



Editorial Mote de queso, una tradición familiar

Llegamos al feliz momento de nuestro tercer año, siete ediciones de *El Bonche*. En cada número, como docentes, vivimos con alegría y emoción las producciones de nuestros estudiantes. Reconocer el nombre de uno u otro, leer con beneplácito y decir “¡Wow, qué buen texto!” o “¡Qué bien escribe!”

Jóvenes que apuestan por la palabra sentida, sin miedo a la crítica porque *El Bonche* nació por y para ustedes. Para animarlos a escribir y para valorar sus ideas, la confrontación ya vendrá, las peleas sesudas de viejos vendrán; por ahora, para ellos, la vida es una fiesta y lo que escriben también.

Por nuestras manos han pasado textos oníricos, reflexivos, eróticos, tiernos, divertidos, melancólicos; de todo un poco. Pero, más allá de lo que transmiten, está el alma desnuda de su autor y eso nos alegra y enorgullece. Cuánto se aprende de esa valentía, de sus búsquedas.

El camino por venir de esta revista seguirá siendo el de acoger lo que los chicos escriben, con libertad. Por eso *El Bonche* tiene muchas secciones y no son fijas, varían de acuerdo con lo que nos va llegando.

Y es que si hay un oficio libre y a la vez peligroso es el de pensar, y por ende, el de escribir. Podemos estar en medio de la sociedad más cercenadora posible, sin embargo, la libertad de plasmar lo que pensamos no puede arrebatarla nadie. La historia está llena de ejemplos de personas a quienes les quitaron hasta el lápiz y el papel y, sin embargo, la obra ronda en su memoria hasta el momento propicio de escribirla y darla a sus lectores.

Sin embargo, en medio de la libertad de pensamiento y de la escritura, existen los límites del respeto y la consideración al colectivo, a la hermandad. Decía Nelson Mandela: “Porque ser libre no es solamente desamarrarse las propias cadenas, sino vivir en una forma que respete y mejore la libertad de los demás”.

¿De qué vale que yo sea buen escritor y tenga un sentido alto de mis derechos y mis beneficios cuando no respeto a mi hermano ni le doy la mano para que crezca junto conmigo?

Que ese camino en la montaña, sea de apoyo y de encumbrarse juntos.

Yildret Rodríguez Ávila



El día 18 de abril de 2019 celebramos en familia la Semana Santa. Como de costumbre, mi mamá (Enidia Peñate), cada año hace un mote. Esta vez decidió hacerlo de palmito dulce.

Ese día, mi mamá se levantó de madrugada para empezar con el proceso de esta comida tradicional, con ayuda de mi hermana (Viany Contreras) y mi cuñada (Arleidys Arias). Empezaron lavando todos los ingredientes e implementos que utilizarían durante el proceso como: ollas, poncheras, cuchillos, cucharas, verduras, el palmito, etc. Después mi mamá puso a hervir 14 litros de agua en una olla. Mientras eso sucedía, le echaba el “Don Sabor”, un adobo especial que usamos en la Costa Colombiana, también le puso comino, pimienta, y sal; en cantidades necesarias, luego se esperaban 10 minutos.

Por su parte, mi hermana picaba el palmito en trocitos, el ñame debe ser pelado, lavado y cortado en pedazos más grandes y la verdura en pequeños cortes. Luego de los 10 minutos de hervor, mi hermana le agregó los ingredientes picados al agua y se esperaban 20 minutos más aproximadamente o hasta que los productos que se echaron en la olla estén blandos.

Al tiempo que las verduras hierven y empieza a oler a hogar feliz toda la casa, mi cuñada machaca el ajo, corta la cebolla y el tomate en cuadritos para hacer el sofrito o famoso “hogao”, el cual se agrega a las verduras que hierven sobre el fogón y se revuelve todo el mote durante unos segundos. Después se cortan unos limones y se le agregan al mote, y se esperaban 8 minutos más hasta que estuviera listo el mote, después de haber estado el mote se retiraba del fuego y se esperaban unos minutos hasta que se enfríe.

Pero un buen mote se sirve siempre con un sabroso arroz de frijol. Mi hermana empezó a realizarlo poniendo los frijoles de cabecita, llamados así por ser blancos con un puntito negro, en una olla con agua para hervir hasta que estuvieran blandos. Después, rayó un coco y le puso agua tibia y lo coló en un trapo exprimiéndolo para sacarle toda la leche, la

cual se echa en la olla donde se iba a realizar el arroz y se le agregaba sal, luego se lava el arroz y se echa también en la olla junto con el frijol que se había ablandado, se revuelve durante unos segundos y se esperaba hasta que se seque el agua de coco que tenía o hasta que esté listo.

Mientras esto sucedía, mi cuñada realizaba una chicha de maíz. Primero, empezó a hervir agua con canela en una olla. Aparte tenía un maíz molido y remojado, lo coló con el propósito de separar las partículas más grandes de las más pequeñas, las más grandes serían utilizadas en este proceso. Después de haberlo colado se agregarían al agua que estaba hirviendo con canela en la olla y se revolvió durante unos minutos, luego se dejaba ahí hasta que el maíz estuviera lo suficientemente blando, después se retiraba del fuego y se espera hasta que se enfríe, después se echa en otro recipiente con más agua y se le agrega hielo y azúcar.

A las diez de la mañana empezaron a organizar la mesa para que pudiéramos comer a gusto, luego de estar organizada la mesa mi mamá empezó a servir la comida, y junto con mi papá, mis hermanos y algunos familiares cercanos empezamos a comer. Después de haber pasado un rato en familia, mi papá y unos tíos salieron a una cantina a tomar, cosa que es normal para esta época de Semana Santa. Mientras, mi mamá se la pasa en la casa con mi cuñada recibiendo visitas porque en estos días también es natural que las personas salgan a comer mote en otras casas, generalmente, donde los vecinos. Al siguiente día, mi mamá nuevamente hará otro mote, ya sea del mismo o de otro, porque la Semana Santa aún no ha terminado y los motes tampoco, con esto quiero decir que durante toda la Semana Santa se hacía un mote cada día.

Adrián José Contreras Peñate
Estudiante de Ingeniería Industrial

Sépalos / Crónica



El Bonche. Revista estudiantil de CECAR. Año 3 N° 7
Sincelejo, septiembre - diciembre 2021

ISSN: 2665-6566 (Impreso) ISSN: 2711-063X (En línea)

Corporación Universitaria del Caribe - CECAR

Rector

Noel Morales Tuesca

Vicerrector Académico

Alfredo Flórez Gutiérrez

Vicerrectora de Extensión y Relaciones

Interinstitucionales

Liliana Patricia Álvarez

Facultad de Humanidades y Educación

Decana

Leslie Bravo

Editorial CECAR

Coordinador

Jorge Luis Barboza

Editor

David Herrera

Comité Editorial

Salomón Verhelst - Yildret Rodríguez

Oscar González - Mariluz Hernández - Gianni Bernal

Paula Arias Polo - María José Vivero

Contenido

Editorial..... 1

Yildret Rodríguez Ávila

Mote de queso, una tradición familiar 1

Adrián José Contreras Peñate

Por mi bicicleta, viaje al pasado..... 2

Jhon Jairo Padilla Meza

Afrodita y yo..... 2

Yair Guarín Sarmiento

El sentido de la vida 3

Lorainis Marcela Ortega Rodríguez

Relato de la niñez 3

Ashley Martínez Velásquez

La popularidad del fútbol 4

Mateo José Figueroa Torres

Ilustraciones de este número: Jesús Monterroza, estudiante de Psicología.



Por mi bicicleta, viaje al pasado

MI nombre es Jhon Jairo Padilla Meza. Nacido en Morroa Sucre. El pueblo que me vio nacer y crecer, donde hoy, sentado en esta mecedora cierro mis ojos y me devuelvo al pasado, cuando de pequeño estaba cursando tercero de primaria y mis padres me prometieron que si me ganaba el año, ellos hablarían directamente con papá Noel para que me trajera de regalo una bicicleta. Yo estaba muy feliz y como era tan inocente, me fui corriendo a donde mi vecino a contarle lo que me habían prometido para navidad. Y así sucedió, me gané el año y mi vecino al igual que yo, su regalo sería una bici, pero sus padres no le compraron nada. Aunque mis papas siempre fueron humildes y era poco lo que ganaban, hicieron su mayor esfuerzo y me compraron una bici de segunda.

Recuerdo que me desperté temprano y al costado de mi cama estaba mi sorpresa. Me

Todo empezó cuando por primera vez cruzamos miradas, aunque de forma indiferente, no sabíamos lo que nos esperaba, las locuras que haríamos juntos, el desenfadado ataque de emoción y placer cuando nuestros cuerpos se juntaban a una formando una mezcla homogénea entre romance y placer.

La he explotado tanto, que si su cuerpo y su mente fueran un laberinto, yo lo atravesaría sin temor a perderme, sé tanto de ella que de vez en cuando suelo recordarte como es, he descubierto características que ella desconocía de su cuerpo, le he mostrado pensamientos que consideraba fantasía, pero que ahora le resultan excitantes.

No miento cuando digo que me gusta tal cual es, su cabellera lacia y rubia con matices de tonos brea, forman un fuerte cabello. Su piel húmeda y viva, me brindaba calor cuando lo pedía, me resguardaba en sus brazos cuando terminábamos de hacer el amor, sus pechos como dulces fresas, sus ojos que siempre delataban lo que su boca callaba, sus labios dulces como miel.

Yo por mi lado, tranquilo y organizado, mostrando control y respeto, deslumbrado por su carisma, aunque tranquilo por fuera, por dentro tenía un huracán de deseos reprimidos queriendo salir para llenar de placer todo mi cuerpo al juntarse con el de ella.

Los días pasaban y empezábamos a cruzar palabras, tímidos al estar juntos hasta que me decidí a pedirle que me enseñara a besar, automáticamente como algo destinado a pasar aceptó enseñarme. La noche del primer beso, la mojé por completo, ella buscaba protegerse del frío refugiándose en mi toalla y yo aprovechando el momento me acerqué y la besé, sus labios estaban temblorosos, su piel erizada, sus sentidos aturdidos, aquello era el principio de un caudal de emociones y placer entre los dos.

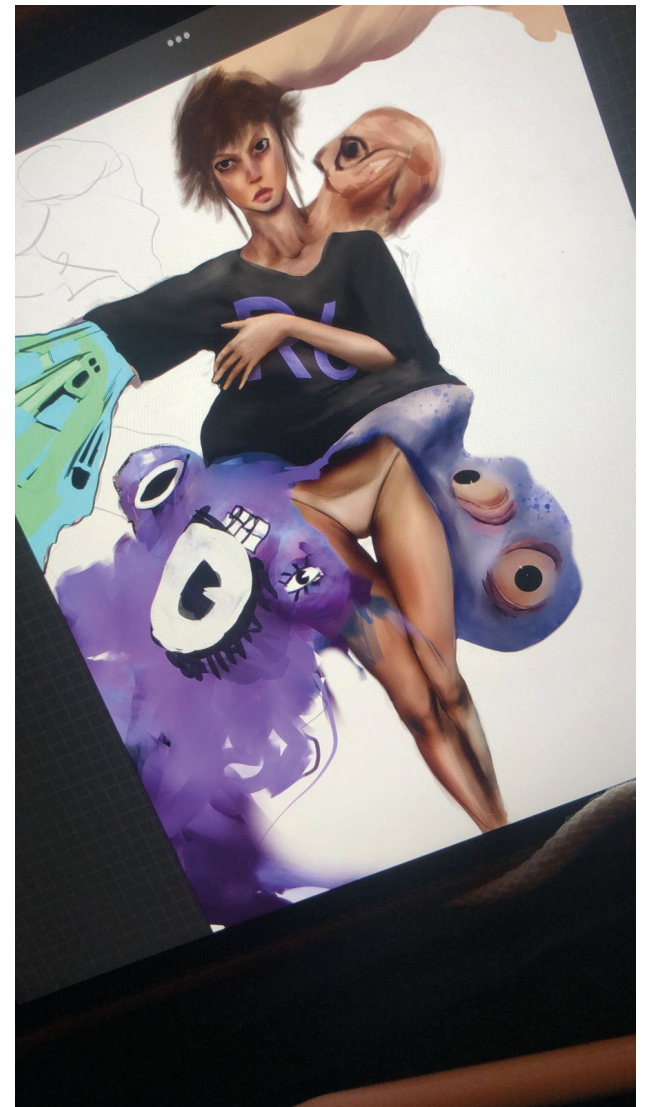
La noche se volvió nuestra mayor confidente, pasábamos juntos hablando de cosas pasadas, de relaciones anteriores, disfrutando de la mutua compañía, mientras más nos sentíamos atraídos, más aguardábamos a que nuestra

levanté corriendo y salí montado en ella a mostrarle el regalo a mi vecino; ese día no me cepillé de la alegría, pero lastimosamente a mi amigo no le había llegado el niño Dios. Me le acerqué y le dije: vamos al campo, yo te la presto y nos divertimos todo el día; pero como en diciembre todo es alegría, recuerdo que en la cancha estaban colocando música y sonaba la canción de Rafael Orozco "Navidad". Donde dice "en la casa de Rufino se comieron un lechón, en cambio en la de Virgilio no hubo ni para un chicharon". Entonces relaciono la canción la situación de mi amigo.

Jhon Jairo Padilla Meza

Estudiante de Lingüística y Literatura
Diplomado en arte, lúdica y lectoescritura

Afrodita y yo



confidente hiciera caer su mayor espesor para consumir la pasión que escondíamos de las miradas de los demás.

Pasábamos noches tras noches, juntando nuestros cuerpos, haciendo el amor en el patio, en mi cuarto y en su cuarto, intentado de todo, descubriendo juntos el mundo placentero, besaba su cuerpo de arriba a abajo, haciéndole el sexo de todas las maneras posibles, yo que nunca había tocado con mi lengua un clítoris, con ella no tenía restricción alguna y ella que nunca había tenido relaciones gozaba de lo descubierto.

Éramos inexpertos, cavernícolas en el amor, pero aprendíamos mutuamente cada noche, nuestra relación indefinida se convirtió en una confianza sin límites.

Yair Guarín Sarmiento
Programa de Psicología

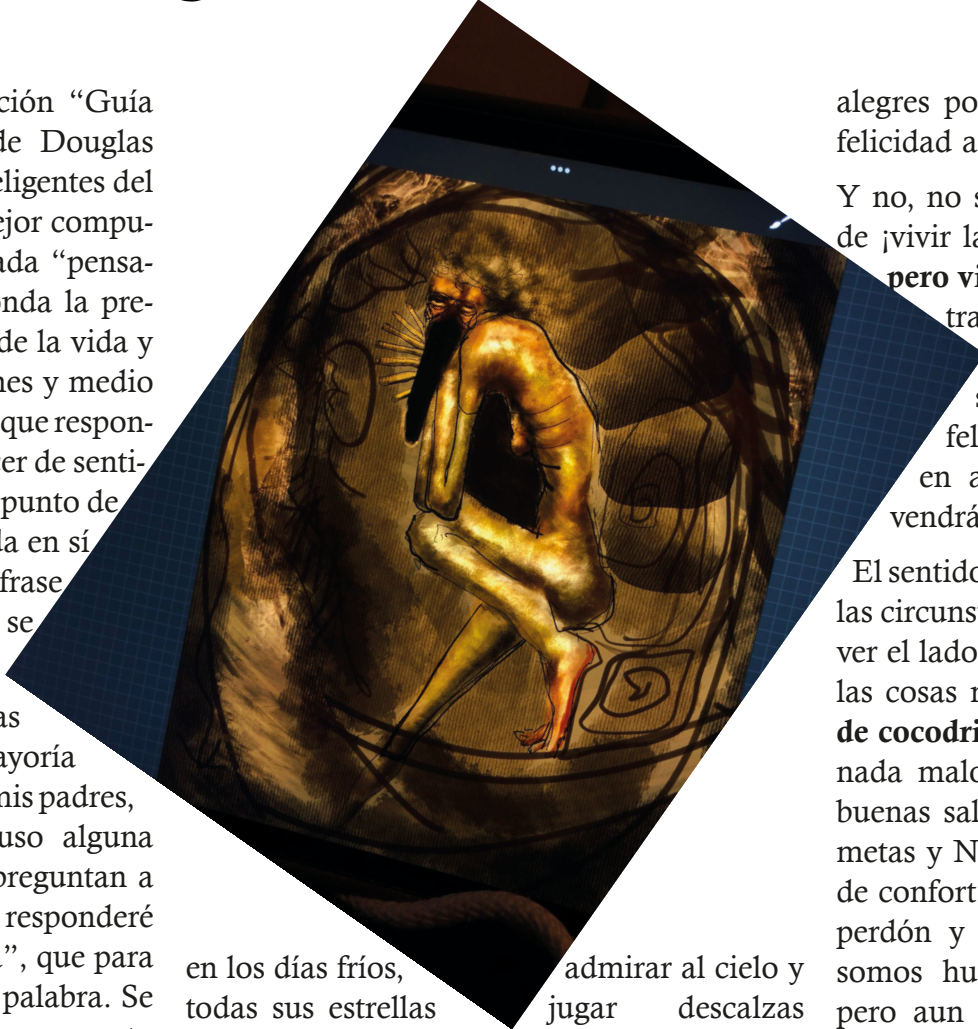




El sentido de la vida

En la historieta de ciencia ficción “Guía del viajero intergaláctico”, de Douglas Adams, una raza de seres hiperinteligentes del pasado remoto crea la segunda mejor computadora de todos los tiempos llamada “pensamiento profundo” para que responda la pregunta acerca de cuál es el sentido de la vida y el universo. Esta tardó siete millones y medio para dar una respuesta: “42”, fue lo que respondió. Una pregunta que puede carecer de sentido ante la pregunta, pero desde mi punto de vista lo que significó fue que la vida en sí carecía de sentido, como lo dice la frase “la vida no tiene sentido, el sentido se lo das tú”.

Si hacemos esta pregunta a varias personas lo más seguro es que la mayoría responda: mi familia, mis amigos, mis padres, mis hermanos, mis hijos e incluso alguna mascota, entre otros; pero si me preguntan a mí: ¿cuál es el sentido de mi vida?, responderé con algo tan simple como: “vivirla”, que para mí es algo más allá de una simple palabra. Se trata de disfrutar cada instante, cada momento feliz junto a las personas que quieres; se trata de que luches por tus sueños hasta poder conseguirlos, que no te dejes permear por simples palabras, que te dejes perder en abrazos y pequeñas caricias, que te regales miles de sonrisas y te dediques un TE AMO todos los días, que te mires al espejo y estés feliz por lo que ves, y no porque seas perfecto, sino porque aprendiste a amarte con cada imperfección de ti; se trata de que disfrutes las pequeñas cosas como una taza de chocolate caliente



en los días fríos, admirar al cielo y todas sus estrellas jugar descalzas bajo la lluvia y reír una y otra vez con las personas que quieres; se trata de disfrutar decir el buenos días por la mañana y agradecer el poder hacerlo, de llevarte la mano al pecho después de un gran susto y agradecer de que aun siga latiendo; se trata de sonreír más y quejarnos menos; se trata de que si el mundo termina haciéndote pedazos tu alma rota se pegue con miles de abrazos, que brilles en la oscuridad y que renazcas cada vez que te sientas muerto, que disfrutes cada momento

alegres porque estos son los que crearan tu felicidad a lo largo del tiempo.

Y no, no se trata de tener una vida, se trata de ¡vivir la vida!, porque **morimos una vez, pero vivimos todos los días**, porque no se trata de buscar la felicidad para que sea tu sentido de vida sino buscar tu sentido de vida para empezar a ser feliz, porque si nos esforzamos tanto en atraer algo a nosotros este jamás vendrá por su cuenta.

El sentido de vida está también en aprovechar las circunstancias que aparecen de imprevisto, ver el lado positivo del mundo y no dejar que las cosas malas nos afecten tanto, tener **piel de cocodrilo y corazón bondadoso**, para que nada malo traspase a nuestra alma y cosas buenas salgan de esta. Se trata de trazarnos metas y NO límites, de salir de nuestra zona de confort y re-confortar al prójimo, de pedir perdón y perdonar, de entender que todos somos humanos y podemos equivocarnos, pero aun así no aprovecharnos de esto; se trata de escuchar tu respiración y amar cada latido, de luchar y no soñar con cuentos de hadas donde los “y vivió feliz hasta el final” no existen, sino la realidad donde es “y vivió luchando hasta el final”.

Simplemente se trata de vivir, porque muchas personas existimos, pero pocas realmente vivimos. Así que si me preguntas cual es el sentido de mi vida, no dudare en responderte: **VIVIRLA.**

*Lorainis Marcela Ortega Rodríguez
Estudiante de Derecho*

Relato de la niñez

Cuando pienso en mi niñez, me transporto a una casa muy grande donde se podía salir de ambas partes de la calle, era la casa de mi abuela donde pasé gran parte de mi infancia, donde tuve muchas aventuras, raspones, alegrías, regaños, travesuras y demás.

Quizás pensar en un objeto que me recuerde a mi niñez se me hace un poco difícil, ya que más que objetos fueron las personas las que me acompañaron, podría decir que recuerdo mucho a mis abuelos cuando llegaban de Venezuela con muchos juguetes, ropa, comida o zapatos y también recuerdo mucho el olor de la leña cuando iba a visitar el pueblo de la abuela de mi mamá y ese sabor diferente de la leña.

No tuve nunca objetos preferidos, ni juguetes favoritos, no que yo recuerde ahora en mi adultez, pero si recuerdo a mis amigas del barrio que regaban los juguetes en la terraza de mi casa y podíamos durar horas jugando con ellos, también recuerdo cuando viajábamos en



vacaciones a ver a mis primos y tíos, y la alegría que me daba al verlos de nuevo.

Recuerdo mucho las navidades en familia, llegaban todos mis primos y tíos a la casa de mi abuela y ahí esperábamos que fueran las doce del 25 de diciembre para celebrar navidad y el cumpleaños de mi abuela, también lo emocionante que era despertar y ver juguetes de bajo del arbolito de navidad y esto sigue siendo una tradición en mi casa.

Uno de los objetos que me transportan a mi infancia podría ser los zapatos de mi papá, ya que él trabajaba todo el día y llegaba en la noche tipo 7:00 pm, ya cansado y yo lo esperaba todos los días para quitarle los zapatos y colocarle las medias de bajo de los pies para que descansara los pies antes de irse a bañar.

*Ashley Martínez Velásquez
Estudiante del Diplomado en Arte, lúdica y lectoescritura*



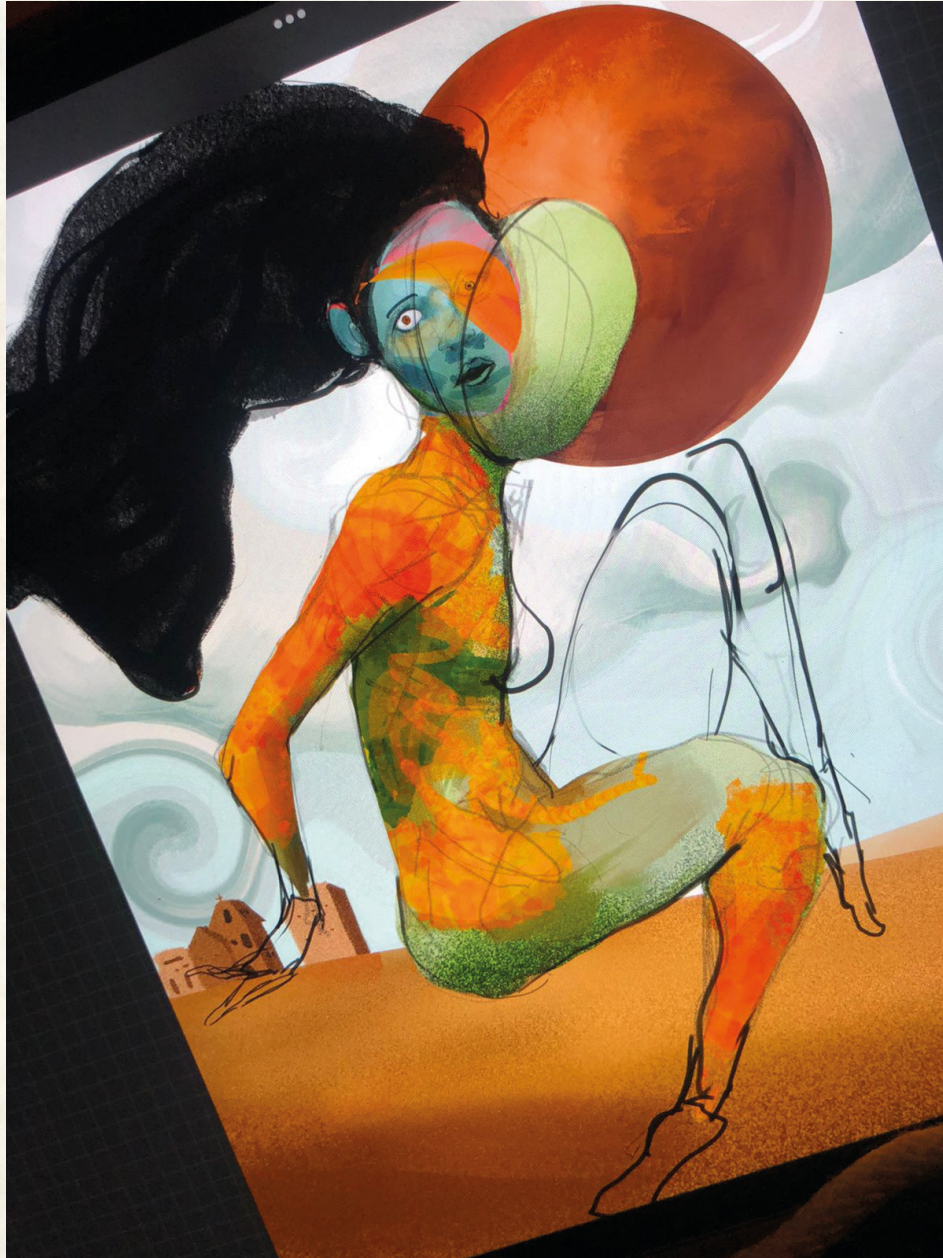
La popularidad del fútbol

El fútbol es uno de los deportes más practicados a nivel mundial, pese a que es relativamente nuevo, al pasar de los años sigue estando en el top 5 según los analíticos del diario Marca, pero ¿a qué se deben tantos años de gloria? La respuesta es más sencilla de lo que parece, el marketing de este deporte lo ha popularizado a nivel mundial, pese a que hay otro factor que también influye como lo son las grandes rivalidades entre clubes y deportistas de élite, pero siendo este menos relevante

Para nadie es un secreto que siempre han existido grandes contiendas en cualquier deporte, ya sea entre boxeadores, tenistas, luchadores, basquetbolista, golfistas etc., en el fútbol pasa lo mismo, nos han brindado espectaculares rivalidades entre clubes como el FC Barcelona vs. Real Madrid, Inter vs. Milán, también entre jugadores como Pelé vs. Maradona y Messi vs. Cristiano Ronaldo. Si bien, estas épicas rivalidades venden una imagen atractiva a los espectadores, la popularidad del fútbol en su mayoría por no afirmar que, en su totalidad, se debe al marketing. Se puede decir que esta palabra engloba múltiples estrategias comerciales con fines benéficos económicamente hablando, y esto ha cambiado drásticamente al paso de los años en el mundo deportivo.

En retrospectiva, el fútbol se vendía en su totalidad por medio de las rivalidades entre entidades futbolísticas y obviamente entre grandes deportistas; hoy en día depende en su mayoría de los negocios oficiales, el comercio, los derechos de imagen, patrocinios con marcas que por lo general no están directamente relacionadas con el fútbol, campañas benéficas, entre otros factores siendo destacado el marketing de este deporte. Sin este último, el fútbol sin lugar a dudas nunca hubiese llegado a ser el coloso comercial que hoy es, ya que podemos observar en múltiples plataformas que no necesariamente son televisivas, podemos ver que, en el mundo de los videojuegos, el fútbol también hace parte del ranking más alto de los juegos más populares con una media de 9.48 haciéndolo destacar entre videoconsolas de renombre y de alto ranking, y no solo destaca en el mundo de los videojuegos,

en la venta de indumentarias deportivas también arrasa o bien, se mantiene en los puestos más altos, en el mundo de las redes sociales, podemos ver que en su mayoría son los futbolistas quienes tienen más seguidores en comparación con otras celebridades que cuentan con millones y millones de *follower*.



Para mal, el marketing ha generado una división entre los amantes del fútbol, debido a la desigualdad que ha provocado, es decir, el marketing ha hecho que predominen o sobresalgan algunos clubes y deportistas por encima de otros; un ejemplo conciso es el prestigio del fútbol latinoamericano y europeo contra el fútbol asiático y africano. Una frase dicha por el diario mundo deportivo nos dice una realidad que, si bien ha ido cambiando con el paso de los años, en su momento era lo más certero “El fútbol es solo cosa de dos continentes” lo que me lleva a preguntar, ¿Por qué hay una desigualdad abismal entre continentes futbolísticamente hablando si todos tienen los mismos derechos leyes deportivas?

Después de una ardua investigación, pude concluir lo siguiente: El fútbol latinoamericano y eu-

ropeo están en el tope debido al valor y patrimonio elevado de los clubes y jugadores que posee, en comparación con los clubes del fútbol africano y asiático. Un equipo eleva su valor cuando cuenta con los derechos de deportistas excepcionales y con una profesionalidad admirable, pues estos generan muchos beneficios para sí

su popularidad se incrementa día tras día, dándonos a entender que los futbolistas no serían lo que son si no fuera por el marketing, igualmente, el fútbol no trascendiera en la historia comercial sin su venta audiovisual a los espectadores, lo que me lleva a concluir que los clubes, deportistas y los medios de comunicación trabajan colaborativamente para mantener en lo alto al fútbol en cuanto a prestigio se refiere.

El marketing ha sido una herramienta fundamental para el estrato de este deporte, sin embargo, tiene sus pros y sus contras que para muchos es una balanza inclinada hacia la indiferencia y desigualdad entre clubes y jugadores. Si bien, es necesario vender el fútbol para hacerlo un deporte sostenible, se debe considerar la opción de ser más igualitarios y equitativos con todos los equipos, jugadores, cuerpos técnicos, presidentes y demás participantes, a la hora de comercializar sus derechos deportivos, ya sea televisivamente, participando en videojuegos y comerciales e incluso en las ventas de indumentarias deportivas, obviamente lo que es llamativo atrae a más espectadores, por lo que un equipo de alto nivel va a llamar más la atención que un equipo “inferior” o de una división menor. Hay que ser realistas, si suprimimos el marketing del fútbol, este va a volverse insostenible, inviable y nada llamativo, en consecuencia, entre menos marketing tenga el fútbol, menos famoso es, sin importar la calidad de sus jugadores y sus grandes, épicas y extraordinarias rivalidades por lo que, en poco tiempo, el fútbol dejaría de estar en el top de deportes más practicados y pasaría a ser uno más del montón volviéndose obsoleto, tedioso y aburrido para sus millones de amantes y espectadores.

El marketing es fundamental en cualquier deporte, ya que ayuda notoriamente en la sostenibilidad y viabilidad de este, pero lastimosamente esto afecta de alguna manera a las entidades deportistas con menor publicidad o marketing siendo este el precio a pagar por formar parte de un deporte top en el mundo.

Mateo José Figueroa Torres
Estudiante de Arquitectura