



## GIROSCOPIO

No es imprescindible, pero su ausencia detona algunos inconvenientes.



# Transformadora del medio ambiente

FERNANDA CARRASCO

**O**riginaria de Costa Rica, Mónica Araya comenzó su carrera ecologista a muy temprana edad. A los 19 años ya le ocupaba el tema de la sustentabilidad y no ha dejado de trabajar en ello desde hace más de dos décadas. Ella estudió economía en su país natal y en Estados Unidos se especializó en gestión ambiental obteniendo el doctorado en Yale.

En 2014 fundó Nivelá, un grupo de liderazgo centrado en la sustentabilidad con énfasis en procesos políticos y también fundó Costa Rica Limpia, una plataforma ciudadana que motiva

a las personas a dar seguimiento de las promesas electorales en materia de desarrollo urbano limpio. Mónica es Asociada Senior en E3G en Londres, un grupo de estrategias y líderes internacionales en economía política del cambio climático, dedicados a lograr un clima seguro para todos. También forma parte del comité del Instituto de Cambridge para el Liderazgo de Sostenibilidad.

La doctora Mónica es Asesora Especial del Campeón de Acción Climática de Alto Nivel para la COP26 (Conferencia de las Naciones

Unidas sobre el Cambio Climático de 2021), en temas de transporte y también es asesora de la campaña Drive Electric, un esfuerzo global liderado por fundaciones que involucran a todos los segmentos del transporte por carretera en su rol de Distinguido Fellow en ClimateWorks. Es asesora de RouteZero, una campaña para conseguir compromisos de movilidad cero emisiones por parte de actores no estatales en el camino hacia la COP26.

En 2016 visitó Antártida como miembro de la expedición de mujeres más grande del mundo organizada por Homeward Bound. Estas expediciones están diseñadas por y para científicos que visitan Antártida porque allí pueden observar, de primera mano, la influencia de las actividades humanas en el medio ambiente y proporcionar información crítica sobre el cambio requerido a escala global. Para la doctora Mónica sin duda este viaje cambió su vida y la hizo sentir aún más clara en su vocación de revertir el cambio climático. Su trabajo ha destacado tanto, que el Ministerio de Asuntos Exteriores de Francia la nombró Personalidad del Futuro.

Como podemos ver, Mónica es líder en ideas en pro de la movilidad sostenible. Ella propone hacer un detox de los transportes hasta llegar a modelos sin ruido, sin congestionamientos y sobre todo sin contaminación. Mónica explica que actualmente, como sociedades alrededor del mundo, hemos normalizado malos hábitos como el uso de combustibles que sobrecalientan el planeta y causan daños a la salud. Y el primer paso es dejar de normalizar estas prácticas y asumirlas como la única alternativa.

En su plática en TED, Mónica explica que ya hay ciudades que están cambiando y prohibiendo el uso del diésel, así como priorizando el uso de bicicletas y de vías peatonales. Pone de ejemplo a Ámsterdam (país donde actualmente radica) y cuenta que esta ciudad planea estar libre de emisiones para 2030, incluyendo motocicletas y vehículos personales que se están sustituyendo por vehículos eléctricos. En este tipo de proyectos es en los que Mónica se ha especializado, en idear cómo se puede construir una sociedad libre de combustibles fósiles sustituyéndolas por energías renovables.

Si quieres saber más de su trabajo y encontrar la motivación para buscar un cambio, puedes escucharla en su podcast «Ponerse las pilas», ahí descubrirás historias reales de personas que están moviendo al mundo hacia una sociedad libre de combustibles fósiles. </>



## N U B E C O N S T A N T E

Predice el clima desde tu propia habitación con este original *gadget*. Se trata de Firebox Storm Cloud Weather Predictor, una pequeña nube de cristal sensible a los cambios de temperatura y humedad del ambiente. De esta manera reproduce dentro de ella y a escala el clima diario, dejando a la vista lo que posiblemente esté ocurriendo en las verdaderas nubes del cielo. A través del acomodo de pequeños cristales en su interior, este predictor te hace saber si el día será lluvioso, ventoso, estará nublado o habrá tormenta. Además, es el adorno perfecto para tu buró por su hermoso diseño. Disfruta de interpretar sus señales y prepárate para un día fuera de casa.

firebox.com

## U N A C A M A , D O S T E M P E R A T U R A S

Transforma tu cama en una cama inteligente con el duvet inteligente Breeze self-making temperature bed. Un *duvet* diseñado con varios niveles de complejidad para hacer tu día a día más cómodo y sencillo. Al estar dividida longitudinalmente, su principal función es emitir dos temperaturas distintas al mismo tiempo; de tal manera que tú y tu pareja la puedan programar a la temperatura ideal para cada uno, aunque uno de ustedes sea muy friolento y el otro prefiera dormir fresco. Este *duvet* tiene la capacidad de eliminar la humedad y de prevenir la acumulación de ácaros. Lo más increíble es que este *gadget* te «hace la cama» pues se infla para acomodarse en su posición original extendido sobre tu cama. Definitivamente es un *duvet* que mejorará tus noches y despertares.

smartduvet.com



## C A M I S A S Ú P E R P O D E R O S A

Una de las industrias más contaminantes es la de la moda, es por eso que proyectos como la camisa amigable con el ambiente *Switchback* son una alternativa a la moda rápida. No vas a creer cuando sepas que esta camisa está hecha con granos de café y botellas de plástico recicladas, pues su calidad es muy alta y su diseño muy contemporáneo y favorecedor. Sin embargo, estar hecha con materiales reciclados, no es la única bondad de esta camisa, además de cuidar del planeta, cuida de ti pues cuenta con protección contra los rayos UV, además, repele olores y no se arruga. Lucirás y olerás increíble, al mismo tiempo que tendrás la conciencia tranquila.

coalatree.com

**C A S I T A D E P A N**

Asegúrate de tener pan siempre fresco con Progressive Prepworks ProKeeper, la panera diseñada para mantener al pan de caja en su mejor estado siempre. Este utensilio crece o se reduce dependiendo del tamaño de la hogaza, lo cual ayuda a reducir el aire alrededor del pan y por lo tanto se conserva fresco por más tiempo, además, no utiliza espacio innecesario en tu mesa o cocina. En la puertita tiene un mecanismo de ajuste para que lo modifiques según el clima en el que te encuentras, por ejemplo, se recomienda mantenerla cerrada cuando el pan no es fresco o si te encuentras en un clima seco, en cambio si vives en un lugar con humedad ambiental, lo mejor es mantenerla abierta. Además, su cierre magnético hace que siempre esté protegido y a la vez a la mano. Te encantará tener este aliado en tu cocina.

[kitchenandcompany.com](http://kitchenandcompany.com)



**C H E F E N C A S A**

Ahorra espacio con este electrodoméstico dos en uno. Con Yifeiing Fooding tendrás un microondas y una freidora de aire en un solo hermoso aparato. Notarás que en el diseño combina la tradicional forma rectangular de los microondas con las estéticas formas redondeadas de las freidoras de aire obteniendo un resultado futurista. En su interior cuenta con un plato giratorio y en el frente un vidrio resistente al calor para que puedas observar tus alimentos mientras los cocinas y además tiene un panel de control con todos los datos que puedes necesitar como: descongelar, freír al aire, calentar, cocinar a fuego lento y rostizar. Tendrás todo para cocinar como siempre has querido, pero ahora todo sería más sencillo, sano y delicioso.

[yankodesign.com](http://yankodesign.com)

**T É R M I N O I D E A L**

Cocina a la perfección con CookPerfect el termómetro de carne inteligente. Preparar todo tipo de carnes en su punto ideal ahora es muy sencillo pues este termómetro calcula la temperatura exacta del centro de la carne tomando múltiples lecturas. Después de cocinar durante cinco minutos, la aplicación calculará el momento exacto en el que tu carne estará lista. CookPerfect cuenta con una sonda integrada que mide la temperatura del aire que rodea a la parrilla por lo tanto es capaz de avisarte si la temperatura sube o baja drásticamente, pues esos factores inciden en la cocción y en la dureza o suavidad de los cortes. Consigue el punto exacto con ayuda de este termómetro y vuélvete el mejor anfitrión.

[cookperfect.com](http://cookperfect.com)



V I A J E S D E



# Reconectar con el lujo de Tokio

ARTURO TORRES LANDA

La capital japonesa demuestra, como pocas urbes en el mundo, que la tradición y la modernidad pueden confluir de forma armónica para dar como resultado experiencias de viaje del más alto nivel. Ante la reapertura de las fronteras de Japón al turismo, vale la pena conocer algunas de ellas para volver a caer rendidos ante su encanto.

Si es la primera vez que se visita la siempre vibrante ciudad de Tokio, no está de más hacer un recorrido que incluya los atractivos obligados: desde el ancestral distrito histórico de Asakusa, donde miríadas de fieles y turistas acuden a contemplar la belleza bermellón del templo de Sensoji, hasta el distrito Akihabara, meca del manga y la cultura pop nipona.

Sin embargo, si se es un visitante reincidente (el país inyecta en todos los viajeros un enamoramiento que incita a volver), el llamado es a conocer algunas de las novedades que este destino ofrece a quienes buscan lo más selecto.

## EUROPA EN TOKIO

Así, para empaparse de la nueva vibra de lujo relajado que se respira por varias partes de la ciudad, hay que adentrarse en uno de sus vecindarios en tendencia: Jiyugaoka, de fácil acceso gracias a su cercanía con el multitudinario Shibuya. Aquí, a diferencia del famoso cruce antes mencionado, no hay rascacielos ni torres de neón a la vista, pues la panorámica que ofrece es de calles estrechas, *boutiques*, cafeterías y restaurantes. En opinión de muchos, Jiyugaoka tiene cierto aire europeo, algo que queda comprobado al caminar frente a los escaparates que se enfilan sobre los bulevares arbolados.

Además de prendas, accesorios y joyería de marcas de prestigio, detrás de las vitrinas de Jiyugaoka destacan los dulces, mercancía emblema del barrio, y el mejor lugar para adquirirlas es Sweet Forest. Decorada como si de un bosque mágico se tratase, este complejo comercial reúne a varias tiendas y restaurantes





Puerta Hozomon del Templo Senso-ji (arriba). Edificios en Akihabara (abajo)



Kosoan, una auténtica casa de té japones.



especializados en postres, desde donas y pasteles hasta gelatos de inspiración italiana. Por su parte, si lo que se busca es probar las confituras tradicionales de Japón, basta con caminar un poco hacia la estación de metro y detenerse en Kosoan, una auténtica casa de té japones. Sentado sobre tatamis y ante un bello jardín zen -corazón de la propiedad-, lo mejor será ordenar un poco de matcha para degustar una selección de wagashi, el dulce japonés por antonomasia que se elabora con pasta de arroz, frijoles y frutas de temporada.

#### EL NUEVO EPICENTRO TRENDY DE LA CAPITAL

Otra de las novedades cuya apertura solo pudieron disfrutar los tokiotas durante casi dos años es Miyashita Park, un complejo comercial y de entretenimiento situado sobre los terrenos de un antiguo parque lineal que corría a la par de la vía del metro. Inaugurado en 2020, solo se le podía visitar con reservación para evitar las conglomeraciones,



Miyashita Park, un complejo comercial y de entretenimiento (izquierda). Terraza Fukugawa Winery Tokyo Wine Garden (centro).

Vinos en un tranquilo y espacioso jardín de azotea, justo encima de la estación Monzen-Nakacho.

algo que ya no es necesario. De modo que hoy encontrarás tiendas de moda y diseño muy en tendencia distribuidas en tres niveles; un parque con cafeterías y centros de consumo localizado en la parte superior del tercer piso, así como el moderno hotel Sequence, que ocupa un edificio anexo al centro comercial. Recientemente, los espacios abiertos de Miyashita Park sirvieron como sede del festival de cine del complejo, una demostración más de que este nuevo espacio verde pretende concentrar todas aquellas actividades que nos invitan a convivir y compartir: desde comer y divertirnos hasta descansar al abrigo de las luces neón del electrificante barrio de Shibuya.

#### JARDÍN DE LAS DELICIAS

Para nadie es un secreto que la bebida japonesa por excelencia es el *sake*, que a veces compite en popularidad con las también afamadas cervezas que se producen en el país. Lo que pocos saben es que en esta isla-nación también brota la vid, y que con sus diferentes variedades se elaboran vinos de gran calidad. Por suerte, no





Cruce de Shibuya.

hace falta adentrarse en el campo para probarlos, pues en Tokio existe un espacio dedicado enteramente a presumir las bondades de la cultura enológica de Japón. Y, como muchas otras novedades en la ciudad, también se encuentra dentro de una estación de metro... Se trata del Fukugawa Winery Tokyo Wine Garden, una terraza que aprovecha el espacio disponible en la azotea de la estación Monzen-Nakacho para ofrecer una serie de experiencias de degustación de vino. Además de brindar con la mirada puesta en los edificios iluminados de Tokio, aquí es posible rellenar la copa directamente del barril, donde se guardan los caldos elaborados por esta misma casa vinícola.

Y si bien gozar de este «jardín del vino» ya es una vivencia especial, también lo son las catas privadas que Fukugawa Winery Tokyo organiza en sus instalaciones del distrito de Koto, ya en la zona metropolitana de la capital japonesa. Así, tras ver cómo se elabora y guarda el jugo de uvas provenientes de regiones tan lejanas como Hokkaido, se puede degustar una cena maridada con el exquisito balance y buen gusto que distingue a todo lo elaborado en Japón. </>



# Sostenibilidad y tecnología



D E L H O S P E D A J E E N E L M U N D O M A Y A

No es una opción, es el camino. Cuidar del planeta es cuidar de nuestro entorno de vida y de nuestro patrimonio natural.



MARIANNA MAGOS

**Q**uintana Roo es uno de los estados con más bellezas naturales, como su reserva de la biósfera de Sian Kaán, sus lagunas escondidas entre la selva y sus paradisíacas playas; hoy en día la encomienda de los humanos debe ser la de cuidar del planeta y conservar toda esa belleza para continuar con la actividad turística, motor económico de destinos como Cancún, Tulum y Playa del Carmen.

**¿EL TURISMO QUÉ ESTÁ HACIENDO POR EL PLANETA?**

Grupo Xcaret. Pionera en el tema de sustentabilidad, sin dudarlo, es esta empresa mexicana, la cual busca reducir el impacto ambiental. Las 40 especies entre aves, mamíferos marinos y terrestres con los que cuenta el grupo, han sido rescatados en su mayoría, de hecho, algunos son reintegrados a su hábitat natural y otros se



Panorámica de las ruinas mayas de ruinas de Tulum (arriba). Pumas en el parque Xcaret (centro). Pájaros flamencos en el parque ecoturístico Xcaret (abajo).

quedan bajo cuidados especiales si es que los animales tienen baja posibilidad de supervivencia. Los programas de conservación, nutrición y medicina preventiva son los encargados de este tipo de acciones, en donde también se procura la reproducción de ciertas especies como la guacamaya roja y verde, el águila real, los flamencos y tucanes. Estos programas son tan importantes que hoy en día se ha comenzado con la reintroducción de guacamayas a los estados de Veracruz y Chiapas.

Esta empresa también es reconocida no solo por la diversión que da a los turistas, si no por el aporte a la naturaleza y a las investigaciones como lo fue con el tema del sargazo, en donde se descubrió que sus derivados pueden ser utilizados como gas natural, suelas de zapatos, láminas de construcción y abono orgánico por solo mencionar algunos usos. Otra práctica sustentable muy importante es la ecología acuática, misma

que atiende la conservación del arrecife de coral, así como su «blanqueamiento» que es atenderle sus enfermedades mediante antibióticos, así como su recuperación y reproducción; así también el criadero de medusas es una actividad prioritaria para este grupo. Cabe mencionar que el cuidado del agua dentro de los parques de Xcaret es vital, ya que para evitar el uso de botellas de pet, se consume el agua en envases de aluminio reciclado que la gente puede rellenar todas las veces que quiera en los depósitos de agua y llevarse su envase a casa para seguir utilizándolo. La OMT (Organización Mundial de Turismo), les otorgó en 2012 el premio «Ulysses a la innovación» por su modelo que combina la sustentabilidad con el entretenimiento.

**Kimpton Aluna Tulum.** Este hotel operado por Grupo Presidente, es una de sus más recientes aperturas. La sustentabilidad en los alimentos

es la carta fuerte de este hotel, el cual cuenta con un huerto propio y con la afiliación a programas de «pesca sustentable», en donde se respetan las vedas de langostas y pulpos. Así que para poder brindar a los huéspedes una experiencia culinaria excelsa, su chef Rogelio Domínguez, anteriormente chef en Presidente InterContinental Puebla, es quien se ha encargado de crear una experiencia multisensorial en uno de los restaurantes del hotel, Bhanu; donde su cocina abierta invita a los huéspedes a observar la preparación y conversar con los comensales para concientizar el origen de los productos frescos mientras los deliciosos platos cobran vida. Otras prácticas como separación de basura y recolección de tapas de plástico, son importantes para este equipo.

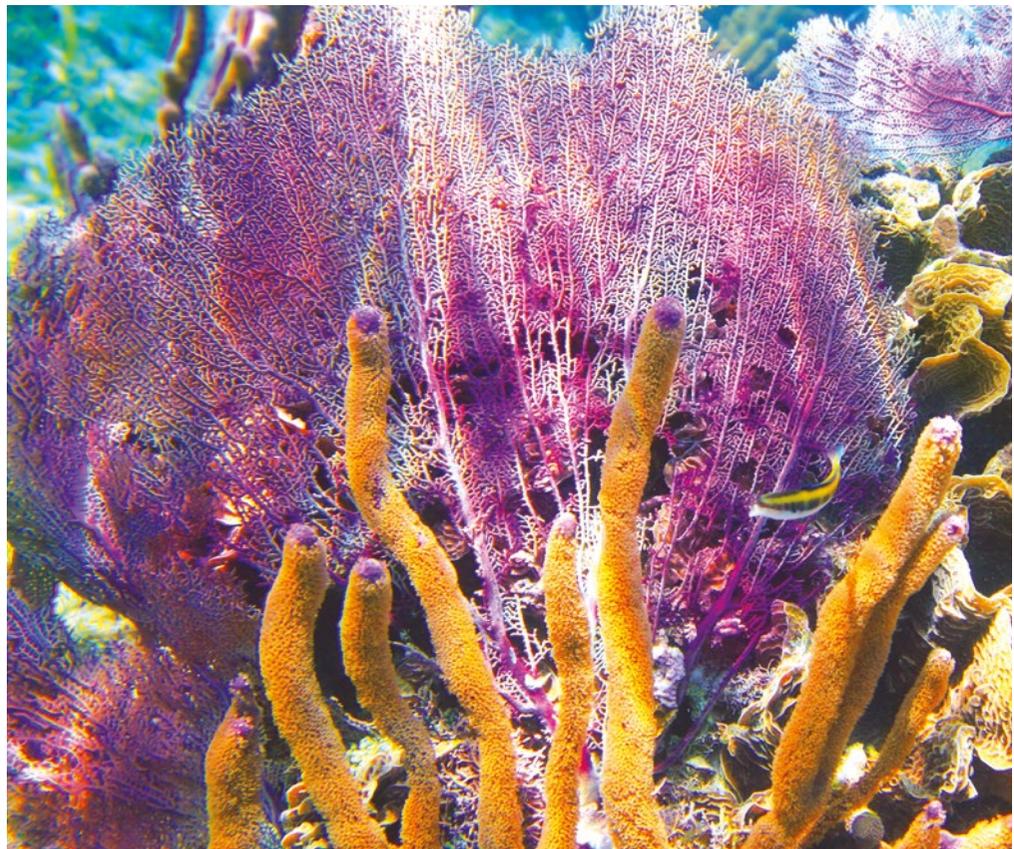
**Marriott Cancún.** Este gran hotel ofrece además de sus variadas amenidades, una serie de

Guacamayas rojas y verdes.



prácticas sustentables como separación de desechos, y sobre todo limpieza de playas por parte de los mismos colaboradores del hotel, quienes se organizan para cumplir varias jornadas para retirar plásticos y basura. De igual manera, en grupo Marriott tienen la encomienda de proteger a las tortugas, ayudándolas a su desove. La propiedad de Cancún es sin duda una de las más grandes y completas en las actividades sustentables.

**Luxury Collection, Hacienda Santa Rosa.** Las abejas nativas como la «melipona» son muy cuidadas y apreciadas, ya que pueblos de Mesoamérica conocían de su patrimonio biológico de gran relevancia: esta abeja sin agujón se encarga de polinizar árboles y arbustos nativos del sureste mexicano. El manejo de la melipona y su miel no es fácil, así que esta labor la desarrollaron los mayas desde hace siglos, y hoy en día su rescate y cuidado vuelve a surgir con actividades como cultivo de miel melipona, usos medicinales de esta miel y, por supuesto, la conservación de esta especie. En Hacienda Santa Rosa cuidan a la abeja mediante actividades de concientización para el turista, cuidado de colmenas dentro de su jardín botánico, así como el uso responsable y medido de la miel melipona y sus derivados. No en todos los lugares en donde se cuida de esta abeja hay acceso al público, pero en esta hacienda es posible hasta convivir con las inofensivas abejas mayas. </>



# Museo Lugdunum



D E L A P R E H I S T O R I A A L C R I S T I A N I S M O

TERE ALVEAR GARCÍA

**A**ctual capital de la región francesa de la Auvernia-Ródano-Alpes, y una de las tres provincias más pequeñas en las que el emperador romano César Augusto dividió la Galia -nueve años después de conquistarla-, Lugdunum conoce su gran periodo de bonanza bajo las dinastías Flavia y Antoninos. Los vestigios de su prosperidad económica se constatan por los hallazgos arqueológicos que, desde las primeras décadas del siglo pasado, se realizaron en la zona.

Desde los años 30, se habló de reconstruir los restos arqueológicos que iban encontrándose, pero fue hasta 1975 que se inauguró el

museo, concebido para estar en el mismo recinto arqueológico. El célebre arquitecto Bernard Zehrufuss diseñó el edificio de cuatro mil m<sup>2</sup> de hormigón. Al borde, el sitio arqueológico permanece oculto por la vegetación y solo dos grandes huecos, como cañones de luz, exhiben los teatros al interior de la exposición. La arquitectura misma del edificio destaca las obras, favoreciendo los espacios abiertos y siguiendo una amplia rampa helicoidal.

Lugdunum tiene una de las colecciones arqueológicas más ricas de Francia. El museo abarca todos los capítulos de la vida pública y privada de la que fue una capital del Imperio

y pueden descubrirse los vestigios de sus habitantes: desde la prehistoria, hasta el surgimiento del cristianismo en la Galia.

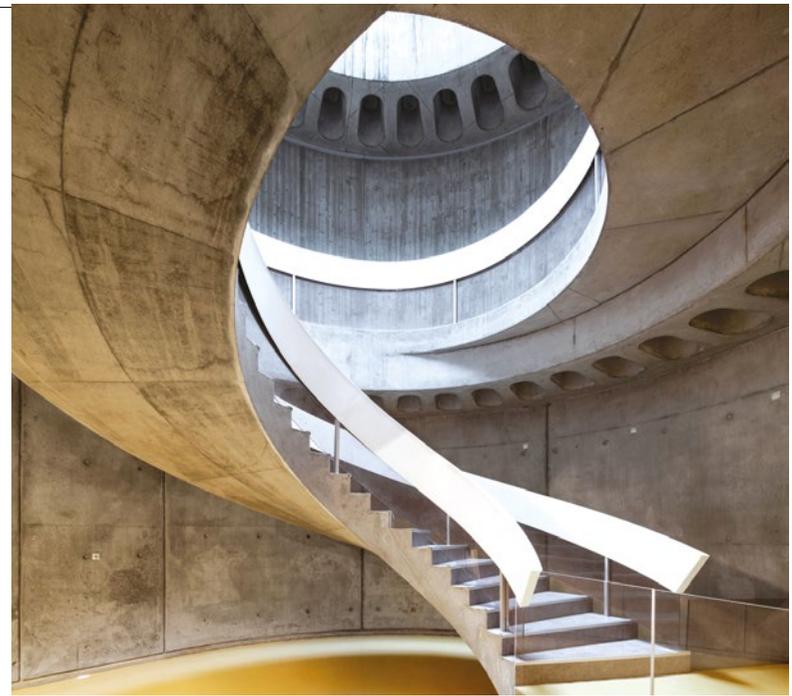
Se dedica un gran espacio a la artesanía galorromana con mosaicos, cerámica, arte en vidrio y metal. Cuenta -incluso- con objetos del periodo celta, anterior a la ocupación romana, como el enigmático calendario galo, uno de los documentos más extensos en lengua celta conocidos hasta la fecha.

Entre los hallazgos más valiosos del museo se hallan: la «Tábula Claudiana», una placa de bronce sobre la cual se transcribe un parte del discurso del emperador Claudio en el Senado

(año 48); la estatua de Neptuno, en bronce, representa al dios romano; el calendario lunisolar galo del que se conservan 73 fragmentos en placas de bronce y que es el documento en lengua gala más extenso que se ha descubierto hasta la fecha; varios sarcófagos, como el de Baco, que relata su triunfo después de una expedición en la India, en un carro tirado por una pantera y liderado por Pan; o bien, el de Balazuc, paleocristiano del siglo IV.

Una sección del museo está completamente dedicada a la artesanía: cerámica, mosaicos, objetos de metal y vidrio, mostrando el día a día de los antiguos habitantes: existe lo mismo un horno para cocinar ollas, como también cadenas de metal para sujetar a los esclavos. El conjunto de mosaicos más grande mide 86 m<sup>2</sup> y posee más de un millón de cuadros de mármol; entre ellos llama siempre la atención una esvástica que es, en realidad, un símbolo indoeuropeo de la vida eterna (representa una rueda que gira perpetuamente).

Dentro de sus tesoros arqueológicos provenientes de otros lugares, se encuentra el tesoro de Vernaizon: hachas, guadañas y otros



objetos de la edad de bronce, vajillas, joyas y estatuillas enterradas durante una invasión germánica.

El «Teatro» y el «Odeón» son las grandes joyas del complejo. El primero, construido en el 15 d.C., en sus mejores tiempos podía albergar hasta diez mil espectadores; era uno de los más grandes de la Galia. El «Odeón» se construyó en el año 100 d.C. y se dedicaba a la música; era algo más reducido (tres mil espectadores), pero más lujoso, y su suelo estaba construido con las mejores piedras, como granito egipcio, mármol africano, y pórfido griego y egipcio.

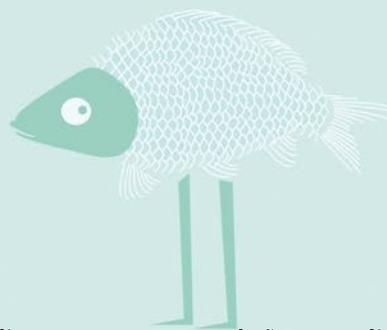
El museo exhibe también exposiciones temporales que crecen y expanden su acervo, de modo que puede resultar en una visita interesante y siempre novedosa, no solo para los interesados en piezas o vestigios romanos, sino para los estudiosos y amantes de los monumentos históricos, y para quienes disfrutan de recintos como este, donde se conoce el pasado y sus raíces, y donde también los niños puedan, jugando, aprender a amar la Historia. </>

# Lo bueno de la envidia

HÉCTOR ZAGAL

@hzagal

Y KARLA AGUILAR



¿Han visto la película *La muerte le sienta bien* (Death Becomes Her)? Se estrenó en 1992 y está protagonizada por Goldie Hawn, Meryl Streep y Bruce Willis. Es una película de mucho humor negro mezclado con una buena dosis de ficción científica. El núcleo de la historia es un sentimiento tan antiguo como la humanidad misma: la envidia. Streep y Hawn interpretan a dos amigas que han competido entre ellas durante décadas. Madeline (Streep) es una hermosa actriz que se ha dedicado a arruinar las relaciones amorosas de Helen (Hawn). Helen no es fea, pero su poder lo encuentra en su educación y posición económica. Un buen día, Madeline va demasiado lejos y le baja el prometido a Helen. Ésta pierde la cabeza durante siete años hasta que cae en cuenta de que sólo podrá estar tranquila hasta que elimine a Madeline de su vida. Literalmente. No les contamos más de la trama para que vean la película y se diviertan un rato. Sólo señalaremos cómo la envidia es el motor de ambas.

Madeline le reprocha a Helen que la hizo sentir «como basura» y como una «vulgar» desde que iban en la escuela. Por eso, cuenta Madeline, se dedicó a robarle a los novios. Helen, por su parte, le dice que eso la destruyó, pues no importaba cuánto la amaran esos hombres, siempre terminaban huyendo a sus brazos en cuanto les daba una oportunidad. Después de estas confesiones, ambas se vuelven amigas nuevamente y reconocen todas las bondades de la otra. ¿Qué pasó entre ellas? ¿Cómo pudo haber tanto rencor entre dos personas que se quieren y admiran tanto? Ellas mismas lo cuentan: se hicieron sentir inferiores y débiles mutuamente.

Todos somos igual de valiosos y dignos como seres humanos. De acuerdo, pero es cierto que somos muy distintos entre nosotros. Algunas personas parece que les tocó la lotería de la vida: belleza, inteligencia, fama, carisma, dinero, poder, salud, amor. Algunos tienen el paquete completo; otros, tan sólo uno de estos bienes. Uno se les arregla con lo que le toca. ¿Esta diferencia es suficiente para que surja en nosotros la envidia? No necesariamente. Rodearnos de personas diferentes a nosotros enriquece nuestra vida, nos protege de calamidades y puede fomentar un nuevo aprecio por nuestras propias cualidades. Sin embargo, esta armonía es muy frágil. Basta un desplante de desdén y de superioridad para que empeceemos a ver con rencor y malos ojos el poder de los demás.

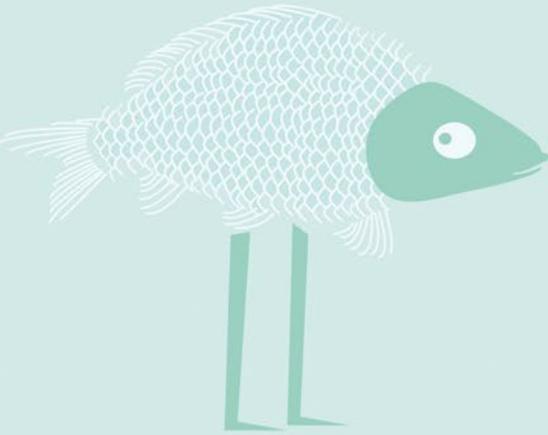
La envidia es compleja y puede analizarse desde muchas áreas. Les compartimos, simplemente, unas breves reflexiones al respecto. Ahora hablábamos del rencor. ¿Cómo se relaciona el rencor con la envidia? ¿Puede uno nacer del otro? La envidia es un enojo inspirado por el deseo de tener lo que otra persona posee. El rencor, en cambio, es un disgusto y enfado dirigido a quien nos ha tratado de manera vil y hostil. Friedrich Nietzsche (1844-1900) fue un filósofo que sacó a relucir las entrañas de la moralidad europea; la cual consideraba una moral de rebaño, de débiles y de resentidos. ¿Su origen? La envidia. Para Nietzsche, lo bueno, primero, fue aquello propio de los señores, de los poderosos, de los guerreros: poder, autoridad, vigor, valentía, riqueza, lujos. De entre los poderosos surgió otra clase privilegiada: los sacerdotes. Ellos, conjuntamente Nietzsche, empezaron a tener costumbres higiénicas muy particulares para mantenerse

«puros»: baños, una alimentación especial y un desprecio por la sangre. A diferencia de la clase poderosa que, dice Nietzsche, se distingue por disfrutar la vida, los sacerdotes empezaron a enfermarse a ellos mismos por su afán de mantenerse puros, libres de suciedad, de placeres, de vida. Lo bueno, dicen ellos, es la represión del instinto. Así, débiles en su pureza, habiendo destruido su salud y fuerza, la clase sacerdotal empezó a justificarse señalando los bienes y virtudes de la clase poderosa como malvados.

¿Dónde queda la envidia? En Nietzsche la envidia no se muestra explícitamente como una mirada furiosa sobre los bienes de otro. Porque la clase sacerdotal, débil, como él les llama, no puede aceptar que los bienes y posesiones del poderoso son tales. ¿Por qué? Porque ello implicaría reconocerse carentes de ellos, sentirse inferiores. Entonces, la envidia se manifiesta como una superioridad moral: «Los débiles y pobres serán quienes entren al Reino de los Cielos. Pobres, más bien, de los ricos y poderosos, pues su gozo es limitado. El nuestro, eterno». Sí, Nietzsche está criticando los valores cristianos y de esa crítica, que no compartimos, podemos hablar en otro artículo. Pero quedémonos con esta idea: la envidia velada de moralidad.

¿No tiene Nietzsche un poco de razón en este punto? La envidia, incapaz de reconocerse como envidia, podría enunciarse como imperativos: «Si yo no lo tengo, ¡nadie lo tendrá!»; «Si yo no me permito hacer, pensar o sentir aquello, ¡nadie más debería hacerlo!». Así, la carencia es buena y la posesión, mala. La envidia velada es un falaz mecanismo de defensa psicológica.

En el Purgatorio de la *Divina comedia*, Dante castiga a los envidiosos cosidiéndoles los



párpados. A los envidiosos les dolía ver a un hombre feliz, un hombre con mejor fortuna que ellos, por eso su penitencia consiste en no ver.

Aristóteles, por su parte, consideraba que alegrarse del mal ajeno forma especialmente perversa de envidia era un acción injustificable en cualquier circunstancia.

Como dijimos, Nietzsche nos habla de una envidia velada. ¿Qué pasa si nos hacemos responsables de ella? ¿Qué pasa si aceptamos que deseamos poder, vigor, placer? ¿No es más digno de nuestra humanidad desear esto que convencernos de que son fines viles? ¿No este anhelo de poder y libertad está detrás de las luchas sociales, del deseo de justicia?

Nos parece que la envidia puede tener una ventaja: reconocer dónde nos encontramos y qué anhelamos. Si enfrentamos y purificamos nuestro enojo por no tener lo que tienen otros, podemos, al menos, distinguir si realmente deseamos algo (un auto nuevo, por ejemplo) y procurárnoslo, o si estamos juzgando desde un falso pedestal de moralidad. La vileza de las acciones no depende de las posesiones de la persona. Madeline no era malvada por ser hermosa, sino por herir deliberadamente a su amiga. Helen no era mala por desear ser hermosa también, sino por el dolor que estaba dispuesta a infligir para ser más bella que Madeline. Su mortal lucha acabó cuando ambas reconocieron que usaron sus cualidades para hacer sentir inferior a la otra. Reconocer su envidia las hizo mejores.

No es casualidad que en el cristianismo, la envidia sea uno de los siete pecados capitales, uno especialmente amargo, porque quien peca de envidia no siente un gozo, ninguna satisfacción. El envidioso se castiga a sí mismo. </>



**Héctor Zagal** es doctor en Filosofía y catedrático en la Universidad Panamericana (México).

**Karla Aguilar** es locutora y productora del programa radiofónico «El Banquete del Dr. Zagal».

MARIO  
VICIOSA

Las  
ballenas  
cantan  
jazz



La ciencia  
desde el asombro  
y la belleza  
de lo desconocido

*Ariel*

*Las ballenas cantan jazz.  
La ciencia desde el asombro  
y la belleza de lo desconocido*  
Mario Vicioso  
Ariel, España, 2022, 328 págs.

# Un mundo que vive y respira

CHRISTA STAHL

«Desde hace un tiempo, he llegado a la conclusión de que lo más parecido a un monolito enviado a la Tierra desde una civilización extraterrestre es un buzón de correos [...] porque una carta tiene alma [...] las cartas destilan pasiones, juicios». Quien así redacta es Bob, un humano que busca describir a Alice - una extraterrestre a la que no conoce y a quien manda cartas como si fueran mensajes en botella sideral- qué clase de planeta es nuestra amada Tierra, a través de píldoras evocadoras que transmiten también datos científicos, pero no a la manera de los académicos, sino de las gentes creativas de a pie. Porque «si explicamos a otro quiénes somos, nos volvemos un poco más *sapiens*, un poco más tribu, un poco más humildes».

Mario Vicioso es periodista y se nota. Escribe de una forma directa y lo que desea es que, a cualquiera que le interese interesarse por el mundo, halle aquí información tan sugestiva que le recuerde que este es un mundo que vive y respira de millones de maneras, y que eso es fascinante. Además de periodista especializado en temas científicos (Premio de Periodismo Científico de la Academia de Televisión Española y Premio Rey de España de Periodismo de la Agencia Efe, entre varios más), es profesor y creador audiovisual, por lo que su trabajo le permite sumergirse en la infinitud de datos maravillosos para luego compartirlos generosamente. obra no es para eruditos, pero sí para quienes estén enamorados de los datos y, en concreto, para quienes aman la ciencia y los apuntes anecdóticos.

El libro se compone de siete envíos o «paquetes» de cartas dirigidas a la supuesta destinataria (como se escribió durante la pandemia del Coronavirus, un apartado completo se dispuso para este tema). Así, narra, por ejemplo, que en realidad soñamos para activar la corteza visual; que el *Big Bang* no tuvo nada de explosivo; que las ballenas pueden «cantar» (a través de un saco de aire) durante doce horas seguidas, pero que las boreales improvisan a ritmo de jazz; que un arma poderosa contra el Alzheimer es la música; que la muerte de las estrellas asemeja a las historias de amor...

El texto es ameno y culto, tal cual debieran ser nuestras disquisiciones sobre algo increíblemente misterioso, como es el abrir los ojos y saberlos dentro de una experiencia tan general y humana, como particular y decisiva: vivir. </>