

Revista

# comfama



¿Qué le  
regalo  
a...?



En esta temporada  
decembrina #RegalaAmor.

# Regala amor



Un regalo consiste, no en lo que se da, sino en la intención de quien da.  
Séneca

Fue en la casa de Daniel Lalinde, en el parqueadero del edificio. Daba vueltas en círculos, me caía, sudaba, comenzaba de nuevo, me caía otra vez, mis codos y rodillas comenzaban a arder, intentaba otra vuelta, caía. Sentía los ojos llorosos, me cegaba el polvo que había tragado. Creo que fueron miles y miles de golpes, de levantadas. Cerca, mi hermano y Daniel que ya sabían, jugaban, montaban. Sentía algo de vergüenza, me dolía algo, tal vez el ego y un tobillo. Logré aprender a montar en bicicleta a los quince años.

Fue en parte por eso que en esa Navidad decidimos, Santiago y yo, que queríamos bicicletas. Una para cada uno, de marca, Mongoose. De cross o BMX, para poder salir por el barrio, competir con los amigos, llevarlas a la finca de la abuela. Queríamos un par de vehículos para la aventura. Pero la plata no alcanzaba para eso. Recuerdo cuando mi papá nos explicó que íbamos a compartir, que una de las bicis sería la Monareta modelo 1972 "heredada" de la prima Mónica, que necesitaba unas reparaciones, pero funcionaría bien. Sentí un leve vértigo porque era una bicicleta de esas de manubrio amplio, como los cachos de una vaca, difíciles de maniobrar, con silla alargada, muy incómoda. Pensé que seguro me iba a terminar tocando a mí, como hermano mayor. "Para tu hermano es más difícil esa porque es más grande". Unos días después, fuimos con mi papá

Acaso del amor filial, o del romántico, o cualquier otro, nos queda algo diferente a los buenos recuerdos, a las mejores cartas, a las dichas compartidas?

y mi mamá a la fábrica de Laramo, en San Juan, antes de llegar a la glorieta de la América. Fue muy bonito ver el lugar. El olor de la pintura, la idea de que en Medellín podríamos hacer lo que fuera, la amabilidad del señor del almacén, la cara de emoción de Juan Gabriel, todo conspiró a favor de un momento inolvidable. Fue así como en esa Navidad nos enseñaron un poco más sobre el valor del dinero, nos explicaron la importancia de arreglar algo que no funciona sin tener que comprarlo de nuevo. Aprendimos de la urgencia de apoyar la industria nacional y, finalmente, hoy lo veo con toda claridad, descubrimos que el valor de un regalo no depende para nada de su precio.

"La Laramo hecha en Colombia", por la que tanto trabajó mi papá, y el tiempo y esfuerzo dedicado a arreglar la vieja Monark con sus propias manos, sumadas a esa conversación en familia sobre lo que se puede o no comprar, conforman el sentido profundo de un regalo para mí. Siempre que doy objetos pienso en el trabajo que subyace tras él y en el amor que contiene. Por supuesto, esa Navidad gozamos, nos turnamos las bicis, hicimos ejercicio, disfrutamos las vacaciones con el mejor regalo del mundo, que recibimos por amor y con amor.

Las temporadas decembrinas se han vuelto factor de estrés y desequilibrio económico de las familias. Nada de malo tiene dar un regalo, dentro de las posibilidades de cada uno, siempre y cuando se dé con amor, no para buscar amor. Esta vez dedicamos nuestra revista a los riesgos de comprar cuando no tenemos con qué, por quedar bien, por aparentar, por gustar a otros. Debemos romper la ecuación amar = comprar = gastar. No tiene sentido adquirir lo que no podemos pagar y pasar el año entero saltando entre deudas. También nos gustaría proponer una conversación sobre algo más profundo, si se quiere. "La medida del amor, es amar sin medida", dijo San Agustín. Los objetos no enriquecen el amor, no lo mejoran, no lo amplían. Algo que sí logran otras acciones, como escribir una carta, dar un libro, invitar a un paseo por el campo, cocinar la comida, dedicar una canción, invitar a bailar.

Esto lo saben los padres que guardan las cartas y dibujos de sus hijos, que les recuerdan verdades esenciales y absolutas como que ison los mejores papás o mamás del mundo! Esas cartas les recuerdan que son amados incondicionalmente, que es tanto ese amor, que da para dibujarlos de memoria. ¿Acaso del amor filial, o del romántico, o cualquier otro, nos queda algo diferente a los buenos recuerdos, a las mejores cartas, a las dichas compartidas?

Es bueno ayudar a mover la economía y que las empresas den empleo. Todo esto enmarcados en la sostenibilidad familiar y ambiental. Nos gusta que las empresas crezcan y vendan, generen desarrollo. Por eso, por el desarrollo sostenible, amamos aquellas que invitan a sus clientes a ahorrar, que saben que los mejores productos son los que cargan sentido y saben que en estas épocas, cae bien aportar a una buena causa. Se vale regalar algo que pensamos y buscamos por meses. Las familias se deben dar regalos, los amigos también, cualquiera al que le nazca dar, sobre todo cuando se es consciente de que el mejor regalo posible, el único que tiene valor al final de todas las historias, es disfrutar y compartir la vida.

## Una publicación de Comfama

La Revista Comfama es un medio de comunicación educativo, de circulación gratuita, que tiene como objetivo generar conversaciones sanas y constructivas que transmitan valores positivos a través del poder del ejemplo y las historias.

Teléfono: 360 7080 - Cr. 48 20 - 114. Torre 2, piso 5, Medellín - Colombia.

Consejo Directivo • Principales: Juan Carlos Ospina González, Jorge Ignacio Acevedo Zuluaga, Juan Rafael Arango Pava, Jaime Alberto Martínez Mora, Juan Camilo Quintero Medina, Jorge Alberto Giralt Ramírez, Octavio Amaya Gómez, Jorge Iván Díez Vélez, Juan Luis Munera Gómez, Carlos Manuel Uribe Lalinde • Suplementos: Jaime Alberto Palacio Escobar, Hernán Ceballos Mesa, Luis Fernando Cadavid Mesa, Marta Ruby Falla, Fabio Alonso Vergara Cardona, Andrés Antonio Hincapíe Castaño, Liliana María Sierra Herrera, Rigoberto Sánchez Guzmán, Juan Luis Cardona Sierra, Juan Alberto Ortiz Alzate • Comité asesor externo: Carlos Raúl Yépez J., Juan David Aristizábal • Director: David Escobar Arango • Jefe Unidad de Comunicaciones: Mauricio Mosquera R. • Editores: Roque Daniel Dávila P., María Alejandra Muñoz G., María Fernanda Montoya R. • Redacción: Perla Toro C., Carolina Estrada M. • Editor gráfico: Pedro Antonio Morán U.

• Editor fotográfico: Andrés Álvarez G. • Fotografías: Comfama, El Colombiano • Ilustraciones: Paula Ortiz • Corrección de textos: Ojo de lupa • Diseño, prensa y impresión: El Colombiano • Circulación: 229.100 ejemplares • Vigilado Superintendencia del Subsidiado Familiar.

elinformador@comfama.com.co » www.comfama.com  
» elinformador.comfama.com

“No es solo dar un objeto costoso, es compartir y agradecer".

Pág. 4.

“El verdadero regalar tenía su nota feliz en la imaginación de la felicidad del obsequiado".

Pág. 6.

“Enviar una carta es una excelente manera de trasladarse sin mover nada, salvo el corazón".

Pág. 10.

## #RegalaAmor

Se trata de una invitación a tomar un camino diferente en temporada decembrina. ¿Qué tal si en lugar de un obsequio costoso regalas una carta, una canción, un libro, un momento, o una flor? Puedes demostrar gratitud, invitar a un reencuentro o simplemente expresar amor o amistad. Conversemos al respecto con esta etiqueta en las redes sociales.

# Amor no significa objetos

Hace más de una década la familia Palacio Sánchez se reúne en diciembre con un solo objetivo: decirse gracias. Los regalos pasaron a un segundo plano y lo más importante entendieron que regalar pasa primero por compartir.



Son tres hermanas: Angie, Lorena y Milena. Hace más de 10 años, cuando su mamá vivía en España, pensaron en lo importante que sería reunirse en familia y fue así como inauguraron lo que llaman "Navidad alterna".

Lo hicieron porque querían compartir, agradecer y demostrarle a las otras personas que eran importantes para ellas. Los primeros regalos no superaron los \$2.000 e incluso hoy siguen buscando detalles en cartas, plantas, objetos hechos por ellas o comprados a emprendedores locales comprometidos con el medio ambiente.

Regalar, "no es solo dar un objeto costoso, es compartir, agradecer y demostrarles el amor que a veces en los afanes del año no alcanzamos a expresar", afirma Angie, la mayor de las tres hermanas.

Pero el vaivén del mundo material es difícil de esquivar y fue así como en algún punto de esta historia empezaron a preocuparse más por quedar bien con el regalo que por demostrar afecto en lo que daban. Lo corrigieron a tiempo e incluso en ese momento, comenzaron no solo a elaborar sus propios regalos, también encontraron oportunidades de emprender en proyectos como PaletCo, una iniciativa de Lorena, la hermana del medio, y su compañero, que busca reutilizar la madera para darle otros usos y otras formas.

También hubo quienes, como Cindy, la menor de las tres, comenzaron a decorar alcancías a mano, a cultivar plantas para luego obsequiar y a llenar botellas vacías de detalles que se vieran bellos y que fueran pensados para cada una de las personas a las que iban dirigidos. "Regalar cosas hechas por uno es un proceso personal, porque no es solo dar algo original y barato, es también entregar un plus divertido, es pensar en la gente".

Cuando Luz Miriam regresó de España junto a su compañero, Jorge Ardila, quien ha sido como un segundo padre para sus hijas, se vincularon a la celebración ya instaurada por las tres hermanas. Lo hicieron para quitarle la seriedad a los regalos y ponerle esa seriedad a la forma en que, como familia, quieren compartir.

Hoy cada una de las hijas de esta familia, las Palacio Sánchez, vive su vida independiente del núcleo del hogar. No obstante, esta no es una razón para dejar de reunirse, para dejar de resignificar el verbo regalar, para dejar de reinventarse el amor que expresado en lo material puede también hablar de conciencia. En este diciembre, la creatividad, la alegría y el reconocimiento volverán a ser protagonistas de esa "Navidad alterna" con la cual en familia invitan a hacer del afecto el gran protagonista.

Ideas de las Palacio Sánchez para regalar en esta temporada:

- Cartas escritas a mano.
- Plantas.
- Objetos del mercado local.



Uno de los obsequios que se comparten los Palacio.



Adorno también escribió acerca de la Teoría Estética.

# Regalar, según Theodor Adorno

**E**n su libro Mínima Moralia, Theodor Adorno, filósofo alemán de origen judío, habla acerca del acto humano del regalo generoso, sin finalidad. Un concepto que va ligado a las formas en las que la naturaleza humana se expresa de manera espontánea satisfaciendo los sentidos en la interacción con el otro.

Para Adorno, el acto de regalar implica seleccionar, elegir, invertir tiempo, salir de la propia rutina y pensar en el otro como un sujeto.

A continuación, otras de las reflexiones de este filósofo que orientan esta edición de la revista Comfama dedicada a #RegalarAmor.

- 1 Los hombres están olvidando lo que es regalar. En todas partes, hasta los niños, miran con desconfianza al que les da algo.
- 2 La decadencia del regalar se refleja en el triste invento de los artículos de regalo ya creados, contando con que no se sabe qué dar porque en el fondo no se quiere.
- 3 Quedarían necesitados del regalo aquellos que no regalan.
- 4 Toda relación no deformada, tal vez incluso lo que de conciliador hay en la vida orgánica misma, es un regalar.
- 5 El verdadero regalar tenía su nota feliz en la imaginación de la felicidad del obsequiado.

## Que endeudarte en diciembre no sea una tradición

Que una cooperativa financiera haga publicidad es normal, lo raro es que en ella invite a sus asociados a no endeudarse. "Compran y compran sin pensar" repite su más reciente video.

¿Hace cuánto promueven el tema de consumo responsable y cómo surgió la idea?

Hace diez años entendimos que no podíamos promover el crédito de consumo como lo hace la banca tradicional, por eso pasamos a un concepto de estimulación del crédito de vivienda, así sabíamos que impactaríamos en las familias y en el territorio. Mantener esto como estrategia da excelentes resultados.

A diferencia de otras entidades que en diciembre impulsan a las familias a endeudarse a través de los créditos de consumo en "chucherías" para que tengan compromisos financieros durante todo el año siguiente, nosotros hacemos campañas para que la gente comprenda que fin de año no es época para endeudarse y que es posible asumirla con un pensamiento racional que priorice el ahorro de cara a los gastos de enero.

A futuro la idea es implementar estrategias más contundentes como una vigilia de crédito, para que la gente sea más consciente de lo que significa el endeudamiento.

¿Por qué una entidad financiera, a la que le conviene que las personas usen sus servicios de préstamo de dinero, promueve que no se endeuden en diciembre?

Porque comprobamos que la gente sí puede ahorrar independientemente de su condición económica, incluso descubrimos que los independientes y los emprendedores ahorran más que los asalariados que tienen ingresos fijos.

¿Da temor lanzar un mensaje de prevención que va en contra de muchas entidades que promueven lo contrario?

No. Desarrollamos esta estrategia como un factor de diferenciación, incluso mientras hoy se habla de educación financiera, lo que nosotros hacemos es educación solidaria que le da a la gente alternativas para vivir mejor. No en vano nuestro lema como oferta de valor es "cooperativizando para el bien vivir" y no "bancarizando para el bien morir".

Nos sentimos muy satisfechos, incluso la competencia en muchos casos ve esto con cierta admiración porque se dan cuenta de que es posible hacer una actividad de intermediación financiera con acento y carácter solidario.

Algunos consejos de la campaña de Confiar



"¡Pilas!, si te dicen que te aumentaron el cupo de la tarjeta de crédito o si te llaman a decir que tienes un crédito preaprobado".

"No caigas en el cuentico de **"compra en diciembre y paga en febrero"**".

"¡Mucho ojo! antes de comprar algo, **piensa bien si de verdad lo necesitas**".



Lee este código con la cámara de tu smartphone.

Oswaldo León Gómez  
Castaño, Gerente  
corporativo en Confiar.

# El niño hiperregalado

Regalar de más puede ser una forma de restarle a los niños herramientas para tolerar la frustración. Conoce acerca del síndrome del niño hiperregalado.

Todo comenzó en una conversación con un conocido, él, con curiosidad aprovechó que soy siquiatra para contarme que había estado en una celebración decembrina en la que uno de los niños había recibido una cantidad innumerable de regalos. Hasta ahí el comentario era trivial. Luego me dijo que tras quinto o sexto obsequio, la sonrisa del niño había desaparecido por completo y que parecía un robot que, tomaba cada nuevo paquete, lo abría, posaba para la foto de rigor y sin más lo hacía a un lado para seguir con el próximo.

Médicamente existe una explicación simple: cuando se trata a un paciente con dolor, se hiperestimulan sus neuronas con impulsos eléctricos para que se vuelvan insensibles. Con los niños que reciben exceso de regalos en temporada decembrina puede pasar algo similar: el niño pierde la sensibilidad y la emoción que trae un obsequio.

En la formación de las personas es necesario cierto nivel de frustración porque la vida no es un placer infinito. Por eso hay que estimular adecuadamente a los niños, para que cada regalo se vuelva el reconocimiento a un buen comportamiento que permita modular esa sensación que provoca estar entre el placer y la imposibilidad de tenerlo todo.

Cuando un papá le da a su hijo todo lo que este desea, sin requerir nada a cambio, logra dos cosas, la primera es restarle valor a los objetos y la segunda, más grave, es que le quita la oportunidad de tener herramientas para tolerar las frustraciones que se presentan en la vida. A eso se llama el síndrome del niño hiperregalado y es como si le cortaran las alas a un ave.

Ante esta situación hay tres caminos, el evidente: ser cuidadoso en la crianza de los hijos; el difícil, comprender que no es a través de ellos que reviviremos nuestras fantasías no realizadas; y el de la sabiduría común, a los hijos se les cría con un poco de hambre y un poco de frío.

Según los estudios, el síndrome del niño hiperregalado tiene como consecuencia niños frustrados y con poca imaginación que en la adultez no se esfuerzan por tener lo que quieren.



## Los cuatro regalos que se le deben dar a un hijo

- Un regalo para compartir.
- Un regalo que el niño desee profundamente.
- Un regalo del que aprenda algo.
- Un regalo que el niño necesite.

Lee este código con la cámara de tu smartphone.



# A vuelta de correo

*“Enviar una carta es una excelente manera de trasladarse a otra parte sin mover nada, salvo el corazón”.*

-Petronio-



Por: María Adelaida Arbeláez  
Comunicadora social.

**G**uardo en un sitio especial de mi casa una caja roja que conservo con un cuidado casi místico y que contiene mis cartas de amor. Los remitentes son muchos (y no es que yo practique el poliamor). Tengo cartas de mi papá, de mi mamá, de mis hermanas, de algunos amigos. Tengo las cartas con las que me enamoré del hoy mi amor y tengo cartas de mis hijas. Todas, cartas de amor.

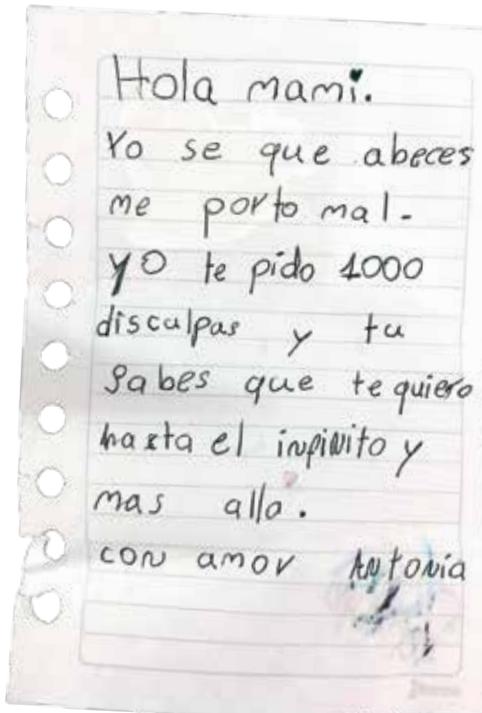
Desde que tengo memoria, las letras fueron importantes para mí. Nací zurda en una época en la que no era muy bien visto. Aprendiendo a escribir me fracturé la mano izquierda y aprovecharon mi inmovilidad para “enderezarme”. Ahí supe que había que escribir muy a menudo para soltar la mano y muy rápido empecé a dejar constancia de cada uno de mis estados de ánimo en un papel. Si la embarraba con mi mamá le escribía una carta pidiéndole perdón. Si una amiga cumplía años aprovechaba para recordarle lo importante que era para mí. Si estaba aburrida, contenta, enamorada, despechada, siempre escribía.

Crecí y dejé la disciplinada costumbre de sentarme cada noche a dejar en un cuaderno el paso de los días, las tardes y las noches. Eran épocas de cartas al viento. Pero llegó de nuevo la musa, o el muso. Y de nuevo las letras se convirtieron en mi salvavidas. Cada celebración venía acompañada de una hoja que contenía las palabras adecuadas. Las más hermosas. De muchas me sé párrafos de memoria. Todas siguen guardadas en la caja roja.

El 24 de febrero de 2010 nacieron mis hijas. Desde ese día empecé a escribir en otro tono, con otra letra. El 6 de noviembre de 2013 escribieron por primera vez de su puño y letra: “Mamá” y ahí arrancó un cruce de correspondencia que ocho años después continúa. Soy una especie de redactora del Ratón Pérez y del Niño Dios. Me gusta dejarles notas escondidas en la lonchera o en sus cuadernos. Me encanta que me lean, pero me gusta más leerlas y debo confesar que en casi todas sus cartas de amor he dejado una lágrima de emoción.

La modernidad nos ha quitado mucha magia. La de las letras escritas a mano, por ejemplo. La de los carteros entregando sobres con marcas azules, rojas y blancas, la de la espera del tiempo necesario para cruzar un océano y recibir una respuesta.

No sé cuándo fue la última vez que me dejaron en la puerta de mi casa una carta. No sé tampoco cuándo se nos ocurrió cambiar el lápiz y el papel por una pantalla y un teclado. De lo que sí tengo seguridad es que para mí siguen siendo el mejor y más grande regalo que alguien pueda hacerme. Por eso, en esta época de regalos me atreveré a pedirlo en público: quiero letras! Con borrones o sin ellos. En papel blanco o en un trozo de una hoja ya ocupada por algo. Quiero “te quiero” escritos a mano y cartas para seguir atesorando. Una que otra que termine con “te amo mamá” y otra que antes de la firma lleve un particular “Quién amaría a María”.



# Regala una carta, #RegalaAmor

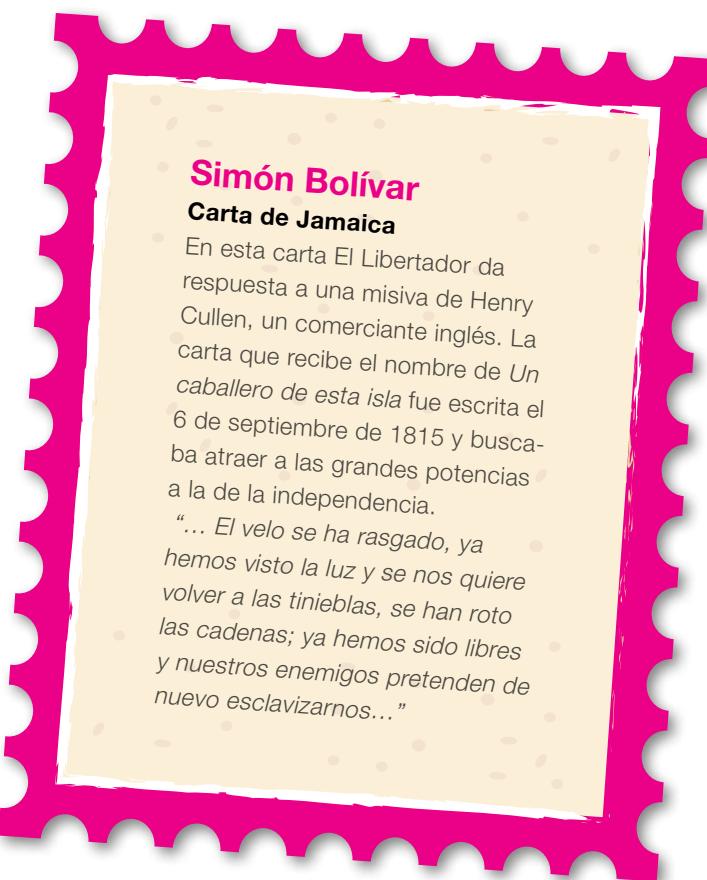
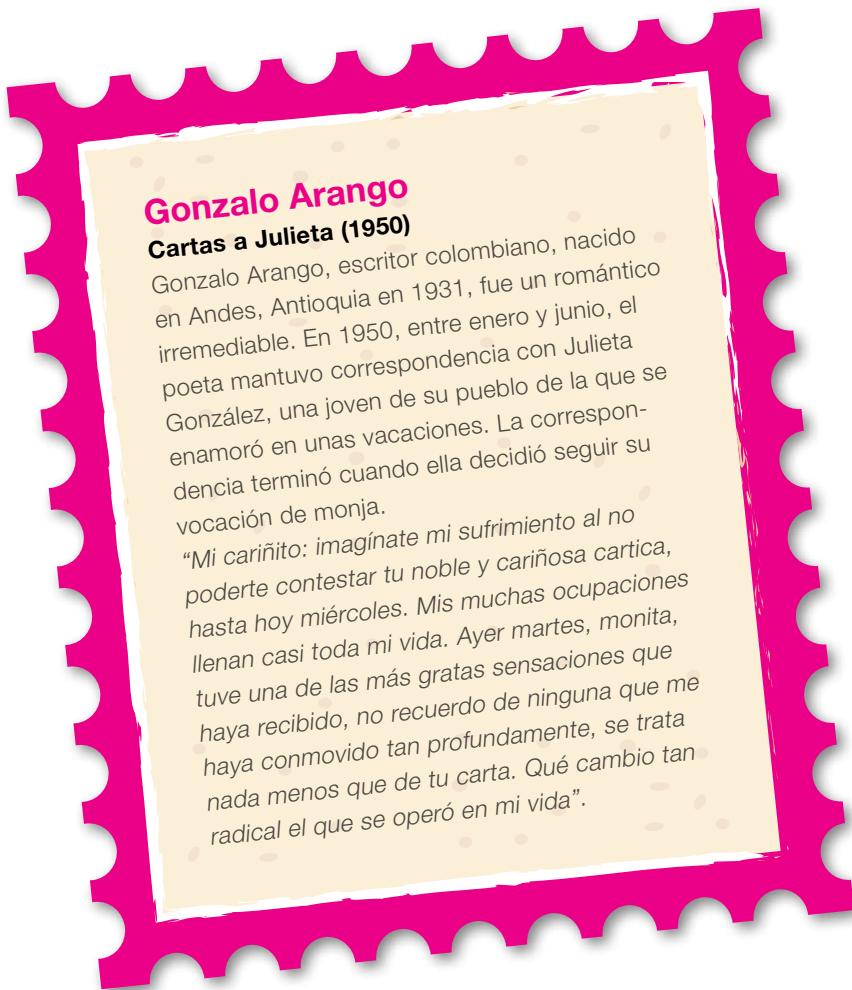
¿Recuerdas cuándo te regalaron una carta? Probablemente sí, tal vez la guardaste, la pegaste en la pared o en el escritorio de la oficina.

Seguro la leíste más de una vez porque significó algo para ti. ¿Qué tal si en esta temporada decembrina tomas otro camino? El de regalar una carta y transmitir todo el amor que sientes por una persona.



# Letras para la historia

La carta es un medio que muchos han usado para transmitir ideas que han cambiado vidas e incluso la historia, aquí algunos ejemplos de la fuerza de las letras.



## ¿Por qué una carta?

- Muestra interés.
- Expresa sentimientos.
- Pedurable.
- Sorprende.

## ¿De qué tema puede ser?

- Amor.
- Gratitud.
- Felicitación.
- Amistad.
- Reconocimiento.
- Reconciliación.
- Reencuentro.
- Perdón.



## Dar flores es congelar el tiempo

Tomadas del jardín o compradas con los ahorros, Steven Duque, periodista digital, regala flores desde que tiene seis años. Le gustan porque con ellas puede expresar lo que siente por otras personas.

*“Con libertad, libros, flores y la luna, ¿quién no puede ser feliz?”.*

Oscar Wilde.

Cuenta una antigua leyenda romana que después de haber creado el invierno, los dioses apartaron la nieve para que la hierba volviera a brotar, las aguas a correr y el sol a brillar entre las nubes. Tal fue la belleza del espectáculo que ellos, impávidos, dejaron caer lágrimas de alegría, brotando de la tierra las violetas, flores que son llamadas “lágrimas de los dioses” y que suelen ser símbolo de lealtad, compromiso y hogar.

Así como esta flor tiene una historia, otras también se adornan con mitos del pasado, con emociones y significados tan particulares como la vida de cada persona. Por detalles como este es que, a Steven Duque, de 28 años, le gusta regalar flores en la temporada decembrina.

“Por estos días nadie regala flores, así que es una sorpresa especial que además está cargada de significados, pues las flores se parecen a la gente, representan personalidades y materializan la sensibilidad”.

Fue cuando tenía 6 años que regaló su primera flor. Eligió este detalle para demostrarle a su hermana y a su madre lo que sentía por ellas. Desde entonces acostumbra a demostrar así su amor a otros familiares, amigos y parejas.

**Las flores son la representación de la belleza, de la vida.**

“Me gusta regalar flores porque, aunque sé que son un regalo que a diario nos da la naturaleza, también son un regalo especial porque se nos vuelven cotidianas. Regalar flores es como congelar el tiempo porque las personas se quedan sin nada que decir, es regalar vida, color y naturaleza con algo sencillo que a veces se nos olvida que existe”, cuenta Steven.

Al regalarlas ha recibido varias sorpresas. La más común es ver como las personas entran en lo que él describe como un “oasis de tranquilidad”, pues sostiene que vivimos nuestro tiempo de manera muy acelerada y que cuando se entrega una flor es como si se regalara un momento de respiración.

Para escogerlas siempre recomienda pensar en dos cosas: la persona a la que se le regalará la flor y la finalidad del regalo. “Por ejemplo le he regalado a hombres flores con fuerza y sensibilidad, con colores fuertes, como los anturios que expresan durabilidad y potencia”.

Qué tal si, como Steven, te decides a regalar flores, esas maravillas de la tierra que constituyen una forma milenaria de la expresión de los sentimientos, un vínculo que convierte la realidad en un momento estelar.

# La búsqueda de lo especial

La mesa es un escenario, allí se encuentran la luz y la sombra con olores, sabores y texturas, se desarrollan los mejores encuentros y diálogos entre pares, se aprende y se enseña. En la casa de Julián ese escenario se mezcla con toques de afecto, gratitud y amor.

Julián Posada creció en una casa en la que sentarse a comer tenía significado, era ritual, era ese momento de la abundancia de lo sencillo, su madre amó siempre los fogones. Tal vez eso es lo que hace que hoy en vez de regalar objetos, se esmerez en darles experiencias a esas personas a las que aprecia.

De algún viaje, en vez de llenar la maleta de objetos bonitos, pero que se consiguen en cualquier parte, prefiere reservar espacio para empacar una experiencia: un alimento, un sabor, un trozo de cultura, un olor. Esos detalles, acompañados de historias, los comparte con esas personas a las que considera especiales.

Regalar tiempo y experiencias es despojar al objeto del poder simbólico que la cultura material le otorgó en la sociedad de consumo, es volver a lo esencial, es disfrutar el privilegio fugaz que es la vida, la conversación, la complicidad y la presencia de las personas.

Regalar momentos es como regalar amor, es vivir a contracorriente, recordar que el valor monetario es secundario, casi irrelevante. Es recordar que la remembranza se activa con los olores, los sabores, las preguntas y las sensaciones.

Alguna vez Teofrasto, un filósofo griego de la escuela de Platón, dijo "El tiempo es la cosa más valiosa que una persona puede gastar". Ese principio de escasez obliga a considerar que el valor de cada encuentro no se mide en la cantidad de minutos juntos, también cuentan las horas invertidas en esa búsqueda especial, en ese vínculo superior.

## Para reunirte con amigos

Allrecipes Dinner Spinner es una aplicación centrada en la comida con más de 30 millones de cocineros caseros que comparten consejos y recetas. Es gratuita y está disponible para iOS y Android.



Regalar un momento simboliza volver a lo esencial, es disfrutar el privilegio fugaz que es la vida y la presencia de las personas.

# Souvenirs sonoros

Regalar una canción es encontrarse con otro mediante un lenguaje poderoso que activa emociones, ilusiones y recuerdos.

Por: Luis Grisales Rendón

Periodista por profesión, gestor cultural por decisión, melómano por vocación y músico frustrado por selección natural. Actualmente trabaja para la Gerencia de Música de Idartes en Bogotá.

**R**egalos de todos los tamaños, gustos, colores, sabores y seguramente precios; imposible calcular cuántos recibí de Memo en toda su vida. Si la pregunta es ¿cuál de ellos definitivamente no me gustó?, la respuesta es directa: un no-recuerdo que cierra definitivamente esta confidencia. Ahora, si la cuestión es conocer cuál es ese que no olvido, contesto inmediatamente, me queda imposible guardar silencio porque este definitivamente me marcó: un casete grabado con números uno en ventas según la revista Billboard cuando apenas tenía 9 años, la misma edad que ahora tiene mi sobrino.

Para los que apenas llegan a la sintonía, un casete es un objeto en desuso definido por la RAE como “Cajita de material plástico que contiene una cinta magnética para el registro y reproducción del sonido, o, en informática, para el almacenamiento y lectura de la información digitalizada”. Para efectos prácticos, nos quedamos solo con la primera definición. Los había de cinta normal, de metal o de cromo; también originales y copiados. El mío era uno de estos últimos, un Sony C60 seleccionado con mucho amor por mi padre y grabado en el almacén de uno de sus amigos, un extraño sitio en el que combinaban la venta de máquinas de coser con vinilos prensados en Colombia. En la cara A, Donna Summer, Gloria Gaynor, Anita Ward y los Bee Gees, toda la avanzada del *Disco Sound* enfrentada a una cara B en la que aparecían nombres como Pink Floyd, Blondie, Queen y The Knack.

Para quienes me conocen un poco, creo que no es difícil adivinar hacia qué lado me incliné. Mucho menos que, para mí, inexpresivo por naturaleza, regalar música siempre ha sido una forma de expresar afecto. Padres, hermanos, amigos, amores y melómanos en un ritual de evangelización en doble vía, pocos en este rango se han salvado de mis souvenirs sonoros.

Nunca me había preguntado sobre el origen de esta costumbre que muchos consideran una manía, solo hasta hoy lo hago y claro, Memo es el gran responsable. Cassettes marcados con rapidógrafo, vinilos, Compact Disc originales y piratas, y, ahora, plataformas digitales, toda una evolución tecnológica que revela mis décadas encima, casi todas acompañadas de un buen auricular.

Ahora, más que nunca, doy gracias a todos aquellos que, como mi padre, me encontré y me sigo topando en el camino, los que generosamente comparten, sin egoísmo ni exclusividades, la banda sonora de sus días. Obsequiarla es un acto sincero, una manera inocente de retribuir y demostrar cariño. No es necesario tener dinero, tampoco hay que esperar hasta diciembre para hacerlo, cualquier día es el preciso para compartirla, para regalar amor.



Idea de regalo: crea una lista en Spotify a la medida de alguien especial.



# ¿Obsequiar algo que otro ya usó?

Si, esa es la propuesta de Genealogy, una marca de bolsas hechas a partir de desechos textiles y ropa de segunda mano con raíces en el Oriente antioqueño.

“Mi abuela una vez me dijo que yo parecía haciendo cosas del pasado”, cuenta Isabel Gaviria, creadora de la marca de bolsas de tela reutilizables, Genealogy. Aunque no son exactamente cosas del pasado, sus productos invitan a pensar en la cotidianidad, a actuar de otra manera, a regular con conciencia y a tratar de volver a esos días en los que los envases de plástico, los artículos que se usan solo una vez y las prendas del Fast Fashion o moda rápida no estaban por todos lados.

Su propuesta son una serie de bolsas, hechas a partir de ropa de segunda mano y de desechos textiles, con las que se puede mercar a granel, colar leches como la de almendras, llevar cubiertos o cualquier otro elemento que requiera de un poco de cuidado. También tiene pañitos desmaillantes hechos a partir de fibras naturales y compostables, bolsitas para infusionar té y una línea de morrales.

Según Greenpeace la industria de la moda es la responsable del 8% de

las emisiones mundiales de efecto invernadero, a ella también están asociados la contaminación química de fuentes fluviales y los abusos a la mano de obra que se viven en países como Bangladesh donde en 2013 murieron 1.129 maquiladores, sepultados por el edificio Plaza Rana Savar, donde trabajaban.

Cuando Isabel conoció esas cifras decidió que su trabajo no iba a sumar, por el contrario, intentaría restar diseñando a partir de la reutilización de desechos, contratando confeccionistas locales, principalmente del Oriente antioqueño, y promoviendo entre sus clientes el consumo responsable.

“Mi intención es que la gente se salga de su zona de confort y se reconecte con lo que hace cotidianamente”, dice Isabel y lo ilustra explicando cómo muchos de nosotros no pensamos en lo que sucederá con las bolsas donde vienen empacadas las arepas, el arroz o la sal, y mucho menos, cuánta agua se necesitó para hacer la camisa que llevamos puesta.

Si consideras el antes y el después de los productos que consumes y regalas, tal vez tendrías menos cosas y pensarías en dar artículos mucho más significativos que cuenten historias. Estas son el tipo de reflexiones que busca inspirar Genealogy durante esta temporada.

Hace tres años Isabel se trazó un objetivo. Hoy se siente satisfecha y sueña con que en el futuro estará en más espacios, acompañando a sus clientes a procurarse un planeta más habitable.

Isabel Gaviria  
Rivera, Creadora.



Productos  
de Genealogy.



# Un libro, un camino de ida y vuelta

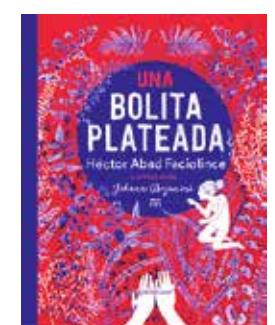
“Recuerdo la biblioteca que tenía mi papá en la casa. Había libros de muchos tipos y a mí particularmente siempre me gustaron los de literatura. Yo sabía que esos libros eran posesiones valiosas, no por su valor económico” dice Carolina Estrada Mesa, comunicadora social y lectora.

Ella creció en un entorno lector, gracias a eso pudo sacarle provecho a los libros que le prestaban y regalaban sus amigas, fue así como conoció a Kundera, a Borges, a Poe, a Kavafis, a Yourcenar y muchos otros escritores que cambiaron y llenaron su vida.

Dice que regala libros porque cree que implican un camino de ida y vuelta que va más allá de entregar un objeto a otra persona, siente que es dar algo de sí mismo, es revelarse, compartirse, soltar para que el otro se apropie y le dé significado. También está segura de que si se le regalan a alguien que disfruta leer el efecto es mayor, porque se crea una especie de complicidad.

Alguna vez Borges dijo: “De los diversos instrumentos del hombre, el más asombroso es, sin duda, el libro. Los demás son extensiones de su cuerpo. El microscopio, el telescopio, son extensiones de su vista; el teléfono, de la voz; luego tenemos el arado y la espada, extensiones de su brazo. Pero el libro es otra cosa: es una extensión de la memoria y de la imaginación”.

 Regalar un libro es regalar conocimiento, es activar el ilimitado poder de la imaginación.



## Buena idea

Un libro para regalar

Cibergrafía Borges:  
<http://www.laserblanca.com/borges-el-libro>

Una bolita plateada, el primer libro infantil de Héctor Abad Faciolince,



**Del 7 de diciembre  
al 7 de enero**

**Parque de los  
propósitos  
Comfama**

Zona de comidas, zona infantil y actividades artísticas. Martes, miércoles y jueves de 3:00 p.m. a 10:00 p.m. Viernes, sábado, domingo y lunes festivo, de 12:00 m. a 10:00 p.m.

**Bosque de los  
propósitos  
Comfama**

Gastronomía, juegos, festival musical, sendero luminoso y el árbol para darle luz a tus propósitos. 5:00 p.m. Parque Comfama Rionegro - Tutucán

**Diciembre en  
comfama**  
Actividades para compartir.

Prográmate con más actividades en  
[www.comfama.com](http://www.comfama.com)



**14**

Viernes

**La Vida Íntima  
del Arte,  
Colombia  
Canta y  
Encanta**

5:30 p.m.  
Pedregal

**15**

Sábado

**El parque no  
prestará servicio  
al público por  
compromisos  
empresariales  
adquiridos con  
anterioridad.**

Parque Comfama Rionegro

**16**

Domingo

**Balcón de los  
Artistas, obra  
Trineo de los  
sueños**

Música y teatro.  
Parque principal de Puerto Berrio

**19**

Miércoles

**Lanzamiento del título  
98 de la colección  
Palabras Rodantes,  
La pensadora del aura,**  
de María Zambrano.  
6:30 p.m.  
San Ignacio - auditorio

**Del 19 y 23**

Miércoles al domingo

**Novenas  
de Navidad**

Con colectivos  
artísticos.  
Del 19 al 22,  
a las 7:30 p.m.  
El 23, a las 12:00 m.  
y a las 5:30 p.m.



**21**

Viernes

**Vistiendo  
la Navidad**

8T Arts, obra Vistiendo  
la Navidad.  
6:00 p.m.  
Auditorio Comfama La Ceja

**23**

Domingo

**Colombia Canta Navidad**  
canciones de las navidades del  
mundo con Colombia Canta.  
11:00 a.m.

**Circo, música y carnaval**  
con Expresión Juvenil.  
11:00 a.m.  
Parque Comfama Copacabana



**29**

Sábado

**Cinema  
Trópico**

Juego y diversión con  
Puerto Candelaria en  
concierto.  
6:00 p.m.  
Parque Comfama  
Rionegro, Tutucán 98

**30**

Domingo

**Emulando  
los éxitos  
de Navidad**

Los Melódicos, Pastor López  
y muchos más.  
6:00 p.m.  
Parque Comfama  
Rionegro, Tutucán

# Enero

## Tutucán

**Sábado 5**  
6:00 p.m.  
Concierto en el Parque  
Navidad con Los Pamperos

**Domingo 6**  
6:00 p.m.  
Todavía huele a diciembre con  
el Zafarrancho en el rancho.

## Arví

**Domingo 6 y lunes 7**  
Desde las 9 a.m.  
Carnaval recreativo con el  
grupo Expresión Juvenil.  
11:00 a.m.  
Celebra la vida con la  
Compañía Artística y  
Cultural Acrobatic.

## Copacabana

**Domingo 6 y lunes 7**  
Desde las 9:00 a.m.  
Carnaval recreativo con el  
grupo Expresión Juvenil.

**Domingo 6**  
1:00 p.m.  
Aves del paraíso con Carnavales  
Compañía Artística.

## El Bagre

**Domingo 6 y lunes 7**  
10:00 a.m.  
Carnaval recreativo.

**Domingo 6**  
2:30 p.m.  
Un alegre 2019 con la  
Chirimía La Calentura.

## La Estrella

**Domingo 6 y lunes 7**  
Desde las 9:00 a.m.  
Carnaval recreativo con el  
grupo Expresión Juvenil.

**Domingo 6 y lunes 7**  
1:00 p.m.  
Ilusión con Carlos Álvarez  
y el Circo Medellín.

## Zungo Urabá

**Domingo 6**  
10:00 a.m.  
Y llegó el 2019 con la Familia  
Bueníenda.

**Lunes 7**  
2:30 p.m.  
A gozar el 2019 con el concierto  
del Grupo Fusión Caribeña.



#RegalaAmor