quienes siguen la filosofía de Mahtama Gandhi que dice *“Cuando una ley es injusta, lo correcto es desobedecer”* sobre todo si se trata de hacer valer los derechos de las comunidades indígenas marginadas, desafortunadamente esa es la razón de la persecución e intimidación de los comunicadores comunitarios y periodistas con tendencia al ámbito alternativo en nuestro país.

Pero ¿Por qué la Ley ha sido modificada de esa manera, a quién le favorece la precaria situación de los medios comunitarios, por qué es tan importante callar su voz? Al respecto Majo Siscar colaboradora de Animal Político (Publicación digital independiente especializada en información política) dice lo siguiente en materia de radiodifusión comunitaria: «Bajo el precepto de que son emisoras “sin ánimo de lucro”, la Ley Telecom les prohíbe conseguir financiamiento privado. Esta legislación se aprobó con las presiones de la Cámara de la Industria de la Radio y Televisión –la cual agrupa a 48 consorcios mediáticos del país, entre ellos Televisa y Tv Azteca– que ven a las radios comunitarias como competencia desleal.»

Nos preguntamos por qué los comunicadores y periodistas mexicanos compartimos ranking con Siria, Rusia o Corea del Norte, si nosotros no estamos en situación de guerra, el hecho es que lo que tenemos que decir no le interesa a los consorcios informativos de nuestro país, por eso intenta callar nuestra voz; pero la voz es vida y no tiene por qué ser censurada, hoy la voz está en el aire, depende de cada uno de nosotros si hace eco o la abraza el silencio. ☀





# Sexualidad y vida, el principio de la fertilidad

Por Juan Manuel López

**E**l origen del ser humano es una incógnita no resuelta hasta el día de hoy, sin embargo se ha justificado desde muchos puntos de vista, desde teorías científicas hasta creencias religiosas, ya que el pensamiento del ser humano siempre busca respuestas.

Hablando de estas respuestas, el ser humano al conformar las diferentes civilizaciones del mundo antiguo (principalmente) ha creado diferentes deidades a partir de su cultura, así es como podemos encontrar a los griegos y romanos quienes eran politeístas y tenían una cantidad considerable de dioses, cada uno para cada fenómeno o situación observable en el mundo, sin embargo, no son las únicas culturas que justificaron lo que los rodeaba, también estaban los egipcios, los aztecas, la cultura nórdica, entre muchas otras.



En esta ocasión nos centraremos en los dioses de la fertilidad, aquellos que la mitología asocia con el embarazo y el parto, pero también en algunos casos representan directamente al sexo, y en otros tantos, simplemente encarnan atributos relacionados con esta situación.

La lista de dioses de la fertilidad es amplia, por ejemplo tenemos a Ala Igbo diosa africana, Anahit diosa de la mitología armenia, Coatlicue, Chimalma y Xochitlicue diosas aztecas, además de las Diosas de la cultura Celta como Brigid diosa irlandesa, Damara diosa venerada en Bretaña o Nantosuelta; esta pequeña lista solo menciona a algunas deidades, pero en realidad son bastantes más.

Sin embargo analizaremos la mitología nórdica y a su diosa Freyja, Freya o Vanadis, quien es la diosa del amor, la belleza, las profecías, la atracción entre hombres y mujeres, la magia, la sexualidad, la lujuria, la vegetación, la fertilidad, la curación y el liderazgo. Se la pone junto a Frigga, cuya energía femenina es más madura. Ambas constituyen aspectos de la Gran Madre.

*“Con el pelo rojo-oro y los ojos azul-verdosos la señora de los Vanir la flexible figura muestra confortabilidad con el mundo y la naturaleza. Ella es cálida, amorosa y fascinante. El porte de Freya tiene un toque de sensualidad. Sin embargo su ire es feroz, ella puede estar mimando a un gatito como manejando una lanza. Esta diosa dispersa la penumbra por su aire cálido que emana. Ella es la amiga que puede hacer más reconfortante y mejorar tu vida.” (The Twisting Trail.....20)*

La historia nos cuenta que en las tierras de Asgard que corresponden a Freyja, se levanta su palacio Sessrúmnir, en el que sólo se puede entrar con el permiso de la diosa, y al cual van a parar tras su muerte parte de los guerreros caídos en combate y las doncellas que probablemente se inmolaban tras la muerte de sus amados. En este palacio se reunían los amantes separados por la muerte.

Cuando Freyja abandona su imponente palacio lo hace a bordo de un carro tirado por gatos o montada sobre su jabalí dorado (Hildisvín), pero si ella decide desplazarse por el cielo tiene un manto de plumas que al ponérselo se transforma en águila, todo ello sin perder su belleza y astucia, ya que es una de las diosas con mayor inteligencia.

Esta diosa ha viajado por todo el mundo buscando a su marido Od, quien desapareció durante un viaje para no regresar jamás, y al cual llora amargamente con lágrimas que antes de tocar el suelo se convierten en oro. Sin embargo en cada lugar que visitó Freyja, se le adoraba y se le nombraba de diferentes formas, pero todas coincidían en uno en específico: Señora.

Freyja posee un resplandeciente collar llamado Brisingamén, que simboliza el ciclo de la vida, fabricado por cuatro enanos herreros: los Brisingos. La diosa lo encontró cuando estaban forjando el collar y le gustó tanto que les ofreció a cambio oro, plata y otros tesoros, pero los enanos respondieron que no quería riquezas, sino a ella. La petición fue que la diosa pasaría una noche con cada uno de ellos, algo a lo que la diosa accedió.

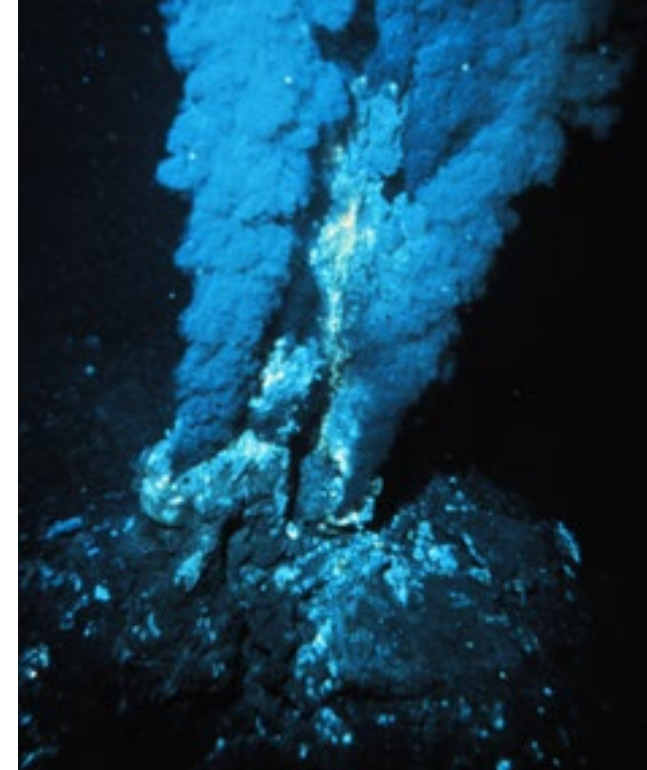
Además de ser la diosa del amor y la fertilidad, Freyja lo es también de la magia seid, aquella relacionada con el otro mundo, la que permite despertar a los muertos para obtener conocimiento oculto o averiguar el porvenir. En el arte de su práctica fue maestra de Odín.

Algo de lo más representativo de esta diosa es que Freyja es la más dispuesta a escuchar las oraciones de los humanos, explica que le agradan las canciones de amor y nos recomienda invocarla para cuestiones sentimentales.

Ahora conoces un poco más de la cultura nórdica a partir de su mitología, te invitamos a investigar más acerca del tema, ya que es bastante en su narrativa épica. ✨







## El arjé de la vida en la tierra: 5 posibles respuestas a nuestro origen

Por Wendolyn Monroy

**E**l arjé en la Antigua Grecia era el término designado para referirse al elemento primordial y básico a partir del que se ha generado la realidad, es decir, trataba aquello que pretendía explicar a la sustancia necesaria para que otra cosa pudiese existir, se usaba sobre todo para revelar el origen del Universo, por ejemplo, en aquellos tiempos Tales de Mileto decía que el arjé de la vida se encontraba en el Agua, Pitágoras decía que todo provenía de los Números, Anaxímenes decía que la respuesta estaba en el Aire y así un sin fin de filósofos trataron de explicar el tema del existencialismo.

Para ser claros hoy en día las respuestas son todavía más exactas, la Ciencia ha tratado de demostrar que la vida en la Tierra se debe a años y años de constante evolución, pero no se ha podido encontrar al o los

responsables de su génesis; si ahora hiciéramos un retroceso evolutivo y nos remontáramos al tiempo de nuestros ancestros y luego al tiempo de los ancestros de sus ancestros llegaríamos a un punto donde la fuente de todo son pequeños microorganismos unicelulares, pero el origen de los mismos resulta incomprensible e indescifrable, es una trampa sin respuesta aparente, casi como el juego del huevo y la gallina, pues a fin de cuentas ni si quiera el génesis universal está resuelto.

Sin embargo la ciencia se ha esforzado bastante intentando responder las clásicas preguntas existencialistas del ser humano, ¿Quién soy y de dónde vengo? y a pesar de que nada está demostrado hay muchos posibles planteamientos que bien podrían ser considerados como el arjé de nuestra realidad, a continuación te presentamos 5 postulados teóricos que tratan de encontrar la raíz de nuestro origen:

### 5.- Teorías ufológicas (Alienígenas).

Indudablemente nuestro planeta no es el único en el espacio interestelar, sería ilógico y muy egocéntrico creernos los únicos en un universo cósmico hasta ahora casi desconocido. Debido precisamente a que ignoramos cómo están conformados otros mundos es que ignoramos su proceso evolutivo y su manejo hacia otras dimensiones, gracias a esto algunos ufólogos y fanáticos del fenómeno OVNI creen que la vida en la Tierra fue sembrada por seres extraterrestres (Alienígenas) y que los seres humanos somos para ellos como pequeños ratoncitos puestos para sus experimentos.

Según estos razonamientos los extraterrestres poseen una capacidad intelectual mucho más avanzada, dominan otras dimensiones y pueden dar brincos en el tiempo por lo que fácilmente pudieron intervenir en nuestros procesos evolutivos, incluso hay quienes dicen que ellos tuvieron que ver con el eslabón perdido. Lo atractivo de esta teoría es que argumenta que estos seres sienten gran interés en ver cómo avanzamos como civilización por lo que nos vigilan constantemente, lo que a su vez explicaría los avistamientos OVNIS y supuestos contactos entre seres humanos y seres de otras galaxias.

### 4.- La abiogénesis en aguas profundas

El término abiogénesis es referido al proceso natural del surgimiento de la vida a partir de materia inerte (es decir materia no viva) y los científicos le han explicado de muchas maneras, pero esta vez sólo nos centraremos en la teoría que afirma que la vida surgió del Agua tal como lo decía Tales de Mileto, pero no en el exterior sino en las profundidades del océano en alguna chimenea volcánica submarina rica en elementos químicos que pudieron hacer posible el ensamblaje de los compuestos básicos y generar reacciones químicas orgánicas, lo cual sustenta la Teoría del Hierro-Sulfuro Günter Wächtershäuser en 1980, misma que en 2002 fue completada por William Martin y Michael Russell quienes postulan que “Las primeras formas celulares de vida pudieron haber evolucionado dentro de las llamadas «chimeneas negras» en las profundidades donde se encuentran las zonas de expansión del fondo oceánico.” Y si dice el dicho que el agua es vida, sería lógico pensar que la vida resultó del agua.





### 3.- Teoría de la Panspermia.

La palabra Panspermia viene del griego παν (pan) que significa todo y σπέρμα (sperma) que significa semilla; esta teoría supone que el origen de la vida se dio en alguna parte de Universo, no así en la Tierra misma, pero como todos sabemos en el pasado nuestro planeta fue blanco constante de meteoritos y restos de material cósmico, por lo que es probable que algunos microorganismos vivientes pudieran estar contenidos en esas rocas y en una etapa posterior al choque su expansión fuese inevitable, está es definitivamente una buena teoría para explicar el origen de la vida en la Tierra, aunque no tiene forma de señalar si esa semilla con información genética que permitió la evaluación de la vida en nuestro planeta llegó accidentalmente o fue transportada de una manera pre-pensada.



### 2.- Teoría de Oparin.

El bioquímico ruso Alexander Ivánovich Oparin es el científico que más se ha acercado a explicar el origen de la vida en el planeta Tierra, Oparin dice que la atmósfera de hace millones de años era primitiva y totalmente distinta a la nuestra, situación que favoreció una serie de procesos evolutivos que dieron pie a ciertos compuestos orgánicos muy sencillos, pero su constante contacto con el medio ambiente los llevó a absorber sustancias de su entorno y a incorporarlas a sus estructuras creando así las primeras células primitivas, lo que a su vez creó un caldo de compuestos primitivos que pudieron evolucionar hasta convertirse en proteínas y ácidos nucleicos.

La idea general es que las fuentes de energía como luz solar, la temperatura ambiente debido a la erupción de los volcanes y algunos materiales radioactivos que abundaban en la tierra, hayan transformado las moléculas sencillas en diversas moléculas complejas que permitieron la aparición de la vida, lo cual no suena nada descabellado pues hoy en día está científicamente comprobado que las fuentes caloríficas como luz solar, electricidad o material volcánico fogoso pueden alterar las estructuras moleculares y efectivamente volverlas más complejas, por lo que los postulados de Oparin son aceptados en gran medida por la comunidad científica, no así en su totalidad pues Oparin no responde de dónde aparecieron esos primeros organismos sencillos.



### 1.- Teoría Creacionista

El ser humano ha necesitado desde siempre creer en algo, basar sus necesidades y su Fe en alguien más, en alguien superior y divino, por eso se ha creado la religión y ésta a su vez ha dado respuestas a la creación del Universo. Por ejemplo la religión Católica y la Cristiana basan la presencia de todo cuanto existe en lo que dice el Génesis de la Biblia, el Islam a su vez basa sus creencias en el Corán, su libro sagrado (curiosamente muy parecido a la Biblia) en el Corán se menciona lo siguiente: «La creación de todas las criaturas y seres vivientes son por deseo de Dios... toda criatura, su ser y sus actos, son creación de Dios.»

Así como estas, hay una larga lista de religiones alrededor del mundo con sus propias versiones, sin embargo hay que decir que estos mitos de la creación no son algo nuevo, hay muchas culturas antiguas previas al año 0 que ostentan versiones similares, la idea es la misma: alguna deidad decide ser benevolente y crear la vida y aunque los detalles pueden variar siempre se pide ser agradecido con el ser que nos creó.

De ahí que grandes multitudes sean más apegadas a la Divinidad que a la Ciencia, por tanto las teorías creacionistas son hoy en días las más aceptadas, claro está que es más cómodo creer que Dios creó todo tipo de vida existente, que ponerse a tratar de comprender que la vida es producto de una serie de complejos cambios químicos ocurridos hace millones de años.

Si bien estás 5 teorías pueden ser debatibles, son sin duda algunas de las respuestas que el mundo tiene para justificar su propia existencia, indudablemente estos 5 postulados no son los únicos ni tampoco tienen que ser los más certeros, dado que los humanos no tenemos respuestas para todo, lo único que podemos hacer es generar nuestro propio arjé y ser nosotros mismos quienes determinemos la respuesta a nuestro origen; así que querido lector puedes comunicarte con nosotros y decirnos lo que piensas al respecto, qué teoría te pareció más original o cuál es tu favorita. Recuerda que Entropía quiere seguir iluminando tus ideas. ✨



# El olvidado origen del "Día de la Madre"

Por Tania Guzmán

**E**n el mundo solo existe una persona capaz de mostrar amor incondicional, puro e infinito; un ser que está siempre dispuesta a soportar el dolor más profundo y sacrificar todo por amor, ese ser especial es sin duda nuestras Madres. Madres que con el paso del tiempo dejan huella en nuestros corazones y grandes enseñanzas que traspasan de generación en generación, Madres que nos motivan día a día a ser mejores, madres que por su valentía cambiaron la historia para crear un mejor mañana.

Actualmente existe un día en el calendario en el que festejamos y reconocemos la gran labor de las madres, día especial festejado no solo en México, sino en muchos lugares alrededor de todo el mundo, aunque podría padecer solo una estrategia comercial y de mercadotecnia para vender aún más productos, pero la realidad del origen del Día de las Madres es completamente diferente.



Diosa Isis



Diosa Rhea



Diosa Cybele



Inmaculada Concepción de la virgen María,

Sumergiéndonos un poco en la historia, descubrimos que en diferentes culturas del mundo realizaban celebraciones a deidades que representaban a las madres, fertilidad o maternidad. En Egipto, por ejemplo, se honraba a la diosa Isis, quien era la madre de los faraones; en cambio en Grecia celebraba una gran fiesta en honor a la diosa Rhea, quien era hija de Urano (Cielo) y Gaia (Tierra) conocida como "madre de todos los dioses". Por otra parte en Roma conmemoraban un gran festín en honor Cybele "gran madre". Con el paso del tiempo estas festividades se fueron desapareciendo junto con sus culturas.

No fue hasta que la que la religión católica retomó este festejo para celebrar a la Inmaculada Concepción de la virgen María, madre de Jesús, el 8 de diciembre,

fecha que en la actualidad aún se sigue manteniendo en países como Panamá o España.

Otro dato importante se remonta al siglo XVII, en Inglaterra. Durante ese tiempo, la pobreza se mantenía latente en el pueblo inglés, haciendo que algunos de sus ciudadanos se vieran en la necesidad de trabajar para grandes casas o palacios de gran reputación, en los que se les daba techo y comida.

Solamente un domingo al año (Domingo de Madres) se les consentía a los siervos y empleados visitar a sus madres y se les permitía hornear un pastel, conocido en ese entonces como "tarta de madres" para llevarlo como regalo. Esta tradición emigró a América junto con los primeros colonos ingleses y se mantuvo por un corto tiempo.





Julia Ward Howe

En Estados Unidos; la primera celebración pública del día de las madres se realizó el otoño de 1870, en Boston, por la iniciativa de la escritora Julia Ward Howe, reconocida por ser la creadora del “Himno de la Republica”.

Julia organizó una gran manifestación pacífica y una celebración religiosa, invitando a todas las madres de familia que resultaron víctimas de la guerra por ceder a sus hijos para la milicia. La proclama convocaba a un Congreso Internacional de Madres para promover alianzas entre diferentes nacionalidades y el arreglo amistoso de cuestiones internacionales. Las reacciones conservadoras lograron traducir aquella propuesta en la celebración comercial del Día de la Madre que se ha generalizado en buena parte del mundo.

*¡Levántense, mujeres de hoy! ¡Levántense todas las que tienen corazones, sin importar que su bautismo haya sido de agua o lágrimas! Digan con firmeza: ‘No permitiremos que los asuntos sean decididos por agencias irrelevantes. Nuestros maridos no regresarán a nosotras en busca de caricias y aplausos, apestando a matanzas. No se llevarán a nuestros hijos para que desaprendan todo lo que hemos podido enseñarles acerca de la caridad, la compasión y la paciencia’. Nosotras, mujeres de un país, tendremos demasiada compasión hacia aquellas de otro país, como para permitir que nuestros hijos sean entrenados para herir a los suyos. Desde el seno de una tierra devastada, una voz se alza con la nuestra y dice ‘¡Desarma! ¡Desarma!’ La espada del asesinato no es la balanza de la justicia. La sangre no limpia el deshonor, ni la violencia es señal de posesión.*



Ana Jarvis

Tras varias fiestas bostonianas organizadas por Ward Howe, ese pacifista Día de la Madre cayó en el olvido. Fue hasta la primavera de 1907, en Grafton, al oeste de Virginia, cuando se reinstauró con nueva fuerza el Día de la Madre en Estados Unidos, siendo Ana Jarvis, ama de casa, quien comenzó una campaña a escala nacional para establecer un día dedicado íntegramente a las madres estadounidenses

Luego de la muerte de su madre en 1905, Jarvis decidió escribir a maestros, religiosos, políticos, abogados y otras personalidades para que la apoyaran en su proyecto de celebrar el Día de la Madre, en el aniversario de la muerte de su propia progenitora, el segundo domingo de mayo. Tuvo muchas respuestas, y en 1910 esta fecha ya era celebrada en casi todo Estados Unidos.

En 1914, el Presidente Woodrow Wilson firmó la proclamación del Día de la Madre como fiesta nacional, que debía ser celebrada el segundo domingo del mes de mayo.

La primera celebración oficial tuvo lugar un día 10 de mayo, por lo que este día fue adoptado por muchos otros países del mundo como la fecha del «Día de las Madres». En algunos países como México adoptaron esta celebración.

Ahora que conoces un poco sobre el origen de este acontecimiento importante, entenderás que no solo se trata de un día en que la mercadotecnia saca provecho para vender uno que otro artículo, sino que es un día en que se reconoce el arduo labor de todas las madres, no solo mexicanas si no del mundo entero. Pero también no tenemos que esperar cada año para consentir a nuestras mamás, sino que podemos hacerlo todos los días, no con regalos exagerados, ni con una cena lujosa, simplemente con un largo abrazo, con una sonrisa y con todo el cariño que ellas nos dan día con día. ☀️





# Tequisquiapan:

## Lugar de quesos, vinos y balnearios

Por Juan Manuel López

**E**ste bonito pueblo colonial se encuentra en Querétaro, uno de los estados de la República Mexicana con mayor historia y representación en la construcción de nuestro país como nación independiente; es por ello que Tequisquiapan es uno de los mejores lugares para visitar y pasar un momento agradable, ya que se caracteriza por su ambiente apacible y su decoroso Centro Histórico, coronado por el Templo de Santa María de la Asunción y su plaza central, dedicada a Miguel Hidalgo.

Tequisquiapan está acentuado en una región de clima templado y semiseco, sin embargo eso no hace que este lugar deje de ser hermoso y tranquilo, ideal para el descanso. Con días soleados, balnearios y una notable tradición en la gastronomía del queso y el vino, en este lugar el placer del buen comer se combina con visitas a cavas y queserías.

### Un poco de su historia

Este municipio fue fundado en 1551; su nombre proviene de origen náhuatl que significa “lugar sobre el río del tequesquite”, por los árboles que crecen junto al río Tequisquiapan, que un poco más al norte se conoce como Moctezuma y alimenta la presa Zimapán.

Durante casi trescientos años fue una población con mayoría indígena, de ahí su arquitectura sencilla y armónica, con uso de materiales locales como la cantera gris, lasaj de diversas tonalidades y acabados aparentes en ladrillo. Recientemente se ha incorporado la bóveda en diversas modalidades, siendo esta ahora una característica distintiva de la población.

Tequisquiapan cuenta con un decreto presidencial firmado por don Venustiano Carranza, que lo ubica como “Centro Geográfico de la República Mexicana”, por eso cuenta con un monumento que rememora este hecho.

### Lo típico

La artesanía típica de la zona son los tejidos de vara de sauz y carrizo (sombreros y canastas), adquiribles en lugares como los mercados de vara y mimbre, el Tianguis Telésforo Trejo, el Parador Artesanal Tequisquiapan, el Callejón de los Bordados y Tejidos, la Casa González y la tienda del Museo de la Canasta.

Destaca también el tallado de piedras de ópalo, cuyas minas pueden visitarse en el poblado de La Trinidad, a 12 kilómetros de la cabecera municipal.





### Tradición del vino y el queso

Esta zona tiene la altitud y clima ideales para el crecimiento de la vid y uva queretana, utilizada en varias empresas para fabricar vinos. Además, la existencia de ganado proporciona leche fresca, que es convertida en sabrosos quesos; todo esto puede visitarse al mismo tiempo que se degustan estas delicias. Pero antes de emprender la marcha hacia las queserías y viñedos de los alrededores, visita el Museo del Queso y el Vino.

Puedes recorrer diferentes viñedos donde los guías te explicarán todo el proceso de elaboración de los vinos, junto podrás encontrar restaurantes para que tu estancia en este municipio sea más placentera.

Además es casi obligación asistir a la Feria Nacional del Queso y el Vino; la cual tiene lugar en el mes de mayo, cuando las plazas y calles se llenan con puestos de venta de estos productos así como de artesanías, y se organizan eventos musicales con artistas de nivel nacional. Eso sí, la mejor época para conocer los viñedos es durante las fiestas de la vendimia, entre los meses de julio y agosto.

### Lugares emblemáticos

#### *Plaza Miguel Hidalgo*

Se trata de la plaza principal de Tequisquiapan, rodeada por arcos de cantera bajo los que encontrarás galerías, cafés, tiendas de dulces, plata, muebles y artesanías. Aquí se puede tomar el tranvía turístico para conocer plácidamente el centro del poblado, o unirse al Recorrido de Leyendas que se lleva a cabo viernes y sábado o, en vacaciones, todos los días.

Este colorido templo se encuentra frente al quiosco de la Plaza Hidalgo y se trata de una obra neoclásica del siglo XIX. Su atrio constituye el punto de reunión por excelencia para los habitantes de "Tequis" (denominativo que se le da a este municipio por parte de sus pobladores).

#### *Centro Geográfico del País*

Como ya habíamos hecho mención Venustiano Carranza declaró a Tequisquiapan como centro geográfico del país. Aunque el monumento erigido para conmemorar esta afirmación no es muy ostentoso y hoy se considera que el centro geográfico de México está en Zacatecas, no deja de ser interesante echarle un vistazo.



#### *Parque Recreativo La Pila*

El parque público más importante de Tequisquiapan, se localiza en pleno centro, detrás del Mercado de Artesanías. Es un sitio de reunión para los habitantes de Tequisquiapan y es sede importante de la Feria del Queso y el Vino.

#### *Balnearios*

En Tequisquiapan y sus alrededores hay numerosos balnearios, algunos de los cuales son de aguas termales; otros tienen toboganes y juegos infantiles. Entre los más recomendables están Neptuno, La Vega, El Oasis y Termas del Rey.

#### *Mercado de artesanías*

Este poblado se distingue desde hace décadas por su producción de trabajos en mimbre y vara, los cuales podrás adquirir en el mercado de artesanías, uno está en pleno centro del municipio, el otro sobre la avenida.



### Fiestas y eventos

#### *Feria del Queso y el Vino*

Con más de veinte años de antigüedad, esta festividad destaca por reunir a los más importantes productores de vinos y quesos del país. Se lleva a cabo en el Parque La Pila donde, además de la exposición, hay eventos culturales, conferencias, concursos, charreadas, palenque, muestras gastronómicas, talleres sobre cómo elaborar queso, actividades especiales para niños y catas de vinos.

#### *Fiesta de la Santa Cruz*

Se realiza cada año el 3 de mayo en el Barrio de San Juan. Preparada con meses de anticipación, los diputados de la comunidad se dividen las diferentes comisiones para garantizar que esta festividad sea un éxito. Fuegos pirotécnicos, música, bailes, puestos de comida y juegos mecánicos son algunos de los elementos que hallarás. Te recomendamos ver la danza de "Moros y Cristianos".

#### *Fiesta en el Aire*

En el mes de diciembre se lleva a cabo este festival con globos aerostáticos y de Cantoya. Otras fiestas notables son la Fundación de Tequisquiapan, el 24 de junio, y la fiesta de la patrona del pueblo, Santa María de la Asunción, el 15 de agosto.





### Platillos que consienten el paladar

Para el desayuno encontrarás una variedad de restaurantes que ofrecen un rico menudo con quesadillas, además que algunos tienen desayuno buffet por las mañanas, en donde podrás comer de forma deliciosa esperando a que el pueblo comience a llenarse de gente.

Para la comida disfruta de una rica carne asada a las brasas, molcajetes que incluyen diferentes cortes de carne y acompáñalo con un delicioso vino de las cosechas de municipio.

Para la cena encontrarás el delicioso pan dulce que se ofrece en los portales, igual que los platillos típicos de la cocina mexicana que incluyen todo tipo de antojitos hasta platillos gourmet.

No olvides probar una copa de los vinos de la región en alguno de los winebars que se encuentran en el municipio, de esta forma habrás deleitado tu paladar con lo más típico de la región.

Así que ya sabes, pretextos sobran para visitar este pueblo mágico del estado de Querétaro; seguro es que Tequisquiapan te espera con los brazos abiertos y te ofrece lo mejor de sí para que te enamores de este bello municipio. ☀️







# Frida Kahlo

## Pinceladas de fertilidad en autorretratos

### *Semblanza*

*Por Cynthia Velázquez*

Una de las mujeres representativas de la historia en México, es sin duda, Frida Kahlo, ya que con la maestría de su fina pincelada dejó plasmado en docenas de autorretratos sus unidas cejas negras y su escaso bigote. Nos dio a conocer su vida, aquella que parecía ser una muestra del surrealismo dentro de la cotidianidad, y que hasta el día de hoy sigue sorprendiendo a propios y extraños.

Esta misma Frida fue la que se quitó tres años de edad, sosteniendo que había nacido en 1910 en Coyoacán, México, en vez de su fecha original 1907 (el motivo fue que en 1910 inició la Revolución Mexicana). Siendo ella misma su único modelo, pero su intención iba más allá de querer preservar la belleza de su juventud, su pintura estaba más relacionada con su necesidad de identificarse con México, su tierra amada.

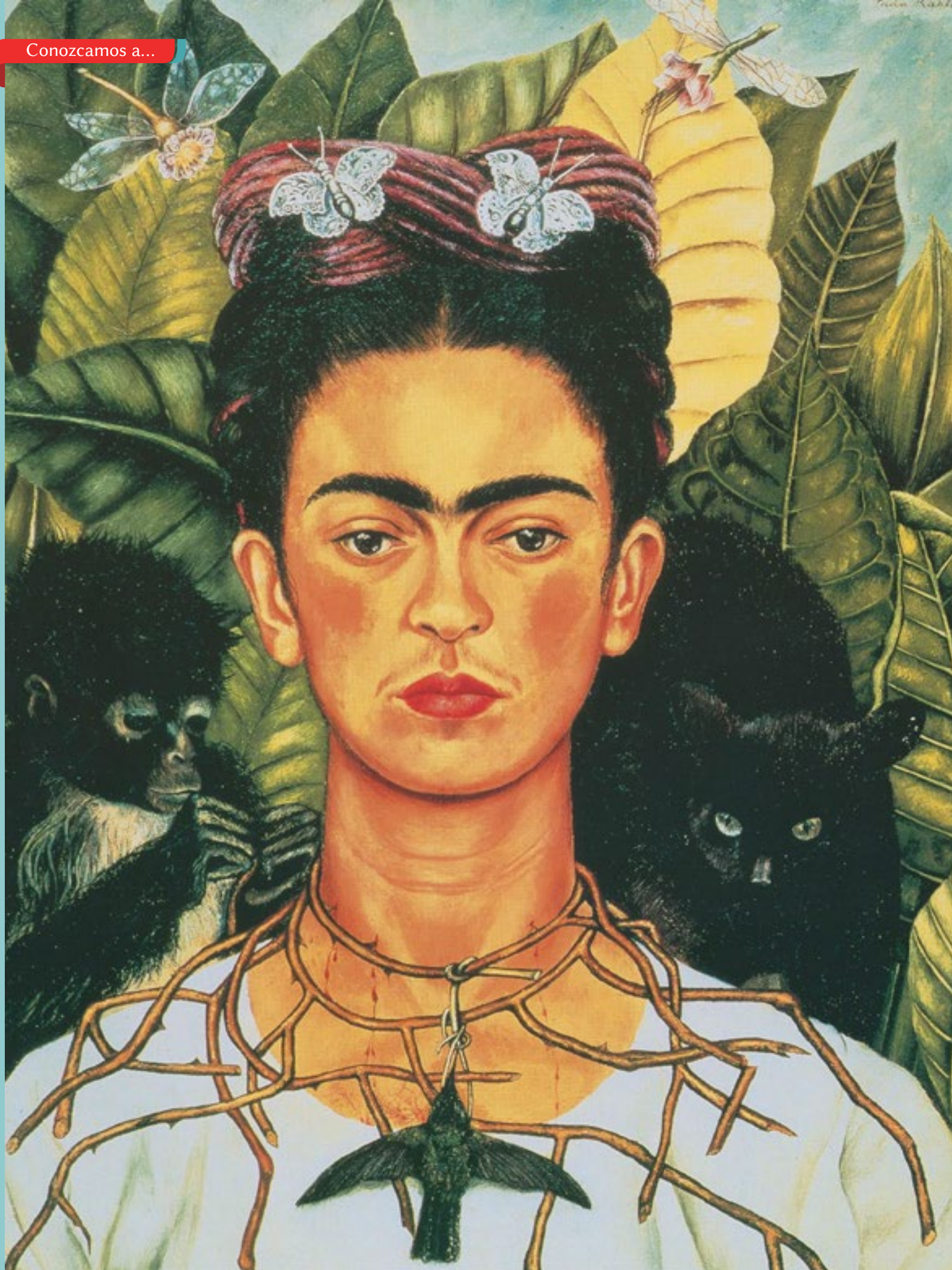
Para comprender la naturaleza de esta artista y sus pinturas es necesario poner a un lado todo tipo de convencionalismos, asimismo, y mucho más paradójico aún, esta comprensión requiere que

nos ubiquemos en el contexto de la historia en que sucede la vida de la artista. A Frida, siendo una artista revolucionaria, le toca nacer en el medio del caos político que vivía su país, el cual pasaba por un proceso de sangriento renacer. Esa imagen, de acuerdo con Frida, es mucho más verdadera que el hecho en sí mismo.

El amor por México que sentía Frida era tanto, no importaba que estuviera en París, New York o Coyoacán, siempre vistió con el elaborado traje típico tehuano de las indias doncellas, para representar su cultura a nivel internacional. Esta gran mujer fue modelada y definida por la realidad de su país, al igual que lo hizo su esposo, el muy conocido muralista, Diego Rivera.

Ahora bien, sí México era para Frida su verdadero progenitor, Diego Rivera, 20 años mayor que ella representaba su "hijo grande"; ella solía llamarlo su pequeño bebé. Frida conoció a Rivera cuando todavía era una estudiante en el colegio. Un tiempo después, en 1929, se convirtió en la tercera esposa de Rivera, un hombre que, abiertamente fue diagnosticado por su médico incapaz para la monogamia.





No falta el mencionar que, esta relación fue una unión poco convencional, problemática, sin embargo, apasionada que sobrevivió numerosas infidelidades por ambas partes, separaciones e incluso, un divorcio en 1939 y la consecuente reconciliación, celebrando un segundo matrimonio en 1940.

El amor de esta pareja se sometió a duras pruebas pero, como se demuestra en las raíces de la pintura “El abrazo de amor”, el amor de Frida por Diego fue tenaz. No obstante, el matrimonio no protegió a Frida de los sufrimientos y padecimientos que caracterizaron su juventud, cuando un horrible accidente en autobús dejó su cuerpo fracturado y debilitado por prácticamente el resto de su adultez. Sin embargo, la actitud mujeriega de Diego llegó al colmo cuando éste se relacionó con la propia hermana menor de Frida, Cristina, lo que contribuyó a aumentar su dolor.

“Yo sufrí dos accidentes graves en mi vida”, dijo una vez Frida, “uno en el que un autobús me tumbó al suelo, y el otro accidente es Diego”. Como artistas, la pareja era muy productiva. Cada uno consideraba al otro como el mejor pintor y pintora de México, por ejemplo Frida se refería a Diego como el “arquitecto de la vida”, además cada uno asumía con un profundo orgullo la creación del otro, a pesar de haber sido drásticamente diferentes en estilo y forma.

Por un lado se observaba a Diego montado en un andamio y a la intemperie, así pasaba horas

trabajando en un mural día tras día, él amaba obsesivamente pintar, tanto como Frida lo amaba a él, entregando inmensos murales públicos sobre temas políticos; Frida, en cambio, estaba la mayor parte de su tiempo inmovilizada con un corsé y acostada en la cama o confinada a un cuarto de hospital, ya sea porque se estuviera sometiendo a una cirugía o recuperándose de alguna, por ello Frida se alternaba intensamente entre la languidez y pintando obra personal.

Cerca de una tercera parte de la obra de Frida (55 pinturas), está compuesta de autorretratos. En algunos, su rostro, como una máscara, refleja una mirada fija e impasible, en otros se observa una gráfica y detallada representación de sus órganos internos nos revelan el estado de su mente. Ella era capaz de, en una sola imagen, revelarnos y revelarse lo más indigno de una traición, así como también el dolor de un aborto.

Es por esta razón que Diego Rivera siendo un artista del realismo socialista, se fue una vez en lágrimas de orgullo cuando Picasso expresó su admiración en los ojos de un autorretrato de Frida. Por ello, Diego llegó a escribir una entusiasta carta de recomendación para una exposición de la obra de Frida: “Yo la recomiendo, no como esposo sino, como un entusiasta admirador de su trabajo, ácido y tierno, duro como el hierro y delicado y fino como el ala de una mariposa, adorable como una hermosa sonrisa, profundo y cruel como lo más implacable de la vida”.





El trabajo de Frida, algunas veces fantástico, otras, sangriento, ha sido definido como surrealista, al respecto una vez ella comentó que nunca había pensado en que ella era una surrealista “hasta que Andre Bretón vino a México y me lo dijo”. (“El trabajo de Frida Kahlo es la mecha de una bomba” escribió de admiración Bretón). Sin embargo, Frida evadía todo tipo de etiquetas, Diego por su parte, la definía como realista. “No sé si mis pinturas son o no surrealistas pero, lo que sí estoy segura es que son la expresión más franca de mi ser”, Frida escribió una vez. Como mis temas han sido siempre mis sensaciones, mis estados de ánimo y las reacciones profundas que la vida ha producido en mí, yo lo he llevado objetivamente y plasmado en las figuras que hago

de mi misma, que es lo más sincero y real que he podido hacer para expresar lo que yo he sentido dentro y fuera de mí misma”.

La obra de Frida es un desafío a cualquier definición absoluta, porque se presta más a una descripción que a una interpretación, y es que está pintora mexicana se alternaba entre la esperanza y la desesperación. Por ejemplo, le encantaba bailar, coquetear y seducir, sin embargo, a veces se sentía miserablemente sola y rogaba a sus amigos y amantes que la visitaran o que no la “olvidaran”. Poseía un agudo sentido del humor, usualmente un marcado humor negro al igual que, una disposición muy aguda a la inventiva y la metáfora.

Pero si algo se debe recordar de Frida, es que siempre se esmeró por mantener un hogar para Diego y amaba preocuparse por él, prepararle comida y bañarlo, pero también le encantaba rodearse de mascotas exóticas como monos araña y perros; adoraba a los niños, los que siempre trataba como iguales.

Frida gustaba de los chismes, chistes subidos de tono y los sin sentidos en cambio, aborrecía la pretensión. Trataba a los sirvientes como a su propia familia y a los estudiantes como colegas muy estimados. Frida Kahlo era la personificación de la alegría, un anhelo por la vida. Valoraba la honestidad, especialmente la propia.

Cuando Frida Kahlo muere a los 47 años de edad, el 13 de Julio de 1954, dejó una serie de pinturas que corresponden a la representación de su evolución como persona, al igual que, una serie de emotivas cartas a amantes y amigos junto a un colorido y cándido diario.

Todo esto es una irrefutable evidencia de que su vida no fue nada menos que una búsqueda por ser honesta consigo misma, dando pinceladas de una fértil galería que hace entender a la sociedad, que primero se debe ser honesto con uno mismo, conocerse y representarte a sí mismo como lo que realmente somos. ✨





# Espagueti a la Boloñesa

Por Tania Guzmán

Una de las mejores formas para seguir consintiendo a las reinas del hogar, es cocinarles un rico platillo, que mejor que espagueti a la Boloñesa. Ahora sí, alista tus delantal, tus herramientas de cocina y prepárate para sorprender a nuestra querida mamá.

Como dato curioso, la salsa boloñesa se prepara por primera vez en el año 1487 con el formato de pasta con el que todo italiano la conoce: la tagliatella. Cuenta la leyenda que un famoso cocinero de la época, Mastro Zafirano, inventó la tagliatella justo para celebrar el matrimonio de Lucrezia D' Este con el Duque de Ferrara. Parece ser que la salsa empleada para aliñar esta pasta innovadora fue

propriadamente el ragú boloñés y que, en el banquete de la boda, todo el mundo quedó encantado por el plato exquisito, "le tagliatelle alla bolognese". Desde entonces la salsa es de suma importancia en las mesas de todo italiano e italiana.

Lo extraño es, que en el resto del mundo reconoce a la salsa boloñesa como salsa ideal para espagueti. Inclusive existen versiones de este plato listo para comer ¡enlatado!, mientras los spaghetti alla bolognese (espagueti a la boloñesa) no existen en la tradición italiana, sería una especie de sacrilegio mortal. Curioso ¿No?, pero como todo buen mexicano nos gusta reinventar para crear nuevos sabores. Así que no se diga más y manos a la obra.

## Ingredientes

500grs de espagueti  
1 cebolla  
4 zanahorias  
2 dientes de ajo  
Tomates rojos grandes  
1 cucharadita de azúcar  
½ cucharada de comino en polvo  
½ cucharadita de nuez moscada  
1 cucharadita de pimentón  
1 cucharadita de cilantro  
Queso rallado o parmesano  
Sal y pimienta  
Aceite el necesario



## Preparación

Picamos finamente la cebolla y las zanahorias. Ponemos en una cacerola o sartén grande unas 2 cucharaditas de aceite y freímos la cebolla y las zanahorias hasta que la cebolla se ponga transparente. Añadimos los 2 dientes de ajo, picados finamente y dejamos freír 1 minuto más.

Echamos la carne picada en la cacerola o sartén y la vamos dividiendo en trozos con una cuchara de madera, mientras lo dejamos freír unos 3 minutos más. Le añadimos el tomate, el azúcar y las especias que tengamos y nos gusten, en este caso le hemos añadido comino, nuez moscada, pimentón y cilantro en polvo, pero puedes omitir alguna si no te gusta. Lo mezclamos todo bien y revolvemos.

Añadimos el caldo de ternera o agua, removemos bien, bajamos el fuego, lo cubrimos y dejamos cocer a fuego lento durante 25-30 minutos, tapado. Mientras tanto, ponemos agua a hervir en otro recipiente, le añadimos un poco de sal y cocemos los espaguetis según las indicaciones. Cuando estén al dente, pasamos los espaguetis por un colador y reservamos un poco del agua de cocción. Añadimos los espaguetis a la salsa boloñesa y removemos bien. Si la salsa está muy espesa, podemos añadir el agua de cocción que hemos reservado.

Añadimos sal y pimienta al gusto, removemos bien y servimos bien caliente, añadiéndole un poco de queso rallado al gusto. ☺

¡Buen apetito!



# Tarta de queso y fresas

Por Tania Guzmán

Para continuar consintiendo a nuestra mamá, una rica tarta de queso, les va a sorprender lo fácil y rápida que es hacerla sin necesidad de usar el horno, así que anímate a prepararla.

## Ingredientes

### Para la base

150 g de galletas María  
70 g de mantequilla

### Para el relleno

200ml de crema o nata fresca  
400 g de leche condensada  
600 g de queso crema  
1 paquete de preparado para flan o en su caso 2 sobres de grenetina previamente hidratada.

### Cobertura

300g de fresa  
1 sobre de grenetina  
1 jugo de un limón  
3 cucharadas de azúcar

## Preparación:

Vamos a comenzar preparando la base de nuestra tarta de galleta. Para ello, trituramos las galletas con ayuda de una licuadora, o metiéndolas dentro de una bolsa y golpeándolas con un rodillo, hasta obtener un polvo de galleta fino. Derretimos la mantequilla y mezclamos con la galleta en polvo (debe quedar como arena mojada).

Cubrimos la base de un molde desmontable de 20 a 24 cm con papel de hornear, distribuimos encima la masa de galleta, presionando bien, e introducimos en el congelador mientras preparamos el relleno de nuestra tarta de queso. Si lo deseas puedes agregar dos cucharaditas de canela en polvo a las galletas

A continuación preparamos el relleno de crema de queso. Ponemos todos los ingredientes en un cazo al fuego (fuego lento), removemos con energía hasta que se haya disuelto el sobre de flan y no haya grumos, subimos el fuego y seguimos

removiendo sin parar hasta que hierva (puede tardar unos 10 minutos). Retiramos del fuego, y vertemos la crema de queso sobre la base de galleta que teníamos preparada. Llevamos al refrigerador por un par de horas o bien lo dejamos reposar una noche para la mañana siguiente.

Por último, vamos a preparar la salsa de fresas. Hidratamos el sobre de gelatina en un vaso de agua fría durante 5 minutos, y en una olla aparte, calentamos las fresas lavadas con el zumo de limón y el azúcar, y removemos constantemente, triturando al mismo tiempo las frambuesas.

Cuando la salsa de fresa esté bien caliente, y triturada a nuestro gusto, incorporamos la gelatina a esta mezcla, removiendo hasta que se disuelva totalmente.

Distribuimos la salsa de frambuesa sobre la tarta y lo dejamos reposar de nuevo en la nevera hasta que vayamos a consumirla. (si no vamos a usar gelatina, basta con triturar las fresas, el azúcar y el zumo de limón y verter por encima)







## Razones para amar a nuestra Madre

Por Tania Guzmán

Como todos los años, hay un día especial en el calendario que nos recuerda el tan conmemorativo 10 de mayo o como muchos lo conocemos "Día de las Madres", fecha en la cual nos recuerda a esa mujer que en los 365 días del año muestra dedicación, amor, entrega hacia sus hijos, a esa mujer que madruga todos los días para preparar el desayuno, mantiene el hogar ordenado, alegre; preocupándose por saber que platillos preparar para la comida o merienda y por si fuera poco está pendiente de lo que le sucede a cada uno de sus hijos.

Ella es simplemente un ser especial, que conoce todo de ti, sedeándose siempre lo mejor para tu bienestar, está dispuesta a tomarte de la mano para guiarte en el camino de la vida, sin importar los sacrificios que tenga que hacer para que siempre te encuentres bien, porque su único

objetivo es que seas feliz. Cuando pensamos en nuestra mamá, lo primero que se nos viene a la mente es a la mujer que nos dio la vida, que nos resguardo del mundo durante nueve largos meses mientras nos desarrollábamos y crecíamos.

Cuando por fin nacimos, nos cuidó día y noche, nos abrigó en época de frío, cuando enfermábamos se mantuvo a nuestro lado esperando que mejorásemos, tal vez no sabía que nos pasaba pero con los consejos de la abuela pudo comprender que era lo que nos hacía daño o nos lastimaba cuando aun éramos indefensos.

El amor de una madre es incondicional, es lo único del mundo que nadie puede comprar ni comparar. Es por eso que en Armonía nombraremos alguna de las razones por las que debemos amar a nuestra madre todos los días y no solo una vez al año.



### Amor desde el comienzo:

El primer sentimiento que tuvo nuestra madre fue tal vez sorpresa, al enterarse que pronto traería un bebe al mundo, con el paso de los días se fue enamorando de esa personita que crecía en su vientre y que aún no conocía. Se preocupó por alimentarse muy bien para que creyéramos sanamente, dejó de hacer algunas cosas que pusieran en riesgo nuestra existencia y después de nueve largos meses y gracias a cada uno de esos pequeños cuidados pudo tenernos entre sus brazos.

### Sacrificio:

Considero que la mayoría de las madres, siempre esconderán esos momentos en los que desean comprar algo para ellas mismas y que siempre optaran por comprar aquello que necesitamos, pero su sacrificio no solo se limita a comprar, sino también en tiempo y alimento.

Cuantas veces nuestra madre dijo estar satisfecha solo para darnos una ración más, o cuantas veces no asistió a algún evento familiar solo por irnos a ver en los festivales de la escuela. Pero aun así, nunca reprochara nada ni nos hará sentir culpables por eso.





### Es la mejor enfermera

Una madre jamás te dañara porque eres lo más importante en su vida. También es la única persona que dejara cualquier cosa cada vez que estés enfermo, tratara de consentirte para que te sientas mejor aunque solo se trate de un resfriado. Ella siempre sabrá cuando estés mal por alguna situación aunque tú le digas que no pasa nada.

### Amiga incondicional

Cuando le abrimos el corazón a nuestra madre y le permitimos acercarse a nosotros, ella puede ser la mejor amiga que podremos tener, la más fiel e incondicional, porque sabremos que jamás hablara a nuestras espaldas y será la única persona que estará contigo cuando todos los demás se hayan alejado.

### Da los mejores abrazos

Cuando todo sale mal o cuando sentimos que el mundo está en nuestra contra, nuestra madre siempre estará con los brazos abiertos para darnos un fuerte abrazo, un beso y diciendo que todo saldrá mucho mejor. Nunca subestimes los abrazos de una madre. Ella puede curar las heridas más profundas y secar nuestras lágrimas cuando parecen no poder parar.



### Siempre tiene las palabras adecuadas

Aun cuando amigos y compañeros no sepan cómo darnos ánimos, nuestra madre siempre tendrá las mejores palabras y consejos que podamos recibir, aunque algunas no sean precisamente las que queramos escuchar, pero aun así sabe cómo sacarnos una sonrisa.

### Sabe que es lo mejor para ti

Nuestra madre siempre querrá lo mejor para nosotros así que nunca dudemos en preguntarle que hacer cuando tengamos uno que otro problema, simplemente porque no hay otra persona en el mundo que este más interesada que en nuestro bienestar.

A veces, no nos damos cuenta de los pequeños grandes detalles que nos regala nuestra madre todos los días, simplemente porque vivimos en nuestro propio mundo sin pensar un poquito en aquella persona que tenemos cerca y menos valoramos es la que más necesitamos. Es por eso que te invito a que agradezcas a tu mamá todos los días, no es necesario que le compres el mejor de los regalos, o que la lledes a los mejores restaurantes, simplemente los pequeños gestos son los que realmente valen. Un día de la nada de repente solo abraza a tu mamá, dale un enorme beso, cocínale algo rico, o simplemente ve junto a ella el programa que más le gusta, veras que ese pequeño gesto la alegrara. ☀





## Maceteros con pinzas

Por Tania Guzmán

**E**n fechas tan especiales como el día de las madres, siempre buscamos los mejores regalos que pudiesen gustarle a nuestra mamá, pero no nos damos cuenta que podemos crear un detalle tan lindo con pocos materiales y que sin duda nuestra madre apreciará por el simple hecho de haberlo elaborado con nuestras propias manos. Por eso en ¿qué hago hoy? Les presentamos un pequeño macetero con pinzas.

Para este original macetero necesitaremos una lata vacía, esta será el cuerpo de nuestro macetero, así que intentad que tenga un tamaño adecuado para plantar o trasplantar una planta dentro. También necesitaremos pintura en aerosol, un spray que podremos conseguir en cualquier tienda de pinturas. Para el resto de la decoración emplearemos pinzas de madera para ropa y cartulina de colores. Pero además, será completamente necesario contar con una planta.



Cortamos la lata por la mitad, aunque dependiendo de la planta quizá entera (si no es una lata muy alta) quede bien.

Deberemos pintarla con el espray. Es la parte más divertida, pero también la más sucia. Por tanto, será mejor que nos cerciemos de tapar bien la superficie en la que vamos a rociar toda la pintura encima de nuestra lata.

Podemos dejar la parte interior sin pintar, no se notará mucho, y si se ve, realmente no quedará mal. Ahora tan sólo será cuestión de dejar secar esta pintura durante un par de horas.

Es momento de coger las pinzas de ropa, e ir colocándolas en la circunferencia superior de nuestro improvisado macetero. Vamos a pegarlas mucho las unas a las otras, para que no queden espacios. Si el espacio de la lata es para meter otra maceta más pequeña podremos hacerlo ahora. Si por el contrario, hemos preferido trasplantar completamente la planta quizá sea mejor hacerlo antes del paso anterior, aunque las pinchas queden clavadas en la tierra.

Una vez finalizado este paso pasaremos a decorarla con algún que otro corazón de cartulina, para recordar que este regalo está hecho con todo nuestro cariño.







## Mamá

Por Emilio Iglesias

Perdóname por no venir antes a verte, yo pensaba que era más importante mi trabajo, mi familia, mis diversiones y mi vida.

Perdóname por olvidarme de tus cuidados, de tus desvelos por mi culpa, de tus consejos, de tu dedicación hacía mí, de tus preocupaciones cuando llagaba tarde a casa, de tus sacrificios, de tanto trabajo como lavar, planchar, hacer la limpieza de la casa, de hacer comida puntual los 365 días de año y lejos de recibir gratitud o alguna recompensa, sólo recibías reproches, pero tu seguías ahí como siempre, brindando amor.

Perdóname por creer que como adulto no iba necesitar de ti, pero ahora me doy cuenta que es todo lo contrario, que me haces falta mamá.

Perdóname por traerte este ramo de rosas y decirte que te amo y mucho mamá aquí donde estas descansando en paz, en tu ataúd.

Porque siempre tenemos perder algo para valóralo, mama es lo valioso que tenemos en la vida, no esperes hasta el ultimo momento para decirle y demostrarle tu amor y gratitud



## Amor Visceral

La remisión de tus sentimientos no la busques en tus antidepressivos menos te refugies en mi brutalidad sé que odias mi salvaje fogosidad esa que te carcome por las noches en soledades tortuosas te devora te interna en pasiones arrolladoras donde caes en el fuego del abismo desgarras adrede hasta mi espíritu arrastrándote agónica por la cornisa parasitando mi amor que te canibaliza viviendo en plenitud este amor visceral.

#EURIDICE\_CANOVA



## Quieres amor o quieres mi dolor?

¿Quieres amor o quieres mi dolor? Tengo ambas cosas para entregarte hasta los sentimientos más oscuros que te harán vibrar, temer, desear sentir hambre del deseo y del poder. ¿Quieres amor o quieres mi dolor?

Decídate porque iré a buscarte aun siento la posesión en tu piel el hambre de sentirte hasta morir fundiéndome en ti hasta enloquecer. No me pidas cordura, ni compasión carezco por desgracia de ese don solo tengo para darte este amor que te llevará al éxtasis del placer.

Dime qué quieres de mi mujer sabes que me estas enloqueciendo como el veneno más exquisito me hundo en la agonía de tu infierno.

#EURIDICE\_CANOVA



