

Km.cero

fmx
festival
DE MÉXICO
GUÍA
COMPLETA

KILÓMETRO CERO. NOTICIAS DEL CENTRO HISTÓRICO DE LA CIUDAD DE MÉXICO

Marzo 2011 / No. 32



FOTOGRAFÍA: ELOY VALTIERRA / EIKON

EN LA BIBLIOTECA MIGUEL LERDO DE TEJADA, EL MURAL *LAS REVOLUCIONES* (1982) OCUPA 2 MIL M². ES LA OBRA MURAL MÁS IMPORTANTE DE VLADY.

JOYAS EN LOS MUROS MURALES POR DESCUBRIR

POR PATRICIA RUVALCABA

Con una abrumadora variedad temática, técnica y estilística, la obra mural del Centro Histórico es la más importante del país, afirma Leticia López Orozco, del Instituto de Investigaciones Estéticas (IIE) de la UNAM.

La evolución histórica y cultural de México, y la del género mismo, se

pueden apreciar en esta vasta obra, realizada a lo largo de 90 años. Estas joyas pictóricas alojadas en edificios emblemáticos, abarcan desde el inicio mismo del Muralismo Mexicano —en 1922, con *La Creación*, mural de Diego Rivera pintado en el Anfiteatro Bolívar—, hasta *Caminos de palabras y silencios, de hombres y mujeres,*

de recuerdos y de olvidos, de Santiago Carbonell, inaugurado en septiembre pasado en la Suprema Corte de Justicia de la Nación (SCJN).

Pero por lo numeroso de la obra, y por su ubicación en recintos destinados a usos diversos, se dificulta su disfrute. Si bien murales como los de Palacio Nacional son muy visitados,

otros de gran valor son semidesconocidos por ser nuevos —como los de la SCJN—, por falta de difusión —como los del Mercado Abelardo L. Rodríguez— o porque el acceso es restringido —como en la sede del Senado de la República. **Km.cero** ofrece algunas claves para disfrutarlos.

PASA A LA PÁGINA 4



P.3

Una clínica para chavos



No te pierdas...

P.8



P.10

Comer por menos de \$100



Ciudad de **vanguardia**

VISÍTANOS EN:

WWW.KM-CERO.TV

DISTRIBUCIÓN GRATUITA

EDITORIAL

QUE HABLEN LOS MUROS

Uno de los atractivos más “taquilleros” del Centro Histórico es una parte de su patrimonio mural. Mientras algunos murales son visitados masivamente —como los de Palacio Nacional y los de Palacio de Bellas Artes— otros, de gran calidad y muy significativos de la actividad muralística moderna —de 1921 a la fecha— son conocidos sólo por especialistas.

Así es increíble descubrir que al caminar por la muy poblada banqueta de la calle de Brasil, del otro lado del muro del edificio de la SEP, late en toda su belleza un portentoso conjunto mural, casi un museo del muralismo por sí mismo.

El proceso de recuperación del Centro está propiciando condiciones para un disfrute más amplio del patrimonio cultural allí concentrado, y la obra mural tiene que insertarse en este contexto.

Para ello se requiere un esfuerzo conjunto de las instituciones y recintos que custodian/albergan la obra, para crear un circuito bien estructurado y más amable hacia el espectador. También difusión e información de buena calidad. Coincidimos con los especialistas en que una guía sería una extraordinaria herramienta por desarrollar.

El potencial de estos bienes culturales es extraordinario, como lo prueban las peregrinaciones hormiga que siguen llegando de otros países, a conocerlo, y el hecho de que murales recientes ejecutados en otras latitudes se hayan inspirado en él. Los murales *Historia del puerto de Trelleborg* (2009), de Johan Falkman, en Suecia, y *Dolor y destrucción de la guerra* de Nasser Palangi, en Irán, son dos ejemplos.

El reportaje principal de esta entrega es un primer planteamiento de la cuestión, y una invitación a conocer las joyas pictóricas engarzadas en la arquitectura del Centro, sobre todo las menos conocidas.

En este número asimismo, además de contar con la programación íntegra del Festival de México —como ya es tradicional, en forma de encarte—, a celebrarse en el mes de marzo, proponemos varias opciones para comer rico y diverso, por menos de 100 pesos, y les presentamos a una instructora de zumba que valiente y festivamente tomó, con sus alumnas, la Plaza de San Juan. ✨



El Fideicomiso del Centro Histórico lamenta el fallecimiento de
JOSÉ ITURRIAGA,
historiador, sociólogo, escritor y defensor del
patrimonio cultural del Centro Histórico.

No dejes de escribirnos a:

kmcerocorreo@gmail.com

DE LOS LECTORES

DE ÉRICK ORDÓÑEZ:

Buenos días. Primero que nada los felicito por **Km.cero**. Mi nombre es Érick Ordóñez Capuano, tengo 33 años y soy investigador educativo y profesor de posgrado en educación. Les escribo simplemente para expresar que me encantan este tipo de revistas e iniciativas, ya que son de mucha ayuda para los que somos nuevos inquilinos en el Centro Histórico.

Compré un departamento en Márquez Sterling y Revillagigedo y estoy muy contento de vivir aquí. Desde que conocí el proyecto de rescate del Centro Histórico me entusiasmé, mi vida ha cambiado y he adquirido algunas nuevas costumbres, como guardar mi coche y utilizar más la bicicleta.

Me encantaría participar y tener más información de algún colectivo artístico-cultural o social que ayude a promover, rescatar y mejorar la calidad de vida de los habitantes de esta zona. Saludos y gracias por leerme.

ESTIMADO ÉRICK:

Muchas gracias por tus líneas. Efectivamente, en el Centro hay varios colectivos que desarrollan tareas culturales, artísticas y comunitarias. Entre ellos están Casa Vecina (casavecina.com), la Casa de Oficios Vizcaínas ([Vizcaínas 8, 5510 3139](http://Vizcaínas8,55103139)) y la Central de Pueblo (centraldelpueblo.org). También hay asociaciones de vecinos, como Unidos por el Centro Histórico (unidosch.com) e iniciativas de formación, como la Escuela Ciudadana del Fideicomiso Centro Histórico (escueladeformacionciudadanaypb.blogspot.com, 5709 8005, ext. 23). Nos entusiasma saber que nuestro trabajo te resulta útil.

DE DIEGO PÉREZ GUTIÉRREZ (TELMEX HUB):

Por este medio el equipo de la Biblioteca Digital TelmexHub les envía un cordial saludo y agradece profundamente la mención que hicieron sobre la biblioteca en su periódico (**Km.cero**, número 30, p.7).

Nos parece un gesto muy amable el ayudar a difundir nuestro proyecto, que busca beneficiar a todos aquellos sectores de la población con inquietudes tecnológicas, que buscan un espacio dónde interactuar, realizar, concluir y presentar proyectos que beneficien al país.

Así mismo, ponemos a su disposición nuestro espacio, de manera gratuita, para cualquier evento, conferencia o rueda de prensa que deseen realizar.

ESTIMADO DIEGO:

Muchas gracias por escribirnos y por el ofrecimiento tan amable que nos haces. Ten por seguro que lo consideraremos.

DE ANTONIO ALEJANDRE:

Hola a todos. Leí la entrevista del trompetista (en el número 30) y la verdad está muy buena, felicidades a Regina Zamorano, le quedó muy bien. Y es que con tanta noticia de muertos es genial ver algo en la mañana que motive a dar lo mejor. Conseguí su revista en el Laboratorio Arte Alameda. Yo soy fotógrafo y casi diario voy al centro a imprimir. De chico el Centro era la muerte, me llevaba mi mamá a comprar cien cosas y andábamos a pie por todos lados. Luego ya de joven la cosa cambió, ya iba con algún amigo y era por elección propia. A un amigo le gustaba ir a un café en Izazaga casi esquina con Eje Central. Les mando unas fotos, suerte.

ESTIMADO ANTONIO:

Transmitimos tus felicitaciones a Regina. Muchas gracias por tus comentarios y por tus fotografías.

KM.CERO SE REPARTE EN BICICLETA



WWW.CICLOMENSAJEROS.COM • TELÉFONO: 5516 3984

Km.cero PUBLICACIÓN MENSUAL EDITADA POR EL FIDEICOMISO CENTRO HISTÓRICO DE LA CIUDAD DE MÉXICO.

SANDRA ORTEGA RESPONSABLE DE LA PUBLICACIÓN / PATRICIA RUVALCABA Y SANDRA ORTEGA EDITORAS RESPONSABLES

REGINA ZAMORANO Y PATRICIA RUVALCABA REPORTEROS / LILIANA CONTRERAS COORDINACIÓN DE FOTÓGRAFOS / DANIEL CHÁVEZ CORRECCIÓN DE ESTILO

RIGOBERTO DE LA ROCHA DISEÑO ORIGINAL / IGLOO DISEÑO Y FORMACIÓN / EIKON FOTOGRAFÍA / CINTHYA CHÁVEZ NO TE PIERDAS /

OMAR AGUILAR Y DANIEL CHÁVEZ APOYO A LA EDICIÓN

IMPRESIÓN: COMISA, GRAL. VICTORIANO ZEPEDA 22, COL. OBSERVATORIO, C.P. 11840 WWW.CENTROHISTORICO.DF.GOB

REDACCIÓN: NEZAHUALCÓYOTL 120, PISO 16, COLONIA CENTRO. MÉXICO, D.F. TELÉFONOS 5709-6974, 5709-7828 y 5709-8005. kmcerocorreo@gmail.com

NÚMERO DE CERTIFICADO DE RESERVA OTORGADO POR EL INSTITUTO NACIONAL DE LOS DERECHOS DE AUTOR: 04-2008-063013110300-101

CERTIFICADO DE LICITUD DE CONTENIDO: NO. 11716 CERTIFICADO DE LICITUD DE TÍTULO: NO. 14143

LA SALUD SÍ ES UN JUEGO

¿Una clínica para chavos? Más que eso. El nuevo Espacio Interactivo en Salud para Jóvenes Impulso, ubicado en la calle de Santísima, es un modelo innovador de educación médica y detección temprana que le habla coloquialmente a sus usuarios.

POR REGINA ZAMORANO



LA CLÍNICA PUEDE ATENDER ENTRE 80 Y 100 JÓVENES AL DÍA.

FOTOGRAFÍA: CORTESÍA ESPACIO INTERACTIVO EN SALUD PARA JÓVENES IMPULSO

En vez de conferencias soporíferas o consultas médicas que intimidan, la Secretaría de Salud del GDF puso en marcha un proyecto que combina información, participación y diversión a fin de interesar a adolescentes y jóvenes de entre 10 y 24 años en el cuidado de su salud.

Único en México, este centro empezó a operar como programa piloto hace un año, durante el cual se atendieron a mil 200 alumnos de primaria y secundaria.

Se inauguró formalmente el pasado 17 de febrero.

El Espacio Interactivo es un lugar concebido para construir una nueva cultura de prevención.

“Queremos generar un espacio de pertenencia, que los jóvenes sientan que pueden venir a hablar de sus problemas y serán escuchados (...), que aquí pueden detectar algún problema y se les brindará la atención necesaria”, explica la directora, quien es médico bariatra —especialización para el tratamiento del sobrepeso, la obesidad y sus condiciones asociadas— y terapeuta familiar.

DIVERSIÓN Y RESPONSABILIDAD

El lugar funciona mediante un recorrido de unas dos horas y media por nueve espacios, donde los usuarios exploran varios temas apoyados en actividades recreativas.

La idea es romper el miedo al entorno médico, “entender que pueden divertirse, aprender, ser responsables y detectar riesgos a tiempo”, señala la doctora.

En la sala XXXY..., el tema es la sexualidad, el cual se aborda mediante juegos y prácticas, como la colocación de preservativos en modelos anatómicos femeninos y masculinos. Los jóvenes aprenden a prevenir enfermedades de transmisión sexual y embarazos no deseados, conocen sus derechos sexuales y reproductivos, y debaten sobre diversidad sexual y roles de género.

Aliviana tu mente es atendido por una psicóloga que les habla sobre depresión, estrés y trastornos alimenticios, mientras que en Aliviana tu cuerpo los orientan sobre obesidad, sobrepeso y adicciones. Todo en un lenguaje coloquial que abre la puerta al diálogo.

En Ch-K-T, los jóvenes participan en la toma de su presión arterial, se miden, se pesan y checan su agudeza visual o auditiva. En una cabina hexagonal tapizada de espejos, toman conciencia de su cuerpo; si es necesario, se les ayuda a planear una estrategia para fortalecerse o bajar de peso.

De ahí pasan a Actívate, donde valoran su condición física a través de ejercicios y pasos de baile.

En Pro Boca, un asiento de dentista espera al valiente que se dejará examinar por sus compañeros. Entre todos comprenden la importancia de cuidar la dentadura.

Otros dos espacios, Entrelaza2 y Zona Cero, están aún en desarrollo. El primero es un área de vinculación comunitaria y de seguimiento de pacientes, que más adelante coordinará a jóvenes promotores de la salud. El segundo será un lugar para intercambiar experiencias abiertamente, por medio de cine-debates.

El último es un consultorio donde se realizan exámenes ginecológicos a las jovencitas, y se les orienta sobre la prevención del cáncer de mama y de útero. Pronto se aplicarán vacunas contra el sarampión y el virus del papiloma humano, entre otras. De considerarse necesario, se realizan pruebas rápidas de detección de VIH.

“QUEREMOS GENERAR UN ESPACIO DE PERTENENCIA, QUE LOS JÓVENES SIENTAN QUE SERÁN ESCUCHADOS (...) Y QUE SE LES BRINDARÁ LA ATENCIÓN NECESARIA”.

DIRECTORA DEL ESPACIO INTERACTIVO EN SALUD PARA JÓVENES

Si durante las actividades el personal detecta que un chico tiene un problema (adicción, embarazo no planeado, sobrepeso, abuso, depresión), el Espacio Interactivo lo canaliza inmediatamente a un Centro de Salud del D. F., y le da seguimiento.

La directora de Impulsa y su equipo diseñaron todo el programa.

LOS PADRES, BIENVENIDOS

El Espacio Interactivo puede recibir entre 80 y 100 jóvenes al día, que son atendidos por un equipo de 10 especialistas: médicos, enfermeras, trabajadoras sociales y psicólogas.

Hasta ahora los jóvenes acuden en grupos escolares coordinados por medio de la Sedesol, la ssp y la delegación Cuauhtémoc, pero en el futuro recibirán a grupos de cualquier delegación del D. F. Además, se planea trabajar con las brigadas de Prepa Sí y del INJUVE.

Si un joven se presenta por su cuenta, se le atiende con gusto. Los padres también son bienvenidos para recibir asesoría sobre la salud de sus hijos o sobre cómo resolver conflictos con ellos.

Todos los servicios son gratuitos y, a decir de la directora, los muchachos se la pasan muy bien: “hacen bromas, se arma el cotorreo, les encanta”. ✨



Espacio Interactivo en Salud para Jóvenes Impulso
Santísima 10, entre Emiliano Zapata y Guatemala.
M Zócalo o Merced.
L-V 9-16hrs.
Tel. 5542 3618.

JOYAS EN LOS MUROS

MURALES POR DESCUBRIR



FRAGMENTO DE *LOS SIETE CRÍMENES MAYORES*, MURAL DE CAUDURO EN LA SCJN. CON UN LENGUAJE CONTEMPORÁNEO, DENUNCIA LOS VICIOS DEL SISTEMA JUDICIAL MEXICANO.

FOTOGRAFÍA: DERECHOS RESERVADOS A NOMBRE DE LA SCJN

VIENE DE LA PÁGINA 1

DENUNCIA EN LA CASA DE LA JUSTICIA

El corazón se encoje ante el cadáver de una mujer que yace en el fondo de un calabozo. Pareciera que se asoma uno a una mazmorra, pero es el cubo de la escalera suroeste de la SCJN. La imagen se titula *Homicidio* y es parte del mural *La historia de la justicia en México o Los siete crímenes mayores* (2007-2010), de Rafael Cauduro.

Igual de escalofrantes son las representaciones de otros crímenes como la *Violación*, o de vicios del sistema judicial como la *Tortura*.

La obra, de 268m², se desarrolla en tres niveles, inframundo, tierra y cielo (sótano, primer y segundo niveles). Comienza con un *Tzompantli*, sigue con los crímenes y termina con unos ángeles. La técnica es mixta, con óleo sobre tela, metales, fibra de vidrio e incluso vitrales, entre otros elementos.

Inaugurado en septiembre de 2010, se ha vuelto el mural más visitado y estre-mecedor de los que hay en la SCJN, informa uno de los guías.

Cauduro, quien se documentó sobre el tema, hizo una denuncia sobre uno de

los asuntos más sensibles para la gente, la impartición de justicia. Y lo hizo con “una técnica impecable” dice Leticia López Orozco, quien dirige el Seminario de Muralismo del IIE de la UNAM.

Este importante mural hiperrealista “transgrede la técnica” e “integra al espectador y al espacio en la significación de la misma obra”, opina la experta.

También hiperrealista y dedicado a la gente común, está *Caminos de palabras...*, de Carbonell. En 123m², Carbonell usó acrílico sobre lino, óleo y collage fotomural, hoja de oro y barniz de gel acrílico esgrafiado. Se trabajó como pintura de caballete, con pinceles finos.

En un México violento e injusto, representado simbólicamente por un norte masculino, el artista vislumbra esperanza en un sur femenino.

Con *Caminos de palabras...*, la SCJN terminó un ciclo de encargos —ya no hay espacio para murales en el edificio— que duró 10 años e incluyó además obras de Héctor Cruz García, Ismael Ramos, Leopoldo Flores y Luis Nishizawa.

Esos murales jóvenes equivalen a casi mil 100m², y comparten el recinto con frescos de José Clemente Orozco (1940-1941) y de George Biddle (1945). Sobre-

VISÍTALOS

SCJN. Pino Suárez 2, Zócalo. L-V 10-17hrs. Audio guías y visitas guiadas. Tel. 4113 1100 ext. 5810 y 5811. Entrada libre. **Lotería Nacional.** Plaza de la Reforma 1. L-V 10-17hrs. Tel. 5140 7000. Entrada libre. **Templo de Jesús Nazareno.** República de El Salvador y Pino Suárez. L-S 10-18:30hrs., D 11-14hrs. Entrada libre. **Hospital de Jesús.** 20 de Noviembre y República de El Salvador. L-V 9-14:30hrs., S-D

9-12:30hrs. Visitas guiadas. Tel. 5542 6501. Entrada libre. **Biblioteca Lerdo de Tejada.** República de El Salvador 49. L-V 9-17:30hrs. Tel. 3688 9837. Entrada libre. **Museo Nacional de las Culturas.** Moneda 13. Ma-D 10:18hrs. Entrada libre. **Museo del Palacio del Arzobispado.** Moneda 4. Ma-D 10:18hrs. Entrada libre. **Antiguo Colegio de San Ildefonso.** Justo Sierra 16. Ma 10-20hrs., Mi-D 10-18hrs. Ma, entrada libre. Visitas guiadas. Vi-

sale *La justicia*, dividido en dos paneles de composición muy parecida entre sí, donde Orozco retrata a la justicia humana aturdida o inexistente; una justicia metafísica fulmina a quienes violan la ley.

Cauduro y Carbonell trabajaron con libertad. A Orozco se le rescindió su contrato, a manera de censura, cuando llevaba ejecutados 130m² de los 300 para los que fue contratado.

NUEVECITO

Otro mural que huele a nuevo es *El juego de la Fortuna*, de Ariosto Otero, en la sede de la Lotería Nacional. En él se plasma la historia de esa institución y, a través de ella, la del país. El mural, de 220m², recrea elementos de la suerte y el azar desde la época prehispánica: las canicas y el parajito que adivina la suerte, la ruleta, la baraja, los niños gritones.

Muy colorida, tiene adheridos boletos de lotería e implementos usados en los sorteos. Fue inaugurada en julio de 2010.

DOS MIL METROS, PIENSEN USTEDES EN ESO. (...)TENÍA QUE HACER TODOS LOS DÍAS UNA TAREA POR LO MENOS DE DOS METROS, ESTO SIGNIFICARÍA MIL DÍAS DE TAREA (...). NO ME QUERÍA ABURRIR, Y NO QUERÍA ABURRIR A LOS DEMÁS.

VLADY, SOBRE LA EJECUCIÓN DEL MURAL *LAS REVOLUCIONES*.

VALOR PLÁSTICO Y SIMBÓLICO

“No hay lugar en México donde esté concentrado un mayor número de murales que en el Centro Histórico de la Ciudad de México”, afirma Leticia López Orozco, autora y coordinadora general del libro *Escenas de la Independencia y la Revolución en el Muralismo Mexicano*.

No es sólo la cantidad. El Centro tiene un elevado peso específico por haber acunado al proyecto “posrevolucionario, cultural y artístico que con el tiempo (convertido ya en Muralismo Mexicano) colocó a México en un lugar primordial dentro del arte mundial”.

Así, en el contexto del muralismo nacional, el patrimonio del Centro Histórico “tiene un valor no sólo plástico, sino simbólico. Porque está pintado en edificios con una carga simbólica propia, como la SEP o el Palacio Nacional, edificios emblemáticos para el país, no sólo para la Ciudad”.

Gracias a esa decoración, “con el tiempo se han ido re significando estos espacios, sus funciones, y también la obra misma”.

Otro valor del conjunto mural del Centro es su asombrosa cantidad de autores, tendencias, posiciones políticas y estéticas, así como técnicas, que condensa la evolución moderna del género, en 90 años de producción ininterrumpida. Cada ejemplar es una variación única en el curso de esa historia, señala el restaurador del Cencropam Alejandro Morfín.

Para ambos especialistas, la puesta en valor de ese conjunto mural requiere de una guía actualizada que registre lo nuevo, lo perdido —un bello mural de Miguel Covarrubias que estuvo en el Hotel Ritz, por ejemplo— y lo revalorado —como el de Ángel Zárraga en la Biblioteca México.

Asimismo, es necesario un proyecto que los vincule, explique —muchos carecen de ficha técnica— y facilite el acceso físico o virtual —el espléndido mural de Jorge González Camarena sobre Belisario Domínguez (1956), en el Senado, sólo se puede visitar a través de citas. El equipo de López Orozco desarrolla una visita virtual al mercado Abelardo L. Rodríguez.

Vale la pena. Lo que empezó en 1910 como una rebelión estudiantil encabezada por el Dr. Atl, Orozco y Siqueiros, en la Academia de San Carlos, en 1921 tomó cauce en los muros de la Escuela Nacional Preparatoria (San Ildefonso), se convirtió en el Muralismo Mexicano, y luego en una práctica —nacional— muy arraigada de re significación. “Finalmente es lo que hemos sido y lo que somos, y parte de lo que tenemos, porque sin eso, seríamos cualquier sociedad”, señala López Orozco. (P. R.)



FOTOGRAFÍA: MARTHA JARQUÍN. REPRODUCCIÓN AUTORIZADA POR EL INBAL, 2011

MURAL DE MONTENEGRO EN EL EX COLEGIO MAYOR DE SAN PEDRO Y SAN PABLO.

DE CULTO

Exquisito y hierático es *El árbol de la vida* (1921-1922, temple sobre muro) de Roberto Montenegro. Es una de las piezas fundacionales del Muralismo Mexicano, pues fue la primera comisión hecha por José Vasconcelos. Está en El Carmen 31, en el recinto que alojará el Museo de las Constituciones y, cuando se inaugure se podrá apreciar ese mural.

La creación (1922) es el primer mural de Rivera y, para algunos, el arranque oficial del Muralismo. Realizado en el Anfiteatro Bolívar del Antiguo Colegio de San Ildefonso, fue trabajado en encáustica (pigmentos diluïdos en cera); Rivera aún no dominaba el fresco. Su composición tiene rasgos bizantinos y trata sobre lo que el hombre debe hacer para llegar a crear. Un hombre emerge de una fronda, flanqueado por alegorías del conocimiento, la justicia, las artes y otras.

GUERRA Y MEDICINA, EN LA MISMA MANZANA

Perturbador y fascinante, en la bóveda del templo de Jesús Nazareno, el *Apocalipsis* (1942-1944) suelta sus cuatro terroríficos jinetes. El caos aniquila a la humanidad, pero en el coro, una *pietá* concentra la calma. Ya un maestro consagrado, Orozco realizó este fresco afectado por la Segunda Guerra Mundial. La comisión era pintar el interior del templo, pero el proyecto se suspendió por falta de fondos.

Aun inconcluso, el mural tiene “más fuerza” que los de San Ildefonso, en opinión de Alejandro Morfín, restaurador del Centro Nacional de Conservación y Registro del Patrimonio Artístico Mueble (Cencropam), entidad del INBA encargada de restaurar, conservar y proteger el patrimonio mueble nacional.

En la misma manzana está el Hospital de Jesús, y en el primer piso de su claustro se halla el mural *Historia de la Medicina en México*. Antonio González lo realizó entre los años sesenta y setenta del siglo xx. La obra recrea prácticas prehispánicas como la herbolaria y el temazcal, así como la llegada de la medicina occidental. Una de sus escenas más atrayentes es el primer encuentro entre Moctezuma y Cortés, hecho ocurrido justo en la fachada oriente del Hospital.

“LA CAPILLA SIXTINA DE LAS REVOLUCIONES”

El pintor ruso Vladimir Kibalchich, *Vlady*, llegó exiliado a México a principios de los años cuarenta junto con su padre, el intelectual Víctor Serge.

sita virtual. Tel. 5702 2991. www.sanildefonso.org.mx. **Edificio de la SEP/Ex Aduana.** Dos entradas: Argentina 28 y Brasil 31, ésta frente a la Plaza de Santo Domingo. L-V 9:30-17hrs. Visitas guiadas L-V 10, 12 y 14hrs. Tel. 3601 1000 exts. 51406 y 51403. Entrada libre. **Palacio Nacional.** Plaza de la Constitución s/n. L-D 10-18hrs. Visitas guiadas. Entrada libre. **Palacio de Bellas Artes.** Eje Central y Av. Juárez. Ma-D 10-18hrs. D, entrada libre.

Visitas guiadas. Tel. 5512 2593 ext. 1112. www.palacio.bellasartes.gob.mx. **Mercado Abelardo L. Rodríguez.** Venezuela y Rodríguez Puebla. L-D 8-19hrs. **Museo Mural Diego Rivera.** Balderas y Colón s/n. Ma-D 10-18hrs. Entrada libre D. Visitas guiadas. Tel. 5512 0754 y 5518 0183. www.museomuraldiegorivera.bellasartes.gob.mx. **Senado de la República.** Xicoténcatl y Tacuba. Sólo visita guiada. Tel. 5722 4868.

Pronto conoció a Rivera y otros muralistas, pero no sólo discrepó de la mística nacionalista, sino que en la década siguiente fue parte de la Generación de la Ruptura, que desconoció a los “Tres grandes” (Rivera, Orozco y David Alfaro Siqueiros).

Más tarde, el temperamental y rebelde *Vlady* marcó la historia del muralismo a su manera. En la Biblioteca Lerdo de Tejada, antiguo Oratorio de San Felipe Neri, realizó un mural de 2000m² titulado *Las revoluciones* (1973-1982).

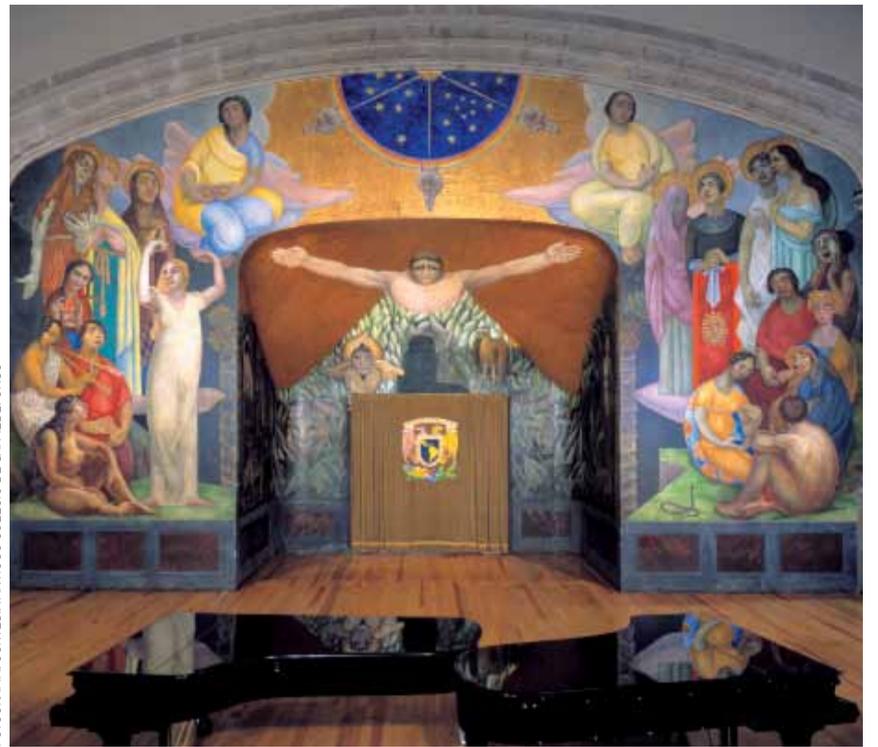
La obra, realizada al fresco y al óleo, es calificada por el sitio oficial del Centro Vlady como “una Capilla Sixtina dedicada a la revolución”.

EN 1924, “SIQUEIROS Y YO FUIMOS ARROJADOS A LA CALLE” POR ESTUDIANTES DE SAN ILDEFONSO “REACIOS A LA BELLEZA”. LOS MURALES “FUERON GRAVEMENTE DAÑADOS A PALOS, PEDRADAS Y NAVAJAZOS”.

JOSÉ CLEMENTE OROZCO, SOBRE LOS MURALES DE SAN ILDEFONSO



HISTORIA DE LA MEDICINA EN MÉXICO, EN EL HOSPITAL DE JESÚS.



FOTOGRAFÍA: CORTESÍA ANTIGUO COLEGIO DE SAN ILDEFONSO

LA CREACIÓN, DE DIEGO RIVERA (1922), EN EL ANTIGUO COLEGIO DE SAN ILDEFONSO.

Inspirado “en los colores venecianos, de los monstruos del Bosco y de los ritmos fluidos de Francis Bacon”, el ambicioso mural repasa todas las revoluciones sociales, así como la religiosa, la musical y la freudiana.

“Esto desentona, desordena por lo menos el sentido clásico del “renacimiento mexicano”, de la pintura didáctica, del fondo oscuro y de las figuras explícitas”, dijo Vlady, sobre el mural. “También desordena el sentido de la pintura más avanzada y refinada que tenemos en México.... A mí me atrae la estridencia...”.

ARTE A LA PASADA

Basta enfilarse el pasillo de entrada al Museo Nacional de las Culturas, para disfrutar de *Revolución* (o *El pueblo contra los tiranos*). Este fresco es el primer mural de Rufino Tamayo. Lo pintó en 1930 y lo rehizo en 1938. Con un tratamiento ligeramente cubista, representa la caída del régimen porfirista mediante personajes del pueblo que someten a unos trajesados.

SANTUARIOS DEL MURALISMO EN EL CENTRO

Una forma deliciosa de pasar varias mañanas o tardes es visitar los recintos que concentran conjuntos murales sobresalientes.

Antiguo Colegio de San Ildefonso

Este antiguo recinto educativo jesuita (1712-1718), convertido en 1867 en Escuela Nacional Preparatoria, anidó al movimiento muralista mexicano. Seis artistas de la llamada primera generación del Muralismo plasmaron allí sus ideas entre 1922 y 1926.

José Clemente Orozco realizó en un primer ciclo (1923-24) ocho murales. Destaca *El banquete de los ricos*, que mediante los recursos de la caricatura política habla de la desigualdad social en México. En un segundo ciclo (1924-26) y bajo preocupaciones más universales, hizo 16 murales; *La trinchera* y *Cortés y La Malinche* son muy celebrados.

En este edificio David Alfaro Siqueiros hizo cuatro murales (1922 y 1924) en los que el artista estableció las bases conceptuales de su carrera: “creación de espacios ilusorios”, “logro de volumetría en espacios planos” e inclusión del espectador “como parte dinámica de la composición”, de acuerdo con la *Guía de Murales...*

También hay obras de Fermín Revueltas, Ramón Alva de la Canal, Jean Charlot y Fernando Leal. Aparte, en el anfiteatro, está *La creación*, de Rivera.



CORTÉS Y LA MALINCHE (1926), OROZCO.

FOTOGRAFÍA: CORTESÍA ANTIGUO COLEGIO DE SAN ILDEFONSO

Edificio de la SEP

Unido a lo que fuera la Real Aduana, este edificio neoclásico (1921-1922) es llamado “el santuario de los murales”. Fue diseñado por Federico Méndez Rivas, para alojar la ambiciosa máquina cultural que Vasconcelos imaginó. Desde que estaba en construcción, Rivera empezó a decorarlo, asistido por Jean Charlot y Amado de la Cueva. Son mil 580m² de murales.

Entre 1923 y 1929, con una interrupción, Rivera realizó 235 tableros. En este edificio ensayó por primera vez la técnica del fresco y el ajuste de la pintura a una arquitectura de gran escala. Temáticamente, exploró “las gestas del pueblo desde su sufrimiento, luchas y martirio, hasta la apoteosis de la resurrección”, de acuerdo con el crítico Antonio Rodríguez. Destacan por su belleza *La maestra rural*, *Zapata* y el cubo de la escalera, que asciende por la geografía mexicana.

En la sección de la antigua Aduana, para *Patricios y patricidas* (1945-1971, piroxilina y acrílico), Siqueiros usó 518m² de una escalinata monumental. El espectador queda envuelto en un violento escenario que representa la lucha de clases.

Este gran edificio alberga más obras sobresalientes de otros artistas, algunas inaccesibles al público. Además de las mencionadas, se pueden apreciar las de Roberto Montenegro, Luis Nishizawa, Raúl Anguiano, José Chávez Morado y Manuel Felguérez.

Palacio Nacional

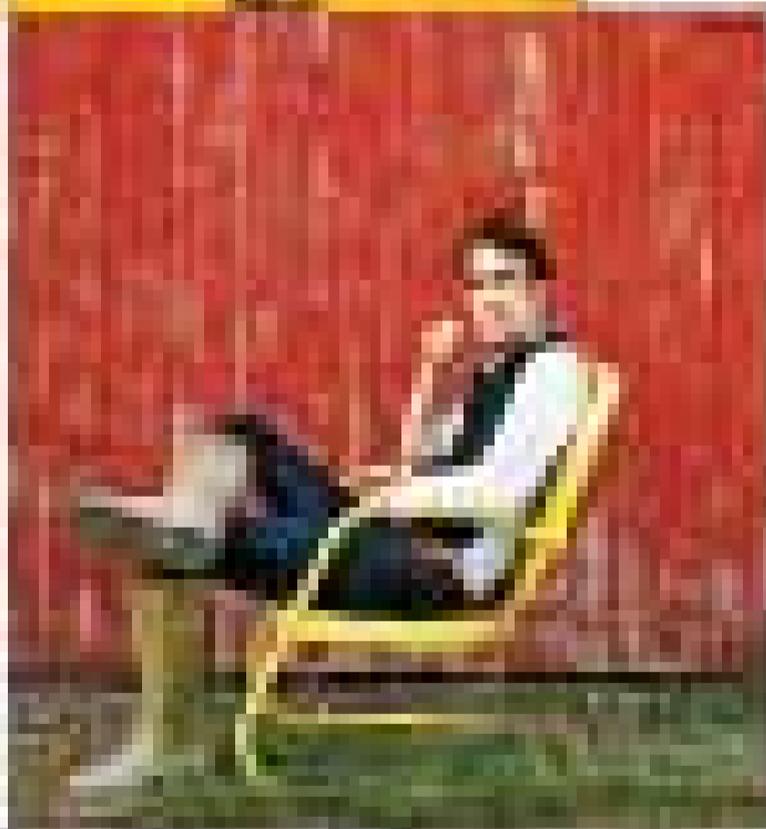
Allí está una de las obras más conocidas de Diego Rivera. En una primera etapa (1929-1935) realizó *Historia de México, desde la época prehispánica hasta el futuro*, en el cubo de la escalera. Luego, de 1941 a 1951 creó, en los muros norte y oriente del primer piso, el conjunto de once murales *Historia de México, de la época prehispánica a la conquista*, dos en grisalla y nueve en color. El primer ciclo se inserta en el discurso del Estado mexicano posrevolucionario; el segundo es una glorificación del pasado prehispánico. De acuerdo con el crítico Antonio

fmx festival DE MÉXICO

10-27 marzo 2011
festival.org.mx



19 marzo



Consulta www.festival.org.mx

FESTIVAL



FOTOGRAFÍA: D.R. A NOMBRE DE LA SCJN

LA GUERRA Y LA PAZ (1945), DE GEORGE BIDDLE, EN LA SCJN.

Unos pasos más hacia el Zócalo, en el Museo del Palacio del Arzobispado, en el cubo de la escalera está *Canto a los héroes* (1956), de José Gordillo. Un obrero que manipula aparatos domina la composición, como una deidad. Abajo, desfilan personajes históricos, algunos inusuales, como Yanga (precursor de la libertad de los esclavos) y a Austreberta Rentería, esposa de Villa.

Si pasa por el Sanborns de los Azulejos, no deje de ver *Omnisciencia* (1925). Orozco compuso este mural con figuras humanas desnudas; es una alegoría del saber oculto, a tono con el esoterismo que flotaba entonces en el arte mexicano.

Y frente a la Alameda, en la plaza contigua a Corpus Christi, está *Velocidad* (1953), un mural escultórico con mosaico, parte de los ejercicios que Siqueiros llamó "plástica dinámica". La pieza era parte de un conjunto realizado con otros artistas para una empresa automotriz. En 2005, ante su posible pérdida, fue instalada en el Centro. Aún sin su contexto original, da cuenta del insaciable genio creativo de *El Coronelazo*.

NO SE PUEDEN VER, PERO...

Aunque no se pueden ver, pues el acceso al edificio está restringido, hay que mencionar los murales de Montenegro en la sede del Cencropam, en San Ildefonso 60. Se trata de *La fiesta de la Santa Cruz* (1923-1924) y *Reconstrucción* (1931-1933), sobre el tema constructivo. Allí mismo, en una cúpula, otro maestro del muralismo, Xavier Guerrero, pintó al temple en 1921 *Los signos del Zodiaco*.

Igualmente es difícil ver, por cuestiones de seguridad para los niños que ahí estudian, el conjunto plástico del centro Escolar Revolución (1934-1937). El recinto reúne obra de Raúl Anguiano, Aurora Reyes, Fermín Revueltas, Gonzalo de la Paz, Ignacio Gómez, Antonio Gutiérrez y Everardo Ramírez. ✨

Reportaje realizado con la colaboración de Martha Jarquín. **Fuentes:** Esther Acevedo et. al., *Guía de Murales del Centro Histórico de la Ciudad de México*, Universidad Iberoamericana-CONAFE, 1984; Leticia López Orozco, coord., *Escenas de la Independencia y la Revolución en el Muralismo Mexicano*, ALDF, 2010; "10 mil m² de murales en el Centro Histórico", en *Centro para caminantes* n.3, feb-mar, 2003; www.vlady.org, consultado el 18/02/2011.



FOTOGRAFÍA: DERECHOS RESERVADOS A NOMBRE DE LA SCJN

FRAGMENTO DEL MURAL CAMINOS DE PALABRAS... (2010), DE CARBONELL EN LA SCJN.

Rodríguez, en estos murales Rivera insiste en "demostrar, a su pueblo, que no es un pueblo huérfano, sin historia, sino que proviene de los grandes urbanistas que trazaron Teotihuacán; de los matemáticos mayas que inventaron el cero..."

Palacio de Bellas Artes

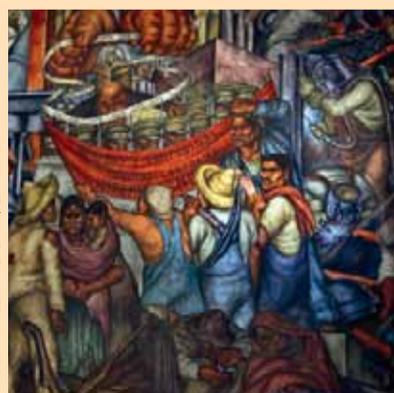
Este recinto concentra obra de los Tres grandes, y de otros exponentes importantes del muralismo mexicano.

Catarsis (1934, 50m²), de Orozco, es una de sus obras cumbre. Muestra la repulsión del autor hacia el caos y la corrupción de la sociedad moderna.

De Diego Rivera están, entre otros, *El hombre en el cruce de los caminos*, 1934, segunda versión de un mural que pintara en Nueva York y que fuera destruido por sus detractores.

David Alfaro Siqueiros pintó el tríptico *La nueva democracia*, *Víctimas de la guerra* y *Víctimas del fascismo* 1945, piroxilinas cuya perspectiva "persigue" al espectador, así como dos tableros conocidos como *Homenaje a Cuauhtémoc*, 1950.

Además hay obra de Rufino Tamayo, Jorge González Camarena, Manuel Rodríguez Lozano y Roberto Montenegro.



FOTOGRAFÍA: ELOY VALTIERRA / EIKON

MURAL DE M. GREENWOOD. FRAGMENTO.

Mercado Abelardo L. Rodríguez

Uno de los más interesantes conjuntos murales del Centro es el de este Mercado, construido entre 1933 y 1934. Con la intención de eliminar cualquier transición entre la vida cotidiana y el arte, se invitó a una decena de artistas a decorar el edificio. Realizados entre 1934 y 1936 en más de mil m², los murales tocan temas costumbristas —*Los mercados*, de Raúl Gamboa—, educativos —*Influencia de las vitaminas*, de Ángel Bracho—, his-



FOTOGRAFÍA: ELOY VALTIERRA / EIKON

ESCULTO-MURAL DE ISAMU NOGUCHI EN EL MERCADO ABELARDO L. RODRÍGUEZ.

toricistas y de denuncia. En la entrada de Rodríguez Puebla y Callejón de Girón, en el cubo de la escalera, destaca el mural de Marion Greenwood, *La industrialización del campo*, y donde remata la escalera, el imponente esculto-mural *Historia de México*, de Isamu Noguchi. Este relevante conjunto, verdadero muestrario de los muralistas de la llamada segunda generación, acaba de ser restaurado.

Museo Mural Diego Rivera

En 1947, Rivera pintó *Sueño de una tarde dominical en la Alameda Central*, una de sus obras maestras, para el Hotel del Prado, situado junto a la Alameda. En 74m² plasmó un paseo imaginario por la historia de México, salpicado con pasajes autobiográficos. Tras los sismos de 1985, que derrumbaron el Hotel, el mural fue preparado y trasladado a unos metros de allí a un museo construido ex profeso. La maniobra, a cargo de expertos de la Facultad de Ingeniería de la UNAM, se describe en la página electrónica del recinto. (P. R.)

CINE

El blues en seis documentales

El Palacio de la Escuela de Medicina alojará durante este mes la proyección de una célebre serie documental dedicada al blues, como remate del programa Blues en el Centro Histórico.

Los amantes del blues —género creado en el sur de Estados Unidos por los esclavos de origen africano y sus descendientes— podrán darse un banquete con la proyección de seis de las siete cintas que conforman *The Blues* (2003).

La serie fue producida por el director Martin Scorsese y buscó documentar la evolución del blues de conjunto de melodías parroquiales, a lenguaje

musical universal. Para ello convocó a seis cineastas de renombre; Scorsese realizó uno de los documentales.

The Blues llega al Centro gracias al experto Raúl de la Rosa y al Fideicomiso Centro Histórico.

Las proyecciones, gratuitas, son de 19 a 21hrs., todos los jueves de marzo. Éste es el programa: día 3, *Feel Like Going Home*, de Martin Scorsese; día 10, *The Soul of a Man*, de Wim Wenders; día 17, *Warming by the Devil's Fire*, de Charles Burnett, y *The Piano Blues*, de Clint Eastwood; día 24, *The Road to Memphis*, Richard Pearce, y día 31, *Godfathers and Sons*, de Marc Levin.



Ciclo de cine blues

Palacio de la Escuela de Medicina. República de Brasil esquina República de Venezuela, frente a la Plaza de Santo Domingo. M Zócalo.

Funciones, todos los jueves de marzo, 19-21hrs. Todas las cintas tienen subtítulos en español.

Entrada gratuita. Informes: 5623 3123.



CRÉDITO: FOTOGRAFÍA: CORTESÍA MUSEO DE ARTE POPULAR

Exposición Cuarto Concurso de Papalotes MAP

Museo de Arte Popular. Revillagigedo 11 (entrada por Independencia). M Juárez e Hidalgo.

Hasta el 11 de abril de 2011. Ma-D 10-18hrs., J 10-21hrs.

Admisión general, 40 pesos; menores de 13 años, personas con capacidades diferentes, miembros del INAPAM, estudiantes y maestros, exentos de pago; domingos, entrada libre.

Tel. 5510 2201 exts. 103 y 105. www.map.df.gob.mx.

EXPOSICIONES

Papalotes en el cielo del MAP

Se cree que fue inventado en China hará unos dos mil 800 años, con seda y bambú, y luego esparcido por el mundo. Aunque hay otras teorías. A México lo trajeron los españoles y aquí adquirió el nombre náhuatl de papalote (de papalotl, mariposa), con los mismos usos que en todas partes: recreativo, artístico o práctico. El Centro no tiene espacios tan abiertos como para una gran exhibición de papalotes, pero eso no obsta para que conste.

Desde el 19 de febrero y hasta el 11 de abril, decenas de papalotes estarán suspendidos en el patio del

Museo de Arte Popular (MAP), llenándolo de colores y formas geométricas, abstractas, animales, florales y más.

Con el objetivo de fomentar la elaboración artesanal de papalotes, el MAP convoca cada año a un concurso, y con los ejemplares participantes monta una exposición. En ésta, la cuarta edición, se mostrarán unos 70 artefactos, creados con materiales como papel de China, tela, plumas y madera. Las dimensiones de las piezas son de hasta 3m de ancho y hasta 6m de largo, sin considerar la cola. Una cita familiar de cajón.

CAFÉ Y TAPAS

Café Bar Celona: sabor a la intemperie

Con el retorno del calor, el cuerpo pide resarcirse del frío invernal y para ese noble fin, el Café Bar Celona ofrece sus mesas al aire, en el corredor peatonal cultural Regina. Este pintoresco recinto del buen beber, comer y mirar abre a las ocho de la mañana con una barra de café (12 pesos el americano y el expreso) y paquetes de desayunos (desde 25). A media mañana se antoja el bocadillo de embutido y queso (22, junto con un café).

El baño de sol se puede disfrutar en la comida con una ensalada, una baguete (45) o un combo compuesto por dos deliciosas tortitas de bacalao y

café (30). Los panes y pasteles son de la casa. Para los golosos, imprescindible el pastel de frutos (22, base de nuez picada, crema batida, philadelphia y frutos de temporada), ni una nieve de frutos del bosque (12-18).

Abierto el pasado agosto, el Bar Celona no niega la cruz de su parroquia. La ascendencia catalana de Ramón Xutglà, uno de los socios, está en la vocación ramblesca del local, que para la tarde y la noche ofrece además una carta de vinos (desde 35 la copa) y licores, tapas (sobrasada, pan con tomate, pierna, queso y jito-mate, etc.), immmh!h!

Café Bar Celona

Regina 51,

esq. 5 de Febrero.

M Isabel La Católica.

J-S 8-01hrs.,

D-Mi 8-23hrs.

Internet inalámbrico;

entregas a domicilio;

venta de pasteles completos.

Tel. 5709 0099.



FOTOGRAFÍA: BARRY WOLFROY

NEVERÍAS-HELADERÍAS

Dulzura bajo cero

Y hablando de calor, en el Centro Histórico hay numerosos puntos donde refrescarse el gaznate con un helado, una nieve o una paleta. En estos sitios, además, hay mesas o *lounge* para reposar.

Santa Clara:

delicias frías y ambiente cómodo

Santa Clara ofrece en un cómodo entorno una carta de unos 35 sabores, y va de una bola de nieve, helado o helado light (24 pesos), a una paleta de agua, quizás de maracuyá (13) o de crema o ¿qué tal de cajeta? (15). Los helados "premium" tienen sabores más refinados: amareto/almendra, cereza/nuez o triple chocolate (36). Aún se puede escalar hasta especialidades como el coctel Santa María (2 bolas de helado, chocolate y chantillí, 52-80). En esta temporada, disfrute la nieve de vino tinto/frutos rojos o la de granada/arándanos. También hay café (18-22 el americano), frapés, pastelería y galletas.

Moyo. Yogurt con forma de helado

Ese dejo suave y alcalino del yogurt está en el fondo de los productos que ofrece esta heladería minimalista con apenas cuatro meses de vida. Además de deleitarse con el mero sabor de un yogurt sin grasa, se obtienen 300 millones de lactobacilos/g, presume esta empresa mexicana. El menú: natural (5oz-13oz, 23-50 pesos); de plátano, té verde o taro, una raíz taiwanesa (25-57), y copetes de fruta, fruta seca y/o cereales (13-15). Las especialidades son el *parfait amour* (con granola y tres frutas, 40)

y la mañana gloriosa (con fruta, miel y granola, 28).

En el reino de las nieves:

Tepoznieves.

Como su nombre lo indica, éste es el reino de las nieves, con más de 130 sabores en 7 categorías, entre ellas "tradicionales" (café con leche, cacahuate), "de dioses" (mil flores, chinelo: frutas, yogurt y miel), "envinadas" (higo/mezcal, coco/ginebra) o "picantes" (jícama/chile, mango/chile). Las porciones van de dos bolas (28 pesos) a ocho (70). Este refrescante enclave tiene además el encanto de la madera tallada con motivos vegetales y policromada.



La Michoacana: Paletas al por mayor.

Una de las franquicias mexicanas más populares, La Michoacana, también tiene presencia en el Centro. Las paletas, de agua (10) o de crema (14-16), son su producto insignia. Hay más de 50 sabores y colores, piense uno, y aquí lo hay: arroz, frutas secas o queso/zarzamora (crema), o mandarina, nanche o piña/chile (agua). También hay helados (15-22) y cocteles.



FOTOGRAFÍAS: EIKON

Santa Clara. • Madero 56, local 1, esq. Isabel La Católica, M Zócalo y Allende. L-V 9:30-21:30hrs., S 9:30-22hrs., D 11-20hrs. • Madero 71, casi esquina Monte de Piedad (Zócalo). M Zócalo. L-V 9:30-21:30hrs., S 9:30-22hrs., D 11-20hrs. • Gante 4, esq. Madero. M Allende y San Juan de Letrán. L-J 8-21hrs., V 8-22hrs., S 9-22hrs., D 10-21hrs.

Moyo. Isabel La Católica 30, esq. Madero. M Zócalo. L-D 11-21hrs.

Tepoznieves. Donceles 4, esq. Eje Central, M Bellas Artes. L-D 11-19hrs.

La Michoacana. • Zócalo. Plaza de la Constitución 13, altos., L-D 10-20:30hrs. • Bolívar 43, esq. República de Uruguay, M Isabel La Católica. L-D 10-20hrs. • Pino Suárez 18, esq. Venustiano Carranza, M Pino Suárez. L-D 10-21hrs. • 5 de Febrero 50, esq. Regina, M Isabel La Católica. L-D 12-22hrs.



FOTOGRAFÍA: EIKON

Sonidos de México

<http://comunicacion.ucsj.edu.mx/sm/>.

EN LA RED

Sonidos a la carta

¿Cómo suena el mercado de La Merced? ¿Y el restaurante del Sanborns de Los Azulejos? ¿Qué se oye si uno se detiene un rato en el Zócalo? Y una tienda de telas, ¿cómo suena?

Los pregones de La Merced, los chasquidos de la cuchillería en el Sanborns, los retumbos del huehuétl y el siseo de los ayoyotl —nueces huecas del árbol ayoyote cosidas a una cinta y atada ésta a los tobillos— en el Zócalo, son característicos del Centro. Así como la campana del camión de la basura o el grito de los vendedores de gas lo son de la ciudad.

Porque el patrimonio cultural inmaterial también se compone de

sonidos y de paisajes sonoros, el Colegio de Comunicación de la Universidad del Claustro de Sor Juana, con sede en el Centro Histórico, lanzó en enero pasado *Sonidos de México*, "el primer banco sonoro mexicano".

El proyecto, con 800 registros, muestra parte del carácter sonoro nacional. Incluye sonidos de animales, de objetos, de personajes, canciones e instrumentos, así como paisajes interiores y exteriores, urbanos y rurales, y efectos especiales. Los registros son de alta calidad y se pueden descargar gratuitamente en formato mp3, monoaural a 64kbs, así como en formato estéreo y de alta resolución.

PARA COMER RICO Y POR MENOS DE 100 PESOS



El aroma de las especias, la deliciosa masa azul, una paella espectacular o una humeante parrillada son algunas de las posibilidades...

POR **FABIOLA GARDUÑO**

MUY MEXICANOS

Ésta es una recomendación de boca en boca: los tlacoyos y las quesadillas (\$10-\$12) Don Robert. El local que aloja este puesto está inundado del aroma de la masa de maíz azul cociéndose en el comal. Los tlacoyos son de frijol o haba, coronados con nopales y queso; las quesadillas, de hongos o pollo, quelites o picadillo, y más. Las salsas son un delicioso toque final. Suele estar lleno, quizá te toque comer de pie.



EL ANIMADO SALÓN CORONA.

En la misma sintonía, muy mexicana, está la Casa del Pavo, que lleva desde 1901 ofreciendo tortas. Prueba las de pavo o bacalao (\$30). O bien, por 45 pesos, un sabroso menú: tres tipos de sopa y tres guisados a elegir, alguno de los cuales incluye el tradicional pavo, postre y café. O si no, qué tal tres tacos de pavo (\$17), con los succulentos chiles en vinagre hechos en casa.

En Isabel La Católica está Poc-Chuc, donde te espera la aromática comida yucateca: tacos de cochinita, codzitos, papadzul o salbutes (desde \$48 la orden); torta de cochinita (\$26) o de relleno negro (\$30), que podrás acompañar con una exquisita sopa de lima (\$38). Lo irresistible es el chamorro (\$96), que se lleva bien con una horchata (\$18) o cerveza (\$18-\$26). Los sábados y domin-

gos hay jarana y trío para disfrutar de la sobremesa.

POR EL RUMBO DE REGINA

Los Canallas es el nombre de un restaurante de ambiente juvenil, que ofrece a diario tres menús, todos con sopa, ensalada o empanada como primer tiempo. Como plato fuerte, en el menú El Canalla se sirve salmón a las brasas o arrachera (\$95) y en El Canallita, brochetas de pollo o parrillada de verduras (\$75-95). Ambos llevan una copa de vino. El tercero, La Mexicanita, lleva un plato casero, podrían ser albóndigas, rajitas con crema o milanesa (\$65), con agua del día, ¡¡immmm!!!

EN MENÚ O A LA CARTA, DE SABORES SENCILLOS O EXÓTICOS, LOS LUGARES PARA COMER BIEN Y CON POCO DINERO ABUNDAN EN EL CENTRO.

También en la peatonal Regina está Al Andar. En este restaurante-mezcalería se preparan cada día delicias mexicanas y de fusión. De entrada, sopa de lentejas, de verduras o cremas. De plato fuerte puede tocarte pollo al pastor, pero son especialistas en darle sabor al pescado: lo preparan al pastor, al limón o en crujientes croquetas. El menú (\$90-\$95) incluye agua de fruta.

Especial por su gran variedad de alimentos, originalidad y buen ambiente es la Hostería La Bota. Bajo el concepto de "comida de barrio", La Bota sirve platos originales con influencia de varias cocinas. Una prueba son las tortas: la gran chinampa se hace con bistec, chistorra, chorizo argentino y queso, y se ahoga



FOTOGRAFÍAS: ELOY VALTIERRA/EIKON

CARDAMOMO, CURRY O AZAFRÁN, SABORES PARA DISFRUTAR EN BUKHARA.

en salsa verde (\$69). Entre muchas otras opciones están la megaqueca, de queso Oaxaca y epazote (\$39), el rollo árabe (\$49), la tortilla de papa (\$50) o el choripán (\$49). Para pasar el bocado, cerveza (\$25) o vino (\$35).

PARA AUDACES

Para paladares aventureros, el restaurante Bukhara es una probadita de la India, justo en el Zócalo. El bufete (\$85 adulto, \$65 niño, sin bebida), incluye sopa y cinco guisos: cordero al curry o trozos de pollo sazonados con garam masala, verduras empanadas con harina de garbanzo, arroz y lentejas. El Naan (pan tradicional parecido a una tortilla) te puede encantar. El marcado sabor del cardamomo, curry, azafrán, pimienta negra y blanca es toda una experiencia.

En la ruta de las especias también está Helús, tienda de productos árabes con más de 60 años de vida. Desde las dos de la mañana comienza la elaboración de las apetitosas empanadas (\$19-\$22). Una de carne y una de espinacas con jocoque bastan para llenar a cualquiera, pero sus sabores despuntan con una mini-orden de tabule, de garbanzo o de salsa de ajonjolí (\$5 c/u). Otra opción es el Kepe (\$25) —carne de res con trigo y piñones—, y aún alcanza para un

dedo de novia —pasta filo rellena de nuez o nata y cubierta de miel— o un dulce de higo (\$20), e incluso para un exquisito café turco (\$12). El local tiene pocas mesas; se puede hacer un pedido para llevar.

Che Boludo es el lugar perfecto para disfrutar una parrillada sin que duela el bolsillo. Hay menú de tres tiempos (\$52), que entre los platos fuertes incluye un jugoso trozo de carne a la parrilla. Otras opciones a la carta son el choripán (\$30), chistorra con queso (\$30) o empanadas (\$15). Los miércoles son especiales de chamorro y mariscos. Puedes acompañar tu comida con una cerveza (\$18-\$24) o una copa de vino (\$40-\$45).

Mi Fonda es para degustar succulentos platillos españoles. Pintoresco pero reducido, el local te invita a compartir mesa con otros comensales. Eso, o la espera, valen la pena, por un potaje de lentejas (\$12) o una humeante fabada, para empezar. Para seguir, lengua estofada o la especialidad de la casa: paella valenciana. Se sirve a la carta y cada plato cuesta de 20 a 45 pesos. Imperdonable sería no cerrar con una natilla o arroz con leche (\$10).

Otra opción a lo español, pero en modalidad de tapas, es la charcutería El Porvenir, en el festivo Mercado de

San Juan. Aunque su fuerte es la venta a granel, en un rincón del mostrador ofrecen tapas. El platón (\$90) incluye diez diferentes variedades de embutidos, como butifarra blanca, negra, fuet y sobrassada. Otra opción son las baguettes (\$30-\$60) de jamón serrano, chorizo de pamlona, chistorra, etc., de 20cm aproximadamente, todas llevan queso y, al igual que las tapas, una copa de vino de cortesía. Si te quedas al postre: crema catalana, ideliciosal! (\$15), café (\$14-\$25) y copa extra de vino (\$10).

Si andas de talante italiano, puede que te encamines a PizzaN Love, cuyas crujientes pizzas llevan más de ocho ingredientes y puedes elegir entre una exquisita variedad de quesos (\$28-\$33 la rebanada). O bien ensalada (\$54), lasaña (\$75) o un panino con jamón de pavo, roast beef, o el vegetariano (\$67). El sitio es ideal para disfrutar al aire libre en la animada calle de Motolinía.

DEL MAR

Para los amantes de los mariscos, El K-Guamo es un puesto localizado en la esquina de López y Ayuntamiento. Con 35 años de servicio, se ha hecho buena fama con sus ricas empanadas de camarón (\$20), tostadas de pulpo, pescado o jaiba (\$25), sus filetes (\$30) y, cómo no, el clásico coctel de camarón (\$40 y \$80). Y si amerita, un caldo de camarón bien caliente (\$40-\$80) o una sopa de mariscos (\$85).

CON BULLICIO INCLUIDO

Si te gusta comer en ambientes bulliciosos, allí están las cantinas. Una de las más acreditadas y favorita de los futboleros es el Salón Corona. Por tu mesa pueden desfilar antojitos como una torta (\$25-\$39) o taco de carne al pastor (\$10), un coctel de caracol (\$56) o tostadas de pescado o pulpo (\$21), o quizás un plato de bacalao, rellena o romeritos (\$37-\$43). Para refrescarse, ob-via-men-te, cerveza: cañita (\$22) o tarro (\$35).

Si la onda es cultivar la tradición de la "botana", ahí está la cantina La Vaquita. Si consumes tres bebidas, te



SAZÓN DE ITALIA EN PIZZA 'N LOVE.

servirán sopa y podrás escoger entre tres guisados, por ejemplo: chicharrón en salsa verde, chile relleno de queso o cerdo en pasilla. De jueves a domingo hay caldo gallego o paella. También hay tortas (desde \$25), tacos (\$25 la orden de 3), *chelas* (desde \$20) y más.

Y MÁS LIGERA...

La agradable cafetería del Museo Mexicano del Diseño (Mumedi) ofrece menús con un toque contemporáneo, que incluyen sopa o consomé —hecho con pasta oriental y vegetales *babies*—, plato fuerte, agua fresca, café o té (\$95). También puedes mimarte con una ensalada o un sándwich (\$58) y un jugo natural (\$18). Todo se prepara al momento, con productos cien por ciento naturales. El lugar, en la peatonal Madero, anima a la sobremesa con un buen café (\$18-\$35) y música *lounge*.

Los vegetarianos son bien recibidos en todos los sitios mencionados, pero con bombo y platillo en Los Vegetarianos, sitio que ofrece un menú (\$68-\$100) con más de 20 platillos a elegir: sopa de calabaza, de jitomate o de cebolla, y entre los fuertes, setas al ajillo, brócoli almendrado, arroz turco o chile al gratín. Incluye agua, tortilla o pan y postre. Puedes pedir a la carta (sopas desde \$25, plato fuerte o ensaladas, desde \$45). Otra ventaja, su ambiente tranquilo y fresco. ✨



PAELLA, UNA DE LAS ESPECIALIDADES DE MI FONDA.

a quién le dan pan que llora

DON ROBERT

Madero 39, local 39.
Pasaje Pimentel.
M Zócalo y Allende.
L-D 09-18:00hrs.*



LA CASA DEL PAVO

Motolinía 40. M Zócalo.
L-S 12:30-16:30hrs.*
Tels. 5518 4282 y 55182916.

POC-CHUC

Isabel La Católica 83, nivel 2.
M Isabel La Católica.
L-D 10:30-18:30hrs.**
Tel. 5709 3613.

AL ANDAR

Regina 27-B.
M Isabel La Católica y Pino Suárez.
L-D 08:00-02:00hrs.**
Tel. 5709 1229.

LOS CANALLAS

Regina núm. 58-D.
M Isabel La Católica
y Pino Suárez.
D-J 08-22:00hrs.
V-S 08:00-02:00hrs.**
Tel. 5709 1200.

HOSTERÍA LA BOTA

San Jerónimo 40,
Local 2.
M Isabel Católica.
D-Ma 13:00-24:00hrs.
J-S 13:00-02:00hrs.*
Tel. 5709 9016.



BUKHARA

Plaza de la Constitución 13,
locales 1, 2 y 3. M Zócalo.
L-S 12:00-20:00.**
Tel. 5510 3731.

HELÚS

República de El Salvador 157.
M Pino Suárez y Zócalo.
L-V 09:00-19:00hrs.
S- 9:00-17:00hrs.**
Tels. 5522 2130 y 5542 2693.

CHE BOLUDO

Netzahualcóyotl 165-B.
M Isabel La Católica.
L-V 8-20:00hrs. S 08:00-18:00hrs.**
Tel. 5709 2010.

LA VAQUITA

Mesones 54. M Isabel La Católica.
D-L 11:00-23:00hrs.*
Tel. 5709 3126.

EL PORVENIR

Ernesto Pugibet 21
Mercado de San Juan, Local 2
(Mercado de mariscos). M San Juan
de Letrán y Salto del Agua.
L-D 09:30-16:30hrs.***
Tel. 5521 3726.
www.embutidoselprovenir.com.mx.

MI FONDA

López núm. 101. M Salto del Agua
(Línea 8) y Bellas Artes.
Ma-D 11:30-16:30hrs.*
Tel. 5521 0002.

PIZZA 'N LOVE

Filomeno Mata 18, Loc. 6.
M Allende y Bellas Artes.
D-M 12:00-22:00hrs.
J-S 12:00-01:00hrs.**
Tel. 5518 0123.
www.pizzanlove.mx.

SALÓN CORONA

Bolívar 24. M Zócalo.
L-D 08:00-02:00hrs.*
Tel. 5512 5725.
www.saloncorona.com.mx.

MUMEDI

Madero 74. M Zócalo.
Ma-D 08:30-21:00hrs.
L 11:30-21:00hrs.****
Tel. 5510 8609 y 5510 9771.
www.mumedi.org.

LOS VEGETARIANOS

Madero 56, Altos. M Zócalo.
L-D 13:30-18:30hrs.*
Tel. 5521 6880.

EL K-GUAMO

Ayuntamiento s/n, entre López y
Aranda. M San Juan de Letrán.
L-D 09:30-18:30hrs.*



* Sólo pago en efectivo.

** Pago en efectivo y todas las tarjetas, excepto American Express.

*** Pago en efectivo y en efectuales.

**** Pago en efectivo y cualquier tarjeta de crédito, incluida American Express.

“LA MÚSICA ME AVIVA”

POR REGINA ZAMORANO

Son casi las seis de la tarde de un jueves y la Plaza de San Juan está rebosante de vida. Los niños se divierten en las resbaladillas, los jóvenes corren y unos señores, en las bancas, platican.

En otros tiempos, sería hora de que las campanas de la iglesia del Buen Tono llamaran a misa; en vez de eso, se oyen los primeros compases de una samba de Sergio Mendes.

Una docena de mujeres y niñas responde al alegre llamado, y se agrupan en la cancha de basquetbol para iniciar su clase de zumba, una disciplina que mezcla el ejercicio con pasos de baile de muchos géneros. La instructora, Silvia Huerta Heredia, *Chiviri* de cariño, se coloca al frente y empiezan los estiramientos.

Las bancas ya están abarrotadas de jóvenes y señores listos para “el *show*”. Aun los transeúntes más apresurados se detienen a verlas asombrados.

No es para menos. No todos los días se topa uno con un grupo de mujeres que desafía al pudor para ejercitarse al aire libre.

Ni tímida ni temerosa, *Chiviri* lo percibe como una ventaja: “A veces en un salón te agotas más, aquí todo el tiempo respiramos aire fresco”.

“¡VAMOS, MUCHACHAS!”

El *show* dura una hora. La atleta-bailarina dibuja pasos, giros y desplazamientos, mientras da indicaciones a sus pupilas: “Adelante. Atrás. Levanta brazos. ¡Vamos, muchachas!”.

Al principio, las chicas se mueven con timidez, conscientes de que la gente las observa, pero con el cambio de ritmos —salsa, merengue, chachachá, cumbia, guaguancó, son cubano, quebradita o afro—, la energía se libera y los cuerpos se van soltando.

Silvia tiene que dominar prácticamente todo tipo de baile, desde temas de danza árabe o *reggaetón*, a los últimos *hits* de Shakira o Thalía.

Por eso se actualiza en la Aerobica Fitness School, en la calle de Pino Suárez, donde se formó como maestra de zumba hace seis años.

“HASTA NOS APLAUDEN”

Hace ya un año que *Chiviri* estableció su curso en la Plaza por iniciativa de la encargada del Comedor Comunitario de la calle de López.

La idea es ofrecer una actividad deportiva a las vecinas (y visitantes)



SILVIA HUERTA, *CHIVIRI*, DA CLASES DE ZUMBA EN LA PLAZA DE SAN JUAN A MUJERES DE TODAS LAS EDADES.

de la zona. Las participantes cooperan con 10 pesos por sesión; asisten entre seis y 20.

Chiviri nunca había enseñado en un lugar público, pero sí había actuado ante multitudes, así que pronto se adaptó al ir y venir de los paseantes.

Las alumnas, en cambio, “no pueden moverse bien porque la gente se les queda viendo, pero hasta ahora a nadie le han faltado al respeto”, dice.

Por eso, las coreografías para este grupo son más discretas que las que enseña en locales cerrados.

“Como llamamos mucho la atención, pongo pasos más tranquilos, sin movimientos exagerados”, explica.

Para “protegerse” de las miradas, las alumnas llevan ropa holgada. Algunas traen una playera morada con la palabra “Zumba” resaltada en rosa, la cual se les otorga una vez que han demostrado constancia.

Hay desde pequeñas de seis años, que se acomodan adelante, entusiasmadas y desinhibidas, hasta señoras mayores de 60, que prefieren colocarse atrás para poder ir a su ritmo.

Las clases son martes, jueves y sábados, y cualquiera puede integrarse. Hay quien sólo va pasando, “pero se queda a bailar”, dice alegre *Chiviri*.

“EL EJERCICIO NO ES VANIDAD, SINO SALUD FÍSICA Y MENTAL. MUÉVETE Y VERÁS QUE TE VAS A SENTIR LIBRE”.

SILVIA HUERTA.
INSTRUCTORA DE ZUMBA.

Sumar adeptas rápidamente es sólo una de las ventajas de trabajar en una plaza del Centro. “Muchas personas se detienen a vernos y algunas se acercan para felicitarme. Eso me hace sentir muy bien”.

“RÁPIDA, SABROSA, PEGAJOSA”

Al ver su agilidad nadie sospecharía que Silvia tiene 43 años, tres hijas adultas y una nieta de cuatro años.

Tampoco, que una depresión profunda fue lo que la encaminó al deporte, hace 10 años: “Los doctores me decían que buscara una actividad que me gustara”, recuerda.

Empezó haciendo aeróbicos, un poco a rastras, pero su instructora la animó a tomarlo en serio. Así, con

ayuda del ejercicio superó su problema y encontró su vocación.

La música y el baile han estado en su vida siempre: “Mi papá era un bailarín muy famoso, conocido como *El Pelón*, en la colonia donde crecí, El Triunfo, en Iztapalapa”, cuenta.

Los ritmos favoritos de Silvia son la salsa y el afro, porque son los más movidos. “La música me aviva, me despierta, por eso me gusta la música rápida, sabrosa, pegajosa”.

Esa sensación de vitalidad y bienestar es lo que intenta provocar en sus alumnas: “Trato de inculcarles que el ejercicio no es vanidad, sino salud física y mental. Les digo: ‘aquí sé tú misma, haz a un lado los problemas, muévete y verás que te vas a sentir libre’”.

A las siete, cuando termina la clase, los cuerpos relajados y las sonrisas radiantes de sus alumnas son la prueba de que lo consiguió. ✨

CLASES DE ZUMBA

Ma y J, 18-19hrs., S 12-13hrs.
Plaza de San Juan, entre Ayuntamiento y Ernesto Pugibet. M Salto del Agua o San Juan de Letrán.