

REVISTA 360°

Instrucciones para vivir en Puebla

Agosto 2026 • Año 18 • Número 195 • www.revista360grados.mx • 35 pesos

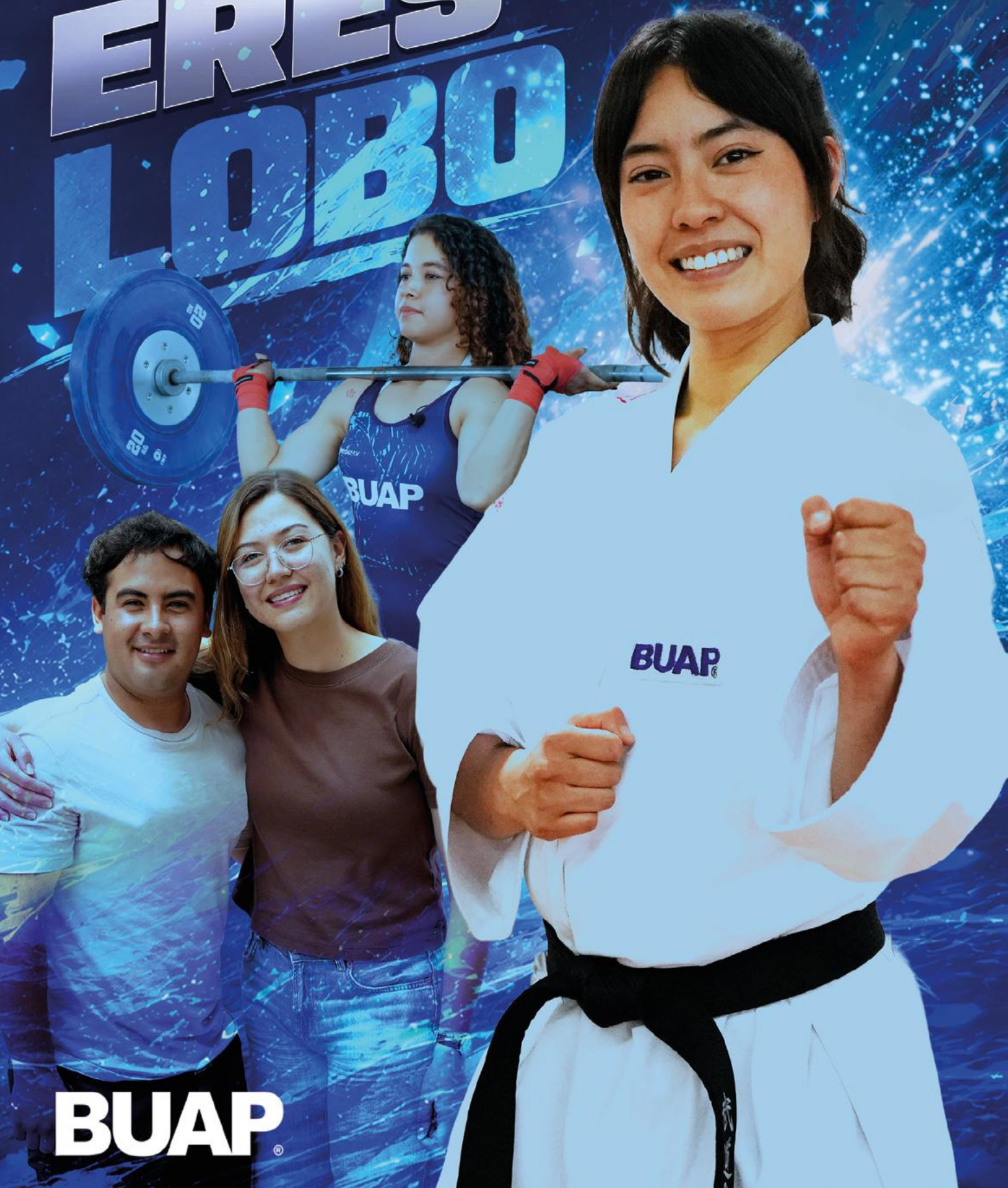


MANTENER ENCENDIDO EL FUEGO

un viaje al corazón del desierto

YA ERES LOBO

@BUAPOficial



BUAP

¿Ya nos sigues en **redes sociales?**

 @revista360

 Revista360° Instrucciones para vivir en Puebla

 @revista360grados

REVISTA
360°
Instrucciones para vivir en Puebla

www.revista360grados.com.mx

Directorio

Zeus Munive Rivera
Director General

Liliana García Amaral
Coordinadora administrativa

Rosaura Francisco
Coordinadora web

La Aldea. Edición y Diseño
Edición, corrección y diseño editorial

www.revista360grados.com.mx

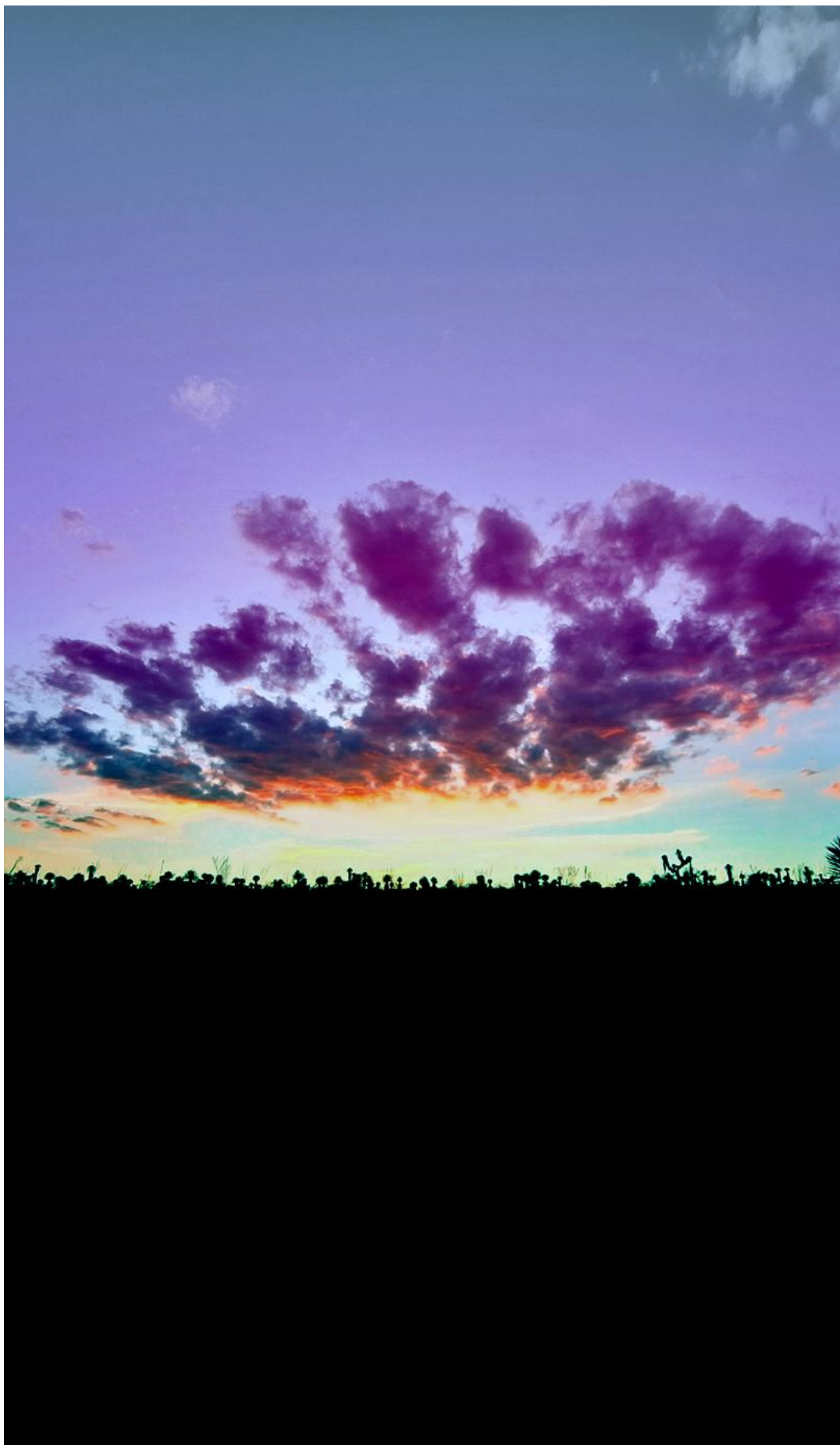
Revista 360° Instrucciones para vivir en Puebla; agosto 2026, número 195. Revista de publicación mensual. Editor responsable: Zeus Munive Rivera. Reserva de Derechos al Uso Exclusivo No. 04-2012-091814274100-102 otorgado por el Instituto Nacional del Derecho de Autor. Número del Certificado de Licitud de Título y Contenido 17547. Domicilio de la Publicación: Calle 39 Poniente número 3515 P5 01 colonia Las Ánimas Puebla, Puebla C.P. 72400. Teléfono: 22 29 91 97 06. Impresa por Píxel Digital y/o Jesús Norberto Diego Torres, Calle L 22-2 Parque Industrial 2000, C.P. 72225 Puebla, Puebla. Distribuidor: Zeus Munive Rivera, Avenida Juárez Número 2925 Despacho 304 Torres JV Juárez Colonia La Paz, Puebla, Puebla C.P. 72160. Esta publicación se encuentra inscrita en el Padrón Nacional de Medios Impresos que depende de la Secretaría de Gobernación Federal. Revista 360° Instrucciones para vivir en Puebla es una marca registrada. Este ejemplar se terminó de imprimir el 5 de agosto de 2026, con un tiraje de 10 mil ejemplares. Las opiniones expresadas en la revista por los autores o columnistas no reflejan la postura del editor. Los listados y demás datos comerciales son solo de carácter informativo y el editor no asume ninguna responsabilidad respecto de la calidad, confiabilidad, veracidad o cualquiera otra característica de los productos o servicios anunciados. Todos los derechos reservados © 2026. Queda estrictamente prohibida la reproducción de los contenidos sin previa autorización del editor. Para quejas, sugerencias, comentarios y felicitaciones:

📧 @revista360

📘 Revista360° Instrucciones para vivir en Puebla

📷 @revista360grados

✉️ revista360grados@gmail.com





04

El reverso
de la corrección moral

NO FICCIÓN



18

Los mejores parques
para ejercitarte

GUÍA



08

Mantener encendido
el fuego

CRÓNICA



22

Comenzar
a leer

NO FICCIÓN



El reverso de la corrección moral

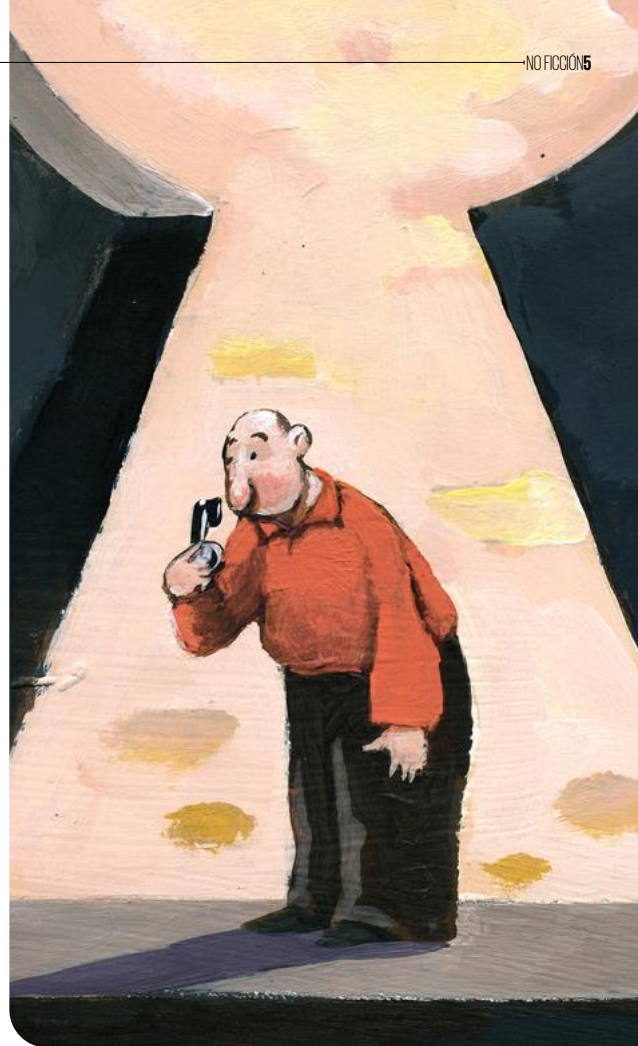
Por Julieta Lomelí

1

La convivencia con los demás no siempre es fácil. Cada uno de nosotros es un complejo rompecabezas que el otro intenta armar a su manera —algunos con mayor dedicación que otros—, tratando de no forzar las piezas que va armando sobre nuestra personalidad, creencias y deseos. No sé si en el pasado resultaba para todos menos complejo no romper las piezas ajenas, o tratar de forcejearlas para que encajaran a nuestros propios valores, pero lo que sí sabemos es que en la actualidad cada vez es más difícil construirnos un mapa general del otro, para así no caer en riesgo de transgredir su identidad o violentarlo con nuestros credos. El abanico moral, aunque en apariencia parece abrirse, no sé si en la práctica la tolerancia a los diferentes modos de pensar y existir sea realmente tan amplia como creemos. Y si bien podríamos pensar en esa época, que ni siquiera podríamos llamar ya posmoderna —como alguna vez la trató de nombrar el intelectualismo francés de los setenta—, que fragmenta en millones no solo los espacios que habitamos, o la exacerbada información que recibimos gracias al universo digital, sino que hemos perdido por completo cualquier punto de referencia ético, la brújula ha enloquecido y se ha dejado guiar —simultánea y contradictoriamente— hacia lo que se podrían llamar modas morales —que no necesariamente son éticas—, y hacia la universalización —vaya paradoja— de afirmar sobre todas las cosas y sobre los demás, la libertad de cada una de esas complejísimas individualidades que somos cada uno de nosotros.

2

Ninguna regla más infalible para romper con la comunidad y construir una convivencia demasiado enrarecida, densa y de reglas tan artificiales, como esa aceptación automática de lo que deba ser políticamente correcto —moda moral— en un momento, pero al mismo tiempo, creyendo que toda individualidad es muy libre de creer y ser como quiera, en un mundo con millones de caminos, pero demasiado frágiles como para poder asegurar una convivencia sólida con los demás, o que al querer ayudarlo a armar las piezas de su propio rompecabezas, no corramos el peligro de romperlas. De la misma manera, esa multiplicidad de formas de ser no asegura, en absoluto, una existencia auténtica, única y especial, y mucho menos si vemos al mismo tiempo a un montón de individualidades alienadas a la corrección política, indignadas por lo que se deben indignar, y morando eso que una vez Heidegger llamó el mundo de la “publicidad”. La alienación a dicho mundo implica aceptar sin mayor reflexión —aunque sí quizá con cierto miedo a ser linchado en caso de no hacerlo—, una serie de prácticas sostenidas en una moral concentrada en la corrección política, en lo que ahorita se muestra como lo deseable, pero que de un momento a otro podría volverse completamente injustificable. Dentro de estas prácticas se encuentra la corrección del humor, lo cual no implica que se defienda un humor alejado de la coyuntura o que cumpla a veces fines mediáticos. La corrección política también es ultraconservadora, y tiende a querer exponer como buenos una serie de estereotipos y formas de vida frente a otros que ya no aceptaría como socialmente funcionales, y esto también sucede a pesar de la apertura a múltiples valores, que esta “no-posmodernidad” delinea en nuestras vidas.



3

Si, entonces, todo se está volviendo más frágil que en el pasado, al ver fragmentada nuestra concepción de lo bueno y malo de maneras inimaginables: una concepción que a veces se legitima en lo mediático, otras veces en lo ético, y algunas veces más en limitaciones meramente subjetivas, no podremos llegar así a una convivencia que avanza hacia la tolerancia o hacia algún tipo de consenso intersubjetivo y debidamente meditado de lo que realmente habrá de ser o no tolerado. De tal manera, a veces se abusa de juzgar al pasado con los ojos del presente, cerrando así cualquier intento de diálogo y aprendizaje con la memoria. Apostándole a la aniquilación total del pasado que ha sido condenable ante la mirada del presente, no hay ningún matiz que se pueda rescatar en dicho olvido. Esta moral correctiva parece ser un mero accesorio de reglas de buena conducta que solo pretenden rellenar el presente, ser aprendidas en el instante, para lanzarnos a un futuro que estará mediado por la neutralidad, por el no compromiso con una moral que debió construirse, confrontarse con los demás, y ser asumida individual y colectivamente, y no más bien ser impuesto a lo colectivo y asumida instantáneamente por el individuo de un momento a otro.

4

Si las conductas humanas se delinearán actualmente desde la tendencia de no hacer muchas olas en lo que debe ser siempre un mar sereno, en guardarse cualquier comentario, aunque sea una broma, que pueda ser demasiado polémico para los demás, entonces hemos llegado al fin a la tan codiciada *llanura de la inteligencia*, a un suelo liso en el cual todo está en orden, a la uniformización deseada por todo régimen opresor, sin la necesidad de haber ni siquiera tenido que esforzarse en crear un aparato ideológico, con sus determinados castigos para adherir a los más rebeldes. No, la corrección política ha llegado sin mucho esfuerzo, ha sido acogida sin ningún problema, divulgada por el monstruoso mundillo de las comedias en episodios, de las plataformas de series y películas, y del algoritmo represor, pero por ello casi invisible, de cada una de las redes sociales. No hay forma de salirse del margen, porque resulta imposible imaginar que en un mundo “superlibre” exista un margen, porque el único margen es la buena calificación legitimada por un *like* en redes sociales, por los comentarios optimistas de nuestros contactos y, por supuesto, los puntos que nos dicen cómo vamos en nuestras aplicaciones del celular. Esta corrección política también nos hace pensarnos dentro de esa dinámica de objetos regida por la dictadura digital que nos vuelve deseables o no a ojos de otros, que nos puede negar o abrir la puerta a determinado puesto laboral, que nos puede volver grandes amantes o unos completos fracasados en el amor divulgado por una denuncia anónima en algún rincón de internet. La dictadura digital legitima, y a veces sin una cara propia, nuestro valor como personas y como productos de ella misma. Nos colocamos así en el aparador del mundo, tal como si fuéramos objetos vendibles y que se encarecen si siguen al pie de la letra todas las reglas de control de calidad. Así vamos por la vida firmando muchas causas en Change.org aunque ni siquiera hayamos leído de qué van. También nos indignamos por la mala conducta de un individuo solo porque, sin más, a quien se asume como débil se le debe siempre creer, aunque ni siquiera conozcamos ni nos interese el argumento de quien ha sido sentenciado. Asumimos lo que debe ser asumido y transitamos por el mundo enjuiciando lo que deba ser enjuiciado, siguiendo al pie de la letra las instrucciones de ese gran yugo moral de la corrección política, para entonces encajar con las demandas ajenas, y de paso ofrecer las garantías mínimas que la época nos demande. Mientras el otro va por ahí poniendo y viendo nuestra calificación moral en esa gran red a la que le vendimos hasta nuestra última anécdota íntima y hasta nuestra más secreta convicción, con tal de tener seguidores, de tener cinco estrellas, y de volvernos la reseña positiva, tan banal y genérica como las que leemos al comprar un nuevo aparato electrodoméstico.

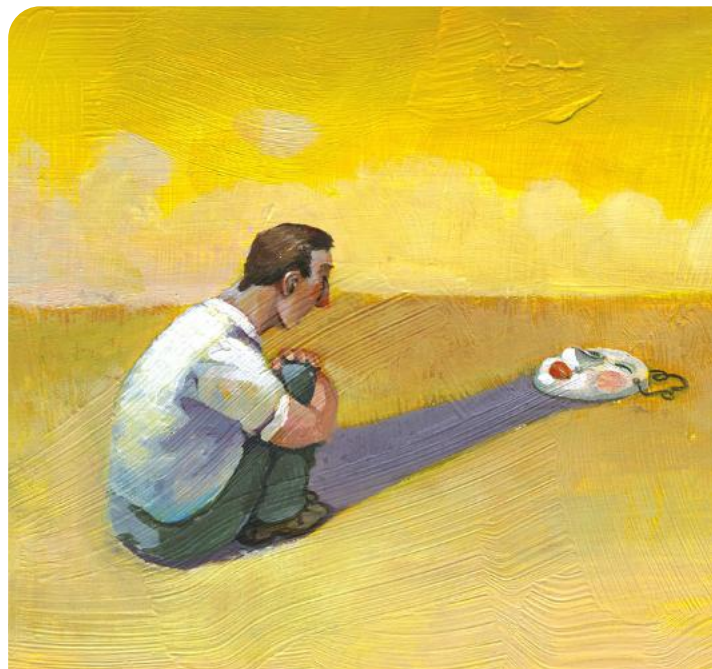
5

Escribía Heidegger en el siglo pasado, quizá haciendo eco decoroso de lo que vendría, que

“Gozamos y nos divertimos como se goza: leemos, vemos y juzgamos sobre literatura y arte como se ve y se juzga; pero también nos apartamos del montón como se debe hacer; encontramos irritante lo que se debe encontrar irritante. El uno, que no es nadie determinado y que son todos, prescribe el modo de ser de la cotidianidad.”

Yo escribiría actualmente que en realidad prohibimos y reprimimos lo que otros reprimen, censuramos series y películas de hace décadas que han sido juzgadas con los ojos del presente. Pensamos como todos hacen, y ni siquiera reparamos un momento en la hipersexualización de los niños divulgada una y otra vez en las redes sociales. Porque resulta más urgente prohibir las películas sexistas de princesas de hace más de tres décadas, o borrar al elefante gordo y oscuro de una caja de cereal, que ponerse a meditar en serio sobre los vídeos de niños y niñas que andan rondando por toda la red, de esos que, por cierto, podrían ser nuestros hijos. Ponemos demasiada atención a los ojos poscolonializados de Pocahontas, mientras los niños se exhiben o son exhibidos de maneras riesgosas en redes sociales, volviéndose la carnada perfecta para los pederastas y la trata de personas.

Pero como soy escéptica, también socrática, y políticamente correcta, no sé qué tan de cierto sea pensar que seguimos peleándonos por lo contingente, preocupándonos por lo mediático, para distraernos de lo importante. 560





La aldea

Edición • Diseño



Mantener encendido el fuego

Por Marco Menéndez

En el desierto de Wirikuta, donde el paisaje parece extenderse hasta borrar las fronteras entre la tierra y el cielo, un viaje en busca del peyote termina convirtiéndose en una búsqueda mucho más íntima. Entre rituales, caminos interminables, noches bajo la Vía Láctea y encuentros con hombres que han hecho de aquel territorio su casa, un viajero se interna en el altiplano potosino cargando una historia de tristeza, soledad y años de lucha consigo mismo. Lo que encuentra allí no es una respuesta definitiva, sino la posibilidad de mirar de otro modo aquello que llevaba tanto tiempo intentando dejar atrás. Una crónica sobre el desierto, la búsqueda y ese difícil momento en que, después de haberse perdido, uno empieza a encontrar el camino de regreso.

S alimos a las cinco de la mañana de la terminal de autobuses de Puebla hacia San Juan del Río, Querétaro. No tenía idea de qué llevar, del tipo de ropa, de los utensilios, de las herramientas, o siquiera qué esperar del desierto. En mi vida había viajado poco y, por lo general, mis experiencias se resumen a traslados cómodos a otras ciudades con hoteles y espacios predecibles, viajes en los que bastan unos tenis, una chamarra o un traje de baño, y un cambio de calzones y calcetines.

Uno imagina al desierto como en las películas: dunas infinitas, arena hasta donde alcanza la vista y oasis milagrosos que aparecen entre las montañas. Pero Wirikuta era otra cosa.

Sinuhé —un tipo alto, delgado y de barba que lucía muy bien preparado para el viaje— nos recogió en Querétaro. El techo de su auto sostenía una canastilla que albergaba su casa de campaña y una maleta, y ahí colocamos nuestro equipaje. Portaba lentes contra rayos ultravioleta, un atuendo de colores claros para resistir el calor y un sombrero de ala ancha tipo cazador.

René, quien me animó a realizar el viaje, era más casual. Sus huaraches y un sombrero wixárika, su tambor y su casa de campaña lo evidenciaban como conocedor del terreno. Además, pude notar que su mente estaba fija en la ceremonia que nos esperaba.

La carretera federal hacia San Luis Potosí es una recta casi interminable, llena de camiones de carga y palmeras incrustadas a lo largo del camellón. Viajábamos a no más de ciento veinte kilómetros por hora, mientras yo admiraba el paisaje y les contaba algunas de las razones por las que sentía que necesitaba llegar a aquel lugar.

Por mi mente cruzaban ideas y reclamos. Pensaba que quizá no había hecho bien la dieta, que había fumado marihuana cuatro días antes y que muy probablemente me quedaría en el viaje por no haberme desintoxicado con suficiente anticipación. Semanas atrás, la psiquiatra me había tranquilizado: no veía indicios para tener miedo. Aún así, yo imaginaba toda clase de cosas: cómo sería, qué vería, qué ocurriría dentro de mí, o qué revelación sería capaz de resolver todos mis problemas.

El viaje a la entrada del desierto duró nueve horas y media, pero en varias ocasiones nos detuvimos a comer, orinar, comprar víveres y leña. Ingenuamente, yo quería comprar cosas para seguir mi alimentación habitual, con alta ingesta de proteína y carbohidratos. No podía predecir que al día siguiente pasaría buena parte del tiempo alimentándome de un cactus.

Sinuhé manejaba sin mostrar cansancio. Emprendía cada tramo y cada parada como si se tratara de un servicio, no como quien hace un favor, sino con la voluntad férrea de quien vive sus actos como destino.

Atravesamos varios pueblos de una sola calle. Lucían abandonados, con fantasmas por pobladores. Paredes que no se habían pintado en años; puertas abiertas que crujían por el óxido; ladrillo y adobe derruidos. Si acaso había vida, esta se percibía al entrar a los comercios donde compramos agua, fruta o pan. Algún corrido salía de las bocinas y los cantos eran las únicas voces del pueblo, ecos de una algarabía antigua.



Sobre el camino, una entrada de tierra al lado de una casa conducía al sendero que llevaba al desierto. René y Sinuhé se miraron:

—Es por aquí —dijeron.

A lo lejos se levantaban cerros cubiertos de yucas, manchas de arena y arbustos que se asomaban dispersos por todo el territorio. El mismo paisaje interminable se divisaba de uno y otro lado. Atrás, me dijeron, estaba Real de Catorce, entre dos montañas que reproducían la misma vegetación. El sol anunciaba su ocultamiento y apuramos el paso sobre un camino cada vez más irregular, con hoyos y piedras que golpeaban bajo el auto. Las casas fueron desapareciendo hasta quedar apenas algunas salpicadas sobre las montañas.

Llegamos a una casita de color azul donde unos niños jugaban afuera, y una mujer grande y rubia lavaba ropa bajo la sombra.

—Buenas tardes —dijo René. —¿Está don Luis?

—Sí, ahorita sale —respondió, y pidió a una de las niñas que fuera a avisarle.





Don Luis era conocido como el jefe del desierto. Tallaba palma y creció en aquellos montes. De niño pastoreaba cabras, entre otros trabajos. También cuidaba a las personas que entraban a El Tecolote, una rancharía que se encuentra dentro del territorio sagrado de Wirikuta, y conocía los caminos donde era fácil perderse. Vestía siempre de militar. Ese había sido su sueño desde niño, aunque nunca pudo cumplirlo por un problema en los pies. Conservaba, sin embargo, la casaca verde y los pantalones de camuflaje, una gorra militar y botas negras: recluta honorario de un ejército espiritual.

Una noche, contaba, unos campistas extranjeros lo convencieron de probar el peyote, y volando de regreso a casa en su bicicleta escribió uno de los poemas más bellos que he leído jamás. Aún lo conservo y lo llevo en la cartera:

*Nací en cuna muy humilde y he vivido en la pobreza.
Lo llevo en el corazón y el recuerdo es mi riqueza.
Iba yo por un camino muy oscuro y de pronto encontré una luz,
una luz que me hizo ver y sentir lo que jamás en mi vida
había visto y había sentido.
Esa luz son ustedes, los que han venido al desierto,
que han estado conmigo y que me conocen.
Ustedes me han hecho ver y sentir el amor, el cariño,
la amistad, la alegría y muchas cosas más.
Ustedes son mi consuelo, son mi alegría y los llevo dentro,
muy dentro, siempre de noche y de día.
Y mirando al cielo, una estrella me dijo:
Espera un momento...
Tú vivirás para siempre en el lugar del desierto.
Por eso, cuando yo muera, muchos de ustedes me van a recordar
en este lugar.
Y me gusta estar en las montañas,
donde me azota el viento.
Soy un pobre tallador,
pero jefe del desierto.*

Don Luis salió de su habitación usando un bastón para su cojera, lentes oscuros y una bandana bajo la gorra militar. Nos contó que ya no veía bien y que días antes, al caminar por el terreno pedregoso, tropezó y cayó, golpeándose la cabeza y lastimándose el pie. También llevaba una garrafa de mezcal en la mano.

—Mi combustible —dijo.

Se sentó junto a nosotros en una banca hecha con un tablón de madera recargado sobre unas piedras y le entregamos el mezcal que habíamos llevado desde Puebla. Bebimos juntos. Le contamos que estaríamos por ahí unos días y se disculpó por no poder cuidarnos. Ya no caminaba el desierto de noche, podía volver a caerse y consideraba aquello muy peligroso. Dejamos despensa y dinero para él y su familia, y seguimos nuestro camino.

Recorrimos varias veredas cada vez menos transitables, buscando un árbol de mezquite que René y Sinuhé conocían. Ese lugar sería el indicado para acampar. No sé si dimos con él o es que todos los árboles en ese lugar brotaban de la misma raíz subterránea, hermanos desde lo profundo.



¿A qué iba alguien como yo al desierto más sagrado del mundo, al lugar donde se dice que nació el sol, o donde un ancestro comió el híkuri y advirtió que ya podía ver? ¿Qué habría de mostrármeme que yo, ciego, nunca había percibido?

El sol terminaba de ocultarse. Luego de unos minutos encontramos un círculo ceremonial, un árbol de mezquite y lugar para dejar el auto y levantar las casas de campaña. Bajamos algunas cosas y empezamos a limpiar la zona. Acomodamos las piedras formando un círculo, dejando lugar para el fuego en el centro y espacio para una mesa y dos casas de campaña.

Para entonces ya se hacía necesario usar lámparas, pero no iluminaban más allá de unos pocos metros.

Entonces levanté la cabeza y miré el cielo más estrellado que he visto. Los millones de estrellas salpicaban el manto celeste, unas pequeñas, otras grandes, pero incontables. También podía verse la Vía Láctea encima de nosotros.

Cuando oscureció tomamos la ofrenda y caminamos en línea recta. Separados por unos cuantos metros, avanzamos como un frente en busca del venado. Equipado con la lámpara del celular, vistiendo un pantalón y una camiseta de nylon delgado, y tenis deportivos, las espigas de la planta gobernadora y de las choyas se me clavaban como agujas por todo el cuerpo. Algunas eran capaces de atravesar el calzado desde la suela hasta la planta del pie, mientras que otras lo perforaban por los costados. Cada espina dejaba punzadas ardientes y rasguños. Aprendí que unas pocas hojas de gobernadora mezcladas con saliva y machacadas hasta formar una pasta podían calmar el dolor y desinfectar las heridas.

Miramos atrás de nosotros en medio de la oscuridad y ubicamos el campamento entre una luz artificial encendida a lo lejos, en el cerro del Quemado, y otro cerro

contiguo donde dormía Real de Catorce. Hacia allá debíamos volver. Continuamos la búsqueda, y sin saber cuánto nos habíamos alejado del campamento, dimos con el híkuri. Ahí, bajo una gobernadora, se asomaba pequeño, apenas más grande que una moneda de diez pesos. Nos arrodillamos, abrimos un hoyo a su lado e introducimos nuestra ofrenda: velas con listones de colores, cacao, almendras, monedas, café, maíz y plátano. Dentro de mí, le pedí con todas mis fuerzas que me ayudara.

¿A qué iba alguien como yo al desierto más sagrado del mundo, al lugar donde se dice que nació el sol, o donde un ancestro comió el híkuri y advirtió que ya podía ver? ¿Qué habría de mostrármeme que yo, ciego, nunca había percibido?

Había sido un niño feliz, pero de manera abrupta eso cambió poco después, y empecé a sentirme solo, sin pertenecer a ningún sitio. No era únicamente la incompreensión del mundo que se siente en la adolescencia, sino una herida antigua: la de no saber quién era. Triste, separado, confundido, viví medicado por psiquiatras casi treinta años, adormeciendo algo con drogas, pensando que eso ayudaba a soportar, mas nunca a comprender, integrar, superar.

Cubrimos la ofrenda con arena y cerramos el rezo. Era hora de volver. Al otro día cazaríamos y comeríamos. Por esa noche bastaba con la ofrenda.

Ubicamos el punto entre ambos cerros donde debía estar el campamento y nos dirigimos de regreso. Pero después de caminar, bordear y reconfigurar el andar, nos dimos cuenta de que lo habíamos perdido. Durante un par de horas caminamos primero por la izquierda, luego por



la derecha, y deambulamos intentando encontrar algún destello del auto, un brillo metálico entre las plantas; quizá un sonido de la alarma que nos guiara, o tratando de reconocer una yuca de forma inconfundible o un sendero que nos recordara por dónde. Pero no. Solo zigzagueábamos mientras alumbrábamos con las lámparas, sin hallar rastro del campamento. Las yucas, que antes prefiguraban seres gigantes de formas diferentes, se volvían guardianes idénticos entre sí, columnas que atestiguaban nuestros tropiezos. Acordamos seguir intentando, o de plano, esperar a la salida del sol, cuando su luz pudiera alumbrar y guiarnos.

No podía saber cuánto nos habíamos alejado del campamento, ni si una víbora de cascabel, un alacrán o un coyote saldrían de su escondite. Rodeamos hasta encontrar una verja con alambre de púas, indicador de que nos encontrábamos cerca de los bebederos para los animales. Por suerte dimos con una bajada de agua, un antiguo lecho de un río que bordeaba junto a un sendero. Seguimos por ahí. Dos horas después hallamos el auto y el campamento.

Encendimos el fuego al centro, armamos las casas de campaña y comenzamos a preparar la cena: papas fritas, pan, quesadillas y huevos cocidos. También algo de chocolate caliente. Mantener el fuego encendido toda la noche es un trabajo difícil, pero entre los tres lo hicimos. Conversamos de cosas que no recuerdo del todo: música, rutinas, quizá aquellos temas que queríamos sanar, o la aventura de habernos perdido por dos horas en medio del desierto.

Alrededor de las cuatro de la mañana, Sinuhé se retiró a descansar. René y yo permanecemos despiertos un rato más. Me levanté a las siete, tomé algunas fotos del sol alzándose tras el cerro del Quemado y las envié a Laura, mi compañera, y a Olivia, nuestra hija. A lo lejos escuché a René enviar un audio a su familia, así que decidí hacer lo mismo.



Aún no iniciaba la búsqueda del híkuri y ya podía sentir que el desierto había hecho algo en mí. Cada imagen que cruzaba mi mente, cada idea de lo que representaba el amor en mi vida, cada una de las cosas que había experimentado el día anterior, eran suficiente para ponerme a llorar. Era la bendición de estar vivo, de experimentar la vida y de considerarlo como el más sagrado de los regalos. No había comido un solo gajo, y ese lugar había logrado lo que décadas de terapia y medicamento no habían podido: destapó un llanto que había permanecido oculto por años, pero hecho de lágrimas de un dolor feliz. En los audios a mis padres y mi familia solo podía agradecerles. Una noche antes, frente al fuego, le dije a René y a Sinuhé que solía ser muy malagradecido, a pesar de darme cuenta de mis privilegios. Y creo que lo sigo siendo por momentos.

Después de enviar los mensajes y de calmar mi llanto, dimos inicio a la cacería. Parte del trabajo ese día, mientras buscábamos al venado debajo de la gobernadora, era recolectar leña. Había ramas y troncos secos por el piso y también arbustos que casi arrancábamos de raíz con las manos ya destrozadas. Hacíamos un atado y lo llevábamos al campamento. Al mismo tiempo buscábamos peyote. Había algunos todavía muy pequeños y otros que superaban la circunferencia de una moneda grande. Esos eran los que podíamos comer.

Hallé el primero. Lo corté por debajo, cerca del bulbo. Cubrí lo que quedaba con tierra, regué un poco, di gracias y le ofrendé algunas semillas. Lavé el botón que había cortado. Retiré unas pequeñas protuberancias blancas que suelen ser tóxicas y lo acerqué a mi frente para transmitirle mi intención. Quería dejar mis adicciones, pero más que eso, quería dejar de sentirme triste. Quería dejar de levantarme por las mañanas deseando no haber despertado o irme a dormir deseando no despertar. Quería dejar de ver la vida como un fardo y recuperar mi asombro por ella. Quería aprender a ver y mirar por el corazón.

Lo metí en mi boca. Era un sabor amargo y terroso, cercano al nopal crudo. Bajo el ardiente sol del desierto, me sentí con fuerza para seguir, sin hambre y con una ligera embriaguez. Recorrí diferentes lugares que estaban cerca y encontré otros círculos sagrados donde pudieron haberse realizado más ceremonias. Cerca de un cerro hallamos las vísceras de lo que parecía haber sido un caballo, o la placenta y la sangre de un nacimiento malogrado.

El último híkuri que comí tenía una forma diferente. Sus gajos tenían líneas geométricas tipo romboide y su figura era la de un caparazón. Luego de comerlo empecé a salivar e hice algunos intentos por vomitar, pero no lo logré. Lo que sí sucedió fue que me removió las tripas, así que me dirigí lejos del campamento.

Cuando regresé, René me dijo que yo sería el guardián del fuego. El encargo consistía en mantener vivo el fuego durante la noche hasta el amanecer. Sentados alrededor de las llamas, platicamos de muchas cosas. Es difícil mencionarlas todas, pues con el paso del tiempo he olvidado los detalles. Íbamos de los animales a la música, describía mi vida y narraba algunos hechos: las adicciones, la neurosis, algún intento de suicidio, los golpes que me daba a mí mismo ante la frustración, el medicamento, las peleas, mis paseos por los cementerios, la melancolía, la incompreensión... Todo ello iba armando una autobiografía algo gris, un tejido caótico, con remiendos frágiles, roturas e hilos sueltos deshilachados. Mientras contaba todo esto, el llanto caía, y dentro de mí sentía una voz que me hacía ver que muchos me habían dañado, pero que yo también había dañado a otros. No era una voz autoritaria, sino noble, comprensiva. No la escuchaba: la sentía. Recuerdos que creía olvidados venían a mi memoria, y podía ver, como en una película, cómo rompí el corazón de cuanta persona, animal o planta me había topado por la vida. Esa voz, esa sensación era un relámpago que me partía en dos, provenía del cielo y ahí volvía.

En varias ocasiones, estando alcoholizado, mi mente se nublaba y me daba por lanzar platos y vasos contra la pared. Luego sentía los vidrios pulverizándose bajo mis pies y volvía en mí. Salía del negro sopor arrepentido y con unas tremendas ganas de expiar culpas, de castigarme, así que tomaba piedras del piso y me golpeaba el rostro o la cabeza. Una vez exhausto o cuando el dolor o la inflamación hacían imposible continuar, podía tranquilizarme y dormir. Recordé, también, el día en que murió mi suegro. En la cama del hospital, me pidió que cuidara a una de sus mascotas. A los pocos días de su muerte, malhumorado o frustrado por cualquier cosa, golpeé a la perrita por haberse orinado dentro de casa. También vino a mí la vez que traicioné a mi mejor amigo.

Ahora digo que todo el llanto que he derramado desde entonces hubiera podido llenar de nuevo ese mar que solía ser Wirikuta.

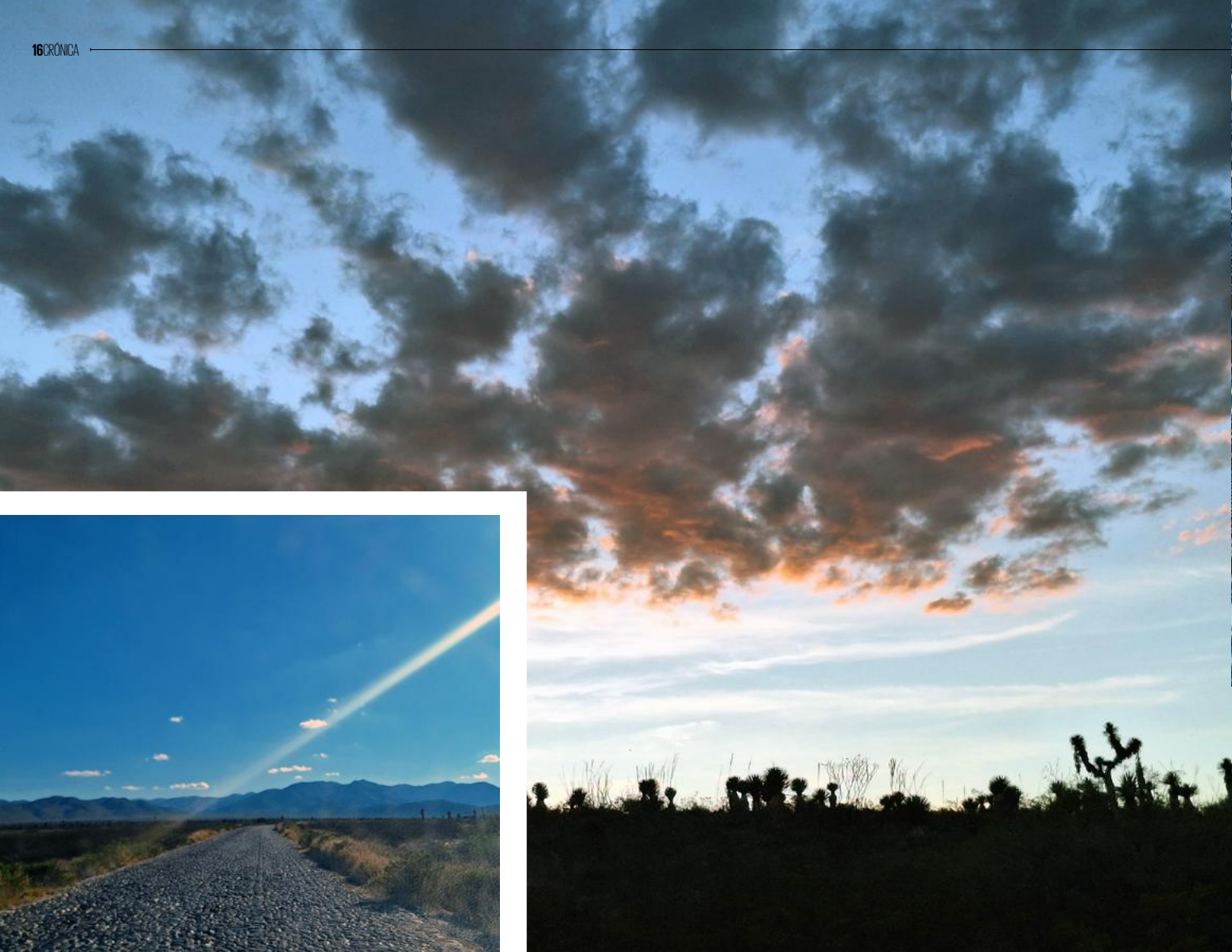
Pude ver que la lucha contra mí mismo era infructuosa, que había hecho rabietas contra lo que no admite cambio. Mi berrinche obedecía a que las cosas no eran como yo quería que fueran, pero las cosas son y nada más. ¿Y aquello sobre lo que sí puedo influir?, me pregunté después. “Se dará si quiero que se dé”, dijo la voz. “Solo si es necesario”, agregó.

Miré a René y a Sinuhé, y pensé que habían caído dormidos. Mientras seguía alimentando el fuego con trozos de leña repletos de espinas, empecé a sentir enojo. ¿Por qué ninguno se levantaba a ayudarme? A la mañana siguiente, René respondió la pregunta sin saber que yo la había formulado.

—No te ayudé porque te tocaba hacerlo a ti.

Ahora digo que todo el llanto que he derramado desde entonces hubiera podido llenar de nuevo ese mar que solía ser Wirikuta.





El cielo empezó a clarear. Pusimos una olla sobre el fuego para calentar el agua que serviría para el cacao. En tanto, preparamos los objetos que queríamos bendecir. René se atavió con cintas alrededor de la cabeza y el ombligo. Se colocó su sombrero, adornado con unas hermosas plumas de guacamaya, verdes, azules, naranjas y amarillas. Sacó el mubieri de una canasta de palma y nos orientamos hacia el sol. Así fuimos limpiados y bendecidos. En ceremonias posteriores aprendería que el sol no ilumina solo a quien está en el centro de una ceremonia. Sí, hay un rayo de sol únicamente para mí, pero también hay uno para cada uno de nosotros, para cada planta, cada hoja, cada insecto y animal, para cada uno de los rincones del mundo, para cada átomo y molécula.

Levantamos las tiendas de campaña, recogimos todo y subimos al auto. Después, nos dirigimos a Real de Catorce. No podía hacer otra cosa más que llorar y mirar por la ventana. Todo estaba tan lleno de luz que deslumbraba mi visión. Cada una de las canciones que salía de las bocinas del auto tenía algo que decirme. Sentía algo semejante al perdón. No sé por qué ni por quién. Quizá no había nada que perdonar, pero era una sensación diferente, un estar distinto en el mundo.

Cruzar el túnel de Ogarrio fue como atravesar una noche bajo tierra. Con una longitud de casi tres kilómetros, llegar al otro lado en auto toma unos diez minutos, lo suficiente para que los ojos se acostumbren a la oscuridad y que al salir se crispen por la intensidad de la luz. Como si hubiera nacido otra vez.

Dejamos algunas cosas en una pequeña habitación donde dormiríamos y fuimos a comer. Las personas se sentían nuevas para mí, y el ser humano por sí mismo era algo diferente. Las mujeres me resultaban hermosas casi de una manera religiosa, y las voces me sonaban como coros armónicos y melodiosos.



Luego encontramos a Charly, un músico callejero cuya voz parecía salir de un pozo hondo, hondo. Había recorrido el país a pie, durmiendo donde podía, cantando peticiones musicales en parques, ferias y restaurantes. Él es heredero de Rolando, un italiano que llegó a Real de Catorce y que inició a Sinuhé y a René en el rezo del híkuri. Visitamos a Charly en su casa y nos platicaba esto mientras desayunaba una caguama. En algún momento me miró y dijo: “No tengas miedo, las cosas son y ya está”. Luego nos llevó al cementerio, donde tomamos cerveza junto a la tumba de Rolando y cantamos “La ventana” de Roberto Carlos, la canción favorita de Rolando. Si no hubiera sido por ese italiano al que nunca conocí, René y Sinuhé no hubieran conocido El Tecolote, y por lo tanto, yo tampoco. Y antes de ellos había otros. Mi vida estaba llena de personas que no sabía que estaban dentro de ella. Yo no era sin los otros.

Pensé en Laura, en Olivia, en mis padres, en los amigos, en todos aquellos que me han dañado y en quienes yo he lastimado. En los muertos y en los que todavía están aquí.

* * *

Han pasado nueve meses lunares, y el verdadero trabajo comenzó cuando regresé a casa. Lejos del desierto, sin híkuri en el cuerpo pero tocado por el espíritu del Kauyumari, sin fuego ni estrellas, volví a enfrentarme a la tristeza, a mis viejos hábitos y conductas, pero desde otro lugar. Y recordaba a don Luis con su bastón y su garrafa de mezcal, a Charly junto a la tumba de Rolando, y sostenía entre mis manos el puño de arena que traje desde allá. Y sobre todo, recordaba aquella noche: las espinas, la voz, el fuego. Y que solo yo podía mantenerlo encendido. ⁵⁰⁰



Los mejores parques para ejercitarte

Por Ángeles Cuaya

Tenemos la ventaja de ser una ciudad llena de lugares al aire libre para ejercitarnos. Para ello, les doy una lista de parques perfectos para ejercitarse solos o acompañados, y en los que, además de ejercitarse, tendrán un reencuentro con la naturaleza.

Ecoparque Metropolitano

Este es un parque localizado sobre Vía Atlxcáyotl, el cual cuenta con entradas alternas; es mínima la cuota de estacionamiento, incluso puedes llegar en bicicleta, ya que la ruta conecta con la ciclopista. Es uno de mis parques favoritos: sus increíbles elevaciones en la ruta te retarán a superarte día con día para lograr subirlas sin obstáculo alguno. Puedes caminarlas, correrlas e incluso ir con tu mascota. Es un parque lleno de áreas verdes y conecta con el Museo Internacional del Barroco.





Parque del Arte

Localizado frente al Hospital del Niño Poblano y la Universidad Iberoamericana Puebla, es un parque que ofrece una pista de atletismo para aquellos que gusten de entrenamientos en esta, también cuenta con canchas de soccer y basquetbol; para caminar y correr tiene un circuito alrededor, el cual es perfecto, pues conecta con la Estrella de Puebla. Está abierto al público desde las 6 am, ¡así que no hay pretextos, lectores! También cuenta con áreas para hacer pícnic con la familia y amigos, o simplemente poder apreciar la naturaleza y una vista increíble de este parque.

Pirámide de Cholula

Sin duda, uno de mis lugares favoritos para ejercitarme. A su alrededor cuenta con una pista de tartán y cancha de soccer; me encanta poder llegar en bicicleta, correr y utilizar las áreas que tiene para hacer ejercicios de fuerza y resistencia. Las subidas alternas que tiene para llegar a la punta de la pirámide son increíbles, algunas de ellas pueden ser las escaleras, que en verdad te ayudarán a trabajar las piernas y la frecuencia cardíaca. A su alrededor también cuenta con un circuito perfecto para poder andar en patines o patineta. Sus atardeceres son de los más bonitos en el área metropolitana.





Parque Lineal

Con una de las vistas más espectaculares de la ciudad, es un circuito perfecto para disfrutar de largas caminatas, empezar a correr o andar en bicicleta. Me encanta poder ver la salida del sol desde este parque, además de que conecta con el Parque Metropolitano, por lo que las caminatas o carreras largas son aquí una opción perfecta.

Estos son algunos de los parques que tenemos en Puebla que son perfectos para conectarnos con nosotros mismos, apreciar la naturaleza y ejercitarnos. Espero comiencen a activarse y disfruten de estas actividades tanto como yo. [500](#)

Comenzar a leer



Por Cecy Rendón
@rendon_cecy

Desarrollar el hábito de la lectura te abrirá a ti y a tu familia oportunidades extraordinarias de crecimiento, aprendizaje y sobre todo la posibilidad de crear la vida que sueñas vivir.

Leer es un hábito que, vergonzosa y tristemente, en México es casi inexistente. Con un promedio de lectura, según datos del Inegi 2020, de 3.7 libros al año, estamos muy lejos como adultos de ser un ejemplo de lectura para los niños.

Como se ha dicho hasta el cansancio, los niños aprenden principalmente con el ejemplo, y si el ejemplo lee menos de un libro cada tres meses, se complica mucho para ese niño desarrollar el hábito de la lectura en casa. Ni hablar de las escuelas, en donde el plan de lectura, lejos de inspirar a los niños a desarrollar el hábito, los obligan a leer textos aburridos y anticuados que hacen que los pobres estudiantes piensen que leer es aburrido, porque en su corta experiencia, la lectura ha sido efectivamente muy aburrida en la escuela y nula en casa.

Si tienes niños en casa, y te interesa que comiencen a leer, y no solo que lo hagan por obligación, sino que verdaderamente lo disfruten, aquí algunas recomendaciones.

Si los niños son muy pequeños, lo ideal es leerles un cuento... ¿Cuál cuento? Llévelo a una librería y deja que escoja, existen infinidad de libros así como existen infinidad de gustos e intereses. Cada niño es diferente y cada niño tendrá sus preferencias. Solamente ten cuidado de que el cuento vaya alineado con tu filosofía de vida, tus valores y lo que le quieres transmitir a tus hijos. Existen cuentos con perspectivas muy conservadoras, así como existen cuentos que desafían los estereotipos y animan, especialmente a las niñas, a crecer mucho más libres de esquemas sociales limitantes, así como historias que fomentan la tolerancia y la inclusión.

Los libros para niños vienen marcados con rango de edades, fíjate que corresponda al de tus hijos. Y lo más importante es que tengas cuidado de que el pequeño comprenda cada palabra, asegúrate de que las vayan entendiendo y si tiene duda en alguna palabra tómate el tiempo de explicársela.

Si tus hijos ya son más grandes y pueden leer solos, comienza regalándole libros sobre temas que le interesen. No te desesperes si al inicio no los terminan o solo leen unas cuantas páginas, no los obligues a terminar un libro que no les gustó. Simplemente sigue buscando otras opciones hasta encontrar uno que les guste. Cuando lo encuentres, anímalo a leer más libros del mismo autor y del mismo género. Así estará leyendo cosas que le gustan y poco a poco te irá pidiendo más libros.

La parte más complicada de enseñar a los niños a leer es predicar con el ejemplo. Y comenzar a buscar espacios de lectura en familia, o simplemente en verdad leer y que los niños vean un buen ejemplo de lectura. “No tengo tiempo”, “me da mucho sueño”, “estoy muy cansado/a” son las típicas excusas... y sí, efectivamente es mucho más fácil prender la televisión o perderse en las redes sociales. Pero como todo lo que vale la pena en la vida, hay que dedicarle tiempo, dinero y esfuerzo.

¿Cuánto es lo recomendable para leer? Lo ideal para los adultos es un libro al mes, que en un libro promedio de 300 páginas, estamos hablando de 10 páginas por día. En el caso de los niños, un cuento cada noche antes de dormir; y si eso no es posible por los horarios de trabajo, al menos un cuento el sábado y otro el domingo.

¿Qué formato es el mejor? Personalmente, prefiero los libros físicos, creo que la experiencia de tocarlos y pasar las páginas es inigualable. Pero los libros digitales pueden ser mucho más prácticos cuando los físicos no están disponibles. Sin importar cuál prefieras o cuál tengas más a la mano, lo que cuenta es que tus hijos, y obviamente tú también, comiencen a leer regularmente.

Desarrollar el hábito de la lectura te abrirá a ti y a tu familia oportunidades extraordinarias de crecimiento, aprendizaje y, sobre todo, la posibilidad de crear la vida que sueñas vivir. Leer abrirá tu mente, expandirá tu criterio y te permitirá contagiarte de los pensamientos de las grandes mentes del mundo. Todo lo que necesitas aprender está en los libros, y hoy, al alcance de tu mano. 

Nuevos vuelos desde Puebla consolidan proyección nacional e internacional de riquezas turísticas

Por Staff 360°

-La estrategia incorpora Chicago O'Hare y fortalece la conexión de Puebla con cuatro destinos internacionales en Estados Unidos.

-El flujo de pasajeros en el Aeropuerto Internacional de Puebla creció 19.66 por ciento durante enero-julio.

Como parte de la estrategia de conectividad impulsada por el Gobierno del Estado encabezado por Alejandro Armenta Mier, para ampliar oportunidades turísticas, económicas y de movilidad para la región centro-sur del país, en Puebla se han abierto 12 de las 35 conexiones incorporadas por la empresa Volaris a nivel nacional durante 2026, a las que se suman tres nuevos destinos: Chicago O'Hare, Acapulco y Puerto Escondido, a partir del 1 de diciembre.

La secretaria de Desarrollo Turístico, Carla López-Malo Villalón, informó que, con estos ajustes, Puebla contará con cuatro destinos internacionales, Los Ángeles, Nueva York, Houston y Chicago, en Estados Unidos, además de conexiones nacionales hacia Tijuana, Cancún, Guadalajara, Monterrey, Mérida, Aguascalientes, Huatulco, Los Cabos, Puerto Vallarta, Tuxtla Gutiérrez, Villahermosa, Puerto Escondido y Acapulco. La actualización de rutas responde a una estrategia para fortalecer aquellas conexiones con mayor potencial y consolidar una red aérea que atienda las necesidades de turismo, negocios, visitas familiares y actividad productiva.

El crecimiento de la conectividad se refleja en el desempeño del Aeropuerto Internacional de Puebla, que de enero a julio de 2026 registró 339 mil 515 pasajeros de llegada, un incremento de 19.66 por ciento respecto al mismo periodo de 2025. Del total, 327 mil 839 correspondieron a viajeros nacionales y 11 mil 676 a internacionales. La Secretaría de Desarrollo Turístico trabaja para que las nuevas rutas no solamente se incorporen, sino que permanezcan mediante promoción conjunta, encuentros con agencias de viajes, turoperadores, medios de comunicación, cámaras empresariales y autoridades turísticas de los destinos conectados.

Como parte de esta estrategia integral, Puebla ha realizado road shows en Houston, Nueva York, Los Án-

geles, Huatulco, Villahermosa y Tuxtla Gutiérrez, y continuará acciones en Aguascalientes, Ciudad de México, Puerto Vallarta, Los Cabos, Guadalajara, Chicago, Acapulco y Puerto Escondido. También se mantiene la promoción de la marca "Puebla, El Latido de México" en aeropuertos estratégicos del país y campañas internacionales en Estados Unidos. Estas acciones se desarrollan en coordinación con cámaras y asociaciones empresariales, así como con autoridades turísticas de otras entidades, para fortalecer el flujo de visitantes y la actividad económica.

El director de Desarrollo de Mercado, Distribución y Carga de Volaris, Jorge García, destacó que desde el inicio de operaciones de la empresa en Puebla, en 2007, se han transportado más de 5.3 millones de pasajeros hasta junio de 2026 y subrayó que Puebla concentra 12 de las 35 nuevas rutas anunciadas por la aerolínea. A su vez, el presidente de CANACO, Héctor Francisco Landeros, reconoció la coordinación entre el Gobierno del Estado, Volaris y el sector empresarial para consolidar a Puebla como un punto estratégico de conectividad.

El gobernador Alejandro Armenta Mier destacó que la conectividad aérea forma parte de una estrategia integral que contempla una inversión aproximada de mil millones de pesos para mejorar accesos, áreas de llegada y salida, atención a pasajeros y estacionamiento del aeropuerto, además del desarrollo de un distrito aeroportuario en Huejotzingo con participación empresarial poblana.

Con estas acciones, el Gobierno del Estado reafirma su compromiso, en coordinación con el Gobierno de México, de fortalecer infraestructura y conectividad, generar condiciones para la inversión y consolidar a Puebla como destino turístico, empresarial, cultural, deportivo, educativo y médico, con beneficios directos para las y los poblanos. 560



PUEBLA
**GOBIERNO
DEL ESTADO**
2024 - 2030

**Desarrollo
Turístico**
Secretaría de Desarrollo Turístico

**TRANSFORMAR
EN GRANDE**

MÉXICO

PUEBLA
• EL LATIDO DE MÉXICO •

volaris



Puebla

despega a **nuevos
destinos**



8

Vuelos
Nacionales

4

Vuelos
Internacionales



ACAPULCO

PUERTO ESCONDIDO

CHICAGO

- Aguascalientes • Huatulco
- Los Cabos • Puerto Vallarta
- Tuxtla Gutiérrez • Villahermosa
- Puerto Escondido • Acapulco

Houston • Los Ángeles
Newark • Chicago



TEMPORADA

DE CHILE EN NOGADA

TRADICIÓN VIVA

MÉXICO ESTA DE
MODA