

# MARAVILLAS

**CAF** BANCO DE DESARROLLO  
DE AMÉRICA LATINA

**50**  
años

Cincuenta—  
—Maravillas

**Título:** 50 maravillas

**Depósito Legal:** DC2020000425

**ISBN:** 978-980-422-169-9

**Editor:** CAF

Las ideas y los planteamientos contenidos en la presente edición son de exclusiva responsabilidad de sus autores y no comprometen la posición oficial de CAF.

**Diseño y diagramación:**

Good, Comunicación  
para el Desarrollo Sostenible

La versión digital de este libro  
se encuentra en: [scioteca.caf.com](http://scioteca.caf.com)

© 2020 Corporación Andina de Fomento  
Todos los derechos reservados



Esta publicación es un acercamiento  
a la riqueza cultural y natural de Iberoamérica.

Un sentido homenaje que hacen los funcionarios  
que conforman el capital humano de CAF, en el  
marco de su quincuagésimo aniversario,  
a 50 experiencias de nuestra gastronomía,  
cultura y turismo que constituyen  
un verdadero regalo para el mundo.



# TABLA DE CONTENIDOS

## GASTRONOMÍA

<b>01</b> LA AREPA VENEZUELA	<b>02</b> EL ASADO URUGUAYO URUGUAY	<b>03</b> LA BANDEJA PAISA COLOMBIA	<b>04</b> CACAO ECUADOR	<b>05</b> CAFÉ DE LAS MONTAÑAS AZULES DE JAMAICA JAMAICA
<b>06</b> CEVICHE PERUANO PERÚ	<b>07</b> CHICHA DE FRUTAS PANAMÁ	<b>08</b> CHIPA APO PARAGUAY	<b>09</b> CHORIPÁN ARGENTINA	<b>10</b> JAMÓN IBÉRICO ESPAÑA
<b>11</b> EL DELICIOSO MANGÚ DOMINICANO REPÚBLICA DOMINICANA	<b>12</b> PASTEL DE NATA CASERO PORTUGAL	<b>13</b> PEPPERPOT BARBADOS	<b>14</b> EL CATALIZADOR DE UNA DE MIS EPIFANÍAS BOLIVIA	<b>15</b> TACOS AL PASTOR MÉXICO

## LUGARES

<b>16</b> BOSQUE NUBOSO DE MONTEVERDE COSTA RICA	<b>17</b> EL CABO URUGUAY	<b>18</b> EL CANAL DE PANAMÁ PANAMÁ	<b>19</b> CATARATAS DEL IGUAZÚ BRASIL	<b>20</b> CATEDRAL DE SAL COLOMBIA	<b>21</b> CHICHÉN ITZÁ, MESTIZAJE DE CULTURAS MÉXICO	<b>22</b> CRISTO REDENTOR BRASIL	<b>23</b> CUZCO PERÚ
<b>24</b> DESIERTO DE ATACAMA CHILE	<b>25</b> EJE CAFETERO COLOMBIA	<b>26</b> EL ÁVILA VENEZUELA	<b>27</b> ESTATUAS MOAÍS EN ISLA DE PASCUA CHILE	<b>28</b> ISLAS GALÁPAGOS ECUADOR	<b>29</b> LAGO TITICACA BOLIVIA	<b>30</b> LAGO YPACARAI PARAGUAY	<b>31</b> MACHU PICCHU PERÚ
<b>32</b> PARQUE NACIONAL TORRES DEL PAINE CHILE	<b>33</b> PATAGONIA ARGENTINA ARGENTINA	<b>34</b> QUITO ECUADOR	<b>35</b> SALAR DE UYUNI BOLIVIA	<b>36</b> SALTO ÁNGEL VENEZUELA	<b>37</b> SEVILLA, ESPAÑA ESPAÑA		



## CULTURA

<b>38</b> CAPOEIRA BRASIL	<b>39</b> CARNAVAL DE ORURO BOLIVIA	<b>40</b> CARNAVAL EN SAVANNAH TRINIDAD Y TOBAGO	<b>41</b> DANZANTES DE YARE VENEZUELA	<b>42</b> DÍA DE MUERTOS MÉXICO
<b>43</b> DÍA DE LAS VELITAS COLOMBIA	<b>44</b> EL HIMNO, LA CUMPARISTA URUGUAY	<b>45</b> FLAMENCO ESPAÑA	<b>46</b> EL GUARANÍ PARAGUAY	<b>47</b> LA MARINERA: UN ARTE DE EXPRESIÓN PERUANA PERÚ
<b>48</b> OSWALDO GUAYASAMÍN ECUADOR	<b>49</b> POLLERA, PANAMEÑA PANAMÁ	<b>50</b> TANGO ARGENTINA		



**LUIS CARRANZA UGARTE**  
Presidente Ejecutivo  
CAF – banco de desarrollo  
de América Latina

## MENSAJE DEL PRESIDENTE

La riqueza cultural de América Latina, fruto de la historia en común de nuestros países, es privilegiada en el mundo. Esa diversidad hace de nuestra región un territorio fascinante e inabarcable, que se ha valido del mestizaje y de la fusión para crear nuevos códigos culturales que dan forma a lo latinoamericano.

A propósito de la conmemoración del 50 aniversario de nuestra institución, convocamos a nuestros funcionarios, que representan a más de 20 nacionalidades, a una actividad muy distinta de sus tareas habituales: proponer los platillos gastronómicos más especiales de la región, los destinos turísticos impostergables y las manifestaciones más significativas de la cultura de nuestros pueblos.

Entre todos los que actualmente formamos parte de CAF votamos por aquellas maravillas

que merecían formar parte de este libro, y fueron los propios funcionarios quienes dieron rienda suelta a su creatividad y se embarcaron en la escritura de las elegidas.

El resultado se hace manifiesto en las siguientes páginas: un viaje por 50 experiencias fundamentales de los 19 países accionistas de CAF, que incluyen a España y Portugal, con lazos históricos y culturales latentes. Combinando estilos como la crónica, el cuento y la poesía, y especialmente llenos de emotividad y autenticidad, los relatos representan el orgullo latinoamericano en pleno y nos dibujan una región llena de vida.

Desde su perspectiva integracionista, CAF destaca la cultura y las riquezas naturales de la región como uno de los valores fundamentales de nuestra identidad. Es lo que nos hace únicos como latinoamericanos, junto con nuestro espíritu de superación y de resiliencia ante las adversidades.

Los invitamos a explorar esta publicación y dejarse deleitar con la escritura de los funcionarios de CAF, quienes, aprovechando nuestro quincuagésimo aniversario, realizan un sentido homenaje a las 50 maravillas de nuestra región.

# GASTRONOMÍA



¿La arepa, la bandeja paisa, el asado uruguayo,  
los tacos al pastor, el jamón ibérico, el choripán  
o el ceviche?

Este viaje culinario de ingredientes autóctonos  
y ancestrales busca homenajear la experiencia  
gastronómica iberoamericana.

En la diversidad sí está el sabor.



01  
VENEZUELA

# LA AREPA



ISABELLA  
GRISANTI

Arepa, Arepa, Arepa  
Criolla, andina, paisa, boyacense  
De maíz o de trigo  
Llanera, costeña  
Frita o asada  
Arepa, Arepa, Arepa  
Reina, catira, sifrina  
No puede ser viuda ni rumbera  
A caballo o patapata  
Arepa, Arepa, Arepa  
Pabellón, dominó, rompe colchón  
De yuca, plátano o arroz  
Día o noche  
Arepa, Arepa, Arepa  
Dulce, salada  
Pelúa en Santa Bárbara  
De desayuno o de cena



Arepa, Arepa, Arepa  
Venezolana o colombiana  
¿Cuál es la mejor?

## ¡LA AREPA ES LO MÁXIMO!

*Suena la alarma del despertador y mi mente, aún aletargada, empieza a organizar el esquema de las labores: desayuno, almuerzo, trabajo, tintorería, comprar algo que se olvidó, cena...*



NURYS  
BARCIELA

Salgo de la cama y enseguida pongo el agua para el café y busco la harina de maíz. Mi mente sigue organizando, ¿con qué nos la comemos hoy? Allí quedó carne mechada de ayer, ¿habrá queso amarillo? Bueno, puedo hacer huevos revueltos, porque sí tengo queso blanco.

Luego del primer sorbo de café, coloco en el envase: agua, sal y harina de maíz. Sí, sí, en ese orden la hago yo.

Mi secreto, y por favor, no lo divulguen, es verter la harina desde la parte externa del interior del envase hacia el centro, como haciendo un remolino, lo dejo reposar escasos minutos y comienzo a amasar. Escribiendo esta nota, mi memoria se traslada a esas discusiones eternas sobre lo que va primero:

el agua, la sal, la harina; cuál es el origen de este alimento y de dónde es: Colombia o Venezuela.

Comienza la faena matutina entre sorbos, noticias y vigilancia permanente para que queden perfectamente cocidas. Su aroma va despertando a los demás habitantes del hogar, quienes se apresuran para participar de esta delicia y empezar la primera reunión familiar del día.

Unos van colaborando en servir más café, otros colocando los utensilios en la mesa y otros curioseando sobre los acompañamientos de este plato principal.

### ¡Nos sentamos a la mesa!

Cada uno toma la ración que desea, unos le untan mantequilla, otros van directo al relleno, unos más osados realizan tremendas combinaciones, otros son más tradicionales.

Mientras observo esta fiesta, me deleito al ver la expresión

de cada uno cuando le propicia el primer mordisco: ¡¡¡la reacción no se hace esperar: uuhmm!!! Entre ellos se destaca uno: el que aspira su olor, cierra los ojos, mastica con delicadeza empapando cada papila gustativa de ese sabor. Más que masticar, parece acariciar lo que tiene en sus fauces. No abre los ojos hasta que tiene que propinar el próximo mordisco. Disfruta cada segundo de esa comida, y es tal el sentimiento que emana, que todos los comensales le observan. Su placer es superior al de cualquier presente y envuelve en ese sentimiento a cada uno.

Verlo disfrutar de esa manera es sin duda una invitación a repetir este ritual todos los días, es ver el amor que puede tener alguien por algo que desde sus primeros años lo acompaña, es vivir la fidelidad a eso que ama por encima de cualquier otro alimento, es que, definitivamente...

*¡la arepa es lo máximo!*





LUISANA  
MANRIQUE

## LA AREPA VENEZOLANA

Un plato adictivo y versátil,  
que conquista corazones y estómagos...  
la puedes degustar:

**Catira:** pollo y queso amarillo.

**Dominó:** caraotas negras y queso blanco.

**Llanera:** carne cortada muy fina, tomate en rodajas, aguacate y queso guayanés.

**Pabellón:** tajadas, caraotas y carne mechada.

**Patapata:** queso amarillo, caraotas negras y aguacate en lonjas.

**Pelúa:** queso amarillo y carne mechada.

**Perico:** revoltillo de huevos, cebollas, tomates y sal.

**Pernil:** pernil horneado, tomate y mayonesa.

**Reina Pepeada, Pepiada o Pepiá:** ensalada de gallina o pollo, mayonesa y aguacate.

**Rompe Colchón:** mezcla de varios mariscos a la vinagreta.

**Rumbera:** pernil horneado y queso amarillo rallado.

**Sífrina:** igual que la Reina Pepeada, pero con queso amarillo rallado.

**Viuda:** arepa sin relleno.

Es un alimento en el que quienes lo consumen pueden expresar de alguna forma la infinidad de sus gustos gastronómicos. Eso ha llevado a afirmar que la arepa es como un lienzo en blanco, en el que cada persona pinta trazos a su manera, que finalmente son expuestos en el paladar.



Así es el reino de la arepa  
venezolana, en el que quien tiene  
el placer de entrar,  
¡¡¡lo hace definitivamente para  
quedarse en él... uhhmmm!!!



## MI AREPA

"Mía", es lo que le dije a mi abuelo  
cuando, con dos años, me trepé sobre la mesa  
para quitarle la arepa del plato.



ANABELLA  
ABADI M.

Él ni la había relleno cuando se la quité y me la empecé a comer. Este encuentro con la arepa —el primero que recuerdo— se ha vuelto parte de nuestro folklore familiar. Porque la arepa, más que comida, es tradición.

Ya sea que al momento de mezclar la masa ponemos primero la harina y luego el agua (o viceversa), que la cocinemos en budare, tostiarepa o caldero, o que la rellenemos con jamón y queso o diablito y Cheez Wiz, la arepa siempre nos acompaña.

Siendo bebés, la masita del relleno fue una comida perfecta cuando todavía no teníamos dientes. De niños, la arepa nos llegaba en la lonchera, envuelta en papel de aluminio para que no se enfriara antes del recreo. Ya de adultos, nos encontramos con una Reina

Pepiada (arepa rellena de ensalada de pollo o gallina con mayonesa y aguacate) o una Dominó (arepa rellena con queso blanco rallado y caraotas negras), cuando teníamos que almorzar algo rápido o incluso de madrugada tras una noche de rumba.

Hoy, en momentos en que la difícil situación de Venezuela ha llevado a millones de venezolanos buscar mejores oportunidades en otros países, la arepa es la masa que nos aglutina como venezolanos. Ya no las hacemos como nuestros bisabuelos, de maíz pilado, proceso que les robaba el día entero. Hoy la asociamos con el paquete amarillo que, en cualquier anaquel del mundo, nos aviva el sentido de pertenencia.

Los locales de venta de arepas —las areperas— son lugares de

encuentro dignos de ser mostrados a cualquier visitante del exterior. La técnica precisa de cómo dar esa forma redonda a la masa es foco de satisfacción interna. Y ni hablar del orgullo que brinda ver a un venezolano preparando una arepa en Master Chef.

Los tiempos han cambiado —ya muchos no comemos arepas todos los días, como hacían nuestros abuelos—. Pero de donde no se puede extirpar es de la memoria —tanto individual como colectiva—. Ser venezolano es nacer "con una arepa bajo el brazo" —la arepa siempre será nuestra y siempre la sentiré como mía.







Una de las maravillas gastronómicas de Uruguay  
(en mi opinión)  
es el clásico "asado" o "parrilla".

## EL ASADO URUGUAYO



MARÍA  
ALEJANDRA  
MOREIRA

Es un momento en el que se disfruta en familia o con amigos, puede ser el típico almuerzo del domingo o una juntada para ver un partido de fútbol, etc. Siempre se puede crear una excusa para un encuentro y un "asadito".

En Uruguay hay un promedio de 3,4 vacas por persona, y tiene el récord mundial de vacunos per cápita; los principales cortes que se pueden degustar son: asado de tira, picaña, pulpón de vacío, entre otros.

Sin lugar a dudas, deben probar el asado Uruguayo  
y disfrutar de su sabor, así como  
del momento de su preparación.





03  
COLOMBIA

## LA BANDEJA PAISA



ROBERT  
VALLS

Sus ingredientes se encuentran segregados por gran parte de la cultura gastronómica de América Latina. Tiene influencias de la tradición africana, asiática, tropical y europea, pero mantiene un gusto y sabor netamente colombiano. La bandeja paisa, originaria de Antioquia, es una especie de bisagra; un ejemplo de la diversidad que caracteriza nuestra región.



## ¿SABES POR QUÉ RESALTA EL CACAO FINO DE AROMA ECUATORIANO A NIVEL MUNDIAL?



KARINA  
AZAR

No se puede hablar de Ecuador sin hablar de cacao: es el principal exportador de cacao en grano en el continente americano, con una oferta compuesta en un 75% por cacao fino de aroma, lo que lo posiciona en el *top* del *ranking* de esta especialidad en cuanto a su calidad. En términos de producción, en el periodo comprendido entre el 2016 y el 2017, Ecuador se ubicó en el 4.º lugar de los países con mayor producción de cacao a nivel mundial, y el 1.º en América Latina\*. Cultivado en las tierras fértiles ecuatorianas, el cacao fino de aroma se distingue y destaca a nivel internacional por su pureza, sabor y fragancia. De sus alrededores extrae los sabores de flores y frutos, caracterizándolo al momento de

ser transformado posteriormente por las más prestigiosas chocolateras globales.

El cacao significa patrimonio, cultura, desarrollo y legado; es así como se estima que Ecuador es el lugar de origen del cacao, y se cultiva desde hace más de 5.000 años. Las técnicas de siembra del cacao han combinado saberes ancestrales con técnicas modernas en cuanto al manejo del proceso de cosecha y poscosecha, lo cual hace posibles nuevas opciones de injerto para aumentar la productividad de las plantas.

La importancia de este cultivo para el país radica no solo en su posicionamiento en mercados internacionales, sino también

*El cacao significa patrimonio, cultura, desarrollo y legado; es así como se estima que Ecuador es el lugar de origen del cacao, y se cultiva desde hace más de 5.000 años.*

en los ingresos que genera para los productores que trabajan en él. En este sentido, a medida que se diseñen intervenciones que integren a los productores en cadenas globales de valor, ellos tienen más probabilidades de escalar sus técnicas de cultivo e incluso transformación a un producto final. Más allá de su importancia a nivel nacional, el cacao fino de aroma posiciona a América Latina como una de las regiones más cotizadas para este tipo de productos, que, sin duda alguna, es un orgullo latinoamericano y la ocasión para encontrar espacios de complementariedad y sinergias entre países hermanos.

\*Según *The Economist* y *FAO*.



Esperar a que una taza de café llegue a tu boca es un proceso largo, casi religioso. La simpleza por lo general implica un proceso completo de relaciones entre el tiempo y la destreza.



JOSÉ  
ÁLVAREZ

De la misma forma que una pasta conluga a la perfección el baile de tres ingredientes sencillos, el café de las Montañas Azules de Jamaica toma forma gracias a la integración de la lluvia, el calor y la altura.

## EL CAFÉ DE LAS MONTAÑAS AZULES DE JAMAICA



**¿Qué es una mañana?** No existe, al menos para mí, una definición de la mañana sin un café, que vendría siendo el rito que le empieza a dar sentido a la entrada de un nuevo día. En Jamaica, una mañana no es centelleante y sonámbula como lo es en Caracas, que se desprende de la sueñera con la niebla de El Ávila, que se esfuma poco a poco mientras empieza el ruido. El café de Jamaica empieza como sus mañanas, sin mucha amargura, completamente suave. Mis ojos miraron con extrañeza los terrones de azúcar sobre la mesa con el primer sorbo del café caribeño, con la extrañeza de alguien que descubre un misterio detrás de un cuadro. No soy un purista del café, con esto quiero decir que me gusta con azúcar. Sin embargo, el café de las Montañas Azules de Jamaica no necesita que se lo adorne para complacer.



¿Has probado alguna vez a qué sabe la gloria?  
 ¿Te has sentido, por casualidad, cerca del cielo?  
 ¿Has disfrutado deliciosos sabores  
 sin temor a engordar? Además...  
 ¿quieres reforzar tu capacidad afrodisíaca?

## CEVICHE PERUANO



SUSANA  
PINILLA

El ceviche peruano te ofrece todas esas sensaciones juntas en sinfonía de sabores, texturas y colores.

Agradable a la vista por la combinación del verde de la lechuga, que alberga los cuadrados de pescado blanco, bañados por fuerte zumo de limón con minúsculos toques anaranjados de ají, acompañados del cremoso camote y tiernos granos hervidos del inigualable “choclo” o crujiente “cancha”, con finos gajos de cebolla morada.

Si a la vista es sorprendente, probarlo se hace agua la boca.

Exquisito al gusto por el delicado pescado fresco del rico mar Pacífico, que se deshace al paladar por el marinado del limón proveniente de los desiertos costeos, sal marina y picantito de las tantas variedades de ají, acompañado del dulce camote, refrescantes gajos de cebolla y el semidulce del choclo... ¡¡explosionan los sabores!!

¡¡Manjar de los dioses!!

¡No sufras cuando se acaba, ya que puedes repetir cuanto quieras porque es muy nutritivo y no engorda!

Encuentras la mejor proteína animal, *full* omega 6 y 9 para el cerebro y el cuerpo en el pescado fresco. El limón peruano es un concentrado de vitamina C. El nativo camote (400 variedades) tiene atributos únicos de beta-caroteno, vitaminas C, D, B6 (769% del valor diario por porción), además de enzimas antioxidantes, como superóxido dismutasa, cobre/zinc y catalasa. Los morados tienen tres veces más antioxidante que cualquier mora, y ayudan a regular el azúcar porque metaboliza la insulina. Nuestro ancestral choclo (maíz) es de exportación,

por su tamaño y alto valor proteico, vitaminas B1, B3, B9, hierro, magnesio y potasio. Es diurético, mejora la digestión y evita el cáncer de colon, previene la anemia y disminuye el riesgo de infarto.

Y... por si fuera poco..., aumenta tu erotismo.

La famosa “leche de tigre” (jugo del ceviche) no solo cura resfriados, malas noches, excesos de alcohol y otros, sino que, además, ¡¡¡te revitaliza y prepara para el amor!!!

El ceviche tradicional se hace de pescado, pero también se estila de camarones (río), langostinos (mar), variedad de mariscos, conchas negras (norte) o una combinación de todo ello. Y para los vegetarianos se tiene de champiñones, alcachofas y berenjenas.

El origen de la palabra “ceviche” proviene de una fusión del vocablo quechua “siwichi” (pescado fresco o tierno), usado por la cultura norteña moche hace 2.000 años!, y los vocablos árabes “sibech”, referente a comida

ácida, y “*sikbag*”<sup>2</sup>, traducida como sopa con vinagre, traídos por los españoles.

La preparación del plato se encuentra principalmente en Ecuador, Chile y Perú, pero la peruana es única.

El ceviche es, además de la alimentación cotidiana de los peruanos especialmente costeos, esencia de la identidad nacional, y ha sido declarado Patrimonio Cultural de la Nación.

[1] Historiador Javier Pulgar Vidal.  
 [2] Coinciden el historiador Juan José Vega, el lingüista Alfredo Torero y la lingüista Martha Hildebrandt.

¡Venite a comer  
un cevichito peruano!

## CHIPA APO

Una de las comidas típicas del Paraguay es la chipa (o el chipa), un panificado hecho a base de almidón de mandioca, queso paraguay, anís, más otros ingredientes según sus variantes.



MARÍA DEL MAR  
LEGUZAMÓN

Durante la Semana Santa, los días martes y miércoles santos se dedican a la preparación de la chipa, que sería el pan ácimo que hacían los judíos, preparando la llegada de la pascua. Numerosas familias paraguayas conservan esta tradición, y para ello se reúnen en torno al tatakua (es un horno de barro) y la mesa para amasar el chipa.

Todos los miembros de la familia se involucran, incluso algunos van desde la capital al interior del país para formar parte de esta tradición. Las mujeres se encargan de preparar la masa; en tanto, los varones se responsabilizan de calentar el tatakua, hasta llegar a su punto de temperatura ideal para que la chipa se cocine sin quemarse.

En la foto se observa a la abuela transmitiendo a sus nietos el "chipa apo", una tradición que pese al paso de los años y a la globalización sigue intacta en nuestro país.



## CHICHA DE FRUTAS



SABRINA  
RISTORTO

Chicha de arroz con piña, bebida de tradición, enamórame con tu aroma a cáscaras de ananá.

Para calentar el alma e incendiar los huesos, mejor aún la chicha fuerte.

Maíz nació, germinado o malteado, fermentado en vasijas de barro cocido.

Y al sorber de tu ambrosía, numen alucinógeno

que hace volar espíritus, viaje por astros que me cuentan tu historia.

La fabricación ancestral, comunidades indígenas masticando al unísono: el ritual de fermentación. *Inna* para los kuna, *Dö kwaka* para los ngäbe; chicha amarga o picante que desde tiempos remotos en el suelo panameño se brinda y se bebe.

Entre sabores y colores,  
me perdí en tu vendaval.  
Diña, papaya y limón;  
en días dulces, melocotón.





# CHORIPÁN

¡Único! ¡Inigualable! No importa la edad, el sexo, la nacionalidad, no tiene detractores.



AUGUSTO BUDA

Todos los que lo han probado lo han amado; el mejor lugar para comerlo es en un carrito de la Costanera o en la cancha, y también se puede conseguir en restaurantes 5 estrellas. La única polémica que genera es si se pone algún aderezo: chimichurri o salsa criolla (nunca ketchup o mostaza, ¡¡¡menos que menos mayonesa!!!).

El pan siempre crocante y del día. Es el famoso y único choripán. El nombre tiene su origen de la contracción de chorizo y pan. Amigos de CAF: si visitan a Argentina, no pueden dejar de probar un CHORIPÁN. Mirtha Legrand y Paul McCartney lo han hecho. ¿¡Ustedes se animan!? ¡Esta MARAVILLA no los va a defraudar!





# JAMÓN IBÉRICO: EXQUISITEZ Y DESARROLLO NO APTO PARA VEGANOS



El desarrollo fue realizado en equipo por



MARÍA  
SOUTO



ALEJANDRO  
SABARICH



OSCAR  
CARBALLO

Podría decirse que la naturaleza nos brinda todo lo que necesitamos, ya depende de cada uno qué tan elaborados sean los gustos.

El jamón ibérico es considerado un manjar, que se come solo, en un simple y rápido bocata, como se dice en España, o sándwich en Latinoamérica, o como ingrediente en platos más elaborados.

En su sencillez está el gusto. Es la pata trasera del cerdo, y si el animal es de raza ibérica,

pues se denomina "jamón ibérico". La calidad del jamón depende de qué tan pura es la raza del animal (como mínimo 50% raza ibérica), de cómo haya sido su alimentación (mientras más bellota, mejor), de la cría en libertad para que pueda ejercitarse y del período de curación.

Existe una clasificación oficial según la cantidad de bellota que haya consumido el cerdo antes del sacrificio, la cual se evidencia en el etiquetado del jamón. Así mismo, existen denominaciones de origen, protegidas por el Consejo de la Unión Europea, que constituyen sellos de calidad, y estas son: Jabugo, Jamón de Guijuelo, Los Pedroches y Dehesa de Extremadura.

El de Jabugo es de los mejor valorados por su textura, aroma y sabor. Se produce en el "Parque Natural Sierra de Aracena y Picos de Aroche", reconocido como Reserva de la Biósfera por la Unesco, en condiciones de humedad y temperatura únicas, procedente de cerdos de raza ibérica criados en libertad dentro de la dehesa, y alimentados exclusivamente con bellotas y pastos naturales.

El proceso de elaboración comprende: sacrificio, despiece, salazón, lavado, equilibrado salino y maduración. La primera industria en Jabugo se formó en 1879, pero a principios del siglo XX se aceleró gracias al desarrollo del ferrocarril, que estableció una importante red comercial con alcance nacional. La comercialización ha ido evolucionando, y además de la pieza entera, se ofrecen piezas deshuesadas, fraccionadas o lonchadas, que logran conservar su frescura con las técnicas de envasado al vacío.

Con la entrada de España al Mercado Común Europeo, la exportación de jamón curado, serrano e ibérico se abrió al mundo. En el 2017 la exportación superó las 44 000 toneladas. Fuera del espacio europeo, Argentina fue el primer país que abrió sus puertas al jamón español.

La situación geográfica, la proximidad, la cercanía cultural, el entorno económico, el menor coste y la estabilidad económica y política hacen de la Unión Europea el principal destino de las exportaciones de jamón, y destacan Francia y Alemania.

En América Latina sobresalen México, Chile, Brasil y Argentina como mercados relevantes. Sin embargo, en Brasil la logística y comercialización es complicada, y en Argentina el consumo descendió como consecuencia de las crisis económicas.

La evolución y el impresionante crecimiento del sector jamonero español, tanto a nivel nacional como internacional, es una muestra clara de las oportunidades y beneficios que se generan cuando gobierno y empresas trabajan juntos para impulsar acuerdos de libre comercio, creando y homogeneizando reglamentos y normativas específicas que facilitan las

exportaciones, y desarrollando infraestructuras que hacen posible generar cadenas de producción y comercio.

El esfuerzo del Gobierno de España, asociaciones gremiales y el conjunto de empresas relacionadas con este sector, principalmente pequeñas y medianas empresas, ha permitido construir este mercado, posicionar el producto español y ofrecernos el placer de disfrutar cada día de este delicioso manjar.

*Hoy en día el jamón ibérico es un símbolo de la marca España en el mundo, que llega a más de 100 países y sirve de insignia para posicionar otros productos cárnicos de origen español.*



# EL DELICIOSO MANGÚ DOMINICANO



RAQUEL  
MARTÍNEZ

Cariñosamente conocido como "los tres golpes", plato autóctono de mi República Dominicana, su historia se remonta a la época de la esclavitud; se dice que los habitantes del Congo le llamaban "mangusi", palabra que hace referencia a casi cualquier raíz vegetal que se haya hervido y hecho puré.

Otra teoría: según la cultura popular, la palabra «mangú» proviene de la época de la primera invasión norteamericana (1916-1924) a República Dominicana; los invasores, al probar este puré de plátanos, expresaban: "Man, (this is) good!" (¡Hombre, esto es bueno!), y los dominicanos, al no dominar el inglés, tomaron la expresión para nombrar este plato y siguieron usando el término. No se tiene muy claro cómo se le llamaba antes de esta época.

Compuesto principalmente por puré de plátano (machacado con tenedor, un chin –poca cantidad– de mantequilla y agua de cocción), puede ser plátano maduro o verde (previamente hervido con un puntico de sal), es muy dominicano por ser este uno de los ingredientes

predominantes en mi hermoso país caribeño. Encima de rico, es ultraeconómico y muy fácil de preparar.

¿Y qué lo hace un plato tradicional dominicano? Pues sus acompañantes, que son los denominados "golpes"; dependiendo de la cantidad de golpes, el plato cobra fuerza; cuando nos referimos a los tres golpes estamos hablando de tres acompañantes; los más comunes son queso, salami y huevos. Estos son los que le dan vida al tan divino plato de los tres golpes. Y si lo quieres rematar con más sabor, se le puede agregar cebolla roja frita salteada (truco: remojada previamente en vinagre) y el delicioso aguacate dominicano.

Este plato es uno de los preferidos dominicanos a la hora del desayuno; sin embargo, puede servirse perfectamente para la

cena, aunque hay quien lo sirve en el almuerzo. Es tan versátil que

*¡¡¡a cualquier hora cae bien!!!*

Hasta cuenta con su propio récord mundial, certificado por Guinness, el cual se llevó a cabo en la ciudad de Nueva York, donde se realizó un manjar típico dominicano de aproximadamente 292 kilogramos, compuesto en un 80% por plátano machacado (mangú) y el resto por huevos revueltos, salami, queso frito y cebollas salteadas.

Igualmente, los plátanos son alimentos muy beneficiosos y nutritivos, tienen más de veinte veces la cantidad de vitamina A, cerca de tres veces la vitamina C, el doble de magnesio y casi dos veces el potasio que tiene la banana (guineo). Muy bajo en grasa y sodio, libre de colesterol y ofrece una buena fuente de fibra.

*¿Qué más se puede pedir?*

*No queda otra, ¡los invito a todos a animarse y probar este delicioso manjar puramente caribeño!*

*Raquel, ¡ferozmente orgullosa de mi comida tradicional!*







Cocinarlos parece sencillo, y ciertamente lo es.  
Lo que es más complejo es que sepan como  
tienen que saber.

## PASTEL DE NATA CASERO



ROBERT  
VALLS

Compuestos por hojaldre, azúcar, agua, canela en rama, nata, huevo, harina de maíz, azúcar glas y canela molida, los pasteles de nata caseros son poco sibaritas pero muy sofisticados. Comercializados desde el siglo XIX, su antigua receta casera provenía nada menos que del Monasterio de los Jerónimos, ubicado en el barrio de Belén, en Lisboa. Así que antes de comérselos, brinden por ese monje anónimo de altas destrezas culinarias.

## PEPPERPOT



JOSÉ  
ÁLVAREZ

Cuando uno visita a Barbados, no puede dejar de probar su versión del *pepperpot*. Este plato, como la mayoría de las grandes invenciones culinarias, destaca por su sencillez. Una mezcla perfeccionada de carne, pimientos picantes y *cassareep* (una salsa de yuca), que recuerda un poco al asado negro de Venezuela. Sin embargo, este plato sobresa por su fuerza, ya que los pimientos picantes, en especial los de Barbados, pueden impresionar al más avezado y experto en comidas picantes.



## EL CATALIZADOR DE UNA DE MIS EPIFANÍAS

La primera vez que escuché la palabra epifanía, quedé absorta en mis pensamientos; ya no importaba lo que estuviera diciendo quien la pronunció; lo dejé solo, aunque mi diminuta humanidad seguía a su lado.

Entré en un túnel hacia mi interior y descubrí que sabía lo que era una epifanía en mi corazón, no en la razón.

Cuando se estudia un idioma diferente al nativo, lo expertos aconsejan tratar de identificar el significado de una palabra por el contexto. Epifanía no era una palabra de un idioma diferente al español, pero en ese instante que llegó a mí, el contexto de la historia relatada me habló y me dijo a todo volumen: tú has tenido varias de ellas.

Hay una interesante relación entre efímero y epifanía, ¿cómo puede ser efímera una epifanía y a la vez producir un efecto permanente?

Una epifanía es una ventana gigante a un descubrimiento que se queda, no se olvida. Una epifanía es una manifestación más grande que tú, maravillosamente más poderosa que tú.

Es tan fugaz ese momento. La epifanía te revela algo que estaba allí y ahora lo ves diferente. Ella es un regalo de la vida.

He tenido varias epifanías en mi vida. No tantas como quisiera, mas si tuviera que morir en este instante, diría que han sido las suficientes para sentirme privilegiada.

Las salteñas de Bolivia fueron el catalizador de una de mis epifanías. Sin haber cumplido tres meses en CAF, en el piso seis, donde hubo momentos agradables y divertidos, mordí una salteña y crecí; crecí y crecí en sabiduría.

He probado cosas divinas, pero ninguna como una salteña. Y, a este punto, el lector pudiera

preguntarse: ¿cuál fue esa verdad secreta u oculta que despertó ese interés en este personaje?

**La respuesta es tan natural, tan sutil, tan sublime...**

Se me reveló que no existen fronteras ante los ojos de quien quiera amar la vida sin paradigmas, ataduras y nacionalismos.



LOURDES  
ALMEIDA

Una venezolana cuyo plato favorito es de origen Boliviano.





*Son el punto de encuentro perfecto entre la gastronomía y la cultura contemporáneas en México.*

## TACOS AL PASTOR



ENRIQUE ZAPATA

Para un 'chilango' –habitante de la Ciudad de México–, el Taco al Pastor es el amigo más fiel. Siempre está ahí, en celebraciones y tristezas, entre semana y fines de semana, en el desayuno, comida, cena y de madrugada. El Taco al Pastor nunca traiciona.

El 'Pastor' es como México, mezcla de culturas globales, deshechas y vueltas a hacer a la 'mexicana', con nuestro toque. Tiene sus raíces en el shawarma, gyro y kebab, pero cuando llegó a América, el cordero se cambió por ese animal fantástico y de mejor sabor –el cerdo.

15  
MÉXICO



los maridajes perfectos –en ese orden–. A esos primeros, siguen otros 2 'para completar'. Si eres muy chilango, o de fuera pero no desperdicias tu tiempo aquí, el 'taco de postre'... para terminar.

*El Pastor es un placer chilango,  
mexicano,  
de y para el mundo.*



# LUGARES



La inmensidad de la contemplación.  
El ingenio del ser humano. Una fauna única.  
El poder del agua. El espectáculo natural de lo frondoso.  
Nuestro entorno construye nuestra identidad.  
Por eso somos lugares como el Salar de Uyuni,  
la Catedral de Sal, las Islas Galápagos, las Cataratas  
del Iguazú, el Salto Ángel o el Bosque Nuboso Monteverde.



# BOSQUE NUBOSO DE MONTEVERDE

Hay que imaginarse ese momento.  
Muy dentro de la profunda espesura de la selva tropical costarricense,  
cerca de la ciudad de Monteverde,

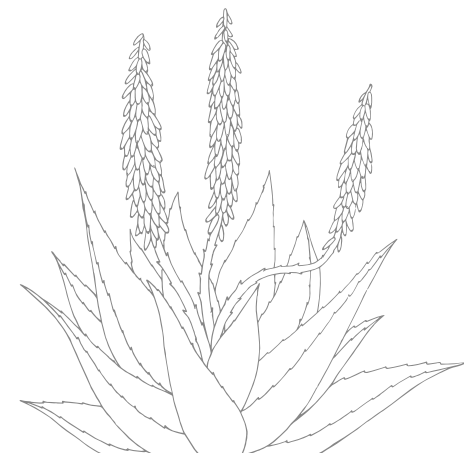


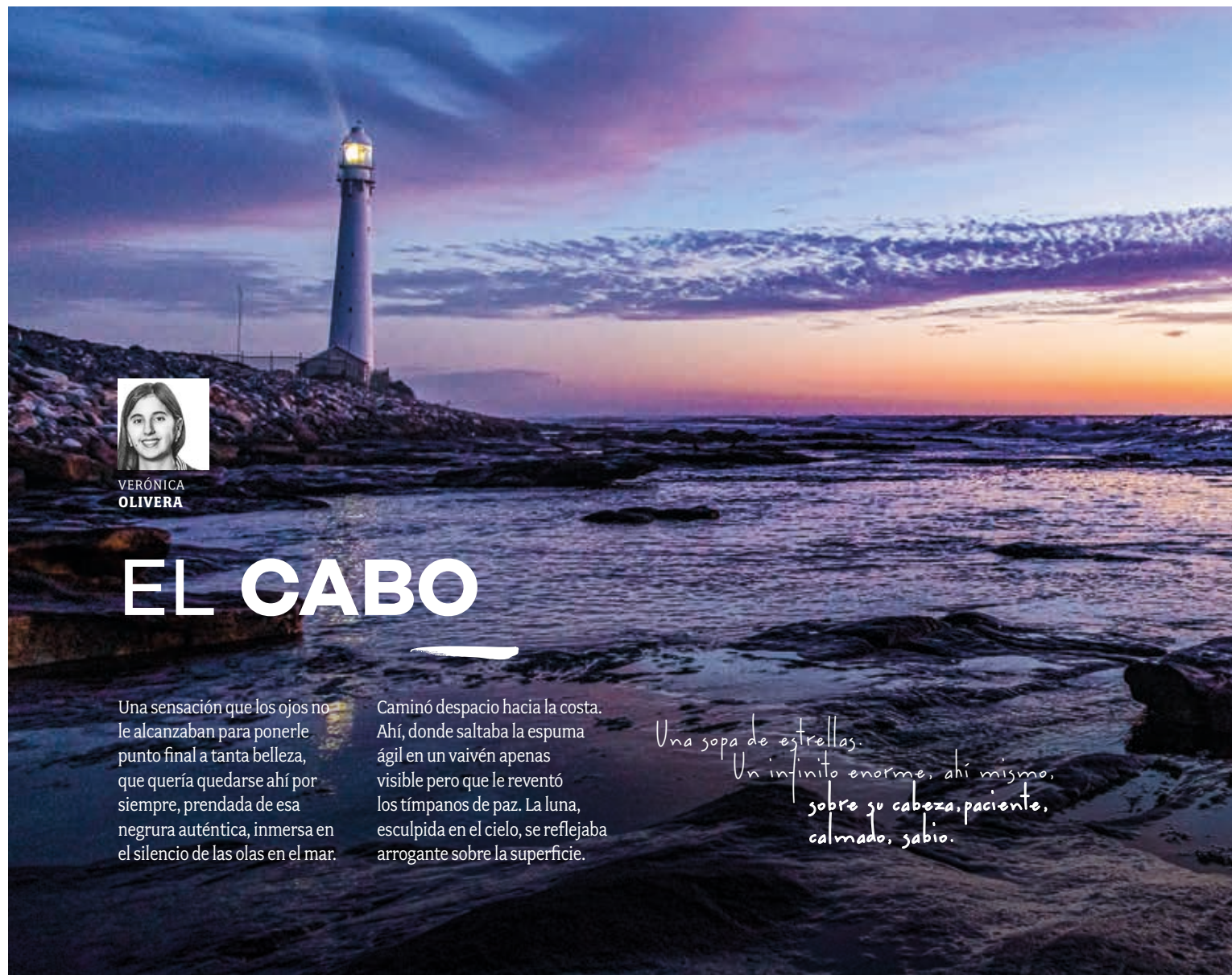
ANDRÉS ZAMORA

cuando un grupo de cuáqueros estadounidenses creaba un asentamiento entre esa vegetación frondosa envuelta por densa niebla. Era el año 1950, la guerra de Corea apenas comenzaba y este conjunto de personas, huyendo del reclutamiento obligado que contradice su ideología pacifista, se sumergía en el verdor absoluto del bosque nublado para no volver atrás. Allí consiguieron paz, tierra y condiciones para crear una comunidad.

El tiempo convirtió ese asentamiento original en

una reserva biológica de 10.500 hectáreas, con una biodiversidad pasmosa de miles de especies de plantas y cientos de clases de aves y mamíferos. Las decenas de miles de turistas que lo visitan al año se deleitan con rutas de *trekking*, puentes colgantes, tirolinas, observación de fauna, entre muchas otras cosas. Quizás una de las actividades más entrañables sea cerrar los ojos. Respirar profundo. Escuchar a la naturaleza y encontrar esa paz. Esa paz que encontraron los cuáqueros.





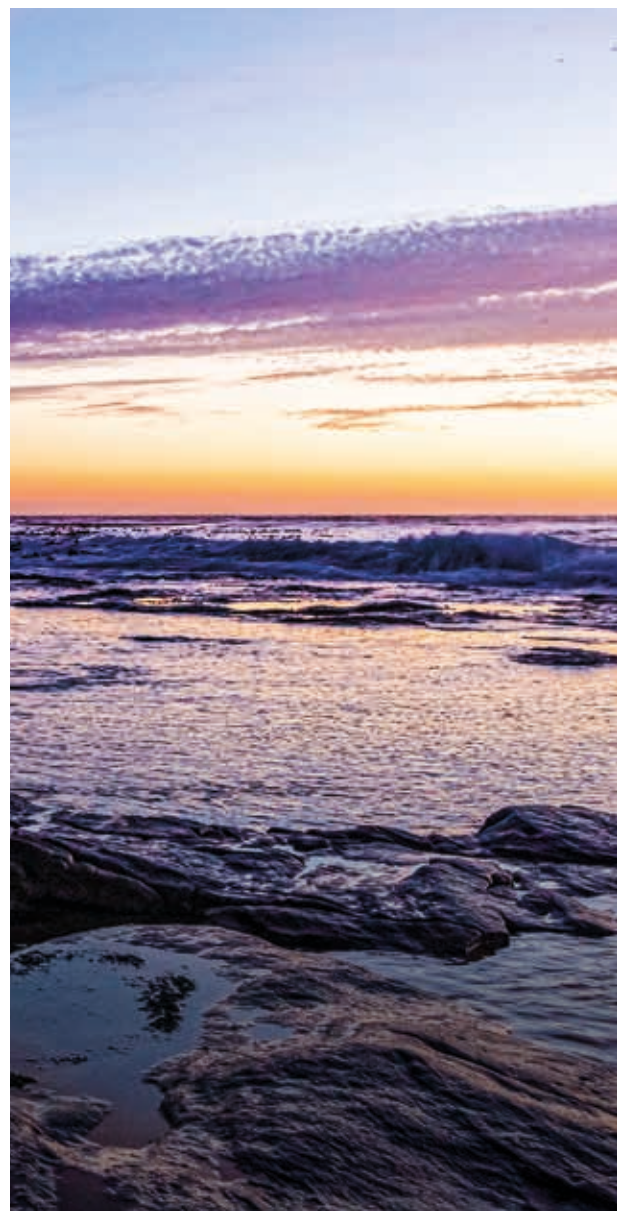
VERÓNICA OLIVERA

# EL CABO

Una sensación que los ojos no le alcanzaban para ponerle punto final a tanta belleza, que quería quedarse ahí por siempre, prendada de esa negrura auténtica, inmersa en el silencio de las olas en el mar.

Caminó despacio hacia la costa. Ahí, donde saltaba la espuma ágil en un vaivén apenas visible pero que le reventó los tímpanos de paz. La luna, esculpida en el cielo, se reflejaba arrogante sobre la superficie.

*Una sopa de estrellas.  
Un infinito enorme, ahí mismo,  
sobre su cabeza, paciente,  
calmado, sabio.*



Llegó hasta donde la arena se humedecía y se sentó, pies descalzos y mirada fija en la lejanía.

Había un aroma agrídulce en el ambiente. La sal del mar se entremezclaba con la calma de aquel pueblito que dormía en un rincón del sur. En aquellos días de noviembre, la soledad y el frío primaveral lo encapsulaban. Los lugareños dormían, sin luz y sin sombras.

El faro, único desvelado que la acompañaba en su pernoctar, destellaba imparable, como queriendo gritar las mil historias de aquellas embarcaciones desbocadas que, antaño, habían naufragado a sus pies.

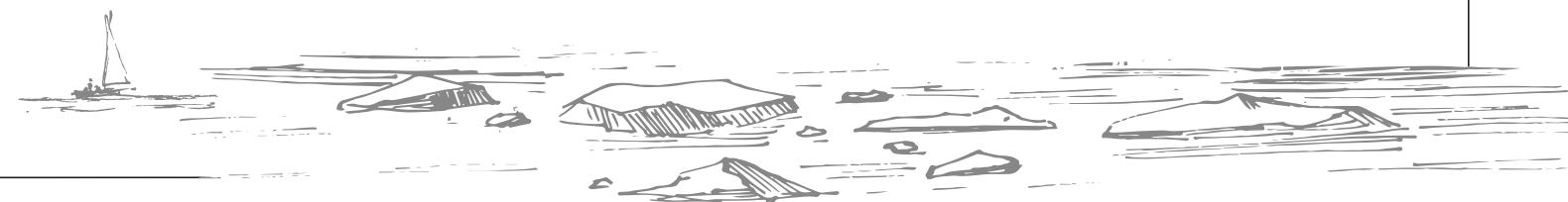
Apoyó la cabeza en sus rodillas, admirada, sublimada ante el cuadro perfecto que se pintaba frente a ella. Oyó los médanos de arena revolverse en sus sueños. Vio un par de perros,



libres, pasar olfateando las piedras lamidas por el océano. La magia la envolvía. El tiempo era perfecto. Deseó poder contarles a todos de ese pequeño lugar al que no se puede llegar en auto. El pueblo de Pablo, un artesano que vende collares y pulseras, y Gabriela, que atiende un cuarto diminuto al que llama almacén. El pueblo de Marcelo y Clara, una pareja dulce, de canas perennes, que

administran su posada frente al mar desde que decidieron iniciar sus memorias. Un pueblo donde no hay luz eléctrica, ni internet, y uno se encuentra con uno mismo a cada vuelta del reloj.

*Volvió a mirar al cielo. No pudo contar las estrellas.  
Ah, sí, lo inconmensurable nos arrebató  
de este mundo, reflexionó, mientras flotaba de  
regreso a su cuarto en el Cabo Polonio.*





## EL CANAL DE PANAMÁ



NARA VARGAS

*Hoy en día está ampliado  
y es operado por panameños,  
que orgullosa y soberanamente  
servimos al mundo.*

Histórica y mundialmente conocida como “puente del mundo y corazón del universo”, esta pequeña patria abrió sus entrañas para conectar al mundo. Hemos sido y seguiremos siendo país de tránsito para el comercio, especies y ciudadanos de todas partes del planeta. El Canal de Panamá, una de las maravillas de ingeniería a nivel mundial, fue construido por los estadounidenses, aunque los franceses iniciaron el trabajo.





No hay palabras para describir la sensación  
de ver 275 caídas de agua  
con un caudal de más de 11.000 metros  
cúbicos por segundo del río Iguazú.

## CATARATAS, DEL IGUAZÚ



JAIME  
HOLGUÍN

Las cataratas están ubicadas en la frontera entre Brasil (Estado de Paraná) y Argentina (provincia de Misiones), y son parques nacionales en cada país desde la década de los años 30 del siglo XX. Se consideran Patrimonio de la Humanidad desde 1984. Las cataratas se pueden visitar en el lado brasileño con una vista “desde abajo”, y en el lado argentino con una vista “desde encima”.

El nombre Iguazú viene de las palabras en guaraní “y”, que significa agua, y “ûasú”, que quiere decir grande.



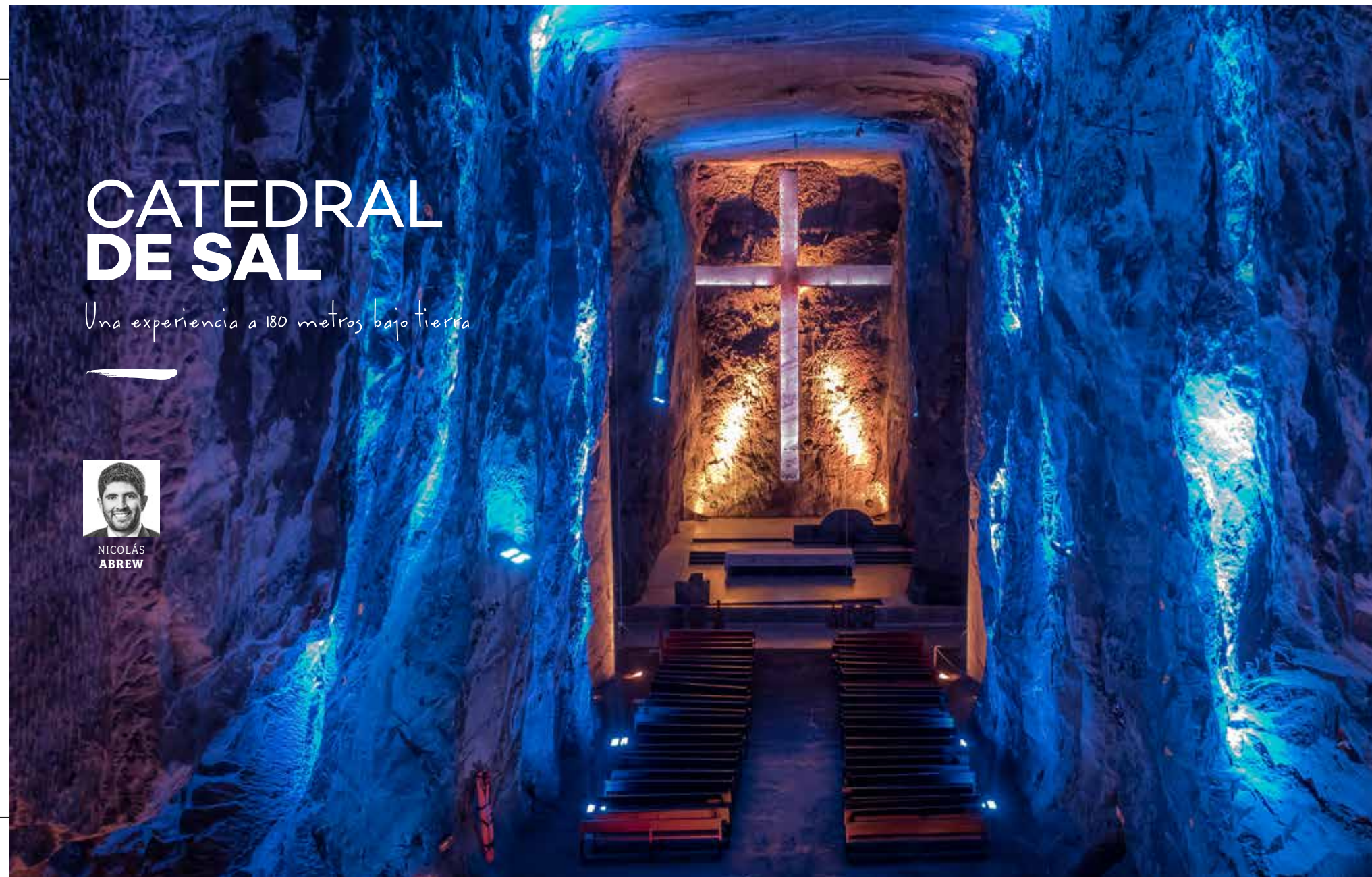


# CATEDRAL DE SAL

Una experiencia a 180 metros bajo tierra



NICOLÁS ABREW



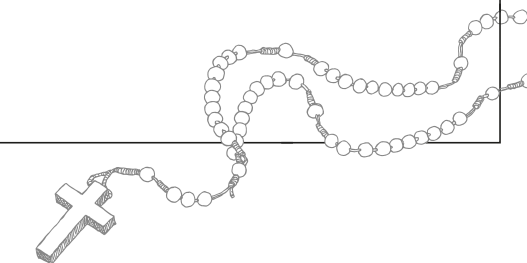
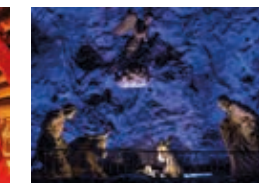
A dos horas de Bogotá, está ubicada la Catedral de Sal de Zipaquirá, un espacio ideal para conocer todo el proceso de extracción del mineral, en un ambiente a 180 metros bajo tierra. Esta mina es la mayor reserva de roca sal en el mundo.

Para lograr su adecuación, en 1995 fue necesario extraer 250 mil toneladas de roca sal, para dar vida a grandes socavones con túneles y rocas talladas, y así visibilizar las estaciones del viacrucis y tres naves que representan el nacimiento, bautismo, vida, muerte y resurrección de Jesucristo.

En el recorrido también se puede observar el yacimiento de la Cascada de Sal, el Arcángel Custodio, el espejo de agua, y el punto cumbre del recorrido es llegar a la Gran Cámara Central, con una cúpula de 11 metros de altura y la cruz tallada más grande del mundo. Cada detalle en su interior tallado con sal representa el mundo y el cosmos, a través de la Tierra, el planeta, y el cielo azul que la cubre.

La sal era considerada como un bien muy preciado por los indígenas Muiscas, quienes la usaban para el trueque,

*convirtiéndola así en el motor del sistema económico de la época para una de las sociedades más prósperas en la región.*



La ciudad sagrada de Chichén Itzá es la segunda zona arqueológica más visitada de México, después de Teotihuacán.



MARTHA HERNÁNDEZ

## CHICHÉN ITZÁ MESTIZAJE DE CULTURAS

El sensacional complejo, visto en su totalidad, es el testimonio del legado conjunto de dos desarrolladas civilizaciones precolombinas: la maya y la tolteca. El mestizaje de ambas culturas se evidencia en las tres grandes edificaciones: el templo de Kukulcán, también conocido como El Castillo, demuestra la precisión y relevancia de la astronomía maya con la fuerte influencia arquitectónica

de los toltecas: el Caracol y el Templo de los Guerreros, junto al que se encuentra el bosque de las Mil Columnas.

El templo de Kukulcán tiene 365 escalones, uno por cada día del año. La concepción de este calendario fue uno de los logros de la ciencia maya, cuyas habilidades astronómicas eran tan avanzadas que podía predecir los eclipses solares. Esta pirámide es una demostración de la precisión y relevancia de la astronomía para la cultura maya, con la fuerte influencia arquitectónica de los toltecas.

Otra de las curiosidades de esta maravilla del mundo es que dos

veces al año, en los equinoccios de primavera y de otoño, una sombra con forma de serpiente cae sobre la pirámide. A medida que el sol se pone, esta serpiente de sombras desciende por los escalones hasta unirse con una cabeza de serpiente de piedra en la base de la gran escalera, ubicada en el costado lateral de la pirámide.

Estas fabulosas ruinas son el testimonio de la visión del universo de los mayas y los toltecas. Nombrada Patrimonio de la Humanidad por la Unesco en 1988, Chichén Itzá es una parada obligada de cualquier viaje por la península de Yucatán.



¿Quién puede contener su emoción al ver tu abrazo inmortal?

## CRISTO REDENTOR



SABRINA RISTORTO

Tus ojos níveos, benévolo, que recorren los recovecos de tu gran ciudad, todo lo observan estoicamente.

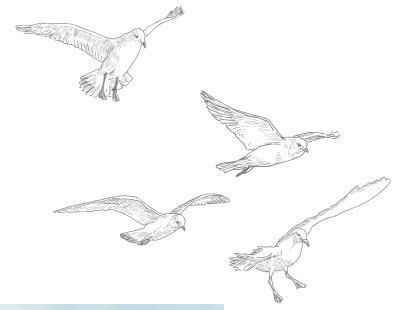
Si miro esos ojos, llenos de viento y de sol, ¿qué veré?

Quizás una esperanza. O, más bien, una invitación.

Brazos abiertos que toman vuelo, cimientos que se levantan, cemento que pierde peso y se despidе de la gravedad.

Un vuelo, una promesa, los ecos de una vieja canción.

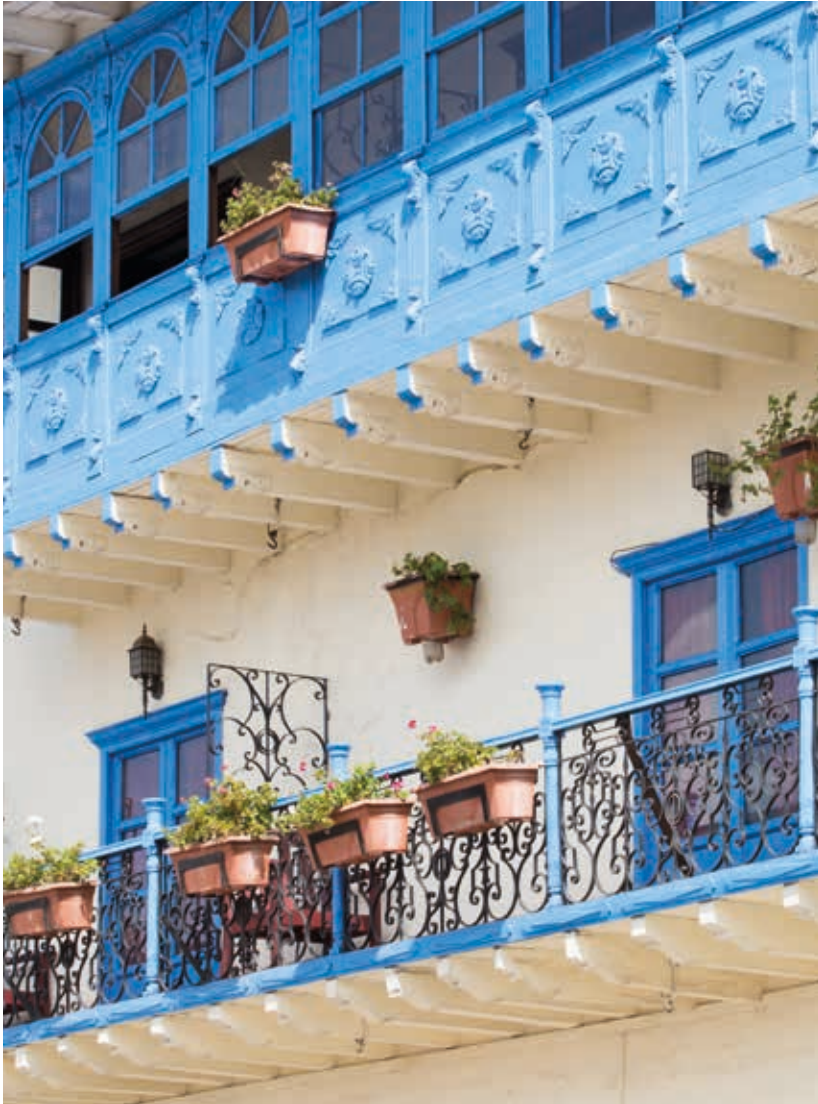




GABRIELA  
CASTILLO

# CUZCO

Cusco, ubicada en el sureste de Perú, cerca del valle de Urubamba de la cordillera de los Andes peruanos. Fue la cautivadora antigua capital del Imperio Inca y es la puerta de entrada al hermoso Valle Sagrado y Machu Picchu. Es conocida por la fascinante combinación de sus restos arqueológicos, calles adoquinadas y su arquitectura colonial española. La Plaza de Armas es la plaza central de la ciudad vieja, con arcadas, balcones de madera tallada y ruinas de la pared inca. El convento barroco de Santo Domingo fue construido sobre el Templo Inca del Sol y tiene restos arqueológicos de piedra inca. Cusco fue declarada Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO con el título de “Ciudad del Cuzco”.



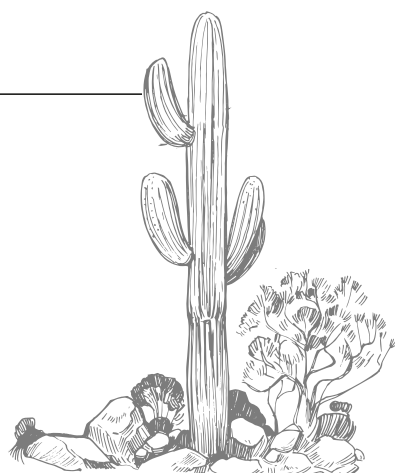
# DESIERTO DE ATACAMA



RAPHAEL  
KAISER

Yo acostumbraba a hacer vacaciones a destinos comunes. Lugares que es frecuente ver en redes sociales, como París, Berlín, Nueva York. Destinos donde las personas hacen interminables filas solo para tomarse una foto y poder decir 'Yo también estuve ahí'. Estas experiencias, sin duda, fueron gratificantes, pero no trascendentes. Me quedo con los recuerdos, pero no me inspiraron.

No fue sino hasta que esporádicamente emprendí un viaje a Atacama cuando me encontré con un lugar que en realidad me impresionó, y el que ahora considero una maravilla.



El desierto de Atacama se encuentra ubicado al norte de Chile, y a pesar de ser el desierto más árido del mundo, la diversidad y belleza de la naturaleza nos ofrece lugares sorprendentes que parecen ser extraídos de otro planeta. Desde desiertos inhóspitos y agrietados por el calor, hasta montañas que sobrepasan los cuatro mil metros sobre el nivel del mar, volcanes con cimas nevadas, géiseres, altiplanos pobladas por vicuñas y llamas, o incluso salares sobrevolados por flamencos rosados. La diversidad del panorama regala cierto romanticismo; tanto así que los World Travel Awards,

considerados los Óscars del turismo, han catalogado este destino como el más romántico de Sudamérica. Este desierto fue incluso valorado como candidato del concurso de las siete maravillas naturales del mundo.

En el desierto de Atacama, una lluvia posible de ser medida puede tener lugar cada 15 o 40 años. Registros aseguran de periodos de hasta 400 años sin lluvia. Los factores climáticos y geográficos son los que crean este espacio seco. Investigadores comentan que las condiciones del desierto son parecidas a las de Marte. La similitud del ambiente de ambos sitios lo hace un lugar idóneo para

el estudio y desarrollo de nuevas tecnologías. Es en Atacama donde la NASA realiza pruebas de los equipos y robots para futuras misiones a otro planeta.

Debido a su cielo claro y clima extremadamente seco, los cielos de Atacama son considerados los más claros y limpios del mundo, lo que permite que por las noches el desierto se transforme en un espectáculo de millones de estrellas. El lugar es considerado la catedral de los telescopios, un paraíso para los astrónomos. Se estima que para el 2020 el 70 por ciento de la inversión global en observatorios se encontrará en este desierto.

Para cada persona, un lugar, una gastronomía o una costumbre pueden trascender y hacer sentir algo especial, que cuando uno piensa en ello le saca una sonrisa del rostro.

*Mi maravilla es Atacama,  
¿y cuál es la tuya?*



# EJE CAFETERO

*Café, magia y encanto*



NICOLÁS ABREW

Colombia es sinónimo de un buen café. Con solo el olor se activan todos los sentidos. Por ello, el paisaje cultural cafetero, en el centro del país, es paso obligado para quienes se deleitan con una taza o un tintico, como le decimos los colombianos.

En esas tierras fértiles, declaradas como Patrimonio Histórico de la Humanidad por la Unesco, la mayor parte de la cosecha se exporta a mercados internacionales.

La aventura en Caldas, Quindío y Risaralda comienza desde la carretera, al divisar el generoso paisaje con los cultivos en ambos sentidos. Allí los hoteles de lujo y *resort* se cambian por fincas y haciendas cafeteras, en donde el hospedaje incluye conocer todo el proceso de cultivo, “tostao” y preparación del grano, hasta las diversas modalidades para degustar el café más suave del mundo.

Además, se puede visitar una de las colecciones de orquídeas más grandes de Latinoamérica, hacer avistamiento de aves o ir al Valle del Cocora –para conocer el árbol nacional de Colombia: la palma de cera, que mide más de 60 metros– y al Parque Nacional Natural Los Nevados, entre otros.

El paisaje cultural cafetero es un lugar único, donde el sabor y el aroma, y la hospitalidad de su gente, guardan un secreto especial para locales y extranjeros.





# EL ÁVILA

Majestuoso paisaje natural  
del Parque Nacional Waraira Repano,  
mejor conocido como El Ávila, cubre unas 85 000 hectáreas  
y se sitúa a 2765 metros sobre el nivel del mar.



REINALDO  
LEDEZMA

Posee una gran variedad de plantas, bosques, reptiles y aves, lo cual magnifica su belleza. Esta montaña es un ícono de Venezuela. Motiva a las personas a conectarse con la naturaleza para asumir un papel activo en el cuidado del medioambiente. Por ello, es uno de los lugares preferidos de los caraqueños para caminar, trotar y relajarse.

Sin embargo, El Ávila es más que un hermoso paisaje. Emanan energía de una forma única. No

solo maravilla tu vista cuando lo disfrutas, también penetra en tu corazón y en tu mente. El Ávila es mágico, inspira tu imaginación, es fuente de meditación, te llena de calma y ayuda a visualizar las cosas bellas que tiene la vida. Por eso, a El Ávila no solo lo admiras, también lo respetas y lo cuidas. Y si alguna vez te vas de Venezuela, te lo llevas en tu mente y en tu corazón. Te vas y le prometes regresar, no porque él te necesite, sino porque El Ávila te llena de vida. Y si no

puedes regresar, pides que sean tus cenizas las que disfruten de su inmensidad y su encanto.

Por ello, naturaleza, deporte y personas son una excelente combinación. Así lo han comprendido los CAF Runners, quienes disfrutan mientras corren bajo su manto, compartiendo momentos inolvidables y siembran un camino de amistad. Los venezolanos de nacimiento y los de corazón se integran a través del deporte y crean lazos que van más allá de sus fronteras, inspirados por tanta magia y energía.

Cuando no es posible ir a El Ávila, sirve de vista mágica para que personas o grupos organizados se deleiten de su paisaje desde otros sitios, como el Parque del Este.

Para capturar un momento inolvidable,  
¡qué mejor fondo que El Ávila!





TERESA  
MACHADO

El Ávila, definitivamente, es el sultán de Caracas, nos brinda lindos paisajes, nos permite recrearnos en sus caminos, refrescarnos en pozos y cascadas, cuenta con lugares riquísimos para comer, con un abanico de opciones para todos los bolsillos y gustos. Los domingos, con el cierre de la Cota Mil, a los pies del cerro, es un espacio familiar que permite a los caraqueños paseos en bici, patinetas, caminatas, bailoterapias, escaladas, rapel, etc., cualquier ejercicio que quieras practicar al

aire libre, y cuando te agotes tienes el cobijo de una sombra espectacular con los árboles inmensos que están allí mismito donde empieza el cerro.

El Parque Nacional Waraira Repano (como también se conoce) es muy rico en biodiversidad; todos tenemos que comprometernos a cuidar los delicados ecosistemas, para mantenerlo siempre hermoso y proteger a las especies que allí hacen vida.

El Ávila, para mí, es familia, es conexión con la naturaleza, es arraigo, es Venezuela.



SABRINA  
MALDONADO

Caraqueños y extranjeros, ¿quién no ama El Ávila? ¿Quién no queda enamorado? ¿Quién no lo recuerda cuando ha vivido en nuestra caótica ciudad llena de tanto verde? ¿Quién no lo extraña?

**Es nuestro norte... nos ubica y recuerda quiénes somos.**

*Impetuoso, majestuoso, nuestro pulmón,  
nuestro alivio, nuestra esperanza.*





Este es uno de los sitios arqueológicos más interesante del mundo y su creación es una maravilla del ingenio humano.

¿Cuál es el significado de estas míticas construcciones?

Cuanto más aprendemos sobre ellas, más intrigantes se vuelven. Lo que sí sabemos es que son la expresión cultural más grande los habitantes de esa isla, una raza hoy degenerada o desaparecida, y un reflejo de su cultura y tradiciones.

## ESTATUAS MOÁIS EN ISLA DE PASCUA



ALEJANDRA  
HOFFMANN







REBECA  
VIDAL

## ISLAS GALÁPAGOS

El archipiélago se conforma por trece islas grandes, con superficie mayor de los 10 km cada una; seis islas medianas, con superficies entre 1 y 10 km, y 215 islotes pequeños, además de los promontorios rocosos, que adicionalmente tienden a cambiar debido a las constantes erupciones volcánicas submarinas de la zona.

Estas islas han cautivado por años a sus visitantes, debido a sus preciosos paisajes y también a la impresionante fauna que albergan, tanto en sus tierras como en las aguas que las rodean. Desde enormes y numerosas especies de tortugas,

leones marinos, pasando por coloridas aves, como el piquero de patas azules, pingüinos, caballitos de mar, y hasta iguanas, se aseguran de plasmar en los visitantes recuerdos inolvidables y maravillosos. Estas islas también fueron de importancia crítica para el desarrollo de la teoría de la evolución de las especies, de Charles Darwin.

Adicionalmente, CAF ha sido partícipe de diversos proyectos en las Islas Galápagos, los cuales han sido determinantes para mantener una visión sostenible y respetuosa con el ambiente en el desarrollo de esta región insular.



Las Islas Galápagos fueron declaradas Patrimonio de la Humanidad en 1978 por la Unesco.

VERÓNICA  
KARINA  
HELGUERO

# LAGO TITICACA

De los lugares icónicos que he visitado  
en varias ocasiones,  
el lago Titicaca debe estar en el primer lugar.

Me navegado en sus aguas en casi todo lo que flota sobre él, peregriné hacia Copacabana caminando un par de días para alcanzar la meta, participé en un circuito automovilístico rodeándolo y este año correré por algunas de sus montañas.

Como parte de la caravana que recorrió las vías que hermanan dos culturas, que al final son la misma, Perú y Bolivia, disfruté los cambios que muestran sus orillas, hermosos escenarios visuales de totorales, piedras, árboles y montañas; y entre todo ello, una diversidad gastronómica apreciable.

La primera visión del Lago Sagrado de los Incas... sin importar cuántas veces se haya ido, deja sin aliento y hace sonreír. Desde un mirador se puede lograr una buena toma, pero, aun así, es difícil plasmar en una foto toda la

experiencia. Al bajar la mirada se encuentra el magnífico azul del agua salpicada de patos, botes de totora, lanchas, velas, catamaranes... todos tienen su espacio: modernidad-ancestralidad, nuevo-viejo, trabajo-ocio, campesinos-turistas, como en una pista de baile. Alzar la mirada hacia el cielo limpio e infinito, y luego posarla en los nevados de la majestuosa cordillera de los Andes, golpea el espíritu, tanto como el viento y el sol golpean el rostro.

Aunque a más de 3800 msnm, lo que verdaderamente quita el

aliento es la belleza que encierra el Titicaca, el lago navegable más alto del mundo.

Visitar las islas es otra experiencia, y la variedad también resulta amplia desde las islas flotantes, donde el tiempo parece haberse detenido hace mucho: las pequeñas islas artificiales, solamente dispuestas para degustar la famosa “trucha del lago”, y por supuesto las grandes islas, donde es posible pernoctar y rememorar – por el color – alguna playa del Caribe. En cada una se hace referencia a culturas

ancestrales, mientras que a las aguas se les atribuyen todo tipo de poderes vinculados a antiguos mitos y leyendas, que adicionan a la visita un “halo de misterio”.

Lastimosamente, la intervención del ser humano no ha ayudado a mantener su belleza, ni su biodiversidad, pero con la esperanza en el poder de dos países con un objetivo común, el lago Titicaca con seguridad superará los retos de este milenio.

# LAGO YPACARAI

Es un recurso natural, turístico, cultural y recreacional; es reconocido como territorio rico en ambientes lacustres y humedales de gran valor ecológico.



MARÍA DEL MAR LEGUIZAMÓN

Ypacarai palabra que significa agua bendecida o lago bendecido, este lago cuenta con una leyenda que dice que en las cercanías de la fuente tenía su choza un cacique guaraní y los pobladores de la zona utilizaban este "ykua" o naciente para surtirse del líquido vital. Un día estos pobladores fueron sorprendidos por una fuerte sacudida de la tierra que tuvo como consecuencia un brote de agua que no cesaba y al cabo de unos días terminó inundando aldeas de la zona, alarmados los pobladores buscaron ayuda

religiosa y llamaron al apóstol evangelizador franciscano Fray Luis Bolaños. La leyenda señala que el mencionado representante de Dios fue a una altura (podría ser la de Areguá), invocó a Dios y con una cruz y un libro en las manos (sería la Biblia) bendijo las aguas, que inmediatamente se calmaron y retrocedieron en parte. Desde aquel entonces el lago formado lleva por nombre Ypacarai.

Este lago también ha sido conocido a nivel mundial gracias a la guaranía "Recuerdos de

Ypacarai" que lo describe como un lago azul, lamentablemente la falta de cuidado de los pobladores y la instalación de plantas de desechos a la vera del lago lo han contaminado hasta matar a su ecosistema.

Recuerdo que de niños íbamos con mis padres a bañarnos al lago y pasar un domingo agradable, lamentablemente esta práctica no he podido heredarla a mis hijos.



# LAS MARAVILLAS DE VENEZUELA



NANCY CHIRINOS SAA

Comienzo hablando de El Ávila porque es el ícono de mi ciudad y es lo que más disfruto todas las mañanas de camino a la oficina. Después de correr como loca desde las 6 a. m., salgo con mi carro, y cuando llego a la Cota Mil, autopista pegada a la montaña, apenas veo MI ÁVILA, me baja el cortisol generado por el estrés y comienzo a disfrutar el camino... disfruto cada una de las montañas que hacen

contraste con el cielo, y cuando hay sequía, veo los araguaneyes, los apamates y demás árboles floridos que se asoman entre los colores marrones de pasto seco. Desde donde lo veas, es como los cuadros de Cabré (pintor hispano venezolano recordado como el pintor de El Ávila). !!!Una obra de arte hecha por las manos de Dios!!! Para mí es una fortuna vivir en una ciudad con ese paisaje.

No me gusta subir a El Ávila, porque al bajar me parece que hace daño a las rodillas, pero me encanta subir el teleférico de Caracas a visitar un restaurante que está a la salida de los funiculares, que tiene una vista



increíble, y también subir a comer a los restaurantes en Galipán, sector que está hacia el otro lado de El Ávila, de cara al mar en el Estado Vargas. Es un lujo sin precedentes.

En cuanto a la arepa, a pesar de que soy más de pan que de arepas, me encanta comer arepas los fines de semana porque me gustan recién hechas, delgaditas y como acompañantes de perico (huevo revuelto con tomate y cebolla en brunoise), carne (una que hago yo, que llamo Salmuera, que es carne con chuletas y tomate y cebolla) o ensalada de atún. Las arepas me recuerdan mi época de aborrecencia (adolescencia),

cuando después de bonchar (bailar y bailar en discotecas) terminaba, en la madrugada, con mis amigos, en una arepera en Las Mercedes, usualmente una que se llamaba o se llama Doña Caraitica; yo pedía una reina pepiada (arepa rellena de pollo con aguacate y mayonesa, básicamente) con café con leche antes de ir a mi casa. Era para mí lo máximo... me podía dar esa licencia a esa hora porque había bailado toda la noche y presumía que me podía comer la reina pepiada y no iba a engordar...

Lamentablemente no he ido a Yare a conocer esa festividad de cerca, lo conozco por referencia, como parte del folklore

*Las arepas me recuerdan mi época de aborrecencia (adolescencia), cuando después de bonchar (bailar y bailar en discotecas) terminaba, en la madrugada, con mis amigos, en una arepera en Las Mercedes*

venezolano. Todos conocemos la tradición de los Diablos de Yare, pero pocos hemos vivido la experiencia en vivo. Gracias a esta selección, en este concurso de las 50 maravillas, investigué más y me enteré de que es una tradición religiosa y que no solo se vive en San Francisco de Yare (población de los Valles Mirandinos), sino en otros Estados del país... a pesar de mi desconocimiento acerca del tema, tengo una pequeña máscara de los Diablos de Yare en mi casa, por su colorido y por su tradición venezolana.





# MACHU PICCHU

Es impactante llegar a la majestuosa ciudadela de Machu Picchu (‘cerro viejo’ en quechua) y sentir la presencia divina en esta obra de arte esculpida en el estrecho lomo entre las montañas: Huayna Picchu y Machu Picchu.



SUSANA PINILLA

Estos ‘APUS’, considerados deidades terrenales comunicantes con el dios del cielo Inti (Sol), por su altura y forma espigada, están iluminados –cual collar de espejos tintineantes– por el río sagrado Urubamba desde el profundo cañón.

Se detiene el tiempo... y se respira espiritualidad, reforzándose la teoría de que su ubicación fue escogida para cumplir funciones religiosas y de recogimiento.

Salvada de la sed de oro y extirpación de idolatrías de la conquista por su lejanía y difícil acceso, y escondida de

cazadores de tesoros por la exuberante vegetación, es uno de los testimonios puros de la gran cultura inca al no haber sido profanada. Descubierta en 1911 por Hiram Bingham, historiador norteamericano, fue protegida para evitar su saqueo.

Especialistas ubican su construcción en el siglo XV, bajo el reinado del noveno inca Pachacútec –gran conquistador y hacedor del imperio–, como residencia de descanso suya y de su corte, y como santuario religioso para agradecer sus victorias.



Causa sorpresa mundial la monumental estructura arquitectónica e ingenieril de la ciudadela y la complejidad de su construcción en zona tan agreste.

Expuesta a torrenciales lluvias y fortísimos vientos propios de esa altura, se ha mantenido intacta luego de 500 años, gracias a las sólidas 100 terrazas de sostén de piedra construidas como cimientos desde la base de la gran montaña. Cada terraza estaba sembrada y dotada de sistemas de drenaje subterráneo de tres metros de profundidad, utilizando mantillo, grava y granito

blanco como las técnicas más modernas y ecológicas actuales. El agua drenada era canalizada para el riego de cultivos.

La ingeniería hidráulica de esta y otras construcciones prehispánicas ha ganado premios mundiales por su adelanto y destreza. Lo demuestran 16 hermosas fuentes de agua pura filtrada, transportada sin desbordes por más de 100 alcantarillas con grosores y ángulos matemáticamente calculados.

Construida de granito, roca dura perfectamente cortada y unida sin uso de mampostería

ni herramientas de acero, concentra el 50 % bajo suelo.

El 24 de julio de 1911, Bingham escribió en su diario: ‘De repente me encontré parado frente a las paredes de una ruina y casas construidas con la mejor calidad del arte inca. Las paredes fueron difíciles de ver ya que los árboles y el musgo habían cubierto las piedras por siglos. Pero en la sombra del bambú y trepando los arbustos estaban las paredes visibles hechas de bloques de granito blanco cortados con la más alta precisión. Encontré brillantes templos, casas reales, una gran plaza y miles de casas. Parecía estar en un sueño’.

En 1983, la Unesco la reconoce como Patrimonio de la Humanidad, y en el 2007, cerca del centenario de su descubrimiento, fue declarada una de las nuevas siete maravillas del mundo moderno, en justo reconocimiento a su especial belleza y original construcción.

Descúbrela...  
Te cambiará la vida.



# PARQUE NACIONAL TORRES DEL PAINE



GABRIELA CASTILLO

El Parque Nacional Torres del Paine, en la región de la Patagonia de Chile, es conocido por sus montañas altísimas, icebergs azules brillantes, que se separan de los glaciares y las pampas doradas (praderas). El parque tiene un área de 1.814 km<sup>2</sup> y cuenta con varios ecosistemas distintos, cada uno con gran

variedad de paisajes, flora y fauna, que no se encuentran en ningún otro lugar del mundo, como los guanacos, que son antílopes parecidos a las llamas. Algunos de sus lugares más emblemáticos son las tres torres de granito, de las cuales el parque toma su nombre, y los picos en forma de cuerno, llamados Cuernos del Paine.

Es un parque muy visitado por excursionistas de todo el mundo. Tuve el privilegio de ir a hacer un *trekking* de cinco días denominado la W... fue una experiencia maravillosa y enriquecedora...

¡¡les comparto algunas de mis fotografías!!





ROBERT VALLS

# PATAGONIA ARGENTINA

*De hielo y desiertos.*

Tierra de contrastes. De hielo y desiertos. De cordilleras angostas y grandes lagos. A la Patagonia nunca le faltará el frío y el viento, el silencio y la pausa, la identidad única de países compartidos. Las maravillas de la naturaleza que esconde son muy visibles: sus glaciares ocupan más de 7.000 km<sup>2</sup>, el volcán Lanín tiene más de 3.700 metros de altitud y el Lago Argentino ocupa más de 1.500 km<sup>2</sup>.

Pero sus maravillas no solo provienen de la naturaleza. Alrededor de lo que parece una pequeña fogata cocinan durante horas uno de los corderos más sabrosos del mundo, el patagónico, un manjar a la altura de la belleza del paisaje. Por todo esto y mucho más, y aunque a veces sea áspera e inaccesible, la Patagonia merece figurar entre los parajes más trascendentes de la región.



RENATO CASTELLANOS

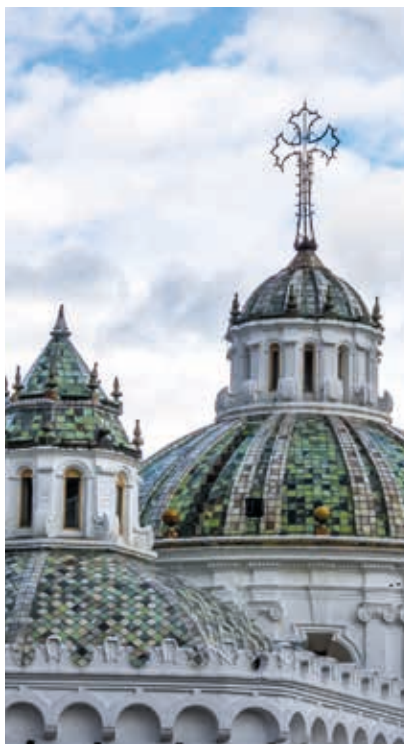
# QUITO

*Patrimonio Cultural de la Humanidad*

Quito, la capital de Ecuador, fue declarada en 1978 Patrimonio Cultural de la Humanidad por la Unesco, en el primer año que dio estos reconocimientos junto con otros 11 lugares. Quito fue la única urbe en recibirlo como ciudad entera.

Su centro histórico es uno de los mejor conservados de América Latina y constituye una de las joyas de los patrimonios culturales de la humanidad. Sus edificaciones ocupan 320 hectáreas, y conjugan el arte barroco con el de indígenas locales. En él se encuentran 40 iglesias y 16 conventos.

Los World Travel Awards (denominados "Óscares del Turismo") han premiado a Quito de forma consecutiva durante los últimos seis años como la ciudad destino líder en Sudamérica.



# SALAR DE UYUNI

## NOVELA SUI GÉNERIS DEL SALAR



JUAN LUIS  
BRIANCON

Salimos de Villamar muy temprano, por la pista que atraviesa el salar de Capina. Elena y los niños querían tomar un baño en las aguas termales de Polques. Empezamos la jornada a 4000 m de altura y con una vista espléndida hacia la laguna Calviri'. Nos dirigimos hacia el oeste, y en el camino descubrimos el famoso desierto de Dalí, con sus paisajes sobrenaturales en tonos ocre claro y sus rocas esparcidas y aisladas.

Llegamos a la Laguna Blanca, después a la Verde, a 4.300 m de altura. Los niños miran maravillados el color esmeralda del agua, y de fondo surge el volcán Licancabur. David y Arturo son fanáticos de los

volcanes. Cuando llegamos al sitio del Sol de Mañana, a 4.850 m de altura, no podíamos sacarlos de allí. El lugar te atrae por su intensa actividad geotérmica, con sus géiseres, chimeneas y barro en ebullición.

David corre agitado. Confiesa haber visto a un hombre blanco caminando cerca de los géiseres. Buscamos al hombre blanco con Elena, pero no había rastro alguno, así que continuamos nuestro camino hacia la Laguna Colorada. Elena sacó unas fotos espléndidas de las numerosas colonias de flamencos rosados, antes de retornar a nuestro albergue para pasar la noche.

Seguimos hacia el norte por la ruta de las 1.001 lagunas, que nos permite descubrir sucesivamente las lagunas Honda, Ch'arkota, Hedionda y Canapa. Pasamos esta vez por las faldas de los volcanes Ollagüe y Tomasamil, a 5.000 m de altura. Antes de llegar a San Pedro de Quemes pasamos por el salar de Chiguana, a 4.200 m de altura.

El gran día llegó, por fin visitaríamos el salar de Uyuni, a 3.650 m de altura. Hicimos una breve parada en la isla Incahuasi, de origen volcánico. Los bordes de esta isla son ricos en estromatolitos, según David, extrañas esponjas de calcio.

Atravesamos este gran desierto de sal y llegamos a un punto donde no se ve ni un solo relieve, ni una sola montaña. Solo vemos una línea en el horizonte, ligeramente abombada por la curva de la Tierra.

Cuando nos aproximamos al carro para continuar nuestro viaje, esta vez Arturo corre a mis brazos para decirme que el hombre blanco estaba detrás del auto pidiendo agua. Damos la vuelta y, en efecto, allí se encontraba este hombre con la piel severamente quemada por el sol y los labios partidos. Dijo *water*, y le dimos de beber. Le preguntamos qué le sucedió, y casi no hablaba, pero, al parecer,

estaba perdido. Le ofrecimos llevarlo con nosotros, pero se negó. Nos agradeció por el agua y siguió su camino.

Continuamos hacia Tunupa, el último volcán que domina el salar, a 4700 m de altura, con una parada para ver las momias chipayas.

Cuando volvimos al carro, Arturo y David desaparecieron. Gritamos desesperados, corrimos, los buscamos por todas partes, en vano. Cansados por el largo viaje nos sentamos con Elena para reflexionar hacia dónde podrían haber ido. De pronto aparecen sus siluetas, agarradas de la mano. Corremos para abrazarlos, y lo único que

dijeron es que el hombre blanco les estaba mostrando unas monedas de plata de Potosí y que su nombre era Butch. Con los niños a salvo visitamos rápidamente el volcán Tunupa, y por fin llegamos a Colchani.

Encima de la mesa del comedor, los niños se quedaron contemplando un aviso necrológico colgado en la pared. David, asustado, me dice: "papá, él es el señor blanco que vimos en el viaje". El aviso decía "Butch Cassidy, 6 de noviembre de 1908, San Vicente, Bolivia".

## EL CIELO DE SAL

*Si sueñas con ir a un lugar mágico e irrepetible en el mundo, con la sensación única de estar tocando las nubes y las estrellas, debes visitar el majestuoso salar de Uyuni.*



ALEJANDRO  
SORIANO

Se trata del mayor desierto de sal continuo y el más alto del mundo, con una superficie de 10 582 km<sup>2</sup> (bastante más grande que el hermoso lago Titicaca), situado en el departamento de Potosí, al suroeste de Bolivia. Además, debo mencionar que se trata de la mayor reserva de litio en el mundo, con el 50-70 % del litio mundial.

El salar de Uyuni es un destino turístico increíble; en su recorrido también se puede disfrutar de las lagunas Colorada y Verde, así como de las aguas termales, que forman parte de la Reserva Nacional Eduardo Avaroa, donde habitan flamencos, que crean una escena única de particular belleza. Neil Armstrong, ferviente visitante del lugar, quedó maravillado en uno de sus viajes al espacio por el "brillo de diamantes", como lo denominó él, que la Tierra ofrecía. En su comparación, una vez visitado el salar dijo que "es hermoso desde el espacio, pero indescriptible desde la tierra".

**Atrévete a soñar con el cielo, las nubes, el sol, el viento y el silencio mágico de un viaje que quedará tatuado por siempre en la retina y el corazón de aquellos que lo realizan. ¡Uyuni, un paraíso de sal!**



# SALTO ANGEL

En el Parque Nacional de Canaima,  
en Venezuela, se encuentra  
la cascada más alta del mundo, el Salto Ángel.



GLORIA  
GAMERO

Con una altura de 979 metros, y 807 metros de caída ininterrumpida, esta cascada se genera desde el río Auyantepuy, y su nombre significa en pemón “salto del lugar más profundo”.

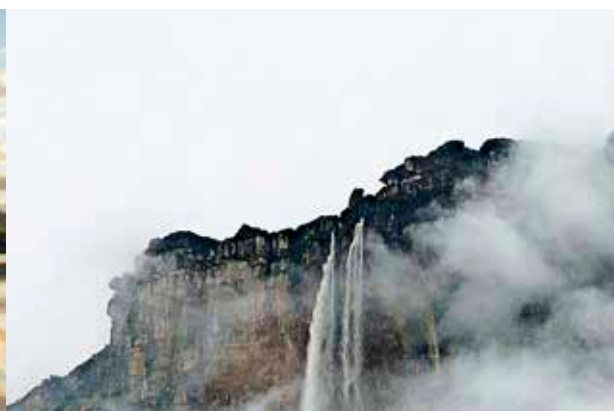
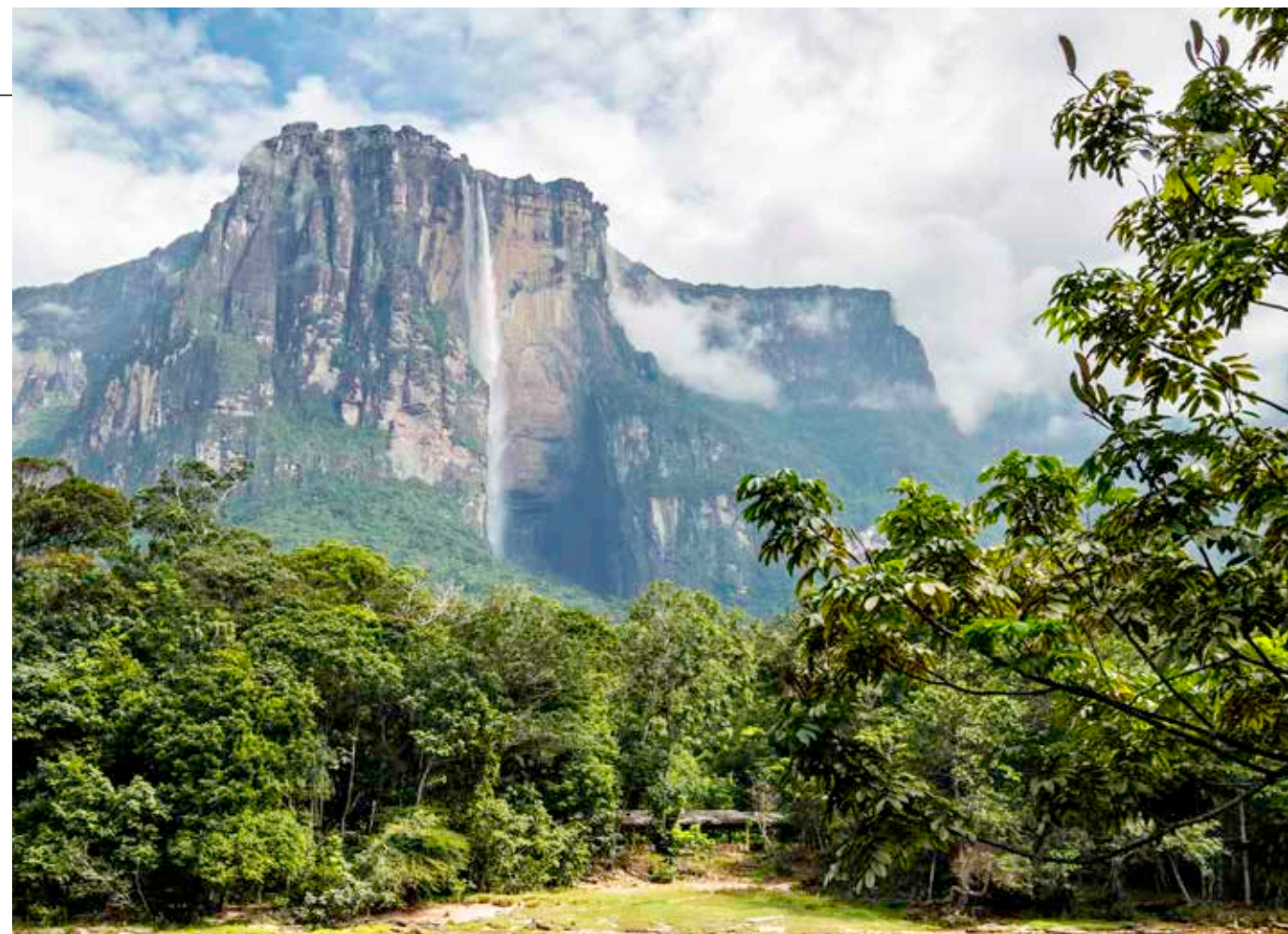
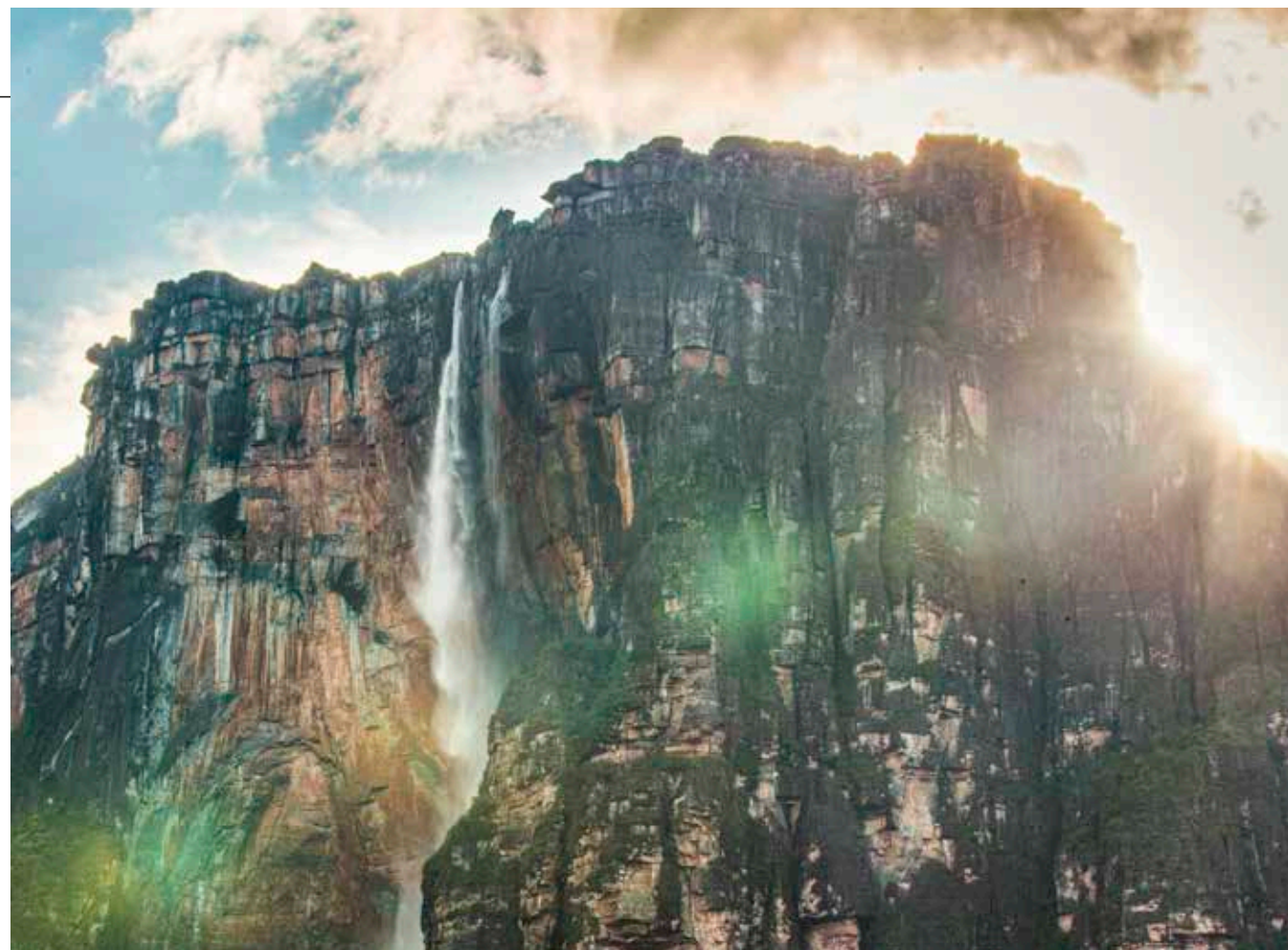
Canaima fue declarado Patrimonio de la Humanidad por la Unesco en 1994, y cuenta con una superficie de más de 30.000 km<sup>2</sup>.

El nombre de “Salto Ángel” se lo dio un venezolano, en honor a Jimmie Angel, un aviador estadounidense que descubrió esta catarata en 1937, al sobrevolarla con su avioneta.

Esta catarata fue una de las 28 finalistas en la elección de las siete maravillas naturales del mundo.

A pesar de que este salto es una de las mayores atracciones turísticas del país, resulta complicada su visita, dado que el viaje hasta las cataratas no es sencillo. Como la zona donde se encuentra está rodeada de bosque, la única manera de acceder es mediante un vuelo en avioneta desde la capital del país o desde Ciudad Bolívar, para llegar a un campamento Canaima.

Como dato curioso, esta catarata fue la inspiración para la ficticia selva de la película de Pixar “Up”, donde el protagonista intenta llevar su casa hasta la cumbre de las “Cataratas Paraíso”, en clara alusión al Salto Ángel.



# SEVILLA, ESPAÑA

—Mamá, ¿yo puedo ser de Sevilla?  
—me preguntó mi hija nacida en Madrid,  
paseando por la capital hispalense,  
en una de nuestras visitas a sus abuelos.



MARÍA  
LAHORE

—Sí, claro hija, tu primer mes de vida lo pasaste aquí, tienes sangre sevillana en tus venas. ¡Claro que eres de Sevilla! —le dije con ternura.

—¡Qué bien! —me contestó divertida, con una sonrisa de oreja a oreja—, me gusta ser de Sevilla porque es muy bonita, tiene muchas palmeras y un río muy grande. Siempre hay gente en la calle, hay mucho sol y la gente es muy simpática.



—Y no solo eso, cariño, Sevilla tiene mucha historia, tiene rincones bellísimos adornados con una fuente, una estatua, un mosaico, una planta o una inscripción que atestigüe que por aquí pasaron tartessos, cartagineses, romanos, visigodos y árabes antes de ser hija de Castilla.

—Uy, ¿toda esa gente pasó por aquí? Pues yo también voy a hacerme un rincón en la terraza de la abuela, donde diga: ¡Yo estuve aquí!

—Ja, ja, ja... Y además, querida, Sevilla fue puerta de América, fue el Puerto de las Indias, y no sería la ciudad que es sin América Latina.

—Pero yo también soy de América Latina, ¿verdad, mami? Eso me dice mi otra abuela.

—Sí, claro, eres hija de chileno criado en Venezuela, algo tendrás que tener.

—¿Y por eso es que tengo tanto ritmo y bailo tan bien merengue?

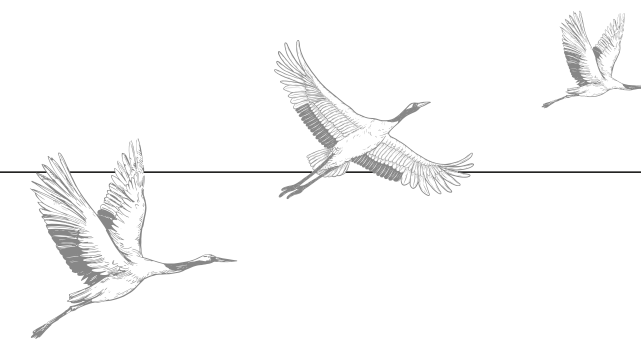
—Claro, mi amor, porque tu padre te ponía sus canciones favoritas cuando eras un bebé, y de ahí te vino el ritmo.

—¿Y cuándo volvemos a Sevilla?

—Cuando quieras, mi vida. Te llevaré a bailar también flamenco, a perdernos en el barrio Santa Cruz recorriendo el callejón del Agua para llegar a la calle Vida y de ahí a la plaza de Doña Elvira, pasear por el Alcázar, subirnos a la Giralda, coger un barquito por el Guadalquivir y

recorrer sus puentes, sus paseos, su Torre del Oro. Tomarnos un piripi en la Bodeguita Antonio Romero y cruzar a Triana por el mejor pescaíto frito.

Yo te enseño sus iglesias, sus parques,  
sus museos, sus palacios, sus gentes.  
Yo te llevo, vida mía.  
Yo te llevo a Sevilla.



# MI REFUGIO POR SIEMPRE



JORGE  
PONCE

Hoy soñé con colosos

Con castillos de piedra que se convertían en montañas

Eran montañas orgullosas, que exuberantes derramaban lágrimas de alegría

Eran compuertas que se abrían monumentales y unían los mares

Eran centinelas imponentes que miraban al horizonte

Y al mirar ese horizonte, la vida vestida de verde me dijo que era afortunado

Que aguas cristalinas de nevados immaculados calmarían mi sed

Que bosques infinitos me alimentarían

Y árboles milenarios se convirtieron en mi soporte

Y animales prehistóricos se convirtieron en mi compañía

El sol hermano de la vida me abrigó con su calor

Se pintó el cielo de celeste y vi a lo lejos cordilleras con coronas blancas

Sentí la energía poderosa del guerrero antiguo con el puño en alto

Supe entonces que era un viaje legendario

Como tomar un tren a ese lugar en lo más alto, donde puedes tocar el cielo

Al paraíso donde mis ancestros aún viven

A ese lugar donde algún día desearé siempre volver

Ese lugar que siempre estará en nuestros corazones

*Siéntete orgulloso, siéntete orgullosa, hermano, hermana  
Ese es nuestro terruño, nuestro hogar, mi refugio por siempre*

# CULTURA



Muy dentro de nuestra identidad cultural  
llevamos la herencia de nuestra historia.  
Así se baila la marinera peruana,  
el flamenco o el tango. Así se vive el carnaval  
de Trinidad o de Oruro, y se celebra el Día de las  
Velitas o el Día de los Muertos.  
Desde el orgullo de nuestra herencia.



# CAPOEIRA

*danza, ritual e combate*



JEFFREY DÁVILA

Hace un par de meses se mudaron cerca de mi casa dos hermanos procedentes de Brasil: Tina y Neto. Tras formar una buena amistad, ambos me contaron que su llegada a Lima fue para fundar una escuela de capoeira. Así conocí por primera vez este maravilloso arte marcial, una exquisita mezcla de danza, ritual y combate.

Tiempo después, ya constituida la escuela, me inscribí, con la idea de conocer más allá de la típica exhibición turística que había presenciado antes por los parques de Miraflores. En mi sesión introductoria, Tina me contó sobre los orígenes de este arte afrobrasileño, que

se desarrolló en medio de una época de opresión y esclavitud.

Inmerso en la clase, Neto me comentó que, a primera vista, esto que parece una danza, basada en patadas y movimientos evasivos, es mucho más. Al inicio me costó entender a qué se refería; sin embargo, con la práctica lo supe. Con movimientos enérgicos y acrobáticos, este deporte —que se practica dentro de un círculo llamado roda y siempre con música— es una representación de la identidad brasileña, su historia y sus costumbres combinados con elementos de lucha y danza, basados en valores éticos.

*La capoeira, sin lugar a dudas, es un patrimonio inmaterial cultural de la humanidad.*



38

BRASIL



# CARNAVAL DE ORURO

Los sacrificios de sangre y la Ch'alla, donde se hacen ofrendas a fin de invocar la suerte y la bonanza como dones proporcionados de los dioses y seres de la naturaleza.

Festejo de tradición minera de reconocimiento al “Tío” regente y protector de las riquezas del suelo y los socavones, ya que Oruro es y ha sido tierra de explotación de recursos minerales.

También se rinde culto a la Virgen de la Candelaria, y se conforma de esta forma una amalgama de cultura y tradición que muestra la riqueza folclórica y cultural que se observa en Bolivia.

Obra maestra en el patrimonio oral e inmaterial de la humanidad (UNESCO); fiesta popular donde, con la belleza de las danzas, la música y las vestimentas fastuosas y llenas de colores, podemos ver el legado del pasado en conjunción con los ritos de la devoción católica.

Esta celebración, la cual se ha convertido en la más importante del país, encierra en el imaginario común mitos y leyendas; una de ellas cuenta que existió hace tiempo un conocido ladrón, llamado Chiru Chiru, que vivía en las cuevas de una mina y tenía la costumbre de repartir sus botines entre los pobres y

desamparados. El Chiru Chiru fue herido de muerte por un minero que lo sorprendió robando, y fue auxiliado por una caritativa mujer que lo llevó a su hogar, donde finalmente murió.

Cuando los mineros, extrañados por la desaparición del Chiru Chiru, fueron a buscarlo, descubrieron la imagen de la Virgen de la Candelaria (Virgen del Socavón) velando el cadáver del ladrón. Por ello, el interior de la mina es el lugar donde los peregrinos rinden homenaje y dejan sus ofrendas.



SANDRA GUZMÁN

*Majestuosa celebración que representa el mestizaje propio de nuestros países, ya que este festejo muestra rituales ancestrales propios de la cultura andina, como el culto a la naturaleza, la Madre Tierra (Pachamama).*



39

BOLIVIA

El carnaval en el Queen's Park Savannah  
—ubicado en el corazón de la ciudad de  
Puerto España, Trinidad—  
se celebra cada año los lunes y martes anteriores al  
miércoles de ceniza.

## CARNAVAL EN SAVANNAH



ANDRÉ  
WILLIAMS



La verdadera “fecha de inicio” es a mediados de agosto del año anterior, con una multitud de fiestas “fetes”, lanzando y exhibiendo los disfraces bellamente diseñados, para comprar como parte de una “banda” para el carnaval el lunes y martes del año siguiente. Las fiestas siempre son patrocinadas, y el espíritu del carnaval comienza a fluir a partir de ese momento en esta pequeña nación de dos islas gemelas. Luego culmina con una exhibición de energía explosiva y vitalidad, mientras personas disfrazadas bailan por las calles de Puerto España y sus alrededores, al ritmo de la música local de soca, entrando y saliendo del escenario de Queen's Park Savannah, para luego continuar su alegre desfile por la ciudad.

Hay una multitud de diseñadores de vestuario, algunos vinculados a las bandas individuales y otros los mismos líderes de la banda.

Los trajes son ricos en colores: abarcan todo el espectro de la carta de colores, y en la mayoría de los casos son trajes de baño de estilo bikini intrincadamente trabajados con cuentas, acompañados de tocados elaborados en relieve, cubiertos por completo con plumas y más cuentas brillantes multicolores. También hay disfraces hechos de tela en su totalidad, de nuevo en una multitud de colores, aunque en algunos casos sencillamente cuentan con un mínimo de color.

Por supuesto, existe libertad artística entre los diseñadores, y los disfraces representan, entre otras cosas, lo que el diseñador interpreta de obras de arte reconocidas internacionalmente, lugares en el mundo o una interpretación artística de una frase o evento. En el 2020, varios diseñadores utilizaron los trajes y personajes de antaño, de principios de 1900, como base para su presentación, incluidas,

entre otras, las ilustraciones de Moko Jumbies y J'ouvert.

Es difícil describir esta maravillosa celebración de inventiva, belleza, creatividad, energía y vitalidad que conforma el carnaval de Trinidad. Basta con decir que aunque sea un ciudadano o solo un visitante de nuestras costas, cuando el camión de la música golpea el lunes de carnaval, el cansancio, la preocupación, la presión y la lucha desaparecen bajo el ritmo de nuestra música soca/calipso, y la libertad de expresión que ofrece ser uno de cinco mil saltando y desfilando en las calles de la ciudad capital.

¡Realmente es el mejor espectáculo en la Tierra!





## DANZANTES DE YARE

*Olvidate del vals de los 15 años.  
Mi baile especial fue el de los Diablos de Yare.*



FABIOLA  
BRICEÑO

Primer grado del colegio, 40 diablillos de un metro de altura, danzando con capas rojas, pequeñas maracas y unas flamantes máscaras, inmensas, llenas de colores, ojos grandes, orejas y cachos. Un paso adelante y otro atrás, con el corazón acelerado acompañando el ritmo de los tambores.

Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad declarado por la Unesco, que nos ha hecho danzar por más de 200 años,

que alberga tras sus máscaras promesas hechas con gran devoción, celebradas con alegría.

Testigo de la mezcla deliciosa de razas que bendijo a Venezuela, funde el espíritu del indígena, del negro y del español, en un mismo trance.

Por mucho tiempo esa máscara estuvo colgada en mi habitación como un trofeo, recordando uno de los momentos más alegres de mi vida a mis seis primaveras.

# DIABLOS DANZANTES DE YARE



MEILY  
VALDEZ

Los Diablos Danzantes de Yare son una festividad religiosa que se celebra en San Francisco de Yare, Estado Miranda (Venezuela), el día de Corpus Christi, llevada a cabo por las “Sociedades del Santísimo Sacramento”. La fiesta es una versión local de los Diablos Danzantes de Corpus Christi.

Su origen se remonta a siglo XVIII,<sup>1</sup> siendo esta la hermandad más antigua del continente americano. La fraternidad de diablos está

dividida en un orden jerárquico, representado en sus máscaras.

Cada jueves de Corpus Christi (nueve jueves después del Jueves Santo) se hace una danza ritual de los llamados Diablos Danzantes, en la cual se rinde culto al Santísimo Sacramento y se celebra el triunfo del bien sobre el mal.<sup>1</sup> Se visten trajes coloridos (por lo común completamente de rojo), capas y máscaras de apariencia grotesca, además de adornos, como cruces, escapularios, rosarios y otros amuletos.

Los diablos danzan al son del repique de la caja, un tambor típico. Bailan por las calles del pueblo, para luego arrodillarse al unísono frente a la iglesia, y permanecen postrados en señal de respeto al Santísimo, mientras el sacerdote los bendice. La música y el baile continúan, mientras los diablos –quienes pagan una promesa religiosa al convertirse en demonios de rojas vestiduras y coloridas máscaras– visitan las casas de algunos diablos difuntos.

*La celebración termina cuando al final de la tarde  
suenan las campanas de la iglesia y la  
hermandad se dispersa hasta el próximo año,  
cuando volverán a representar este rito, en el cual  
el bien debe prevalecer sobre el mal.*



# DÍA DE MUERTOS

Seguramente ya has visto la película COCO... por ahora te puedo decir que esa historia es muy cercana a la realidad en México... pero esta mexicana le va a dar un poquito de contexto a este significado del "Día de Muertos".



YÉSSICA  
OLGUÍN



Me gustaría iniciar mi explicación reflexionando que la muerte no es un suceso ajeno a nosotros, tú y yo lo conocemos muy bien. Los mexicanos, creo que ante el temor de llegar a ese momento, le hemos dado un misticismo particular, venerando a la muerte para asegurarnos de que en la otra vida nos vaya bien, nos reencontremos con nuestros seres queridos, y también que nos sigan recordando los que aquí aún están. La muerte ha sido muy importante en las culturas mesoamericanas. Al inframundo lo llamaban "Mictlán", que era el señor de la muerte, Mictlantecuhtli.

Ahora bien, por qué la ofrenda de Día de Muertos... Comencemos preguntándonos cómo se llaman esas flores color naranja,



"cempazúchitl"; su significado es "flor de veinte pétalos" y se cree que marcarán el camino que deben recorrer los muertos hasta el que fue su hogar. Las flamas de las velas son la luz, la fe y la esperanza, habrán de iluminar su camino. No olvides colocar tu ofrenda sobre un mantel blanco, que significa pureza y alegría. Encenderemos un poco de "copal" o incienso para alejar a los malos espíritus de la casa, colocaremos una cruz de ceniza en el suelo, que ha de servir para expiar las culpas de nuestros seres queridos que vienen del más allá... algunos dicen que si un ánima se encuentra en el purgatorio le puede ayudar a salir.

No puedes olvidar un vaso con agua, que ha de servir para quitarles la sed después de ese

largo camino que han de recorrer. Las calaveritas de azúcar, si bien representan los cráneos, las pequeñas son ofrendas a la Santísima Trinidad, las medianas simbolizan que la muerte siempre está presente y las grandes son ofrendas al Padre Eterno, Dios.

El pan de muerto simboliza los sacrificios humanos que realizaban las culturas prehispánicas; hoy por hoy, son para deleitar a los muertos, y por eso es importante incluir todos aquellos platillos que les gustaba comer.

Las fotos de tus seres queridos son para decirles que es en honor a ellos, pero un detalle importante, que seguro no conocías, es que las debes colocar medio escondidas, para que solo

puedan ser vistas con un espejo, como símbolo de que se puede ver a la persona, pero ya no existe.

En algunas ofrendas encontrarás una pequeña figura de barro en forma de perrito, su nombre es "izcuintle", que se coloca en las ofrendas para los niños; se dice que este perrito les ayudará a cruzar el río "Chiconauhuapan", que es el último tramo antes de llegar al inframundo o "Mictlán".

¿Has visto ese colorido papel picado tan típico de México?, bueno, pues significa el "aire", además de ser claramente motivo de festividad, la fiesta de los muertos.





El 8 de diciembre se celebra el día de la Inmaculada Concepción, o, como se le dice en Colombia, el Día de las Velitas.

Este día se prenden velas afuera de las casas para que pase la Virgen María, y para dar inicio oficial a la temporada de navidad.

## DÍA DE LAS VELITAS



MARÍA  
VELÁSQUEZ

Esta celebración es tan tradicional, que en muchos pueblos del país se realizan eventos por todo lo alto. Un ejemplo de ello es el pueblo de Quimbaya, Quindío, perteneciente al Eje Cafetero, que celebra cada año el Festival de Velas y Faroles, en donde se invita a toda la comunidad a

unirse para decorar sus casas. Al final se premian las mejores decoraciones.

Durante la celebración miles de colombianos encienden velas y faroles, y adornan con banderas blancas las casas, calles y rincones de todo el país, como parte de una tradición cristiana.

Quanto más conozco de los países, más me enamoro del mío; me enorgullece ser colombiana, un país pequeño, pero grande en arte, música, deporte, ciencia, letras; en fin, qué más puedo decir, su gente, que con amabilidad te abraza y apoya hasta en lo más pequeño.



CLAUDIA  
BEJARANO

Llegué a Venezuela hace un poco más de cinco años, en plena crisis, y sentí que debía poner toda mi actitud y alegría en lo que hacía de mi día a día; no fue nada fácil al principio, porque en verdad estaba en medio de un país bello, pero con muchas dificultades. Así que me aferré a mis creencias, y una de ellas precisamente es la Navidad; en Colombia, la Navidad comienza con ese maravilloso día en que todas las familias se reúnen, en torno a la comida de deliciosos manjares preparados por las madres y abuelas. Llegan todos a casa de mamá, hijos, nueras, yernos, nietos, y hasta las mascotas.

Desde días antes se compran las velas; los supermercados están preparados con los paquetes de todos los colores y tamaños. Cada uno aporta algo a la celebración, y los más pequeños son quienes más lo disfrutan, aunque tengo que reconocer que para mí es un

momento mágico, lo disfruto demasiado; no es solo poner las velas, es dar gracias por el año que ha transcurrido y ver a la familia reunida; me llena de emoción y de nostalgia el no poder estar allá.

Esta fecha forma parte de mi ADN colombiano, así que no puedo dejarla pasar, y desde que estoy en Venezuela me he encargado de hacerla conocer y la comparto en mis redes; a la gente le gusta, y ahora que tantos venezolanos la viven en mi tierra, han logrado incorporarla en sus vidas y comprenden lo que se siente.

El primer año vivía en Campo Alegre, estaba solamente con mi hijo. No teníamos mucho tiempo de haber llegado, y por supuesto que tenía mi arraigo a flor de piel, necesitaba de mis raíces, así que decidí salir a prender mis velas; busqué las velas, ciertamente que no fue nada fácil, y como no tenía terraza en el apartamento salí a

la calle y junto con mi hijo en la entrada del edificio me dispuse a prender mis velas. ¡Ohh, por Dios!, ¡salió el vigilante y me dijo que eso no estaba permitido! Por supuesto, no le hice caso, y solo nos fuimos de ahí hasta que se terminaron de consumir las velas. Mi hijo me acompañó todo el tiempo, dimos gracias a la Virgen por nuestras experiencias y esos nuevos retos que estábamos asumiendo. Aún seguimos celebrando cada año, y aprovechando la tecnología nos conectamos con la familia a la distancia, para de forma remota agradecer en familia por las bendiciones que tenemos.

Para mí, la maravilla más linda es la celebración de las velitas en Colombia, todo un país unido bajo esta celebración.

## EL HIMNO, LA CUMPARSITA

*La radio sonaba a todo volumen desde la cocina.  
Abrió un ojo y manoteó el reloj de pulsera que  
había dejado en la mesa de luz. 6 y 45 de la mañana.  
Otra vez. Se levantó con calma y entreabrió las cortinas.*



VERÓNICA  
OLIVERA

Las sombras se alargaban a merced de un sol que apenas empezaba a asomarse detrás del cerro, los gatos vagabundeaban, los árboles se mecían con desgano. Nadie en la calle.

El tango seguía golpeando las paredes. Salió de su cuarto en puntas de pie y se asomó a la cocina. Su abuelo, Antonio, cortaba frutillas, tarareando. No notó su presencia. Como buen hijo de inmigrantes, le gustaba hacer. Y como buen hijo de italianos, le gustaba comer. Las mermeladas y conservas caseras de su abuelo

la llenaban de admiración; algún día aprendería a hacerlas. En las hornallas, la leche se calentaba en una ollita. La habitación olía a desayuno de verano.

—Abuelo —le dijo, con voz suave—, buenos días.

—Buenos días, m'ija —le respondió, sonriéndole detrás de sus lentes gruesos, de marco negro—. Te levantaste temprano.

Ella le sonrió, incapaz de culpar a Gardel como responsable del madrugón. Desde que tenía memoria, su abuelo siempre

había tenido el mismo ritual: levantarse, escuchar tango a todo volumen, ir a la panadería, preparar el desayuno.

—Vení, ayudame acá —le indicó, señalando las frutillas—. Estoy haciendo mermelada.

Se paró junto a él. Trabajaron sin hablarse. Aun siendo muy niña, ella entendía que la radio era para él una compañía infalible. Un vínculo con su juventud, con otras épocas, cuando bailaba y cantaba al compás de la orquesta. Con aquel día de otoño en el que había conocido a su abuela, mientras las chaperonas los vigilaban desde una esquina del salón de baile. El tango denunciaba lo difícil que había sido su vida y le ponía palabras a su melancolía. El tango alivianaba su vejez. Cuando lo entonaba, su voz se volvía ronca y enérgica, y su boca, una mueca tallada en mármol. El tango era, sencillamente, su pase al pasado, y su bastón, al futuro: no podía soltarlo.

Las voces graves de la radio dieron paso a la publicidad. Saliendo del trance, su abuelo le pidió que sirviera los bizcochos en un plato.

—Hay de membrillo —le indicó con el dedo—. Aquellos con azúcar impalpable son de dulce de leche —prosiguió, señalando—. No los mezcles, ¿eh? En la otra bolsa hay salados; traje pan con grasa, que sé que te gusta. Dale, dale, así ya despertamos a todo el mundo para desayunar.

Ejecutó diligentemente. Un nuevo son comenzó a retumbar, y su abuelo subió aún más el volumen, siguiendo el bandoneón con la cabeza. La música le resultó extrañamente familiar, como si la conociera desde siempre, como su primer arrotó. Miró a su abuelo, interrogante, pero sin atreverse a interrumpir aquella maravilla rítmica que le acariciaba los sentidos.

*—La Cumparsita, m'ija, el himno del tango —  
le dijo, breve y categórico, con la memoria  
perdida, danzante, en algún rincón de su juventud.*



Soleares, bulerías, alegrías, malagueñas...

## FLAMENCO



ANTONIO  
RAMSÉS  
MORALES

Un millar de estilos y variaciones, interpretaciones clásicas y ortodoxas de Tomás El Nitri a Mairena; composiciones personales e innovadoras, de Camarón a Morente.

De tradición, de Llaves de Oro del Cante, de poesía y de arte universal, de Lorca, de Machado, de Picasso. La guitarra flamenca y el cajón peruano, revuelo de lunares y coloridos serranos, de una bata de cola a una marinera norteña, de un tanguillo a una milonga, del compás de unas palmas al eco de una guitarra, de Paco de Lucía al infinito.

De historia conjunta, del antiguo y del nuevo mundo, de Triana al Callao, del Perchel al Viejo San Juan, de la Viña a La Habana Vieja.

*De arte, de pasión, de sentimiento...*

Netamente andaluz, con aires murcianos y extremeños, de ida y de vuelta, de aquí y de allá, de España y de Hispanoamérica.

Universal desde lo local, embajador artístico de España ante el mundo por derecho propio, Patrimonio Inmaterial de la Unesco desde el 2011... El flamenco y el recuerdo.



*El Paraguay es un país mediterráneo con dos lenguas oficiales el español y el guaraní.*

## EL GUARANÍ



MARÍA DEL MAR  
LEGUIZAMÓN

Antes de convertirse lengua oficial; el guaraní fue una lengua discriminada y durante muchos años se prohibió su enseñanza en los colegios y en las casas. Esta lengua ha logrado su reivindicación mediante la Constitución Nacional de 1992 y ha logrado sobrevivir gracias a la transmisión oral de madres a hijos y a la

perseverancia del pueblo que lo hablaba a escondidas.

La oficialización del guaraní tiene que ver con el compromiso con nuestra historia y nuestra identidad, la lucha por su reivindicación continúa porque aun en algunos sectores de la sociedad no es bien recibido ya que asocian al guaraní hablante con el atraso.



Una de las tradiciones más importantes que acontece en la última semana del mes de enero de todos los años, en la ciudad de Trujillo, es el concurso internacional de marinera.

Cada vez que se realiza esta festividad, son días llenos de emoción, de compartir con personas de varios lugares del mundo que llegan para hacer sentir su pasión por este baile, y demostrar cómo sus corazones laten al escuchar las tarolas, la guitarra y el cajón. Es justamente por estas emociones vividas, que la marinera no es solo una danza para muchos de los peruanos, sino que es un

sentimiento compartido, en el cual tanto los espectadores como los bailarines disfrutan de un baile cultural que te reinventa y te cuenta una historia, de la que no puedes desprenderte.

La marinera peruana es un baile reconocido como Patrimonio Cultural Inmaterial de la Nación por el Instituto Nacional de Cultura del Perú, desde el año 1986, siendo parte de la



SHAROM M. CASANOVA

## LA MARINERA: UN ARTE DE EXPRESIÓN PERUANA



cultura viva del país, que es transmitida de generación en generación, y permite lograr vínculos entre el territorio peruano y sus habitantes (Instituto Nacional de Cultura, 2015). Galanteo, coquetería, sensualidad, elegancia y energía, son palabras que describen muy bien a la marinera, debido a que es un baile en pareja que transmite la conquista del hombre hacia la mujer, a través de movimientos elegantes y alzando vigorosamente sus pañuelos. No obstante, es importante saber que este arte es una mezcla de varias culturas, que tiene raíces hispanas, indias y negras, y su nombre hace referencia a la Marina de Guerra del Perú, en homenaje al héroe Miguel Grau, dado que

se desarrolló en los años de la guerra con Chile (Porras, 2018).

Este baile es característico de la zona norte del Perú; sin embargo, existen diferentes variantes en la música, vestimenta y pasos de baile, según la zona geográfica dentro del país. Una de las más pícaras, enérgicas y espontáneas es la marinera norteña, donde la mujer baila descalza y con vestidos largos con pliegues y encajes, mientras que el hombre viste de traje y usa calzado, lo cual se evidencia en un coloquio amoroso; de esta nace la marinera con caballo de paso, y es una demostración única de elegancia y sabor, entre la bailarina y el caballo que da galopes únicos al ritmo de la música.

No hay duda de que la marinera es parte de la cultura de los pueblos y de la gente de este país tan bonito: Perú. Un ejemplo claro se ve al escuchar la canción de marinera "Nadie como tú", del compositor y cantante Carlos Ardiles Bellido, la cual parte de su letra dice:

"Quiero cantar marinera a ti mujer del Perú...  
¡ERES EL ORGULLO DE MI TIERRA!, cuando bailas una marinera,  
tú bailando pintas los colores rojo y blanco de esta mi bandera",  
la cual te brinda una sensación de orgullo, alegría y pasión  
de pertenencia por esta tierra.

### Referencias

Instituto Nacional de Cultura (2015). ¿Qué es Patrimonio Cultural? Recuperado de <http://observatoriocultural.udgvirtual.udg.mx/repositorio/handle/123456789/197>

Porras, H. (2018). La Marinera en el Perú. Revista Cuadernos Arguedianos, N.º 18 (1). ISSN: 2706-9427 e-ISSN: 2706-9435. Recuperado de <http://200.1.180.229/index.php/ca/article/view/70/68>

Mi padre está fascinado con la marinera peruana; él es del norte serrano de Perú, de Cajamarca; como se les conoce popularmente, mi papá es "cajacho". Sin embargo, aprendió a bailar marinera desde muy chico.



LUIS HERNÁNDEZ

A pesar de ser un baile representativo del norte costeño (Trujillo y Chiclayo, para ser más específicos), no había evento o festival donde, al escuchar el sonido de la música, no sacara su pañuelo y lo moviera de manera elegante, coordinada y, sobre todo, coqueto, como una especie de cortejo a la dama con quien estaba bailando; se dejaba llevar y creaba una especie de coreografía de zapateo conocido, pero al verse tan bien ejecutado te dejaba impresionado, abría el brazo con el pañuelo y sonreía para demostrar soltura y confianza sin parar, hasta que la señorita le correspondiera con una sonrisa cómplice y se enamorara completamente.

En mi caso, siempre me llamaron mucho la atención las danzas tradicionales de mi país; cuando era pequeño, además de la melodía hermosa de guitarra, cajón y trompetas, la marinera me enseñó disciplina, postura y actitud. Aunque por circunstancias de la vida no seguí practicando de manera profesional este baile, sí me quedan bonitos recuerdos de concursos y personas que conocí, ya que la marinera, más que solo un baile, es una representación cultural de lo que nos identifica como peruanos, una huella en nuestra tradición, una forma de expresar nuestra dicha de ser peruanos, algo de lo cual me siento muy orgulloso de haber heredado y heredar en el futuro a las siguientes generaciones.



SUSANA PINILLA

Es conjunción mágica de sonidos, ritmos, movimientos y colores que encandilan a espectadores, y entusiasmo a bailarines, creando un ambiente de alegría y sensualidad.

Desde épocas coloniales, el pueblo de origen africano, llegado al Perú en condición de esclavitud, reproducía sus costumbres a escondidas para olvidar las penas.

La música, bailes, instrumentos musicales –como el hoy mundialmente conocido “cajón”–, potajes y otros, son destacables aportes al enriquecimiento de la cultura peruana.

Entre esos bailes destacaba la “zamacueca”, de ritmos cadenciales al compás del cajón, que atraía la atención de españoles y mestizos, quienes agregaron movimientos de la jota aragonesa, el minué, sumando guitarras con voces en melodías y contrapuntos. Describían en las letras historias y particularidades de cada región.

Estas contribuciones dieron origen, en el Perú, a la hoy conocida “marinera”, que se ha convertido en el baile nacional porque se practica en todo el territorio con gran entusiasmo popular y matices propios de la idiosincrasia de cada lugar. Lenta y elegante en Lima; con mayor rapidez, movimiento y zapateo en el norte; más saltarina en la sierra, y variantes en el uso de instrumentos para el acompañamiento.

La marinera limeña es un baile de salón de cualquier casa, y es

esencia de la “jarana criolla”, que se organiza en la mayoría de las fiestas de familia que gustan de las tradiciones. Comienza con bordones de guitarra de madera, golpes de cajón y palmas acompasadas, que invitan a las parejas a bailar. La mujer se para frente al hombre, insinuando movimientos desde su sitio, cruzando miradas de complicidad para sellar un acuerdo silencioso de enamoramiento pasajero y entregarse discretamente el alma en esos minutos de cortejo y zalamería. Cuando empieza el canto se inicia el paseo, con elegantes movimientos de acercamiento y suave contoneo de cadera. Se saludan al medio con cambio de pie, mirada altiva y sensual, y alegre pañuelo al aire, aceptando el reto de compartir la aventura. Siguiendo las estrofas y estribillos, continúan los paseos con rostros cercanos y coquetería en la media vuelta del rítmico caminar. Al terminar las estrofas empieza la sabrosa resbalosa, más movida y retadora, donde se deja el protocolo y se hace explícito el embrujo, con zapateo deslizado,

proximidad y atajo masculino para el convencimiento final. Con la fuga, triunfa el amor.

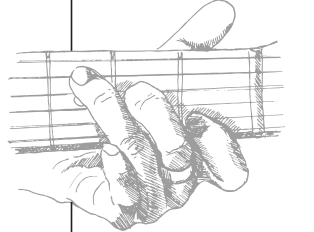
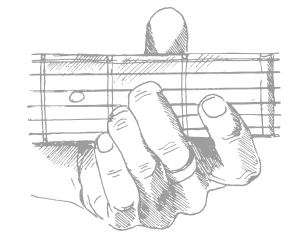
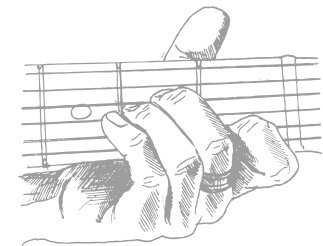
La marinera norteña se baila en área abierta, sin zapatos, como en el campo. Alegre y notoriamente pícara, es acompañada por sonoras bandas de instrumentos de viento y percusión. Bastante más rápida, con movimientos acentuados, casi acrobáticos, al momento del zapateo. En los instantes claves de enamoramiento, la mujer arquea el cuerpo hacia atrás, en signo de entrega total.

En Trujillo, capital del departamento de La Libertad, la afición es tal que se ha creado el concurso nacional de marinera, que anualmente congrega a las mejores parejas del país.

La marinera es también bailada por nuestro afamado “caballo de paso”, montado por chalán, con una bailarina desde tierra.



¡¡¡No te pierdas la marinera peruana!!!  
Te roba el corazón.



El arte de Oswaldo Guayasamín es una de las maravillas que indudablemente el Ecuador tiene para mostrar al mundo.



PATRICIA  
BUSTAMANTE

Las pinturas de Guayasamín son grandes representantes de la Escuela Indigenista, además de una mezcla de expresionismo y cubismo inconfundible del autor. Actualmente, la obra de este artista es considerada como Patrimonio Cultural del país.

En cada una de sus pinturas se enmarca una parte de la historia trágica de la sociedad ecuatoriana. Una denuncia con convicción de hechos que constituyen, indudablemente, la realidad y el recuerdo.



Conoci al maestro Guayasamín cuando yo era apenas un niño. Tengo vagas memorias, pero recuerdo a mi padre conversando con él en su estudio,

entre brochas, pinceles, óleos a medio usar, lienzos inacabados y paletas con todos los colores del colibrí.

## OSWALDO GUAYASAMÍN



FERNANDO  
EHLERS

La obra pictórica de Oswaldo Guayasamín se encuentra presente en prácticamente todas las estancias culturales del país: embajadas, ministerios, representaciones y oficinas, así como en tiendas de suvenires y hoteles, y decora muchas casas, salones y restaurantes. Ya sean obras originales, litografías o seguramente impresiones sacadas de internet, son pocas las familias capitalinas que no

cuentan con alguna obra de este quiteño que se enorgullecía, a diferencia de muchos otros, de sus raíces indígenas. “¡Carajo, yo soy un indio!” es quizá la frase que más recuerdo de los múltiples reportajes y grabaciones que se le hicieron a lo largo de sus 80 años de vida.

El más internacional de los pintores ecuatorianos nos lleva a descubrir el doloroso

pasado de la lucha social ecuatoriana, desde la conquista hasta el fin del siglo pasado. Su obra representa las diversas emociones y etapas por las que transitan las sociedades y los individuos: la guerra y la violencia, pero también la ternura y la esperanza están plasmadas en los sutilmente atrevidos trazos de un pintor que a través del retrato, el mural y la escultura, llevó al

mundo la convulsa historia de este pequeño rincón escondido entre volcanes y bosques, y con su obra trascendió la escena cultural andina, para convertirse en un artista universal.



## POLLERA PANAMENA



GINDIRA MONTENEGRO

Esta vestimenta femenina, tradicional de Panamá, ha llegado a ser catalogada como “el traje más bello del mundo”, y “el más costoso”. Es el resultado de técnicas y orfebrería europea y del Lejano Oriente, y prueba de la herencia española en la cultura panameña.

Está compuesto de tres partes, una fina camisa con encajes, enaguas y un elegante faldón, elaborado, en el caso de las originales, a mano, por laboriosas artesanas.

Uno de los elementos llamativos es los “tembleques” en la cabeza, llamados así porque se mueven cuando la empollerada baila al ritmo del “tamborito”, una comparsa de música típica.

Recientemente, Panamá obtuvo la medalla dorada por el Mejor Traje Típico en el Festival Internacional de Cultura y Arte 2019, celebrado en el distrito de Büyükkçekmece, Turquía, gracias a la representación del Ballet Folclórico Ritmos y Raíces Panameñas.

Una obra de arte en movimiento digna de la realeza, así es la pollera, un atuendo típico de Panamá, que destaca por su joyería, ornamentos y finísimos tocados, al que dan vida y esencia las mujeres, solemnes emperatrices con labios carmesí y guardianas del folclore.

El tango es como jugar ajedrez, hacer ejercicio, viajar a otra época, descubrir una cultura extranjera, y todo esto explorando la creatividad de uno mismo.

## TANGO



LUCÍA MATTOS



Tuvo su origen hace más de un siglo, como resultado de la fusión de tradiciones y bailes entre inmigrantes europeos de clase baja, indígenas y exesclavos en los puertos de Buenos Aires, Argentina. Influenciado por ritmos como el flamenco, la polca y diversos bailes africanos, es por eso que el tango fue conocido un tiempo como la “música de inmigrantes”. Hoy en día es una estampa de la cultura argentina, que se ha establecido no tan solo como un baile o género musical, sino como un integrador social que no distingue raza, edad o género. Los clubes de tango pueden encontrarse por todo el mundo, donde reúnen nuevas multitudes en esta danza revividora de esa llama de sensualidad y elegancia tan característica del pueblo que la originó. Aquí, la diversidad cultural y la autoexpresión se celebran a ritmos de guitarra, arpa y violín, y en ocasiones del famoso bandoneón o acordeón de tango. El tango ha de ser un diálogo inspiracional, envuelto en baile; la comunicación es 100% corporal,

que hace de las sutilezas el núcleo de la técnica y el estilo; un roce de piernas, una caricia, una vuelta o la posición de las manos hacen toda la diferencia entre un experto y un aficionado. A medida que las demás parejas se mueven y la música se acelera, se despliega la habilidad para la decisión, innovación y claridad, sin dejar de ser gentil. Suele decirse, con suficiente razón, que bailar tango es conversar con el cuerpo; bailando en pareja uno debe tomar el papel de líder, que suele ser el caballero, cuya tarea es atender la música, planear pasos y desplegar confianza, con el objetivo de que su compañera femenina responda con creatividad y haga brillar su personalidad en la pista de baile. Como lo dicen maestros del tango: “La mujer no es solo quien sigue, ella es a quien el tango se le dedica”. Después de la música está la voz y sus letras, que por lo común tratan temas que conciernen a la mayoría de la población, como las dificultades de la vida, la pobreza, el amor y la soledad. Igualmente, la atmósfera

liberadora que crea el tango da paso a la expresión más sincera de sueños de fortuna, ansiedades y nuestro yo más íntimo. De esta forma se logra acercar a las personas bajo una identidad y voz compartida. El tango une, no divide; nótese que la religión o la política no son temas que el tango mencione. En estos tiempos, cuando prima el acelerado estilo de vida digital y la confrontación de discursos políticos, la difusión global del tango combate desde sus salones la desigualdad, derribando barreras de clase y despojándonos de nuestras diferencias con su cautivadora tradición, erotismo y calor. Como dijo el famoso coreógrafo y bailarín Juan Carlos Copés: “El tango es un hombre y mujer en busca del otro, la música despierta y atormenta, el baile es el emparejamiento de dos personas indefensas ante el mundo e impotentes para hacer un cambio”.



Cincuenta—  
—Maravillas

**CAF** BANCO DE DESARROLLO  
DE AMÉRICA LATINA

**50**  
años



**CAF** BANCO DE DESARROLLO  
DE AMÉRICA LATINA

**50**  
años