

Chile solidario con Colombia:
APOYO A LA PAZ TOTAL

El Clan del Golfo:
DESPIDE CON VIOLENCIA A DUQUE



PRIMICIA

DIARIO

VIERNES
29

AÑO 4 - EDICIÓN 1251 • ISSN: 2323-0606 • BOGOTÁ - COLOMBIA JULIO DE 2022

Chile se ofrece como:

SEDE DE LOS DIÁLOGOS DE PAZ CON EL ELN



En el país del cóndor de los Andes, la vicepresidenta electa de Colombia, Francia Márquez, agradeció el ofrecimiento del presidente chileno, Gabriel Boric, para que su territorio sea sede de las eventuales negociaciones de paz con el ELN. «Saludamos con mucha alegría que hoy el presidente Boric haya manifestado no solo su disposición de acompañarnos en esa tarea del logro de la paz sino que ofrece su casa, Chile, como sede para los diálogos de paz entre el Estado colombiano y el ELN», dijo Márquez.

Petro y Maduro tomaron la determinación:

**COLOMBIA Y VENEZUELA
RESTABLECEN
RELACIONES**

Contraloría determinó hallazgo fiscal
por \$38.849 millones:

**ACABARON CON EL FONDO
NACIONAL DEL AHORRO**

WWW.PRIMICIADIARIO.COM

Petro y Maduro tomaron la determinación:

COLOMBIA Y VENEZUELA RESTABLECEN RELACIONES

Javier Sánchez

El mismo 7 de agosto una vez asuma como presidente de Colombia, Gustavo Petro, se iniciarán los tramites para restablecer las relaciones de Colombia con Venezuela en un esfuerzo por sacar de la miseria a la zona fronteriza que soporta la situación crítica por la terquedad del gobierno saliente de Duque.

El canciller de Venezuela Carlos Faria, se reunió con su homólogo de Colombia Álvaro Leyva para ultimar detalles para restablecer las relaciones diplomáticas y económicas entre ambos países.

«Hemos dialogado para trabajar por el futuro de los pueblos y también por la paz», dijo el canciller venezolano.

En la declaración conjunta ratificaron su disposición para consolidar los lazos de amistad y cooperación con la revisión de todos los temas de interés binacional, en beneficio de la felicidad de nuestros pueblos.

Reafirmaron su voluntad de hacer esfuerzos conjuntos para garantizar la seguridad y la



El Canciller Álvaro Leyva inicia los tramites con Venezuela para restablecer las relaciones entre los países hermanos.

paz en la frontera de nuestros países.

La reunión contó con la presencia del representante adjunto del Secretario general de la Misión de Verificación de Naciones Unidas en Colombia, en esta primera e histórica reunión, Sr. Raúl Rosende.

En la reunión, que duró aproximadamente dos horas, se reafirmaron «los lazos históricos de hermandad que unen a nuestros pueblos», según indicó el canciller designado en Colombia Álvaro Leyva.



Se empezó a hablar en Colombia y Venezuela de una reunión entre los presidentes Gustavo Petro y Nicolás Maduro.

Contraloría determinó hallazgo fiscal por \$38.849 millones:

ACABARON CON EL FONDO NACIONAL DEL AHORRO



Fondo Nacional del Ahorro

Rafael Camargo

Después de una intensa labor de auditoría financiera, la Contraloría General de la República determinó un hallazgo fiscal por 38.849 millones de pesos en el Fondo Nacional del Ahorro (FNA), por haber recibido un menor valor en un contrato de venta de cartera judicializada.

En la auditoría, realizada por la Contraloría Delegada para el Sector Gestión Pública e Instituciones Financieras, se establecieron 82 hallazgos administrativos, así:

- 7 hallazgos fiscales, en cuantía total de 41.625 millones de pesos
- 13 hallazgos disciplinarios

- 28 hallazgos que dan lugar a indagaciones preliminares
- Y se obtuvo un (1) beneficio de auditoría en cuantía superior a los 40 millones de pesos

Hallazgo fiscal por contrato de venta de cartera

El hallazgo por 38.849 millones de pesos hace referencia al menor valor recibido por el FNA en un contrato de venta de cartera judicializada suscrito por esta entidad con la firma Disproyectos en noviembre de 2017.

La auditoría fue ordenada por el Contralor General de la República, Carlos Felipe Córdoba Larrarte, quien se ha destacado en su ejercicio por investigar irregularidades en entidades del Estado.

La Contraloría estableció que en el mencionado contrato se pactó un precio de venta sin tener en cuenta las normas internas establecidas en el Manual del Sistema de Administración del Riesgo de Crédito SARC V34, que establece los criterios a considerar en este tipo de operaciones.

El hallazgo concluye que la cesión de derechos de cartera judicializada realizada por el FNA generó las siguientes situaciones:

Un daño al patrimonio público por 38.849.387.793 pesos derivado de una diferencia entre el valor de la venta estipulada en la cláusula quinta del contrato de compraventa por 68.435.504,626 pesos frente al valor de-

terminado por el equipo auditor luego de aplicar los criterios establecidos en el Manual SARC V34, el cual asciende a 107.284.892.419 pesos. Desde el punto de vista de las garantías, el FNA cambió 2.087 créditos de cartera judicializada respaldado en hipotecas que habían sido evaluadas y consideradas satisfactorias, para cambiarlo por un activo (cuenta por cobrar) de 68.435.504.626 pesos concentrado en un (1) sólo deudor, que tenía al 30 de enero de 2017 un capital pagado de 3.844'735.080 pesos, y que respaldaba la obligación en un Fondo de Reserva constituido a través de un patrimonio autónomo, el cual a 31 de diciembre del 2021 está sin recursos para cubrir las cuotas en mora

de la firma Disproyectos. Adicionalmente, el capital suscrito y pagado del comprador no respalda el negocio jurídico contenido en el contrato de compraventa dado que el precio de compra supera 17.79 veces el capital pagado de la sociedad.

El contrato de compraventa contraviene el artículo 1502 de Código Civil Colombiano, en el sentido de haberse estipulado cláusulas que generaron un detrimento patrimonial de los recursos públicos del FNA. De acuerdo con la normativa del FNA, el precio del contrato no era objeto de negociación por cuanto el manual SARC V34 definía la forma de calcular el precio de venta, el cual finalmente se circunscribía al saldo en libros o al saldo contable, dependiendo del avalúo comercial realizado.

Para la Contraloría, el hecho de consagrar una cláusula en el que se reconoce un valor inferior al que se encuentra como cartera vencida, configura un menoscabo a los recursos públicos.

El Manual del Sistema de Administración del Riesgo de Crédito SARC V34 precisa que «Las garantías son un mecanismo de seguridad o forma de protección para el FNA ante la eventualidad de que el deudor incumpla con la(s) obligación(es) adquirida(s)...».

El Clan del Golfo:

DESPIDE CON VIOLENCIA A DUQUE



Tropas del grupo de narcotraficantes y paramilitares de la ultraderecha colombiana que se hace llamar El Clan del Golfo.

Rafael Camargo

La Policía colombiana se convirtió en las últimas semanas en blanco de la banda criminal Clan del Golfo que intensificó los asesinatos selectivos de miembros de la institución en la peor ola de violencia de los últimos cinco años.

Los hechos sangrientos se recrudecieron en las últimas horas a pocos días de concluir el mandato del presidente Iván Duque. Los asesinatos del Clan del Golfo mediante el llamado «plan

pistola» comenzaron en mayo pasado, en respuesta a la extradición a Estados Unidos de su máximo jefe, Dairo Antonio Úsuga, alias «Otoniel», y hasta la fecha esta campaña criminal se ha cobrado la vida de más de 30 policías.

La más reciente víctima fue el patrullero Diego Felipe Ruiz Rincón, de 25 años de edad, asesinado por sicarios en Sampués, en el departamento caribeño de Sucre.

Este crimen se suma al de la patrullera Luisa

Fernanda Zuleta, de 27 años, quien había sido herida el sábado en un ataque a tiros en Yarumal (Antioquia) y murió anoche en Medellín, a donde había sido trasladada por la gravedad de las heridas.

En esa acción, atribuida por la Policía a sicarios del Clan del Golfo, también perdió la vida su compañero, el subintendente Sergio Yepes.

El Ministerio de Defensa dio a conocer información sobre un posible paro armado del Clan del

Golfo en Sucre, Bolívar, Córdoba, Antioquia y César. Durante una reunión de seguridad adelantada en Sincelejo y presida por el líder de la cartera, Diego Molano, expresó su solidaridad con las familias de los policías y soldados afectados en los últimos días y calificó estos hechos como actos demenciales del Clan del Golfo, «quienes buscan posicionarse políticamente».

El Clan del Golfo es una temida banda criminal colombiana dedicada al narcotráfico y a la extor-

sión, que según la Policía Nacional es una de las «organizaciones más peligrosas del crimen trasnacional».

Este grupo, que antes era conocido como Clan Úsuga, pero que también fue conocido Los Urabebños, o las Autodefensas Gaitanistas de Colombia, tiene entre sus líderes a ex narcotraficantes y ex paramilitares y nació tras la desmovilización de las Autodefensas Unidas de Colombia (AUC), grupo paramilitar de extrema derecha, en el 2006.

Procuraduría :

DESTITUCIÓN Y SUSPENSIÓN DE 12 AÑOS PARA EL «ÑOÑO ELÍAS»



Bernardo Miguel Elías Vidal, alias el «ñoño Elías»

La Procuraduría General de la Nación sancionó con destitución e inhabilidad general de 12 años al exsenador de la República Bernardo Miguel Elías Vidal, alias el «ñoño Elías» por incurrir en hechos de corrupción, aprovechando su investidura de congresista, para beneficiar a la firma Odebrecht en el trámite de procesos contractuales.

En fallo de primera instancia, la Sala Disciplinaria de Juzgamiento de Servidores Públicos de Elec-

ción Popular estableció que Elías Vidal cometió el delito de cohecho propio, al recibir alrededor de \$1.600 millones de la firma Odebrecht entre los años 2012 y 2014 para conseguir beneficios y decisiones favorables para esa empresa.

En materia penal mediante sentencia anticipada por aceptación voluntaria de cargos, la Sala Especial de Primera Instancia de la Corte Suprema de Justicia condenó al exsenador Bernardo Miguel Elías Vidal como coau-

tor penalmente responsable de los delitos de concierto para delinquir agravado en concurso heterogéneo con el ilícito de lavado de activos, a una pena de 8 años y 4 meses de prisión en establecimiento carcelario y multa de 15.008 salarios mínimos legales mensuales vigentes.

El órgano de control determinó que el ahora sancionado aprovechó su condición como integrante de la Comisión Tercera del Senado, encargada de estudiar y debatir asuntos relacionados

con el presupuesto de rentas y gastos de la Nación, para ejercer influencias políticas y así lograr que se firmara la adición del contrato correspondiente al tramo Ocaña-Gamarra de la Ruta del Sol – Tramo II, y adelantó gestiones para que se suscribiera el contrato de estabilidad jurídica con dicha empresa.

Para la Procuraduría, Elías Vidal «quebrantó sin justa causa el correcto funcionamiento de la administración pública, pues, de un lado ejerció

indebidas influencias sobre servidores públicos haciendo prevalecer intereses particulares, y derivó para sí y para otros beneficios económicos, cuando le correspondía actuar conforme lo demandaba su investidura de congresista, encaminando su comportamiento a la búsqueda del bien común y la consecución de los fines del Estado».

Por esos hechos, el Ministerio Público señaló que el exsenador vulneró los principios de moralidad y transparencia que rigen la función pública, y lo sancionó por dos cargos disciplinarios calificados como faltas gravísimas cometidas a título de dolo.

En el fallo, la Sala Disciplinaria de Juzgamiento de Servidores Públicos de Elección Popular destacó que, «cada que un servidor público trasgrede un deber, el derecho disciplinario aparece como una forma de autotutela, para actuar en virtud de esa relación especial de sujeción que lo ata y le impone proceder con probidad y en garantía de los derechos fundamentales».

En desarrollo del proceso, Elías Vidal aceptó su responsabilidad disciplinaria frente a los cargos señalados por la Procuraduría.

El fallo de primera instancia puede ser apelado por el sancionado ante el despacho de la Procuradora General de la Nación, Margarita Cabello Blanco.

Verdad sobre:

REFRESCOS SIN AZÚCAR O DIETÉTICOS

Si eres de los que disfrutan de los refrescos azucarados, pero sólo bebes refrescos bajos en calorías para evitar todo el azúcar que se encuentra en las bebidas regulares, en realidad estás haciendo un daño sustancial a tu salud.

Esto se debe a que contiene una sustancia tóxica, llamada aspartame, que las empresas de soda usan para endulzar sus bebidas dietéticas en lugar de utilizar azúcar. Consecuencias del consumo de aspartame

Las preocupaciones de salud en relación con el aspartame han existido desde hace décadas. Se ha relacionado con dolores de cabeza, mareos, fatiga, aumento de peso y pérdida de la memoria, entre muchos otros efectos negativos sobre la salud.

Por ejemplo, un estudio realizado por investigadores de la Universidad de Columbia y la Universidad de Miami dieron como resultado que el consumo de un solo refresco de dieta al día a lo largo de 10 años incrementaba la probabilidad de contraer enfermedades del corazón y ataque cerebrovasculares en un 43%.

Una prueba más de los efectos nocivos de aspartame en la salud humana salió a la luz por un estudio publicado por la revista Nature. Estos refrescos sin azúcar modificaban la composición de los microbios en el intestino de tal manera que el riesgo de desarrollar



Un estudio realizado por investigadores de la Universidad de Columbia y la Universidad de Miami dieron como resultado que el consumo de un solo refresco de dieta al día a lo largo de 10 años incrementaba la probabilidad de contraer enfermedades del corazón y ataque cerebrovasculares en un 43%.

diabetes se incrementó en gran medida.

Una prueba más de cuán dañino puede ser el aspartame fue descubierta por un estudio realizado en la Universidad de Minnesota. Los investigadores de esa institución encontraron que un simple refresco de dieta por día aumentó el riesgo de desarrollar síndrome metabólico en un 36%.

Aún más sorprendente es que a pesar de que los refrescos de dieta se comercializan de tal manera para atraer a las personas que quieren controlar su peso, el aspartame en realidad ha

sido relacionado con la obesidad. La Universidad de Texas descubrió que aquellos que consumían una sola lata de refresco de dieta por día tenían un riesgo del 41% mayor de ser obesos que aquellos que no lo hicieron. Durante un período de 10 años, aquellos que consumían dos latas de refresco al día presentan aumentaron de peso de manera considerable.

Los investigadores de todo el mundo también creen que el aspartame puede desencadenar o agravar muchas enfermedades crónicas, como la enfermedad de Alzheimer, enfermedad de

Parkinson, el síndrome de fatiga crónica y la fibromialgia.

¿Por qué el uso del aspartame se encuentra generalizado?

A pesar de todas las pruebas que demuestran que el aspartame tiene un efecto adverso sobre la salud humana, las instituciones oficiales de muchos países seguirán insistiendo en que el aspartame es perfectamente seguro y no hay motivo de preocupación.

Este es, sin duda debido a la enorme influencia que las bebidas de empresas como Coca Cola y Pepsi cola ejercen en

el mercado. El mercado de los refrescos bajos en calorías supone un valor de miles de millones de dólares por año.

Parece que Pepsi cola ha cedido ante la presión de los consumidores, ya que recientemente se deshizo de aspartame en la bebida Diet Pepsi, y lo reemplazó con el nuevo potasio acesulfamo, edulcorantes artificiales y sucralosa. Aun no se sabe si esta actualización es positiva o negativa, porque algunos sectores ya han expresado su preocupación acerca de los efectos sobre la salud de estos edulcorantes artificiales.

El cerebro nos engaña:

LA REALIDAD ES UNA, LA VERDAD NO



Por qué nuestro cerebro es el ordenador más potente jamás creado: «La inteligencia artificial no es ni inteligente ni artificial».

Mauricio Salgado Castilla

El neurólogo Richard Saks recordado por la película «Despertares» con la actuación de Robin Williams, cuenta de sus experiencias en un hospital donde logra conectar con diferentes técnicas, en especial con música, a pacientes que llevaban muchos años en un estado de inanición total; también escribió el libro «El hombre que confundió a su esposa con un sombrero» donde cuenta casos clínicos que han ayudado a entender cómo funciona el cerebro. El cerebro hu-

mano no es una máquina fotográfica ni una grabadora de sonidos. El cerebro percibe el mundo a través de los sentidos y crea una versión que sea aceptable para cada persona, pero claramente no es la realidad. Siendo seres humanos sociales, las interacciones se dan en diferentes verdades dando pie a descontentos en todos los niveles, en la familia, con los amigos, en el trabajo, en la comunidad, en diferentes culturas y países.

La verdad que crea el cerebro depende de las creencias y los valores de cada persona, dando

origen a los pensamientos, a las emociones, a los sentimientos y en últimas a las actitudes. Algunos todavía creen que la tierra es plana, hacen reuniones y defienden sus teorías con la misma fiereza que lo hace una leona con sus cachorros.

¿Cómo puedo expresar mi molestia, mi malestar, mi protesta, pero que el resultado sea constructivo?

Se ha vuelto normal escuchar movimientos de protesta alrededor del mundo, pero rara vez terminan de una manera constructiva, haciendo

una mejora o encontrando una solución a la problemática.

Si tiene un gran malestar porque su jefe lo ha tratado de irresponsable, porque no entregó un trabajo como él pensaba que se debería hacer y lo más grave es que lo expresó delante de todos sus compañeros y ahora siente que lo miran con recelo; puede tener todos los argumentos para probar que el trabajo que usted realizó fue siguiendo las instrucciones que el propio jefe le dio, su cerebro lo interpreta de una manera diferente a lo que el jefe tenía en su

mente y se asume que usted automáticamente iba a entender lo mismo.

Este caso, es típico en consultoría cuando se establece un objetivo y se desarrolla todo un proyecto y luego el cliente dice, «pero eso no era lo que yo quería».

¿Cómo se puede expresar el descontento de una manera constructiva?

El psicólogo Daniel Goleman, tal vez el mayor divulgador de los desarrollos de la inteligencia emocional, ha presentado una forma de expresar el descontento de una forma constructiva.

Cuando se habla, fácilmente un 70% de lo que se expresa no se hace con las palabras, la actitud, el tono de voz, el volumen, la posición corporal expresan más que lo que se escucha, por eso, ante un desacuerdo, se propone un método de dos fases, la primera es vía escritos, ya sea correo, mensajes de texto o WhatsApp, para minimizar en momentos de conflicto las expresiones no verbales inadecuadas en la búsqueda de una solución.

Es más, si se pudiera hablar o escribir en un segundo lenguaje que las dos partes manejen, es aún mejor, se reduce gran parte de la carga emocional de las discusiones, se obliga al cerebro a ser más racional para poder manejar la segunda lengua, pasado esta fase se pueden volver a hablar.

Rómulo Caicedo:

EL EMPERADOR DEL DESPECHO

Oscar Javier
Ferreira Vanegas

Rómulo Caicedo fue el cantante más popular de Colombia. Interpretó vallenato, cumbias, porros, boleros, baladas, rancheras y creador de un género que después se llamaría como «guasca».

Era el ídolo de multitudes. En 1964 impuso «Guepaje» como tema de la Feria de Cali.

Él nació con un objetivo: divertir al pueblo. Le daba lo mismo cantar en una cantina que en una plaza de toros. Era la persona más sencilla. Le daba lo mismo hablar con un alcalde o con un lustrabotas.

Rómulo Caicedo nació el 17 de febrero de 1928, en la «Ciudad de las Acacias», el legendario puerto de Girardot, sobre el río Magdalena que acarició sus sueños de niño y lo inspiró a cantar. Su familia era humilde, por lo que hubo de emplearse en oficios varios y como maestro de construcción.



Rómulo Caicedo

Su primer éxito fue «Pajarito Rivereño», canción que le abrió las puertas del éxito.

Era la época de la radio, y las rancheras invadían a Colombia. Esos mensajes un tanto machistas, pero plenos de amor hacia la mujer, inspiraron sus primeros cantos. Su voz nostálgica y quejumbrosa tenía un deje muy particular que transmitía el sentimiento de sus letras nacientes.

Sin duda alguna, Rómulo Caicedo Muñeton, fue el emperador del despecho. Su estilo particular,

tuvo grandes competidores como los tríos de la época, Olimpo Cárdenas, Julio Jaramillo, Lucho Bowen y Óscar Agudelo, que eran también sus grandes amigos.

Pero Rómulo calaba más hondo. Era el cantante de los humildes, de los cargadores de ladrillos y de los obreros. Por eso empezó a imponerse. Era la estrella de Discos Eldorado, la disquera que siempre lo apoyó.

¿Quién no ha escuchado canciones como «Ilusión perdida», «Perdido en las copas», «Mi dicha» o «Tu

maldito amor» y «Andate». Obras nostálgicas y cantineras que sonaban en la radio del interior del país, y se fue difundiendo hacia Ecuador y Venezuela, ¿grabando para Discos Victoria e INS.

Otros temas como «No me dejes», y el inmortal «Clavelitos» pegaron duro en su fanática. ¿Y qué decir de «¿Llanto militar» un verdadero himno para los jóvenes que se iban al cuartel, dejando su familia y a la novia? Pero sin duda, una de sus canciones más importantes fue «Veinte años menos», una obra plena de recuerdos y añoranzas de la juventud que se escapa como el agua entre los dedos. Esta hermosa canción fue pionera de otras canciones sobre el mismo tema, que aparecieron después. Su última compañera fue Miryam Ortiz y tuvo una hija, Natalia Caicedo.

Era una época de bohemia brava. Muchos sitios nocturnos y tabernas presentaban artistas en vivo. Y, desde luego, ahí estaba Rómulo, acompañado por guitarras, interpretando sus canciones. La gente se emocionaba y lo invitaba a sus mesas para ofrecerle un trago. Y de mesa en mesa...Lo conocí en La Taberna de Óscar, de Óscar Agudelo, que quedaba en la calle catorce arriba de la Caracas, a la vuelta del Sena, en Bogotá. Era también artista habitual del sitio de Los Hermanos Escamilla, en el sur de la ciudad. Y Rómulo era la estrella. Después lo contrataban para las Ferias en los pueblos y en corridas de toros que tenían un espectáculo previo a la corrida. Lo veían almorzando en la plaza de mercado, firmando autógrafos y tomándose una que otra foto, porque en esa época no existía el celular.

EL REY DE LAS ROCKOLAS

En aquella época las rockolas estaban de moda, más que ahora. Yo tenía un suegro, Víctor Ruíz, dueño de Las Dos Avenidas, un sitio nocturno en Bogotá, propietario de todas las rockolas que sonaban desde Bogotá hasta La Dorada, y él ensamblaba los discos de 45 R.P.M. con la música que iba a sonar en cada uno de los aparatos. Y allí estaba Rómulo con algún nuevo éxito. Eran amigos y lo ayudó a promocionar. Don Víctor, alquilaba sus rockolas, y cada mes iba por la renta, en un Ford Victoria. Muchas veces lo acompañé.

Con tamaña promoción, Rómulo Caicedo se fue afianzando como un grande de la música popular.

Rómulo se hacía presente en las asambleas de la Sociedad de Autores y Compositores, Sayco, entidad de la que era socio. El 23 de diciembre de 2007, en plenas navidades en la Villa del Rosario de Cúcuta, Rómulo Caicedo se despidió de este mundo. Estuvo en una presentación y a la mañana siguiente fue a San Andresito a comprar algunos recuerdos para llevar a Bogotá. Estaba en esas vueltas cuando se presentó una manifestación y el cantante quedó en la mitad entre piedras y gases lacrimógenos. Sus pulmones no soportaron los gases y falleció en un hospital.

A diferencia de muchos, no tuvo imitadores, porque él fue El Emperador del Despecho. Sin duda, abrió el camino a otros grandes de la música popular como «El charrito negro», Luis Alberto Posada y Darío Gómez y los jóvenes intérpretes de hoy en la canción popular que se hacen famosos por un sudado.

Corporación Transparencia Jurídica Internacional

PRIMICIA

Colegio de Abogados Meta y Orinoquia

INVITAN

Foro

Dinámicas Jurídicas en Colombia

Ponentes:

- Dr. Marco Tulio Calderón Peñalosa, abogado, rector Universidad La Gran Colombia, presidente Asociación Universidades de América.
Dr. Urias Torres Romero, abogado, escritor, director Colegio de Abogados Meta y Orinoquia.
Dr. Benjamín Losada Posada, abogado – periodista, presidente Corporación Transparencia Jurídica Internacional.
Dr. Mario Javier Maturana Moreno, abogado – biólogo, presidente Colegio de Abogados Afrodescendientes.
Dr. Jhony Aparicio Ramírez, abogado – Administrador de Empresas, presidente Colegio de Abogados de Indoamérica, Consejero Mayor Indígena.
Dr. Jorge Iván Mina Lasso, abogado, presidente Colegio de Abogados Fuerza Pública, director Colectivo de Juristas Afro.
Dra. Ana María Pallares Lobo, secretaria general Corporación Transparencia Jurídica Internacional.
Dr. Adelmo Fajardo Hernández, abogado – administrador de empresas, presidente Colegio de Abogados Cundinamarca.
Dr. Óscar Valero Rodríguez, abogado – escritor, presidente Colegio de Abogados Tolima Grande.
Dr. Carlos Ariel Serrano Sánchez, abogado – politólogo, presidente Colegio de Abogados de los Santanderes.
Dr. Saúl Villar Jiménez, abogado – escritor, presidente Colegio de Abogados Meta y Orinoquia.

Moderador: Gerney Ríos González, escritor, periodista e internacionalista, titulado en Derechos Humanos para América Latina por la Unión Europea, director general Corporación Transparencia Jurídica Internacional.



Lugar: Universidad La Gran Colombia, CUMARAL – Meta
Calle 11 No. 15-39
Fecha: viernes 5 de agosto de 2022.
Hora: 9:00 am.

Pronósticos para Colombia 2022 y 2023:

ESTALLAN LOS MÁS GRANDES ESCÁNDALOS DE CORRUPCIÓN

Angelica Andrade

En el año 2020, el colombiano Arnulfo González consultó el oráculo para saber de los tiempos por venir, y entre sus predicciones cumplidas como el alcance y visualización del desarrollo de la mujer, está también los escándalos que se vivirán en Colombia a partir de los últimos meses de 2022 y comienzos del 2023 por las investigaciones de los desfalcos en los dineros presupuestales de nuestro país de anteriores gobiernos...

En el año 2007 escribió un libro titulado *Ordun* traducido a 5 idiomas. También es escritor de varios guiones que se convirtieron en películas, sobre la violencia de género, la lucha de los emigrantes por salir adelante en un país que no es el suyo como su corto *Irina* en el país de las maravillas, que gana un premio en el festival de cine de España.

En el año 2015 la ONU le otorgó un galardón como embajador de la paz por diferentes temas compuestos por la paz, además de participar y ayudar a una institución dedicada a la paz del mundo. Además, Arnulfo es un practicante de la cultura yoruba desde hace muchos años, desde su infancia dedicando su vida a esta práctica, por lo cual se ha dado a conocer en Europa. La mentalidad y sentido espiritual que ha desa-



En el 2021 terminó el documental *El Despertar de la Muerte Interior*. La película documenta el despertar de cinco personas que después de pasar por sucesos tan contundentes como tristes en su vida.

rollado en el transcurso de los años, no solo ha servido para asesorar a muchas personas en momentos difíciles de su vida, sino también para desarrollar un sentido particular con la música, siendo compositor innato, escribiendo diferentes canciones orientadas al amor, al sistema y la paz del mundo.

En el 2016, regresa a Colombia, visita una de las comunidades más ancestrales de las amazonas colombiano, donde se contacta con varios chamanes que comparten su conocimiento del poder curativo de las plantas nativas de nuestro país y que siempre han estado presente en el desarrollo de las comunidades indígenas

de nuestro territorio. De este encuentro ancestral surge la canción «Madre Tierra».

Durante el 2017 al 2020 se dedica a la meditación como medio de sanación y curación, a escribir canciones y sobre todo a tener un contacto con los elementales espirituales y su yo interior, y logra canalizar los pronósticos que ha estado publicando del cambio de mentalidad y forma de vivir del ser humano actual, además de seguir en la preproducción de documentales sobre la existencia, el destino y el conocimiento humano que siempre han marcado su vida personal.

En el 2021 terminó el documental *El Despertar de*

la Muerte Interior. La película documenta el despertar de cinco personas que después de pasar por sucesos tan contundentes como tristes en su vida, inician un punto de inflexión en su convicción espiritual y, sobre todo, en su estilo de vida. Solo entonces se darán cuenta de que la vida cotidiana les ha absorbido por completo su esencia interior.

Los caminos a seguir son diferentes -ya sea hipnosis, meditación, métodos de curación alternativos o una religión- pero todos se cruzan en la amistad y el acompañamiento de Arnulfo, un sacerdote de la santería, que gracias a un monje budista se convierte en seguidor de esta filosofía.

Seis personas de seis culturas y credos diferentes buscan el camino hacia el bienestar espiritual. La película cuenta de sus experiencias existenciales, que son el renacimiento hacia una existencia más plena.

El camino que toman no es fácil, pero está colmado de sucesos conmovedores.

El documental consta de entrevistas durante más de nueve años a cinco personas que relatan sus vidas, luchas existencialistas y acercamiento a la religión, la filosofía o un estilo de vida diferente.

Su amigo común, y al mismo tiempo guía espiritual, los acompaña durante muchos años y registra su evolución espiritual con imágenes de su vida diaria, incluyendo trágicos episodios íntimos como la muerte y el entierro de un familiar.

A diferencia de las entrevistas realizadas en varias ciudades europeas, principalmente en Suiza, la segunda parte del documental está filmada en un monasterio budista en Anuradhapura, Sri Lanka. En esta parte, la música tradicional, los paisajes y la visión de la vida de los monjes son cruciales. Rituales, meditaciones, naturaleza e intercambio cultural enriquecen la historia de la búsqueda de la felicidad que lleva a este grupo de personas a las raíces del budismo.

Chile solidario con Colombia:

APOYO A LA PAZ TOTAL

El presidente de Chile Gabriel Boric, durante la visita de la vicepresidenta electa de Colombia Francia Márquez dijo: «Tuve el honor de recibir a la futura vicepresidenta de Colombia, Francia Márquez, gran lideresa y defensora medioambiental con quien comparto la visión de unión de nuestros pueblos y América Latina. Miro con mucha esperanza y alegría lo que está pasando en Colombia!».

APOYO CHILENO A LA PAZ

La vicepresidenta electa de Colombia Francia Márquez agradeció al presidente de Chile, Gabriel Boric, su fraterna acogida, así como su disposición para trabajar por la Paz de Colombia. «Valoramos su disposición para trabajar en una nueva política de drogas, en contra del racismo, el cambio climático y en favor de la justicia de género».



El presidente de Chile, Gabriel Boric, recibió en el palacio presidencial La Moneda a la vicepresidenta electa de Colombia, Francia Márquez. El mandatario anunció apoyar a Colombia «en materia de paz total».

PRESIDENTE DE ARGENTINA RECIBE A VICEPRESIDENTA COLOMBIANA

Hoy llegará a Buenos Aires la vicepresidenta electa de Colombia, Francia Márquez, para reunirse con el presidente argentino, Alberto Fernández, y el sábado 30 de tendrá un acto público bajo el título «Soy porque Somos». Un diálogo con Francia Márquez», en el Centro Cultural Kirchner.

El acto será presentado por el Premio Nobel de la Paz Adolfo Pérez Es-

quivel y participarán representantes de las Madres de Plaza de Mayo y organizaciones afro y de movimientos sociales.

TERMINA BLOQUEO AL GOBIERNO DEL MAGDALENA

«Fin del bloqueo que decretó el Gobierno de Iván Duque. Comienza una nueva era de progreso para vivir con mayor ímpetu el cambio que es imparable en Magdalena con el presidente Gusta-

vo Petro», reportó el gobernador del Magdalena, Carlos Caicedo.

TELEMEDICINA EN LAS CÁRCELES

El ministro de Justicia y el Derecho, Wilson Ruiz Orejuela anunció que espera dejar implementado el programa de Telemedicina en el 100% de los establecimientos de Reclusión del Orden Nacional a cargo del IN-PEC Colombia mediante la adecuación de infraes-

tructura tecnológica, red y comunicaciones que permitan una efectiva y eficiente dotación.

COLOMBIA DE LUTO Y DUQUE DE PARRANDA

«¿En serio mientras están matando policías en Colombia, el presidente Duque está en parrandas y fiestas vallenatas? No puede ser»: Paola Herrera, periodista.

«El pésame de Duque, a los familiares de los 36

policías asesinados fue una parranda en Valledupar, un presidente sin dolor de patria»: César de Jesús García Potes

«Policía de Colombia y su presidente Duque en parranda vallenata. Una muestra más de la desconexión con el país»: Luis Herrera.

«En Valledupar, Duque en una Parranda Vallenata mientras Policías son Asesinados»: Pedro la Rosa

RECONSTRUCCIÓN MORAL DE COLOMBIA

Vergüenza de Colombia ante el mundo, las noticias que a diario salen de nuestro país al resto del planeta.

Corrupción, guerra, narcotráfico, masacres, y el colmo de un gobierno utilizado en contra de la paz y en contra de los colombianos.

Hasta el último momento el gobierno saliente quiere dejar el nauseabundo olor

de la corrupción. Parece que la orden es raspar la olla, para dejar sin recursos al Gobierno, que se inicia el 7 de agosto como una esperanza de los colombianos después de soportar administraciones entregadas a la delincuencia.

No les importó, los niños, las mujeres, los adultos y los mayores. Aprovecharon los recursos del Estado para enrique-

cerse. Los recursos del Estado fueron feriados en carteles de la contratación, empresarios que financian la guerra y en funcionarios corruptos que se tomaron por asalto las finanzas.

Como consecuencia de la acción criminal, Colombia está atravesando por una de las peores crisis de la historia en materia de corrupción a nivel público y privado.

Se perdió de manera total la credibilidad por la institucionalidad de las organizaciones públicas o privadas, está en crisis precisamente por la percepción de corrupción en los ciudadanos. Es hora de dar vuelta a la hoja del libro de la vergüenza para buscar el rescate de la moral y la honestidad para iniciar una tarea de reconstrucción. Los corruptos y los delincuentes que

utilizaron los bienes del Estado tendrán que responder por sus acciones y esperamos que el nuevo Gobierno tome las medidas más drásticas para erradicar la putrefacción, a la que fuimos sometidos durante los últimos 20 años. Está a punto de cesar la horrible noche, para que de inmediato todos nos debemos comprometer a buscar la reconstrucción moral de Colombia.

Legado del Gobierno Duque



ISSN: 2323-0606

Víctor Hugo Lucero Montenegro
Director
Miembro del **Círculo de Periodistas de Bogotá CPB**

Andrés Felipe Betancurt Pabón
Director Comercial

Guillermo Romero Salamanca
Sub director

Javier Sánchez
Jefe de Redacción

William Fonseca
Gerente

Catherine Rodríguez Duque
Coordinadora de editores

Pedro Fuquen
Editor de Turismo

Rafael Camargo
Editor Nacional
Miembro del **Colegio Nacional de Periodistas**

Carlos Osorio
Editor Internacional

Freddy León Cuellar

Editor Pacífico
Miembro del **Círculo de Periodistas de Cali**

Alejandro Arias
Editor Atlántico

Luis Eduardo Romero
Editor Cundinamarca

Juan Romero
Editor Espectáculos

Armando Martí
Editor cultural

Armando Meléndez
Editor Redes Sociales

Corresponsales en el mundo

Estados Unidos:
Lorena Sánchez
Omar Sánchez
Luis Guillermo Vega

Paraguay:
Ignacio Martínez

Cuba:

Lázaro David Najarro Pujol

Europa:
Carlos Andrés Lucero Carmona

Australia:
Mónica Lucero Mosquera

Fotógrafos:
Rodrigo Dueñas
Juan Francisco Zuleta

Diseño y diagramación:
Felipe Ballesteros

Orbedatos

primiciadiario@gmail.com
Teléfono 3013209285
Bogotá - Colombia - Sur América



Español:

DISTINGUIR Y CONOCER, VERBOS QUE CONFUNDEN

Jairo Cala Otero
Especial

«A mi modo de ver, algunos 'corronchos' manifiestan que conocer a una persona es tener intimidad sexual con ella. ¿Eso es cierto, o no?». Con esta pregunta uno de mis tantos contactos de correo electrónico se manifestó, preocupado porque, según añadió, sus amistades le censuraban el uso del verbo conocer, por la razón que él cita.

Los verbos conocer y distinguir tienden a crear confusión, si no se sabe usarlos en el contexto preciso de lo que se quiere decir con cada uno de ellos.

Conozcamos, entonces, la primera definición que para el verbo distinguir da el diccionario: 'Conocer la diferencia que hay de unas cosas a otras'. Dicho de otra manera, distinguir es diferenciar a unas personas o cosas de otras.

Distinguir es reconocer a alguien entre un grupo de personas, o de una cosa entre un conjunto de otras cosas. Ejemplos: «En ese grupo se distingue a Roberto, está de camisa blanca con sombrero negro»; «Yo distingo una rosa de un clavel».

¿Nota ahora la diferencia y la connotación del verbo distinguir?



Los verbos conocer y distinguir tienden a crear confusión, si no se sabe usarlos en el contexto preciso de lo que se quiere decir con cada uno de ellos.

De conocer, que también tiene varias definiciones, se destacan: 'Averiguar por el ejercicio de las facultades intelectuales la naturaleza, cualidades y relaciones de las cosas. 2. Entender, advertir, saber, echar de ver a alguien o algo. 3. Percibir el objeto como distinto de todo lo que no es él. 4. Tener trato y comunicación con alguien'.

Aquí hay un dato que despeja la pregunta del consultante: con las modificaciones introducidas a la vigésima tercera edición del Diccionario de la Real Academia Española (DRAE), se incorporó la definición de 'tener relaciones sexuales con al-

guien' para el verbo conocer. Pero, ¡cuidado!, esa es la sexta definición, hay cinco anteriores que significan otros asuntos. Por ello, insisto, hay que tener en cuenta el contexto de lo que se dice. Ejemplo: «Anoche copulé con Alicia, ya la conozco; es buena amante». Especifica lo sucedido, y añade que por eso conoce a Alicia; no la distingue.

Si es en otro contexto, por ejemplo: «Él conoce a muchas personas», es distinto; no significa que un hombre tenga relaciones sexuales con todas las personas a las que conoce. Recuerde: conocer no siempre implica

haber estado encamado con alguien.

En esos casos es necesario pensar muy bien lo que se va a decir, antes de meter la pata.

El mismo consultante volvió a comunicarse para preguntar: «¿Es correcto decir 'Distingo a Pedro de vista, trato y comunicación, pero no lo conozco porque no me he acostado con él'?».

No hay necesidad de hacer esa aclaración, eso es darle más razón a la gente de mentalidad torcida o morbosa. Además, en esa oración el verbo distinguir está mal usado; el que debe usarse

es conocer. No se distingue a nadie «de vista, trato y comunicación»; se distingue a alguien o algo como un todo entre otros elementos de igual naturaleza.

Así que el verbo conocer es castizo, puede usarse sin temores. En las expresiones «Yo conozco a Pedro desde hace 20 años, es un buen amigo»; «Ella y yo nos conocemos desde que estudiábamos en la universidad», no significa que el hablante y sus referidos se la hayan pasado en la cama todo ese tiempo. Eso solamente lo podrá pensar un morbozo. Insisto: es el espíritu lujurioso de los ignorantes el que hace torcer el sentido de ese verbo.

Bueno, usted ya conoció mejor esos dos verbos. Ahora ¡propóngase la tarea de distinguirlos!

RECONOCER LOS ERRORES, Y CORREGIRLOS

Luego de presentar disculpas por los errores que contenía un artículo suyo, una profesora universitaria pensionada, escribió: «Cometí el error de enviar el mensaje sin leerlo siquiera unas diez veces, como me aconseja un amigo, porque eso de escribir bien es un gran camello. Quizá por ello Calderón de la Barca decía que 'valía la pena gastar 20 años en pulir un verso'».

La Luna de América:

ANA GABRIEL EN BOGOTÁ



Ana Gabriel

Ana Gabriel se presentará en el Coliseo Live de Bogotá, el próximo 7 de octubre. La Luna de América cuenta con una trayectoria musical de más de cuatro décadas y es una de las artistas más taquilleras con más de 40 millones de discos a nivel mundial.

Durante su exitosa gira estadounidense, la artista visitó 20 ciudades, donde más de 128,000 fanáticos se dieron cita en los recintos más importantes del país, agotando entradas durante 16 presentaciones en estadios. Ahora llegó nuestro turno para escuchar en vivo éxitos como

«Quién como tú,» «Ay amor,» «Luna», «Simplemente amigos», y «Aquí estoy»,

Con la gira «Por Amor a Ustedes». Ana Gabriel continúa mostrando su talento como intérprete de múltiples estilos musicales, incluyendo mariachi, ranchero,

baladas románticas y pop.

Como lo viene haciendo desde hace diez años, #ExperienciasAval, la plataforma de entretenimiento de los Bancos Aval (Bogotá, Occidente, Popular y Av Villas) y dale!, anuncia la venta exclusiva para sus

clientes los días 2 y 3 de agosto desde las 9:00 am. La venta general iniciará el 4 de agosto con todos los métodos de pago, desde las 9:00 am.

Este será sin duda, un evento que marcará el reencuentro del público con los escenarios durante el 2022, gracias al compromiso de #ExperienciasAval con el sector, que ha logrado consolidar al país como una de las principales plazas para los artistas internacionales y un epicentro de entretenimiento y cultura de América Latina.

«Luego de casi dos años de aplazamientos y cancelaciones, vemos con optimismo este decidido retorno gracias al trabajo articulado con promotores, artistas y por supuesto públicos de todas las edades, que esperaban con ansias el regreso de las #ExperienciasAval» afirma José Manuel Ayerbe, Vicepresidente de Mercadeo Corporativo de Grupo Aval.

Ana Gabriel en concierto llega a Colombia de la mano de CMN Events el líder en entretenimiento latino en vivo.



El insomnio:

¿UN VERDUGO O UN MAESTRO?

Yadira
Castillo Meneses

Hablar de nuestras vulnerabilidades no siempre es fácil. Vivimos en una sociedad que nos exige ser auto contenidos para encajar en ciertos estereotipos o estándares de lo que nos define como personas exitosas o ejemplos a seguir. A riesgo de salirme de ese marco, creo que llegó el momento de hablar de la batalla que he librado conmigo misma y que hoy me abre la puerta para vivir desde mi interior con libertad y tranquilidad. Es una batalla contra el insomnio que para mí encontró muchas respuestas a través de la hipnosis y que hoy la comparto porque quizás pueda contribuir a mejorar la calidad de vida de alguien que esté en búsqueda de soluciones.

Por varios años sufrí de un desorden de sueño que me acompañaba a donde estuviere y sin importar las circunstancias. En general, siempre lo atribuí a las cargas de estrés, que es lo que todos hacemos por descarte. Sin embargo, desde octubre del 2021 el insomnio se volvió crónico, podía pasar dos o tres días sin dormir nada y no sentía que mi cuerpo entrara en un fase de agotamiento que me exigiera ir a una cama. Por el contrario, me impresionaba la energía con la que podía enfrentar el día a día, al tiempo que me agobiaba la idea de no poder apagar mi cerebro. En la cuarta noche podía dormir tres o cuatro horas y



Somnolencia es una actitud exagerada para el sueño. Es un estado en el que ocurre una fuerte necesidad de dormir o en el que se duerme durante periodos prolongados.

eso parecía ser suficiente para seguir. Era claro que algo estaba pasando, en mi desorden de sueño de tiempo atrás lo normal era no dormir bien una noche, máximo dos, pero en todo caso sabía que a la segunda o tercera noche podría entrar en un sueño profundo o por lo menos recargar baterías. De igual manera, era un insomnio que me abandonaba por periodos, pero esta vez ya no fue así.

Así, empecé con mi batalla frontal contra el insomnio. Para ese momento tenía claro que no quería hacer uso solamente de la medicina convencional para mitigar o recuperar la arquitectura del ciclo circadiano. Algo en mí me decía que había llegado el momento de buscar respuestas de fondo a esta situación. Ya estaba

cansada de vivir en una montaña rusa. Las señales fueron llegando y las personas también. En ese viaje que emprendí tuve la fortuna de conocer muchos seres de luz que iluminaron y siguen iluminando mi camino de una manera sabia.

Mi batalla por el insomnio me ha llevado a un proceso de crecimiento personal y espiritual en el que he aprendido que mucho de lo que me llega contribuye a que todas las piezas del engranaje funcionen armónicamente. De esa manera, una señal llegó indicándome que debía asesorarme de Gloria H, una excelente psicóloga transpersonal que había conocido hacía algún tiempo. Paralelo con ello, visité de nuevo a mi médico acupunturista, pero las cosas no cambiaban. Para

octubre de 2021 ya había hecho uso del cannabis medicinal, pero me volví resistente.

Es decir, después de unas semanas en las que sentía un cierto alivio, de repente ya no lo graba dormir por lo que cada vez sería necesario aumentar la dosis. Preferí suspender el cannabis y pasé a la medicina biológica, así que empecé con la melatonina Ortho molecular, unos comprimidos biológicos, sueros y unas bebidas naturales, pero nada de eso funcionaba para mí. Como se llegaba la época de navidad supuse que mis altos niveles de estrés eran los que me tenían presa de mis malas noches, pensando en ello viajé a la casa de mis padres y luego al exterior con la idea de desconectarme, pero tampoco

fue así, por el contrario, recuerdo que llegué a tomarme 30 gramos de melatonina y tampoco funcionaba para mí.

Cuando regrese en enero, consulté de inmediato al neurólogo y, como era de esperarse, me medicó, pero me ordenó unas terapias para estimular el nervio vago, además de revisar niveles de cortisol y pedirme una resonancia de cerebro. Recuerdo que en la mitad de las terapias pude dormir bien dos noches, pero de resto, ni la medicina ni la terapia combinadas funcionaban para mí.

Ya sin resultados óptimos, mi psicóloga me recomendó buscar una experta en decodificación biológica, tuve una sesión fantástica para mi vida, pero mi intuición me seguía diciendo que ne-



«Confieso nunca antes haber experimentado tal nivel de dolor en ciertos puntos de mi cuerpo, sin embargo el sueño no mejoraba, en todo caso sentir que estaba despejando mis campos energéticos y liberando ciertos nudos donde las emociones confluyen me parecía bastante».

cesitaba algo más fuerte. Para mitigar los impactos adversos que te causa la falta de sueño reparador, decidí buscar una terapeuta experta en masajes bajo una técnica japonesa.

Confieso nunca antes haber experimentado tal nivel de dolor en ciertos puntos de mi cuerpo, sin embargo el sueño no mejoraba, en todo caso sentir que estaba despejando mis campos energéticos y liberando ciertos nudos donde las emociones confluyen me parecía bastante. En una de las sesiones mi psicóloga indicó que ella creía que yo era una paciente ideal para una regresión, fue entonces cuando me comunicó con el médico Calixto Herrera, un especialista en inmunología y experto en regresiones. De entrada, me dijo que necesitaría aproximadamente cinco sesiones,

pero que se consideraba optimista. ¿Por qué cinco sesiones y no menos? Según el doctor, el insomnio ya había tomado ventaja, de manera que no tenía sentido entrar en el subconsciente e implantar una técnica si antes no se ponía la casa en orden.

En la prehipnosis el médico me dejó claro que no perdería mi estado de consciencia, pues lo que experimentaría era un estado de alta sugestionabilidad, lo cual me hacía pensar que no perdería mi sentido de la orientación, por ejemplo. Durante la primera sesión intentas bajar la guardia y aprendes paso a paso las técnicas para comunicarte con tu subconsciente, aprendes además a identificar y reconocer la energía que está dentro de ti y la que te rodea. Luego, es posible que identifiques energías de

baja vibración que crean bloqueos energéticos.

Una vez esas energías son conducidas a su lugar de origen, el camino se despeja para conectarse con más facilidad con tu subconsciente. En las siguientes sesiones me conecté con algunos momentos cruciales de mi vida y finalmente pude, literalmente, entrevistar-me con el insomnio. De hecho, logré preguntarle por qué se empeñaba en seguirme, por qué no me abandonaba después de todas mis búsquedas. Su respuesta fue contundente, el insomnio quería protegerme de seguir un camino que no responde a lo que realmente soy, quería mostrarme que necesitaba sanar mi pasado y soltar para vivir en libertad y poder fluir, traer paz y armonía a mi vida.

Ahora, puedo entender que el insomnio puede

ser tu mejor maestro, no necesariamente tu peor verdugo. Con las regresiones logré conectarme con mi subconsciente y entender que el insomnio no solo está asociado a los niveles de estrés que nos causa nuestro día a día, más allá de eso responde a la manera cómo procesamos nuestras emociones. En otras palabras, responde a la manera cómo reprimimos nuestros sentimientos y los llevamos con nosotros sin elaborarlos.

Es una respuesta a la mala costumbre de cargar con falsas creencias o con emociones distorsionadas por esos erróneos pensamientos que asumimos como verdaderos desde que somos niños, jóvenes o desde que vivimos un momento traumático en nuestra vida. Lo mejor de todo es que, nos hacemos adultos en buena par-

te influenciados por lo que esas falsas creencias acompañadas de emociones (rabia, miedo, impotencia, rechazo, abandono, sensación de insuficiencia, etc) dicen de nosotros, a partir de ellos perfilamos nuestra identidad o mejor nos definimos.

Ahora, entiendo que el insomnio convierte nuestras noches en una cárcel, nos volvemos presa de nuestra principal carencia, que es la falta de sueño o una vigilia que se hace agotadora. Eso que no tenemos fue para mí una clara sensación de ausencia de libertad. Así pues, con las regresiones logré entender que estaba presa de un montón de emociones acumuladas desde años atrás y que ellas resonaban con mi realidad profesional-laboral, personal y espiritual.

El insomnio se hizo crónico porque llegó al punto de no retorno, es decir, cuando ya hay que darle un giro radical a las cosas y eso era lo que me estaba pidiendo mi subconsciente a través de lo que mi cuerpo manifestaba. Entendí, entonces, que todos venimos con una luz propia pero que por vivir en inconsciencia de alguna manera esa luz se apaga o nuestra magia se invisibiliza, entendí que necesitamos vivir en consciencia para escoger si vivimos presos o no de nuestras falsas creencias.

Con lo anterior no quiero demeritar la medicina convencional, siempre será valiosísima, tan solo quiero significar que hay ocasiones en que nuestras vidas nos piden algo más que no necesariamente está apegado a un método científico.

Decían:

ES UNA SIMPLE COLILLA

Guillermo
Romero Salamanca

Doña Yaneth, una operaria del aseo de un centro comercial tiene, entre sus encargos recoger cientos de colillas de cigarrillos que los fumadores arrojan a las aceras, plantas, pisos y en lugares insospechados como ventanas, baños o lavamanos. Ella detesta esa operación diaria. Debe, muchas veces, arrodillarse para hacer la tarea porque los desperdicios de los aspiradores de humo son incontables.

Como si fuera poco en ventanas, puertas, pasamanos, paredes, postes y árboles los consumidores de gomas de mascar dejan pegadas con sus babas los residuos.

Vasos por acá, servilletas, bolsas, botellas de gaseosas y licor debe recoger pacientemente de los parques y bancas de los parques aledaños al Multicentro. Bolsas negras, verdes, blancas y de otros colores doña Yaneth va llevando al basurero.

Luego, con paciencia, debe limpiar pisos, ascensores, escaleras eléctricas para recoger los desperdicios que dejan los visitantes.

Los lunes crece el trabajo. Deben sacar al camión las 5 toneladas con desperdicios de alimentos. Los comensales que visitan los restaurantes dejan papas, arroz, trozos de carne o de pollo, verduras y residuos de



Cada colilla puede contaminar entre 8 y 10 litros de agua del mar y hasta 50 litros si se trata de agua dulce.

ajiacos. Vasos con jugos o bebidas azucaradas complementan el triste espectáculo. Luego de la salida de los cajones debe lavarlos con cientos de libros de agua pura, empleando, además, detergentes y otros químicos para volver a la limpieza. Ella debe usar guantes y caretas para realizar la tarea.

A los visitantes poco les importa que el lugar esté limpio. Es más, pisan, por donde están lavando o está recién pasado el traperero. Es la lucha entre el aseo y los ciudadanos: una por limpiar y otras mil por causar desaseo y desorden.

«Es una simple colilla», decía un fumador. Las calles de las ciudades se llenan de «pequeñas» basuras.

MILES DE TONELADAS DE BASURA A LA CALLE

En Bogotá, la Unidad Administrativa Especial de Servicios Públicos -UAESP—se encarga de la recolección, barrido y limpieza de Bogotá. Entre enero y septiembre del 2021 recogieron alrededor de 60 mil toneladas de residuos en las calles a través del barrido.

Durante los primeros ocho meses del año en unos 500.000 kilómetros

barridos de forma manual y 600.000 kilómetros con barrido mecánico, la empresa de Acueducto y Alcantarillado de la ciudad extrajo más de 110 mil toneladas de basuras del sistema de drenaje.

HOGARES CON HAMBRE, PERO CRECE EL DESPERDICIO

Con una oferta nacional disponible de alimentos de 28,5 millones de toneladas, en Colombia se pierden y se desperdician un total de 9,76 millones de toneladas, lo cual equivale al 34% del total. En otras palabras, por cada 3 toneladas de producción se pierde o

se desperdicia una tonelada.

Y la ola del derroche alimentario sigue en aumento. La periodista Mónica Mena Roa encontró que el desperdicio de alimentos en el mundo se está convirtiendo en un problema de peso. En concreto, de casi mil millones de toneladas.

«Y es que, según el Índice de desperdicio de alimentos 2021, publicado por el Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente (PNUMA), en el mundo se desperdician 931 millones de toneladas de alimentos cada año (el



Las colillas de cigarro: el mayor contaminante de los océanos.

17% del total de alimentos disponibles para los consumidores), de los cuales 569 millones proceden de los hogares. La cantidad restante se atribuye a los restaurantes y otros servicios de alimentación (244 millones de toneladas) y al comercio minorista (118 millones de toneladas). A nivel mundial, per cápita, cada año se desperdician 121 kilogramos de alimentos a nivel del consumidor, y 74 de esos kilogramos se desperdician en los hogares», dijo la periodista.

TODO PUEDE COMENZAR DESDE EL HOGAR

«Un hogar medio de la India desecha 50 kg de alimentos al año, mientras que en Estados Unidos esa cifra se eleva a 59 kg. A pesar de parecer que el nivel de desperdicio total de alimentos es relativamente bajo en comparación con otros países, con 2,6 millones de toneladas al año, el

índice muestra que Australia tiene un alto nivel de desperdicio per cápita, con 102 kg por hogar al año. En comparación, se calcula que los residuos domésticos de Rusia ascienden a 4,9 millones de toneladas al año y que los residuos per cápita sólo alcanzan los 33 kg», dijo Mena en su informe. Cada persona es una empresa, ahora la inquietud siguiente está en formular la pregunta clave: «¿Es Socialmente responsable?».

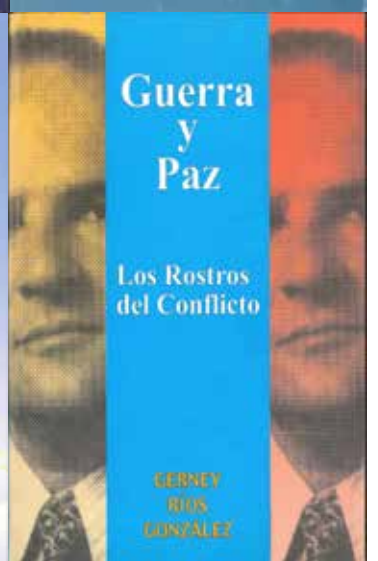
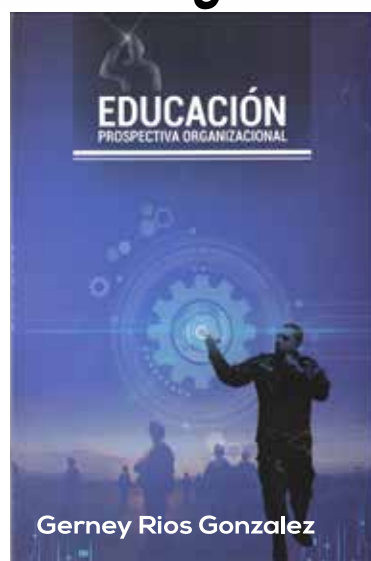
Todo puede comenzar con una pequeña servilleta, un volante de publicidad, un vaso de agua, una colilla o un pedazo de goma de mascar, pero el resultado será el mismo: cada día el planeta deteriora su vida y con angustia solicita un cambio de mentalidad.

«No hay derecho a ser tan mugres con el planeta», comentó doña Yareth.

Libros de Gerney Ríos González

“EL ESCRITOR GERNEY RÍOS GONZÁLEZ ES EDUCADOR POR NATURALEZA Y VOCACIÓN. LUSTROS AL INTERIOR DE LOS CLAUSTROS UNIVERSITARIOS. PERTENECE A LA EXCLUSIVA COSECHA DE LOS ESTUDIOSOS. HA RECIBIDO DISTINCIONES DE ORGANISMOS MUNDIALES POR LA PAZ, PROMOCIÓN DE LOS DERECHOS HUMANOS Y ECOLOGÍA”

FERNANDO CARDESA GARCIA
Embajador Jefe De La Misión Europea



E-mail. riosgonzalezgerney@gmail.com

Lobo Gris lanza:

‘QUEMARLO TODO’

Lobo Gris es el proyecto musical del artista peruano Gustavo de la Torre Casal, quien fundó esta propuesta para darle rienda suelta a sus ideas y creaciones. Durante el encierro de la pandemia, retomó de lleno el proyecto con un nuevo sonido y un mensaje político claro, hablar a través de sus canciones de cambios sociales. Así nació ‘Último Recurso’, un disco de 14 canciones que aborda temas importantes para la realidad actual de su país. La intención de su propuesta musical es generar conciencia de modo libre. Lobo Gris no está pendiente de las tendencias musicales del momento, al contrario, acude a sus raíces e influencias para construir canciones coherentes y consecuentes. Es fiel creyente de la colaboración y del crecimiento de la escena musical alternativa de modo colectivo. «Con mis canciones envío mensajes de poder vivir en un mundo mejor. Vivimos en un sistema que nos aplasta y todo prima en «la economía de mercado» en lugar de los derechos humanos. Necesitamos estados que cubran salud, alimentación, educación y vivienda para, sobre eso, poder construir un mundo con igualdad de oportunidades para todos», comenta. ‘Que-



Lobo Gris

marlo Todo’ es el nuevo lanzamiento de Lobo Gris, es una canción de denuncia y resistencia que habla del hartazgo del pueblo peruano con el Congreso (poder legislativo) y de las injusticias y el abuso de poder de las fuerzas políticas. Tiene una sonoridad de elementos acústicos y electró-

nicos, acompañado de samples de frases reales de los congresistas que confirman lo podridos que están. Es una canción perfecta para escuchar cuando tengas ganas de gritar al cielo que estás harto. «Cada día de este último año de gestión, el gobierno se ha encargado de quitarnos de-

rechos fundamentales en temas de educación superior universitaria, educación sexual integral, e incluso, pretender llegar a penalizar el aborto en casos de violación. Han deshonrado las muertes de jóvenes como Inti y Bryan en las protestas contra el ilegítimo presidente Manuel Merino

el 14 de noviembre del 2020, exculpando a los asesinos y cubriendo a la policía. No aguantamos más a esa gente que no representa al pueblo, sino a sus propios intereses y en llenar sus bolsillos a punta de corrupción política», enfatiza Lobo Gris.

EL FANTASMA



Blanca Padilla

elfantasmaprimicia@gmail.com

Shakira en un comunicado, afirma que ha optado por «dejar el tema en manos de la ley, con la tranquilidad y la confianza de que la justicia le dará la razón».

su país y algunos de sus sencillos empezaron a sonar internacionalmente.

Colombiamoda 2022: Una feria sin precedentes. En esta versión de la feria han participado mujeres ex combatientes y ex convictos. La feria se tomó Medellín, se cerró el puente de la 4 sur para llevar a cabo el desfile donde predominaron los fucsias, azules eléctricos, hoodies y pantalones cargo.

La cantante colombiana Karol G triunfó en los Premios Juventud 2022 con nueve galardones, entre ellos Álbum del Año, por «Kg0516», dominando por segunda vez, en menos de un mes, unas premiaciones en San Juan dedicadas a la música latina.

Demarco Flamenco es un español que siempre soñó con la música, inició grabando covers y canciones de su autoría y las compartía a través de su canal de Youtube.

La otra cita en la que Karol G arrasó, también con nueve reconocimientos, fue la tercera edición de los Premios Tu Música Urbano el 23 de junio pasado, que tuvo lugar en el mismo Coliseo de Puerto Rico en el que entregaron los Premios Juventud 2022.

Sin embargo, en 2017 se le cumplió el sueño de grabar un disco con Warner Music, lo que le dio reconocimiento en

Con un divertido vídeo la espectacular actriz y cantante Aura Cristina Geithner pidió a los hombres mayores que dejen de buscar niñas.

PRIMICIA

en

[@primiciadiario](https://www.tiktok.com/@primiciadiario)

La Luna de América:

ANA GABRIEL EN BOGOTÁ

Lobo Gris lanza:

'QUEMARLO TODO'



PRIMICIA

DIARIO

VIERNES

29

AÑO 4 - EDICIÓN 1251 • ISSN: 2323-0606 • BOGOTÁ - COLOMBIA JULIO DE 2022

Final Copa América femenina :

COLOMBIA CONTRA BRASIL



El estadio Alfonso López Pumarejo, será el escenario donde se defina el equipo campeón de la Copa América femenina 2022 . El equipo Colombiano , subcampeón en 2010 y 2014, intentará dar el golpe en su casa contra la Canarinha que se consagró campeona en siete de las ocho ediciones. El juego se cumplirá en Bucaramanga 7 de la noche de este sábado 30 de julio.

El insomnio:

**¿UN VERDUGO O
UN MAESTRO?**

Decían:

**ES UNA SIMPLE
COLILLA**

WWW.PRIMICIADIARIO.COM