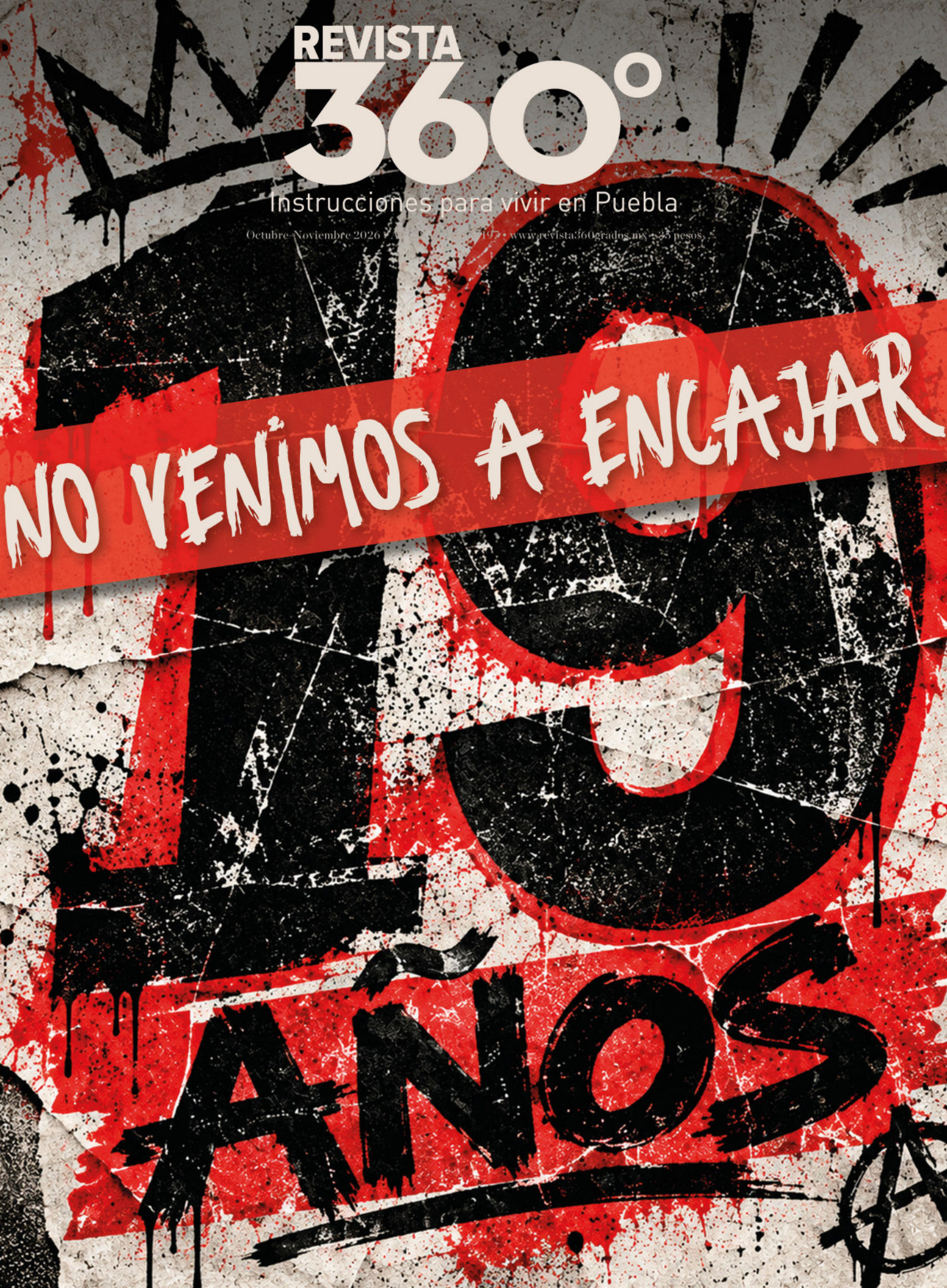
REVISTA
360°
Instrucciones para vivir en Puebla
Octubre-Noviembre 2026 • [illegible] 197 • www.revista360grados.mx • 35 pesos




BUAP
Benemérita Universidad
Autónoma de Puebla
UNA
SOLA
UNIVERSIDAD
de más de 130 mil estudiantes

¿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

REVISTA 360°
Instrucciones para vivir en Puebla

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 360º Instrucciones para vivir en Puebla; octubre-noviembre 2026, número 197. 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 Pincel 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 octubre 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
Breve tratado de filosofía etílica
NO FICCIÓN



08
Centro histórico, solo para iniciados
GUÍA



16
Y tu cosita, ¿cómo se llama?
SEXO



20
La felicidad tóxica y las redes sociales
NO FICCIÓN



22
Cómo se convirtieron en tiranos
SERIES



24
Nadie ve la televisión
TENDEDERO



Breve tratado de filosofía etílica

Por Julieta Lomelí / @julietabalver

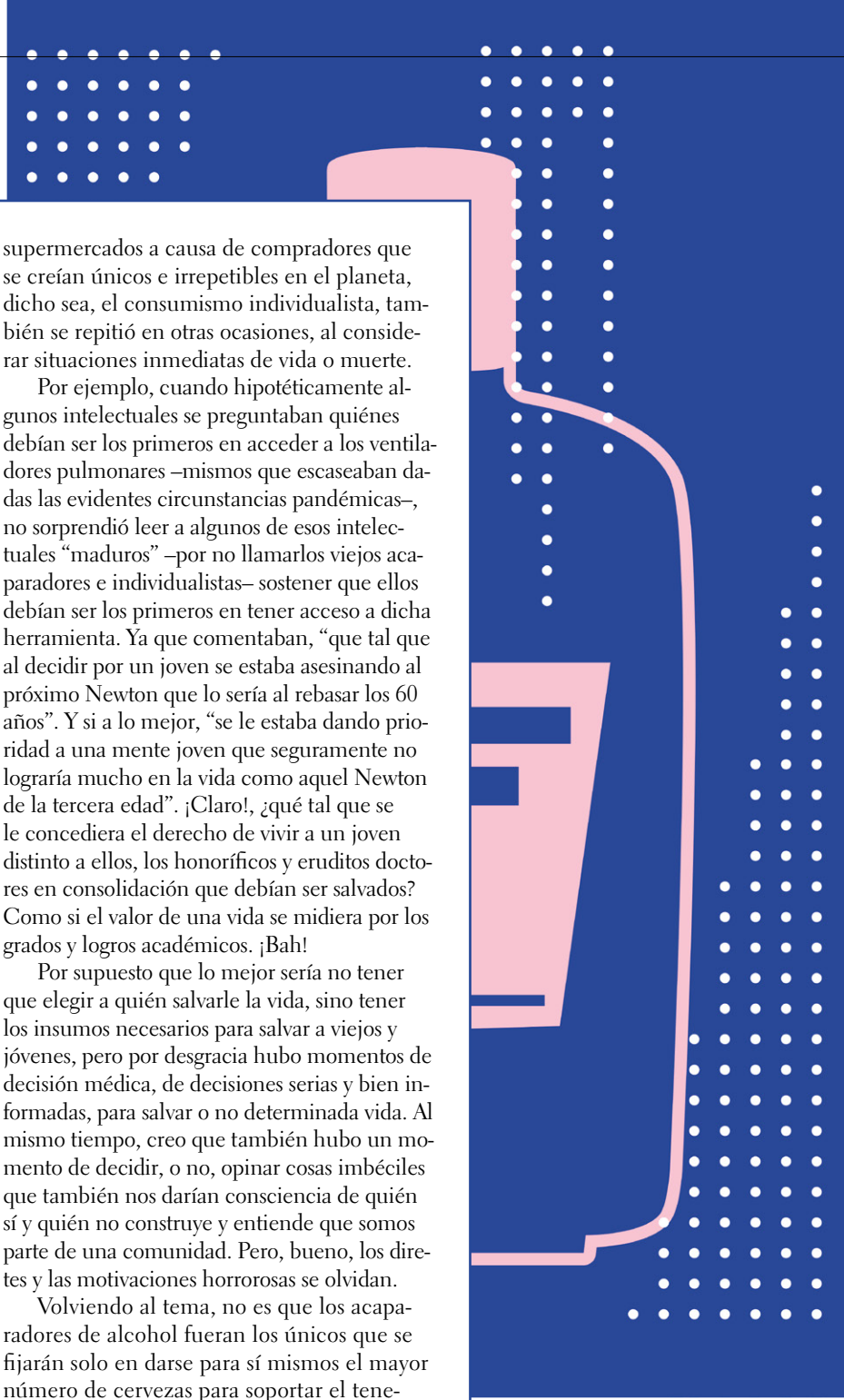


De Dioniso a Santo

Søren Kierkegaard fue un filósofo danés que pensó en tres formas, o tres estadios, que uno podría asumir para su propia vida: el estadio estético, representado por los *dandies* y esos hombres de la vida bohemia; el estadio ético, símbolo del padre de familia, del individuo casado y comprometido con construir un nido armónico; y el estadio religioso, digno de los menos, incluso de esos "elegidos" que han dedicado su vida al amor a su propio dios. El hecho de haber pensado estadios tan antagónicos entre sí, no significaba que un hombre o mujer común no pudiera transitar de uno a otro a lo largo de sus vidas, sorprendiéndose –al mirarse a sí mismo tras vivir en el abismo de los excesos– como un santo empedernido, y después, nuevamente, como un total borracho que va de cama en cama, sin que un buen día, sin mucha consciencia, de repente se mire envuelto en la prisión del matrimonio, añorando nuevamente ser un libertino bastardo o un poeta maldito.

Kierkegaard no era un filósofo moralino, ni tampoco quiso enemistar a las musas y los excesos con sus poetas, sino al contrario, quiso alentar el contacto entre ellos por medio de su sugerencia de la vida estética, que cualquier individuo proclive a la inspiración artística habrá de tener. Al menos en temas kierkegaardianos, el vino sí tiene la posibilidad de disparar cosas bellas, y no solo acarrear o tapar terribles agonías. El vino, si se usa de manera adecuada, comparte algunas hectáreas de sus viñedos con el angustiante terreno de los afectos y la creatividad humanas, o como el filósofo deja escrito en *In vino veritas:*

"Exijo que los buenos vinos corran en abundancia, con una abundancia mayor que la que podía producir el propio Mefistófeles haciendo un agujero en la mesa. Exijo un juego de iluminación más voluptuosa que la que los mismos gnomos fueron capaces de encender cuando levantaron las montañas sobre columnas y se pusieron a danzar en medio de un mar en llamas. Exijo todo lo que excite al paroxismo de los sentidos."



Ebrios de individualismo

Recuerdo, al inicio de la pandemia, un encabezado que se repitió en varias ocasiones en periódicos nacionales y regionales que indicaba la preocupación de médicos y especialistas en salud mental por el aumento en el consumo de alcohol durante los meses de confinamiento. Muchas historias de terror tuvieron su detonante en el abuso del alcohol; siempre me pregunté si la ley seca impuesta algunos fines de semana estaba motivada para evitar los casos de agresiones físicas, o para controlar que la gente se congregara y así ayudar un poco a disminuir el número de contagios, o para ambas cosas. Pero nada de ello sucedió, los contagios no cesaron, la violencia intrafamiliar tampoco, la incertidumbre económica y laboral se disparó y, por supuesto, las familias y parejas que habían sido obligadas a compartir, quizá por primera vez en su vida, el mismo espacio por meses, muchas de ellas se desmoronaron.

El alcohol siempre estuvo ahí, merodeando como el invitado incómodo, materializado en el esposo borracho y golpeador, en el centro de mesa de fiestas clandestinas que después se volvieron velorios comunitarios; o como el invitado más amado de muchas parejas y también de personas solitarias que, de no haber sido por esos momentos de relajación o desconexión etílica, quizá hubieran sucumbido al delirio paranoide y al más sofocante estrés que la idea del contagio y todos las demás crisis añadidas significaban. Recuerdo con especial cariño un encabezado de un periódico muy leído que decía: "Compras de pánico de alcohol revelan necesidad de atender salud mental: comenta experto". Pero ¿y las compras de pánico de papel higiénico y de botellines de agua, en medio del amenazante cambio climático, no revelaban también la necesidad de atender la salud mental y el delirio paranoico y apocalíptico de la población?

Si Kierkegaard recordaba las bondades del vino, Poe nos demostró lo destructivo que puede llegar a ser el consumo incontrolable –aunque esporádico– de alcohol: ¿por qué, entonces, a todos causaba gracia el desabasto de papel higiénico –y no indignación– en una sociedad que pareciera no solo ser alcohólica, sino también increíblemente egoísta como para dejarle un poco de papel a su vecino, para que no sufriera rozaduras que el uso excesivo del papel periódico a veces provoca? Lo del abastecimiento excesivo pero individualista del alcohol y del papel higiénico o, mejor dicho, el desabasto provocado en los supermercados a causa de compradores que se creían únicos e irrepetibles en el planeta, dicho sea, el consumismo individualista, también se repitió en otras ocasiones, al considerar situaciones inmediatas de vida o muerte.

Por ejemplo, cuando hipotéticamente algunos intelectuales se preguntaban quiénes debían ser los primeros en acceder a los ventiladores pulmonares –mismos que escaseaban dadas las evidentes circunstancias pandémicas–, no sorprendió leer a algunos de esos intelectuales "maduros" –por no llamarlos viejos acaparadores e individualistas– sostener que ellos debían ser los primeros en tener acceso a dicha herramienta. Ya que comentaban, "que tal que al decidir por un joven se estaba asesinando al próximo Newton que lo sería al rebasar los 60 años". Y si a lo mejor, "se le estaba dando prioridad a una mente joven que seguramente no lograría mucho en la vida como aquel Newton de la tercera edad". ¡Claro!, ¿qué tal que se le concediera el derecho de vivir a un joven distinto a ellos, los honoríficos y eruditos doctores en consolidación que debían ser salvados? Como si el valor de una vida se midiera por los grados y logros académicos. ¡Bah!

Por supuesto que lo mejor sería no tener que elegir a quién salvarle la vida, sino tener los insumos necesarios para salvar a viejos y jóvenes, pero por desgracia hubo momentos de decisión médica, de decisiones serias y bien informadas, para salvar o no determinada vida. Al mismo tiempo, creo que también hubo un momento de decidir, o no, opinar cosas imbéciles que también nos darían consciencia de quién sí y quién no construye y entiende que somos parte de una comunidad. Pero, bueno, los dimes y las motivaciones horrorosas se olvidan.

Volviendo al tema, no es que los acaparadores de alcohol fueran los únicos que se fijarán solo en darse para sí mismos el mayor número de cervezas para soportar el tenebroso estrés pandémico, sino que muchos sobrios –pero ebrios de egoísmo– también deseaban acaparar hasta el último insumo, medicamento y servicio médico para sí mismos. Recuerdo de nuevo el encabezado de aquel periódico nacional, en vez de pensar que las "Compras de pánico de alcohol revelan necesidad de atender salud mental: comenta experto", sería mejor pensar que las "Compras de pánico y déficit de empatía revelan la necesidad de atender la salud mental y al creciente número de psicópatas que la pandemia ha revelado de una vez por todas: comenta experto".

Delirium tremens *vs* delirium *poético*

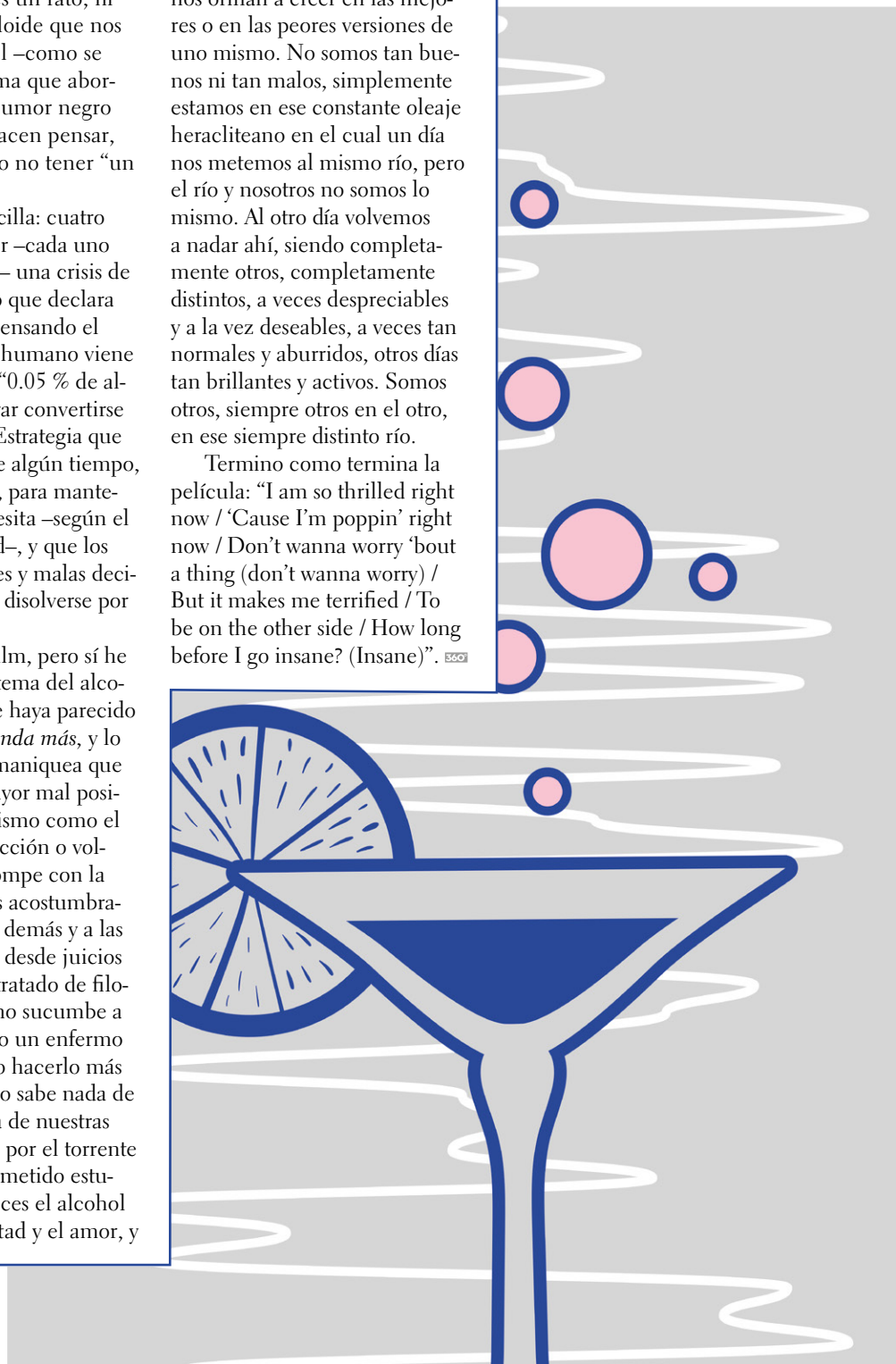
Un emblemático film que ronda la obsesión que cuatro profesores de bachiller tienen con el tema del alcohol ha sido premiado como mejor película extranjera en los premios Oscar, un galardón que podría hacernos dejar el pavor de contraer covid en una butaca de cine y morir asfixiados en un hospital, para hacernos comprar el ticket de la película *Otra ronda más*, que nos ayudará a combatir la asfixia y el hartazgo que ha provocado el duro confinamiento. Y es que el largometraje de Thomas Vinterberg no es una comedia típica que nos hará felices un rato, ni tampoco una película sentimentaloide que nos orille a una insalvable biblia moral –como se acostumbra usualmente con el tema que aborda–, sino una extraña mezcla de humor negro con picudas reflexiones que nos hacen pensar, una y otra vez, qué tanto importa o no tener "un déficit de alcohol en la sangre".

El epicentro de la trama es sencilla: cuatro docentes que parecen experimentar –cada uno desde su historia privada particular– una crisis de madurez, leen a un famoso filósofo que declara que la forma de ser felices es compensando el déficit de alcohol con el que el ser humano viene a la vida al nacer. Si se logra tener "0.05 % de alcohol en la sangre, uno podría lograr convertirse en la mejor versión de sí mismo". Estrategia que los profesores llevan a cabo durante algún tiempo, emborrachándose, pero no mucho, para mantener ese mínimo que el cuerpo necesita –según el mal citado libro de Finn Skårderud–, y que los ayuda a romper con las inhibiciones y malas decisiones que los volvían infelices, o a disolverse por completo en la autodestrucción.

No cometeré más *spoilers* del film, pero sí he visto poco o casi ninguno sobre el tema del alcoholismo y de las adicciones que me haya parecido tan sensacional como el de *Otra ronda más*, y lo es porque no plantea una historia maniquea que haga del tema de la ebriedad el mayor mal posible, ni tampoco idolatra al alcoholismo como el remedio infalible para sentir satisfacción o volverse más creativos. Un film que rompe con la moral dicotómica a la cual estamos acostumbrados, en la cual nos acercamos a los demás y a las situaciones que no comprendemos desde juicios de valor polarizados. Un hermoso tratado de filosofía fílmica sobre el alcohol, que no sucumbe a juzgar a quien se emborracha como un enfermo de alcoholismo y a quien decide no hacerlo más como un completo mojigato que no sabe nada de la vida. Casi todos en alguna época de nuestras vidas hemos sentido la embriaguez por el torrente sanguíneo, algunos otros hemos cometido estupideces pero también aciertos; a veces el alcohol nos ha hecho conmemorar la amistad y el amor, y a veces nos ha ayudado a crear enemistades y agresiones que van más allá del exceso mismo del alcohol. Porque también el carácter, a veces explosivo e incambiable, que modera nuestro espíritu es un detonante importante para la violencia y la irresponsabilidad etílica.

No existen esos mantras tan repetidos, esas neurotizantes frases de superación personal que nos orillan a creer en las mejores o en las peores versiones de uno mismo. No somos tan buenos ni tan malos, simplemente estamos en ese constante oleaje heracliteano en el cual un día nos metemos al mismo río, pero el río y nosotros no somos lo mismo. Al otro día volvemos a nadar ahí, siendo completamente otros, completamente distintos, a veces despreciables y a la vez deseables, a veces tan normales y aburridos, otros días tan brillantes y activos. Somos otros, siempre otros en el otro, en ese siempre distinto río.

Termino como termina la película: "I am so thrilled right now / 'Cause I'm poppin' right now / Don't wanna worry 'bout a thing (don't wanna worry) / But it makes me terrified / To be on the other side / How long before I go insane? (Insane)". 360°




CEN
HISTÓRI
SOLO PARA
INICIADOS


TRO
CO,


De la vista
nace
el amor

Más allá de la catedral, la plazuela de Los Sapos y el Barrio del Artista, el perímetro del centro poblano abarca innumerables espacios arquitectónicos, testigos de acontecimientos históricos, leyendas y misterios ocultos. Tania Leal

CASA DE LOS HERMANOS ROUSSET

UBICADA EN: 9 PONIENTE ENTRE 16 DE SEPTIEMBRE Y 3 SUR

Siempre que escuchamos acerca de la Revolución de México, los poblanos reconocemos con orgullo que fueron los hermanos Serdán, de origen poblano, como nosotros, los que dieron inicio a esta lucha armada que cambiaría el rumbo de nuestro país.

Sin duda, deben existir cientos de personajes que participaron dentro de esta lucha y que no cuentan con el reconocimiento histórico que merecen por su labor. Éste es el caso de los hermanos Rousset.

Hombres muy delgados, vestidos pobremente pero muy gallardos, los Rousset eran apegados a Aquiles Serdán y dejaron de lado una buena posición económica gracias a la construcción de muebles y la fotografía por el activismo político; guardaban armas en su casa y se dedicaron a realizar propaganda política en las calles de nuestra ciudad.

Ligados a los clubes maderistas de México, descubren una conspiración en contra de Madero, en la cual pretendían asesinarlo. Gracias a su pronta intervención, el atentado no se llevó a cabo. Eran activistas, pero no de los líderes, sino de los que trabajan debajo, los que realmente crean las redes y las simpatías.

Una vez que Serdán fue apresado, fueron ellos quienes consiguieron al abogado que intentaría su liberación. Ya muerto Serdán, continuaron organizando manifestaciones y haciendo trabajo político en la ciudad; incluso, Benito Rousset llegó a ser regidor del ayuntamiento y, aunque hay fotografías que lo demuestran, en las actas no existe registro.

A pesar de los ideales y la lucha que mantuvieron por defender a la Revolución, una vez que ésta triunfó, les dio la espalda; las pocas tierras que les quedaban les fueron expropiadas por la reforma agraria, lo que los llevó a alejarse de la gente y a pasar la mayor parte del tiempo encerrados en su casa.

Al morir en la década de los cincuenta, su historia se volvió cada vez menos conocida, hasta hace unos pocos años, cuando se colocó una placa de reconocimiento en el domicilio en donde vivieron.

CINE COLONIAL

UBICADO EN: 2 PONIENTE 1108

Antes de que el Cine Colonial proyectara películas para un gusto muy específico, era uno de los cines más imponentes de nuestra ciudad. Fundado por los hermanos Arellano, quienes cambiaron el negocio familiar del aserradero para convertirlo en un cine en el que se podían proyectar los sueños que se fabricaban en una de las industrias más grandes del país.

Con una arquitectura impresionante de estilo barroco, el Cine Colonial es una copia del Alameda de la Ciudad de México. Contaba con un juego de luces que pasaba del día a la noche, con estrellas en el techo que creaban la ilusión al espectador de que se encontraba en un espacio abierto.

Lugar ideal para encontrarse a la sociedad poblana de la época, y en donde acudían vestidos con la ropa más elegante que poseían; también ideal para hacer gala del poderío económico.

Cuando gozaba de gran éxito, aparecieron los magnates que manejaban la industria del cine en esa época y comenzaron a presionar a los hermanos Arellano para que se sujetaran a lo que ellos ordenaban que se exhibiera en las salas del país; cosa a la que los hermanos se negaron.

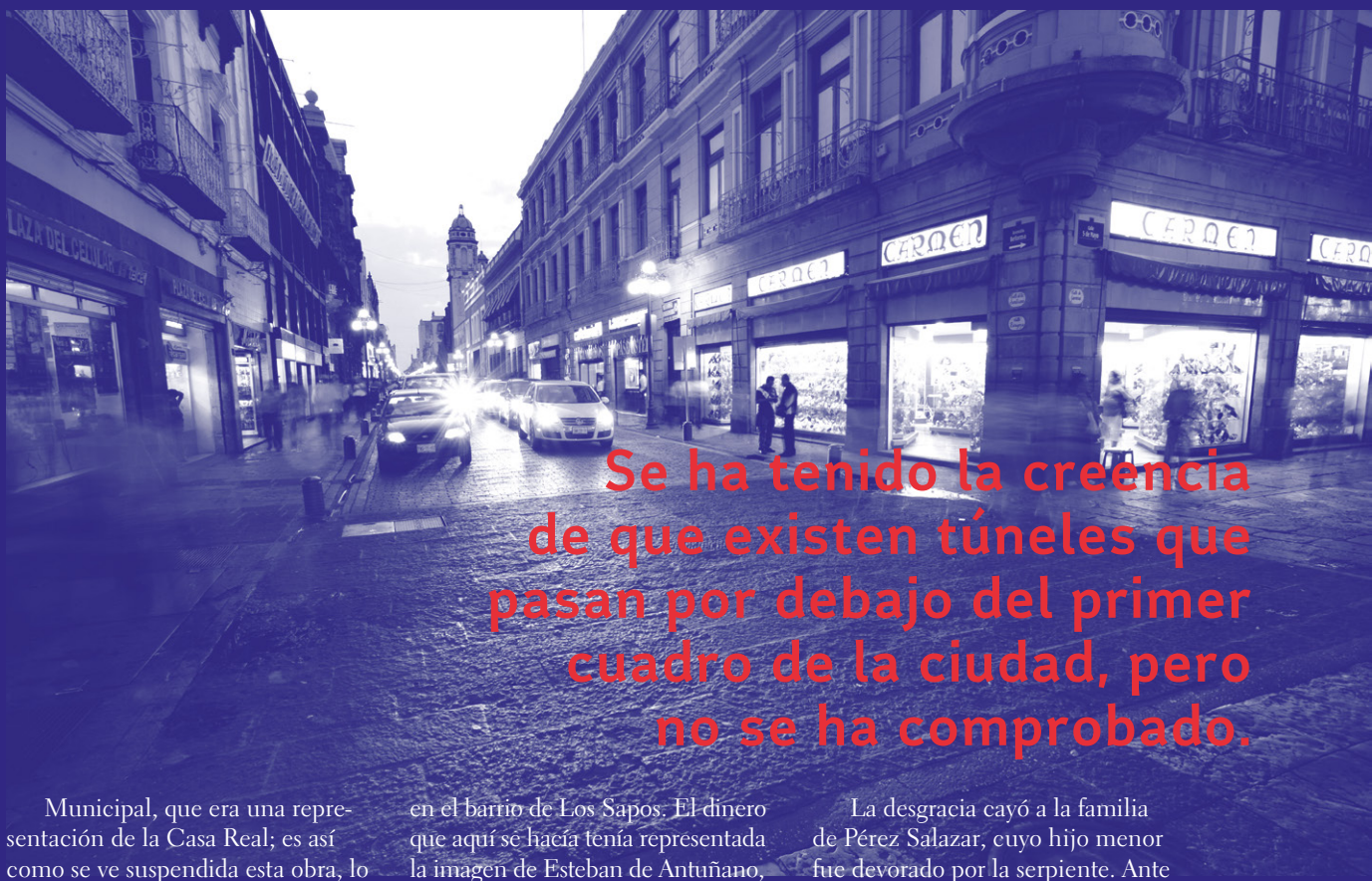
Al pasar el tiempo, los Arellano no resistieron las presiones a las que se veían expuestos por parte de quienes manejaban en su mayoría la industria del cine en el país, y fue así como decidieron vender el cine.

LA CASA DE LOS MUÑECOS

UBICADA EN: 2 NORTE CASI ESQUINA CON JUAN DE PALAFOX Y MENDOZA

Antes de ser un conocido restaurante, la historia de esta casa se remonta hasta el siglo XVIII. Perteneciente a las monjas de Santa Mónica, quienes se mantenían gracias a la renta de propiedades. Más adelante, con la Ley de Reforma, estas propiedades son retiradas y pasan a pertenecer a particulares.

La historia popular dice que un regidor del ayuntamiento, don Agustín de Villavicencio, buscaba hacer esta casa más alta que la del Cabildo poblano, cosa que no era posible, ya que en ese entonces la más alta era la del Palacio



Se ha tenido la creencia de que existen túneles que pasan por debajo del primer cuadro de la ciudad, pero no se ha comprobado.

Municipal, que era una representación de la Casa Real; es así como se ve suspendida esta obra, lo que lleva a don Agustín a un pleito en la Real Audiencia.

Al ganar la audiencia y continuar con la obra, coloca elementos decorativos con forma de unos muñecos grotescos, que se creía eran una burla hacia los regidores que habían cancelado su construcción. Gracias a investigaciones se ha comprobado que las figuras representan los trabajos de Hércules, ya que el dueño anterior de la casa, el conde de Castelo, en su heráldica familiar llevaba a Hércules, pues era originario de Cerdeña, una isla que se creía había sido creada por este ser mitológico.

ANTIGUA SEDE DEL BANCO ORIENTAL DE PUEBLA

UBICADO EN: 2 NORTE Y JUAN DE PALAFOX Y MENDOZA

Lo que había sido una bella casa colonial fue destruida para construir la sede del Banco Oriental de Puebla. Un banco emisor que hacía sus propios billetes y monedas de las que aún pueden encontrarse ejemplares en el barrio de Los Sapos. El dinero que aquí se hacía tenía representada la imagen de Esteban de Antuñano, quien fuera uno de los primeros impulsores de la industria textil moderna en México y que vivió en la Casa de los Muñecos.

Este Banco Oriental pudo emitir sus propios billetes que tenían gran aceptación en Puebla, en varios estados, e inclusive en el extranjero hasta 1914, con el gobierno de Carranza, cuando se dejaron de emitir los billetes, pues el Banco de México se hizo cargo de ello.

LA CASA DEL QUE MATÓ AL ANIMAL

UBICADA EN: ESQUINA DE LA 3 ORIENTE Y 2 SUR (AHORA EL SOL DE PUEBLA)

Una bella casa estilo señorial era el hogar del mayorazgo Pérez Salazar Méndez Mont y que ahora es conocida como La Casa del que Mató al Animal. La leyenda dice que año con año bajaba a la ciudad un monstruo de gran tamaño y al que todos los habitantes temían; una serpiente que devoraba personas, pero que guardaba un gusto especial por los niños.

La desgracia cayó a la familia de Pérez Salazar, cuyo hijo menor fue devorado por la serpiente. Ante el dolor de haber perdido a su hijo, ofreció la mano de su hija y la mitad de su fortuna a quien matara a esa serpiente que atormentaba a la ciudad año con año. Finalmente, fue un valiente joven que había pretendido a su hija mayor y que fue despreciado por su pobreza, quien, vestido como caballero medieval, puso fin al monstruo que devoraba gente.

La realidad es que las escenas representadas son parte de la decoración, grabadas en piedra por mano indígena, ya que esta hermosa casa tiene también arte indígena en la fachada.

LA CASA DEL MENDRUGO

UBICADA EN: 4 SUR 304

Recién abierta al público como un espacio para la cultura de Puebla, fue construida en el siglo XVIII y cuenta también con elementos arquitectónicos del siglo XVI.

Llamada así, ya que se dice que fue construida por los jesuitas con "mendrugo"; o sea, con limosna

de la gente. La realidad es muy distinta, pues haciendo una investigación histórica se descubrió que la casa fue comprada por los propios jesuitas alrededor de 1760 con los sobrantes de la buena administración de los bienes que tenían para mantener el Colegio de San Jerónimo; un sinónimo de sobrante es "mendrugo".

La propiedad fue habilitada como casa habitación y las partes bajas para el comercio. Con el dinero de las rentas se sostenían las becas para los seminaristas en el Colegio de San Jerónimo. Al ser expulsada la orden, esta casa pasó a formar parte de la administración de una iglesia, y después formó parte del Colegio del Estado (Benemérita Universidad Autónoma de Puebla). Por situaciones desconocidas, el Colegio del Estado las vendió a finales del siglo XIX y siguen siendo parte de la propiedad privada hasta nuestros días.

Un investigador narra que de ahí salió Agustín de Iturbide cuando estuvo en Puebla antes de que se consumara la Independencia de México; tomó la ciudad el 5 de agosto y salió de la Casa del Mendrugo hacia Córdoba, Veracruz, para encontrarse con el virrey O'Donojú para firmar los Tratados de Córdoba y dar por consumada la Independencia.

Durante la restauración de esta maravillosa casa se encontraron enterramientos prehispánicos del preclásico de la cultura olmeca; restos óseos, ofrendas en rituales y cerámica que datan aproximadamente del 2500 a. C. En el basurero de la casa se descubrió cerámica vidriada (lo que conocemos como talavera), la cual ya ha sido estudiada y data del siglo XVI, cuando apenas se conocían pocos ejemplares.

TÚNELES SUBTERRÁNEOS

Durante muchos años se ha tenido la creencia de que existen túneles que pasan por debajo del primer cuadro de la ciudad y que comunican grandes distancias, cosa que no se ha comprobado.

Una razón podría ser que eran túneles para que, a través de ellos, se pudiera escapar en caso de guerra y que se abrían en forma clandestina, por eso es que no existen planos ni registros de ellos.

Muchas veces, lo que se confunde con túneles es la parte que se construía como cisternas para el drenaje y es lo que se ha encontrado en las excavaciones. Actualmente, varias casas han convertido éstas en cavas, ya que funcionan como cámaras de refrigeración natural. Hay personas que afirman la existencia de dichos túneles; personas que vivieron en la Casa del Deán aseguran que sí eran túneles los que comunicaban la casa con la Catedral. 360°



La leyenda dice que un monstruo de gran tamaño bajaba a la ciudad; una serpiente que devoraba personas, con un gusto especial por los niños.



Barriga llena, corazón contento

La ruta que a continuación le presento la suelo hacer con mi padre Silverio Coria (creador intelectual de este recorrido y mejor conocido por haber fundado el restaurante de mariscos Silver), así que le recomiendo agarre una buena mancuerna, vista calzado cómodo y salga a caminar al centro, dándose el lujo de ir lento, admirando nuestras lindas calles.



INICIO: UNA NIEVE DEL CARMEN

Las tradicionales que están frente al parque. Las podrá ubicar con gran facilidad porque siempre están llenas de gente. Le recomiendo pedir una de limón, aunque tienen un menú con mucha variedad. La tradicional nieve de limón en este establecimiento es muy rica, natural y sin colorantes.

ESTACIÓN 1: CHILEATOLE Y MOLOTE DEL CARMEN

Sólo tiene que caminar a la siguiente calle sobre la 16 de Septiembre con dirección a Catedral y parar en el número 1305, ahí encontrará el mejor chileatole de Puebla y un molote de tinga que enamora. Le pido tenga mucha paciencia con la señora que despacha los chileatoles, es un poco malhumorada.

(Puede pedir su chileatole para llevar en lo que camina a la siguiente estación).

ESTACIÓN 2: TACO ÁRABE DEL SULTÁN

El recorrido para esta estación es un poco más prolongado y puede hacer una parada en la Casa del Deán, la cual se encuentra en la 16 de Septiembre esquina con 7 Poniente. En su interior hay murales mitológicos y bíblicos. Después de una pausa cultural, diríjase hacia la calle 5 de Mayo número 5, ahí pida un taco árabe y dos orientales, de preferencia que la carne esté recién cortadita del trompo; acompáñelo con jocoque aguado y un sidral.

ESTACIÓN 3: CARACOLES DE MERENGUE

Ésta puede que sea la mejor parte del recorrido, porque estos caracoles son únicos en Puebla, aparte de que podrá encontrar también unas ricas tortitas de Santa Clara. Saliendo de la taquería El Sultán siga caminando sobre la calle 5 de Mayo y al llegar a la 6 Oriente corra al número 12, entre y al fondo a la derecha está una puerta pequeña, ahí, en ese rincón, nace la felicidad de muchos: los caracoles de merengue.

ESTACIÓN 4: MIXIOTES BARRADAS

Sé que le encantarán tanto los caracoles que después de probarlos repetirá tres veces, así que esta estación está un poco alejada para que la caminata ayude a bajar la comida. Sobre la 6 Oriente vaya hacia la Victoria, atraviese el centro comercial y salga a la 6 Poniente, llegue a la esquina con 5 Norte y tome asiento en un banquito azul, pida su mixiote, y al terminar, un taquito al pastor como digestivo.

ESTACIÓN 5: PALETA DE GALLETA Y CREMITA DE LA CALIFORNIA

Aunque ya hay muchas sucursales de la California hoy en día, la seleccionada para este recorrido, por su cercanía y tradición familiar, es la California de la 4 Oriente. Ahí pase usted y vaya a la barra, ordene una cremita o un flan, según su antojo; una vez terminada la cremita, diríjase al refrigerador de las paletas y pida una de galleta con ate, pague del otro lado y salga, camine hacia la Capilla del Rosario en lo que se termina su paleta.

META

Una vez terminada la paleta, puede entrar a la Capilla del Rosario y admirar ese hermoso retablo, o puede caminar hacia el zócalo y quedarse viendo a las palomas o a los enamorados que se dan encuentro en la fuente, al final de cuentas da igual, lo importante es que se quede con buen sabor de boca y descubra que la finalidad de la vida no es nada más que eso: un buen sabor de boca.



Y tu cosita, ¿cómo se llama?*

Por Marco Calderón

Una característica común en los países de habla hispana es la raigambre católica que ha moldeado nuestra moral. Esto, ya se sabe, ha traído consigo una cantidad incontable de tabúes que, desde luego, se han reflejado de forma preponderante en el lenguaje. La sexualidad, sin duda, ha sido la parte más afectada por dichas restricciones lingüísticas que nuestra cultura nos ha impuesto; para muestra baste la siguiente lista con solo algunos de los muchos nombres que se han adoptado en distintos países que comparten la lengua de Cervantes a la hora de referirse a sus "cositas privadas".

* Basado en *El libro de las malas palabras. Insultos, maldiciones y palabrotas del uso diario en América Latina*, de Eduardo del Río "Rius", México: Grijalbo, 2001.



Para la intimidad femenina tenemos...

En México: abrefácil, alcancía, almeja, araña, argolla, aspiradora, barbona, baticueva, bigotona, bizcocho, buchaca, buche, canoa, cochito, comemoco, coneja, cucaracha, cucurucho, chango, chicholina, chocha, destroncadora, ejotito, espumosa, estadio olímpico, estuche, frijol, Gigina, herida, labios de la negra, limpiapicos, mamey, mensual, molleja, monedero, mono, moño de cochino, moñoñongo, nido, ojo, ojo de Thundera, oso negro, ostión, palomita, panocha, papaya, pata de camello, pepa, pucha, punketa, quelite, quesadilla, remame, rompecondones, sacapuntas, sapo, sardina, selva, siempretibia, tajo, tlacoyo, trompuda, tamal, taquito, tomahawk, tragasables, túnel del amor, tuzita, vaina, verija.

En otros países

- ***Argentina y Uruguay:*** cajeta, concha, cotorra, chacón, cuchufleta, empanada, felpudo, maga, pepa, zorra.
- ***Centroamérica:*** comparte con México muchas palabras como conejo, coño, chocho y mico. En Puerto Rico se usan crica, coño —expresión hispana— y las usadas en Cuba.
- ***Chile:*** cajeta, concha, cholga, chuchundrula, chuchundruleña, hachazo, rajazorra, tirabeso, sonrisa vertical, yoni.
- ***Colombia:*** berenjena, cachucha, chascona, cuca, culito, monte de Eva, mico, papona, pepa, piraña, yoyopola.
- ***Cuba:*** bollo, bototo, coño, marraqueta, papaya, Toto, turrón.
- ***España:*** almeja, asunto, breva, concha, conejo, coño, chichi, chirla, chirri, chocho, chota, chuca, chumino, loncharaja, peseta, potorro, tota, felpudo, vaina.
- ***Perú:*** arepa, bollo, conejo, pepa, espumosa, chorope.
- ***Venezuela:*** bollo, cuca, come el mío, coño, cuchufleta, chocho, cuchara, chucha, guardachurros, paparrucha, pepita, tajo meón.



Y el pene también se llama...

En México: el de abajo, aguayón, birote, brazo de santo, brizna, cabeza de gato, cabeza de pepa, el cabezón, camarón, camote, cara de haba, colgazón, corneta, cuaresmeño, cosa, chaflán, chambarete, chile, chipotle, chorizo, chostón o chóstomo, chupachup, chupas, chupete, chúperson, eso, estaca, lanza, lechero, leño, longaniza, macana, macizo, manguera, masacuata, me agarras, monstruo, morrongo, muñeco, negra, ñonga, pajarito, palanca, palo, paquete, plátano, pirrín, pirulí, pistola, pito, retazo, riata, rifle, sable, salchicha, siéntate, sobas, tilín, torneado, trozo, verga... —en Yucatán y otros estados del sureste es el pirish—.

En otros países

- ***Argentina:*** batata, belín, caranta, cañón, catso, cazzo, chisme, chispa, chorizo, ganso, garompa, picha, pija, pinga, pistola, poronga, soldadotonga, verga.
- ***Centroamérica:*** andorga —en Costa Rica—, arropilla, atarantacharcos, butifarra, cabezona, cipote, clavel, correa, cucota, minga, polla, verga —y muchos otros usados en México—.
- ***Chile:*** bombín, brocha, cabeza de alcancía, cabeza de bombero, cabeza rota, cabezón, cogollo, cogote, collofe, colloma, choclito, chula, pico —pero de ninguna manera "chile"—.
- ***Colombia:*** arriado, cabecipelao, cabeza de bombillo, cabeza de loza, cabezón, cacao, colón, compañero, copa, copetón, corozo, coso, garumpeta, manija, picha.
- ***España:*** cachiporra, cigala, cimbrel, cipote, colilla, conina, chilaba, chistorra, chorra, churro, falo, higo, mástil, miembro, nabo, picha, parra, pija, pilila, polla, seta, tercera pierna, señor calvo.
- ***Perú:*** berengue, bigornia, brazo, brazo de santo, brocha, cabezón, coronta, chisa, el mastilverga, pija, pirulí.
- ***Puerto Rico:*** bicho, bejuco, cabezón, canelón, chota, güevo, minga, pendorcho, tolete.
- ***Venezuela:*** anaconda, cácaro, corota, chorizo, chota, chile, charra, pipe, pirulí, chimbo, poronga.



La felicidad tóxica y las redes sociales

Por Carlos Peregrina

Existe una moda, tendencia, situación, que afirma que todos debemos ser felices por decreto. Tenemos que sonreír, reír y estar contentos todo el maldito tiempo. La depresión, la ansiedad y los trastornos de conducta son mal vistos por esta nueva era del positivismo tóxico.

Pareciera que las emociones naturales que tenemos y que tienen que ver con enojo, tristeza, dolor, preocupación, estrés, ansiedad, flojera, están mal porque a alguien se le ocurrió que los que tienen esas sensaciones son personas tóxicas y están perdidos.

Cuando alguien tiene una pérdida, no falta el comentario de “échale ganas”, “ánimo”, “esto te pasa porque quieres”. Si una persona tiene problemas de obesidad no faltará quien le diga “pues es que debes comer poquito de todo y nivelar los carbohidratos”. Como la persona que sufre de sobrepeso se siente mal, por lo regular no contesta, pero ese tipo de comentarios no ayudan, al contrario, generan más estrés.

Las personas con obesidad han buscado miles de métodos para bajar de peso, han hecho dietas radicales, se han metido a gimnasios, han corrido en parques, han hecho todo lo que está a su alcance, pero a veces se desesperan y al no encontrar resultados se dan por vencidos.

Los gorditos saben que están así porque descuidaron su alimentación, porque no hicieron ejercicio, y por muchas razones de salud; si fuera fácil bajar de peso, ya lo hubieran hecho, créanme. Es como si a un alcohólico o a un adicto a drogas le dijeran "pues deja de tomar o deja de meterte coca". Créanme, las adicciones no son un tema sencillo que se puede manejar solo con el puro pensamiento.

Habrá sido a mediados de la primera década del siglo XXI cuando llegó a la sociedad una teoría llamada "el secreto". Se vendían videos y libros en los que nos decían que por fin se revelaba la neta del éxito y todo se reducía a "decretar". Una persona se ponía a pensar de manera decidida sobre lo que quería y, por arte de magia, se le concedía, porque el universo (según esta visión) conspira a tu favor.

Además, decían que los grandes científicos, empresarios, pensadores, inventores y artistas eran parte de "el secreto". Y de pronto todo se puso en un "decrétalo". Pero resulta que en la cabeza de un ser humano común y corriente hay miles y miles de pensamientos de todo tipo, hay personas que tienen algunos de estos que son intrusivos, es decir, que no controlan y tienen que ver con su formación en la infancia.

El *bullying* al infante no se da solo en la escuela, se da en la casa por los papás, tíos, primos, hermanos, vecinos y a veces hasta de las señoras que ayudan con la limpieza. Los papás, quizá sin querer, son los primeros en maltratar y ofender a sus hijos.

Se dan dos fenómenos, la extrema violencia verbal, física o juntas, o se da el no poner límites a los chamacos y solo son premiados. De ahí que con esa educación, los niños crecieron y generaron pensamientos que no son necesariamente provocados adrede por la persona, y obviamente generó mucha ansiedad, depresión, preocupación y un largo etcétera.

Entonces, llegamos que una persona que tiene emociones naturales como tristeza, ansiedad, molestia, y que no todo el tiempo está feliz, y es mal visto por aquellos que promueven la felicidad impuesta.

Los seres humanos que tienen reacciones normales ante pérdidas y caídas tienen miedo de expresarlas, porque piensan que son mal vistos por otros que todo el tiempo se la pasan presumiendo viajes, parejas, comidas, etcétera.

Ahí entran las redes sociales y sus grandes mentiras: uno abre Facebook, Twitter, Tik Tok, Instagram y todo es felicidad. Muchas mujeres guapas con cuerpos muy admirables salen en traje de baño, *leggins*, minifaldas, y nos ponen frases de superación.

Hay *posts* en internet que supuestamente son de Cortázar, Lennon, Gandhi, García Márquez y tienen dibujos o fotos de bebés, flores, piolines, y todo es paz, amor, felicidad, salir adelante, y otro largo etcétera.

Quién no se pregunta a veces cómo es que hay gente que se la pasa subiendo fotos de viajes por playas, yates, países de Europa todo el tiempo. ¿No trabajan?, ¿en qué trabajan?, ¿para quién trabajan? O fotos de reuniones, alcohol, fiesta. ¿El hígado aguanta tanto? ¿Cómo le hacen para estar ahí? ¿De cuánto es la línea de la tarjeta de crédito? ¿Cómo le hacen?

Pero, además, muchos de los que suben ese tipo de contenido se dedican a postear frases de superación. Todo ello, a un ser humano común y corriente no le genera alegría; en el fondo genera mucha tristeza y preocupación, porque no puede ser como esos *influencers*.

Muestra su vulnerabilidad, porque no puede admitir públicamente que no puede ser como ellos, felices todo el tiempo. Nuevamente la zanahoria se la colocaron al burro en la parte de enfrente y tiene que lidiar con ello porque quiere esa meta, a como dé lugar, porque las redes sociales, los grupos dedicados a sacar dinero con asociaciones, sectas y libros de autoayuda aprovechan esto para sacar dinero y poner en debilidad a quien cae presa de esos deseos.

La felicidad, entonces, se convierte en una imagen posteada en redes sociales, sea de comida, viajes, coches, chiles en nogada, diplomados, conciertos de música, porque debe obtener un *like*, un comentario, algo de parte de los demás internautas para sentir que existen. Es una lucha constante para buscar llamar la atención para que nos vean y nos comenten, ya que sin ello sentimos que no estamos.

La felicidad se volvió un *like*.

Que se rían de nuestras ocurrencias, que nos vean con odio en Twitter por nuestra soberbia intelectual, que vean una fotografía de un libro y un café para que piensen los demás que somos cultos, que nos hagan caso al menos porque todo el tiempo subimos memes.

Y la verdadera felicidad, no la que nos dice la actual sociedad que es, queda hecha a un lado. Entramos a la competencia de quién postea la mejor frase con el mejor piolín, porque no podemos pasar socialmente como lo que somos, seres vulnerables.

Uno debe estar consciente de que no se debe ser feliz por imposición social, se vale estar triste, se vale enojarse, se vale sentir. Tampoco debería una persona frustrarse porque nunca le salió lo de "el secreto" o logró ser millonario con los libros de autosuperación; debemos saber que la vida es un juego de altos, bajos, regulares, que nos equivocamos y que otros también lo hacen, que hay gente bien intencionada y gente que no, que hay envidias, lealtades y traiciones.

No se vale jugar con la mente de los seres humanos con frases positivas, si esa fuera la solución en este planeta, créanme que estaríamos en otro mundo, pero no, una cosa es enfrentar uno sus miedos, enojos, asumir responsabilidades y otra es dejarse ir por las malditas redes sociales que nos engañan a cada rato.

El único secreto es que no hay secreto. Y que quien inició ese movimiento seguramente está hinchado en billetes por todos los libros y conferencias que hizo, no porque hubiera descubierto el hilo negro o el agua tibia.

Muchos de los que se dedican al *coaching* (incluso el coercitivo) se dedican solo a sacar dinero y a aprovecharse de la vulnerabilidad de las personas en este tiempo en el que nada es duradero y todo se evapora fugaz y rápidamente.



Cómo se convirtieron en tiranos

Por Carlos Peregrina

iku4 / Shutterstock.com

Buenos contra malos, ricos contra pobres, mafia del poder contra pueblo bueno y sabio, blancos contra negros, nazis contra judíos, gringos contra rusos, América contra las Chivas, Godzila contra King Kong, Pedro Infante contra Jorge Negrete...

Para ser un tirano necesitas primero ser narcisista, segundo sociópata, tercero manipulador, cuarto que, en tu grupo de trabajo, de amigos y familia, piensen que sin ti los demás no pueden funcionar, para ello deberás ser un gran mentiroso y hacer sentir a los que te rodean que son inferiores a ti, que ellos tienen carencias y deficiencias; quinto, debes ver la vulnerabilidad de tu gente, porque de ahí dependerá que puedas moverlos hacia donde tú consideres.

Un elemento más a considerar es que cuando muestres compasión por los demás solo es para jalarlos hacia a ti, porque tú eres quien resolverás sus problemas, de ahí deberás alejarlos del "mundo pecaminoso", de las tentaciones, de la corrupción; ahora sus adversarios son los seres humanos comunes y corrientes, esos que gustan de todos los pecados carnales. Deberás imponer una moral muy estricta y sobre todo ofrecerles soluciones que te dejen dinero.

Recientemente, Netflix sacó un documental extraordinario llamado *Cómo se convierten tiranos* y en seis capítulos te darán la solución para que puedas llegar a los niveles de Hitler, Stalin, Maumar Gadafi y un sinfín de dictadores que nos han llevado a suprimirnos en todo aquello que huela a libertad.

La fórmula que plantean en el documental de seis capítulos es la siguiente:

1. Conquistar el poder
2. División. Identificación de un culpable
3. Terminar con sus rivales
4. Gobernar con el miedo
5. Estatización de los medios productivos
6. Construir una nueva verdad
7. Construir una nueva sociedad
8. Un manifiesto
9. Gobernar para siempre

Si analizan cada uno de los planteamientos hechos se necesita tener como base el rencor, la venganza, gobernar o liderar con mentiras, buscar enemigos que pudieran existir en el pasado reciente, representar a la competencia o también crearla. Alguien debe jugar el papel del bien y el del mal.

Buenos contra malos, ricos contra pobres, mafia del poder contra pueblo bueno y sabio, blancos contra negros, nazis contra judíos, gringos contra rusos, América contra las Chivas, Godzila contra King Kong, Pedro Infante contra Jorge Negrete...

Maniqueísmo puro.

Para eso se debe construir una nueva verdad y con ello orillar a tus seguidores a creer que lo que les rodea es malo, está contaminado, que si siguen los viejos patrones podrían ir al infierno o morir pobres, accidentados, que nunca avanzarán, se estancarán y serán ellos los causantes de los peores cataclismos.

El molde de la tiranía requiere transmitir la convicción de que hay un culpable de lo que le pasa a los "buenos". Ello implica también la construcción de un argumento según el cual una parte de la sociedad es "buena" y otra es "mala", y que los males que sufre la parte identificada como "buena" es culpa de los "malos".

En el documental, para ejemplificar cada uno de los puntos mencionados, hacen referencias históricas de aquellos que llegaron al poder a través de sus estrategias y desde su posición de poder se convirtieron en tiranos.

Si lleváramos esta información a nuestros niveles sociales para analizarlos, descubriríamos que por ahí nunca faltará un tirano o alguien que sin que te des cuenta te va manipulando con frases y acciones que te llevan a dudar de ti mismo y de tus acciones.

Es por ello que al final del documental, la frase más escandalosa es ¿quién se puede volver un tirano? La respuesta es "cualquiera".

Por ello, más que para el análisis político y porque seguramente al ver el documental pensarás en algún gobernante, político, líder religioso o abogado conocido, podrías voltear a ver con mucho detenimiento y observar por qué te han hecho sentir que eres el extraño del grupo, el raro, el inadaptado del salón y por qué hay personas que aparentan la perfección absoluta.

Nadie ve la televisión



De manera invariable, cuando tengo la oportunidad de conocer a alguien y le digo a qué me dedico normalmente me contestan con un: "Es que yo ya no veo televisión".

Independientemente de si esa aseveración es verdadera o no, lo cierto es que muchas personas piensan que ya nadie ve televisión.

No hay cosa más falsa.

Siendo honestos, Netflix, Amazon, Apple TV, Disney+, HBO Max, Blim, Clarovideo, YouTube y todas las que se sumen esta semana… son televisión. Si bien no son televisión abierta… son televisión.

¿Por qué digo que no hay cosa más falsa? Porque me consta que cuando algo importante sucede, la gente automáticamente enciende la televisión y se informa a través de la televisión. Podrán guiarse por las redes sociales, pero quien informa es la televisión. Esa es una de las mayores fortalezas de este medio electrónico.

El pensar que algún día la televisión abierta desaparecerá es tan ilógico como los millones de veces que hemos escuchado sobre la desaparición de los periódicos o las revistas. Seguramente el número de opciones se han reducido, pero no han desaparecido.

En algún momento se hablaba del fin de los cines por la existencia de la televisión, pero eso tampoco ha pasado.

Es cierto, las costumbres televisivas han cambiado. Los públicos actuales exigen inmediatez, información y diversión, además de que los tiempos de atención han disminuido considerablemente.

Una y otra vez se manifiesta que si los contenidos son buenos y atractivos, el público estará fielmente en la televisión abierta siguiendo cada emisión y esperando el siguiente capítulo al día siguiente o la próxima semana. Casos actuales hay muchos, en donde se incluyen programas de concurso, de espectáculos, telenovelas o programas deportivos. La gente los sigue, se emociona, los comparte y los comenta.

Eso fortalece la premisa de que la televisión sigue vigente, exige renovación, análisis y contundencia, pero sigue vigente.

No existe aquello de que la gente prescindirá de sus pantallas de un día para otro, porque ya no le interesa ver las ofertas que existan, nada más falso. La televisión seguirá teniendo un lugar especial en cada casa y seguirá siendo de los productos más vendidos cada año durante el Buen Fin.

Así de contundente es su presencia, así de irremplazable. Y quienes ahí tenemos la oportunidad de trabajar, siempre agradeceremos la sintonía y la preferencia. Siempre será un honor el que te permitan entrar a la intimidad de sus hogares y formar parte de la rutina diaria de miles de personas… o quizá millones. 360



Por Gilberto Brenis
@GilbertoBrenis

TRANSFORMAR EN GRANDE ES CONSTRUIR UN ESTADO MODERNO

AEROPUERTO INTERNACIONAL DE PUEBLA



PUEBLA GOBIERNO DEL ESTADO 2024 - 2030 | Desarrollo Turístico Secretaría de Desarrollo Turístico | Desarrollo Económico y Trabajo Secretaría de Desarrollo Económico y Trabajo | POR AMOR A PUEBLA | Transformar en Grande | Mundo Maya

Circuito Nacional de
Festivales
por la Paz

CATRINERAS
CHAUTLA

LA MEMORIA NOS REÚNE

9 OCT ♦ 2 NOV

DE JUEVES A DOMINGO • DE 13:00 A 23:00 HORAS

CASAS DEL
TERROR

TRAJINERAS
EN EL LAGO

LEYENDAS
INMERSIVAS

ATRACCIONES
INFANTILES

KIOSKO
CULTURAL

PABELLÓN ARTESANAL Y
GASTRONÓMICO

ILUMINACIÓN
ARQUITECTÓNICA

DECORACIÓN
Y MUCHO MÁS...

@catrineraspue

EX-HACIENDA DE CHAUTLA
SAN LUCAS EL GRANDE, PUEBLA

Gobierno de México | Cultura | Gobierno del Estado Puebla 2024-2030 | Desarrollo Turístico | Convenciones y Parques | Cultura | Por Amor a Puebla | Transformar en Grande | Puebla El latido de México