


aprender para crecer  
M A G A Z I N E  
Sacramento, Galt, Stockton & Lodi

# H O P E

2011

A stylized green tree icon with a black outline, positioned between the numbers '1' and '1' of the year '2011'.

Nietzsche

College  
Benefits of Having  
a College Education

10 Tips  
Identity Theft

JAN 11  
**GRATIS**  
Revista bilingüe  
Non Profit

Vol. 003



## Los autos indestructibles sólo existen en las películas.

A la hora de elegir un seguro para tu auto, la mejor opción es el seguro que te da más. Farmers® te brinda más descuentos, más opciones y más tranquilidad. Además, Farmers cuenta con agentes muy profesionales, dispuestos a servirte en todo momento, porque lo más importante para ellos es tu tranquilidad. Llama ya.



**Daryl E Pao**  
916-646-9999  
<http://www.farmersagent.com/dpao>  
4600 Northgate Blvd Ste 215  
Sacramento, CA 95834  
License #0F83438



**FARMERS**  
Tranquilidad asegurada®

La póliza (y prospecto, si es aplicable) está disponible solamente en inglés y es la versión oficial.

Aprender para  
CRECER

# ACM JAN 2011

## EDITORIAL

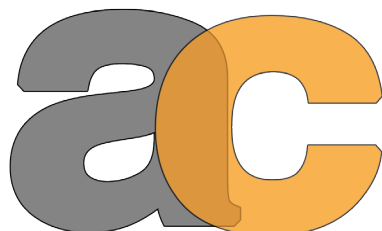
Estimado Lector:

Antes que nada le queremos desear lo mejor para este nuevo año que inicia a usted y a toda su familia. Cada año nuevo es el principio de nuevas metas, nuevas ilusiones y nuevos retos. Aprender para Crecer Magazine es una publicación que nació con mucha ilusión y ganas de ayudar a los jóvenes interesados en continuar sus estudios. El 2010 fue el año en el que nació la revista; pero el 2011 es el año en el que la revista se quiere posicionar.

Nuestros objetivos siguen claros y mas fuertes que nunca; los cuales son ofrecer una revista de calidad y tener artículos con contenidos serios y entretenidos. Siempre buscaremos tener los mejores diseños; para nosotros es importante que la revista tenga una buena presencia. No estamos buscando nuestro beneficio personal sino ayudar a nuestra comunidad con cada edición. En el 2011 queremos posicionarnos en la mente de nuestros lectores como una revista de calidad que siempre busca darles lo mejor; no solo con el contenido informático sino con el contenido visual.

El staff de Aprender para Crecer y sus colaboradores les desean un buen y prospero 2011.

**Directora Ejecutiva**  
**Susan López**



aprender para crecer  
MAGAZINE  
Sacramento, Galt, Stockton & Lodi

Ofrecemos grandes  
oportunidades de  
publicidad (916) 265 8752



www.aprendeacrecermagazine.com



# DVP designs

solutions for your designs problems

[www.dvpstudio.com](http://www.dvpstudio.com)  
(916) 459.5715 (916) 969.4505 (916) 910.3058

# ACMJAN2011

## CONTENIDO



**COLLEGE:**

Benefits of Having College Education.....pg06

**ARTICULO:**

Verdadera historia de los Reyes Magos..pg10

**10 Tips:**

Identity Theft Protection.....pg13

**ARTICULO:**

Tatuajes.....pg15

**NUTRICION:**

Yogurt.....pg18

**BIOGRAFIA:**

Nietzsche.....pg21

**FASHION:**

Fashihon.....pg25

**BELLEZA:**

Maquillaje para la mujer ejecutiva.....pg28

**HOROSCOPOS:**

AZTECA.....pg30

## CREDITOS

**Directora Ejecutiva**

Susan López

**Editor**

David Sánchez

Victor Campos

**Ventas**

Janic Vargas

Jesus Anaya

**Diseño Grafico**

dvp DESIGNS

David Sánchez

Victor Campos

Pedro A Sánchez

# COLLEGE



## The Benefits of Having a College Education

Don't let opportunity pass you by

*The benefits of having a college education are manifold and range from financial to cultural. From common benefits to some unexpected surprises, below you will find a number of reasons which will help to serve as justification for a higher education.*

### A Few Unexpected Benefits of a College Education

For many high school students, it is hard to imagine what the long term benefits of a college education might be. College is intimidating, the work seems daunting, and meeting all new people seems overwhelming.

What if I don't make any new friends? What if I am having trouble adjusting to dorm life. What if the work is too difficult? However, what most young people do not realize is that the majority of freshmen experiences the same fears.

As a high school student, you value your friends, and parting from those friends may be difficult to think about. The good news, though, is that when you arrive at college, there is a high likelihood that you will find others with similar interests, values and even senses of humor. Additionally, you may find yourself developing new interests by becoming acquainted with those who have completely different life experiences than you.



Often when people find themselves realizing the benefits of a college education, they look back to a time when they first met lifelong friends. In college, your most important task is to learn and begin to take charge of your life by making your own choices. In fact, what you are expected to do is more than likely exactly what you would like to do: learn more about intriguing subjects and spend lots of time with your friends. What better justification for a higher education do you need? One of the key benefits of a college education is the bonds which are created and developed during this unique time in a person's life.

An opportunity to get to know your professors can also be counted as one of the benefits of having a college education. These intellectuals can be counted on to welcome questions and discussion from students. Indeed, they would not be there if passing on knowledge wasn't a passion for them.

Many high school students are too young to understand fully that an equally important aspect of the college experience is making connections. Making connections means simply creating relationships with people who are further along in their careers than you. Your professors in college enjoy playing this role and are happy to help you with your journey after college.

When it comes time to search for a job and take advantage of the benefits of a higher education, you can call on those in the network you've built in order to make this process much easier. One of the benefits of having

a college education is creating a strong connection with instructors to give yourself an advantage when beginning the job-seeking process.

Another one of the many benefits of a college education is meeting others from distant places with diverse backgrounds. Gaining the awareness that proximity to diversity affords is another justification for a higher education. Making the acquaintance of people with diverse histories gives you a broader world view, cultural understanding, and sophistication. At college, you'll surround yourself with people who can share a multitude of backgrounds, cultures and experiences.

### **Employment Benefits of a College Education**

Before entering the workplace, it is a good idea to take advantage of this opportunity for social growth and learning, along with other young people who are doing the same. The fact that you'll be building a career for the rest of your life is reason enough to make time for a college education, in every sense of the word. Indeed, a clear benefit of a college education is that not only will it give you time to better know your likes and dislikes before entering the labor force, it will also enhance the likelihood of a more lucrative career for you.



When you spend as much time as you're likely going to in building a career, it's important that you choose something you enjoy and can perform well. If you make yourself aware of your choices by learning about each of your many options, you will increase your chances of being more satisfied with your career later in life.

Many young people are uncertain about a career path at the start of college. This is a time of exploration, and taking the time to explore a variety of college majors is time well spent. If you explore a major that appeals to you, the payoff will be much larger than without an education. The more formal education you have, the more confident you'll be. As a new graduate, when you go out into the world to places far and wide, those in hiring positions will base an opinion of you largely on your college education. Even though you're aware of your stellar personality, they're not. If the education on your resumé looks impressive, they are more apt to see you as a hard working, competent young person.

### **Decreased Debt - Justification for Higher Education**

In any event, justification for higher education could be that it's the best way to delay having to get a job! After prolonging your career search while obtaining a valuable college education, you will find that your career choices will likely be much more substantial with your degree. And while a larger salary is not a guarantee, unless you already have a promising career at 18, you drastically increase your earning potential if you attend college.

Thankfully, with the advent of the Internet, it's now easier than ever to find different ways to pay for college. Taking advantage of these scholarship and grant opportunities can decrease the necessity for a loan to finance your education in the first place.

# CARNICERIA LOPEZ



**Lopez I**  
**5550 Franklin Blvd. #100**  
**Sacramento, CA 95820**  
**916.455.4670**  
**FAX: 916.455.4114**



**Lopez II**  
**6201 Franklin Blvd.**  
**Sacramento, CA 95820**  
**916.393.5957**  
**FAX: 916.393.5923**



# MONARCAS

SALON DE BELLEZAS



- Alaciados
- Depilaciones
- Tintes
- Peinados
- Extenciones
- Manicure
- Permanentes
- Decoloraciones
- Maquillaje
- Uñas Acrilicas
- Retoques
- Correccion de color
- Faciales
- Corte de Pelo
- Rayitos

5385 Franklin Blvd. #F  
Sacramento, CA 95820  
916.451.5161

5940 Florin Rd. #101  
Sacramento, CA 95823  
916.393.9351

# La verdadera Historia de los Reyes Magos

Rafael Tonatiuh



Juanito miraba a través de la ventana sin comprender la sonrisa que –aquel seis de enero- formaba la luna. Esperaba desde hacia mucho rato, pero su paciencia tendría su recompensa: la fama. En la escuela había escuchado los relatos de varios niños, pero el superaría a todos.

Un ruido en la planta baja indico el fin de la espera. Habían llegado. Se retiro de la ventana y camino “de puntitas” hacia la recámara de sus papas. Cuidadosamente, colocó una silla junto al ropero, subió en ella y alcanzo el estuche fotográfico. Sonrió ante la posibilidad -cada vez mas tangible- de realizar una proeza. Bajo sigilosamente la escalera y sus ojos se maravillaron ante el espectáculo: tres hombres ataviados con majestuosos ropajes, colocaban regalos junto a sus zapatitos.

-¡Así los quería agarrar!

-Grito encañonándolos con la cuarenta y cinco que su papa guardaba en el estuche fotográfico.

-¡Oh, un niño!- Dijo Melchor.

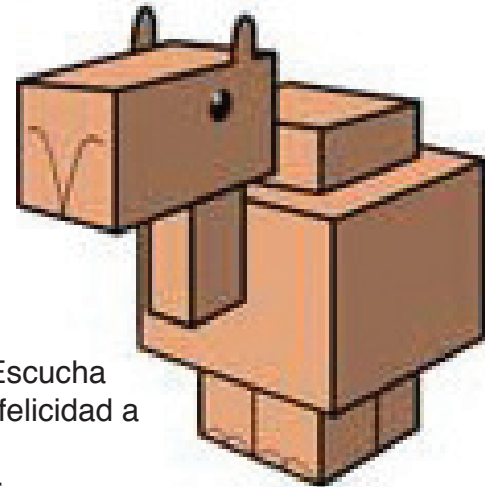
-¿Que haces despierto a estas horas?-

Pregunto Gaspar.-Te vale madres- Respondió Juanito.

-¡Pongan las manos donde las pueda ver!-

Baltazar avanzo algunos pasos hablando con voz dulce. -Escucha pequeño, somos los tres reyes magos y venimos a a traer felicidad a todos los niños buenos del mundo-

Juanito corto cartucho. -Un paso mas y te reviento barbon-



Baltazar se detuvo en seco y levanto las manos. Sus compañeros hicieron lo mismo.

-¡Ponganse contra la pared abriendo las piernas!

-Pe pero...- Balbuceo Gaspar.

-No hay pero que valga- Interrumpió Juanito -"Ay si, Chamoch los reyesitos y menimos a traer felicida a todos los niñitos muenos" ¿Acaso crees que me chupo el dedo? ¡Ustedes son los rateros que andan saqueando las casas de la colonia disfrados de Reyes Magos y yo soy el héroe que pondrá fin a sus echarías! Los Reyes Magos se colocaron frente la pared y Juanito los cateo.

-Sabemos que eres un niño bueno- dijo Melchor- Y no nos quieres hacer daño- Juanito lo golpeo con la cachá de la pistola, tirándole su corona.

-Basta de juegos- Levanto la corona y se la puso en la cabeza- Esta corona nos la robaste se la gano mi mama cuando fue señorita Jalisco.



-Estas equivocado amiguito.  
-Amiguitos los aguacates y no se llevan. Gaspar le hizo un guiño a su camello que se había asomado por la ventana; y una bala perforo el cráneo del Rey Mago.  
Bonito truco, pero conmigo no funciona.

-¡Eres un niño malo... MALO! -Grito Baltazar y otra bala lo silencio para siempre.

Una lágrima resbalo por la mejilla de Melchor. Juanito le acaricio la Sien con el agujero humeante de su 45.

-¿Por que lloras? No mas era un Rey de dulce.  
-Piedad... Piedad...

-¿Acaso tubieron piedad de mi amigo Carlitos cuando se de-sangraba en el piso? no conformaron con robarlos, mataron a la familia.

-No fuimos nosotros ellos eran impostores. Nosotros somos los verdaderos Reyes Magos.

-¿Por que no abres tus regalos?

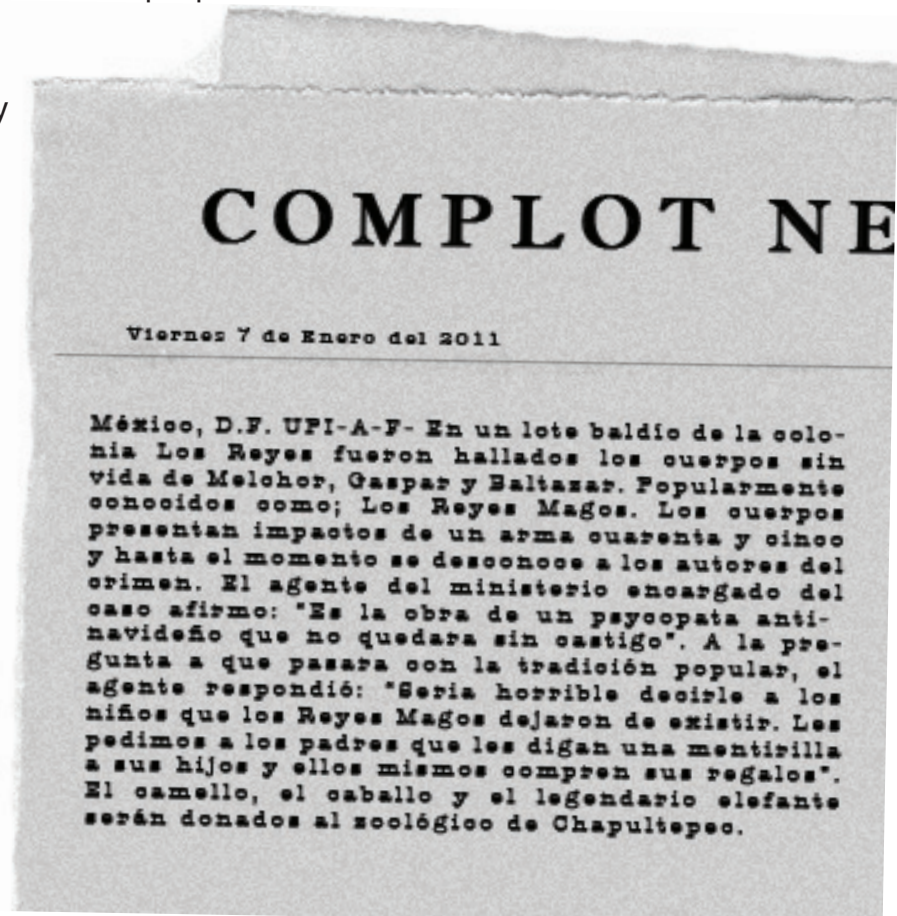
-Insistio Melchor-, ¿Quien mas sabría lo que pedistes no los mismos Reyes Magos?

Jaunito miro hacia los regalos y medito por unos segundos.

-Esta bien pero no mas trucos.  
Ya sabes que esto perfora.

sin dejar de apuntale en medio de los ojos, abrió un paquete y saco un Caballero del Zodiaco. Melchor sudaba, temblaba y rezaba. Juanito sonrió, dejo de apuntar y abrazo su juguete. Melchor dio un gran suspiro.

-El problema es que yo pedí a Leo, no a Libra. Una ultima detonación se hizo estallar.



**24 SERVICE**

**ACT FAST BAIL BONDS**

**916681-BOND**

2663

*Fastest in the Greater Sacramento Area*

**www.MONTEZBAILBONDS.com**

**Act Fast Bail Bonds**  
 5407 Florin Road  
 916-681-2663

Servicios:  
 Informacion Gratis de Fianzas, Servicios de Orden Gratuitos, Confidencial, Servicios Statales/Nacionales  
 Especializados en Violencia Domestica, Contiene 1275, Casos de Delitos Inusuales  
 Rapidos en la Gran Area de Sacramento

**NUEVA IMAGEN  
 BEAUTY SALON**

2330 Northgate Blvd. ste 100 Sacramento, CA 95833  
 916.923.2043 (con Claudio Reyes)

maquillaje      alaciados      permanentes  
 color              rayos              extensiones  
 peinados        cortes              depilacion

**Especial de Diciembre  
 20%off en tintes**

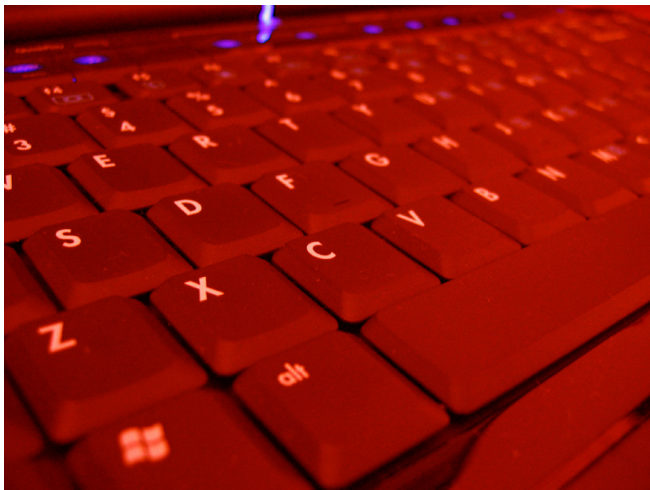
**Pregunte por el especial  
 de Bodas y XV años**

# 10 Tips / Identity Theft for College Students

With the tens of thousands of college students heading back to campus, identity thieves are chomping at the bit. They know that people who are relatively new to the world of credit are often the most vulnerable. In fact, according to Javelin Research, young adults who are between 18 and 24 on average take 132 days to discover identity theft has happened to them. Imagine what an identity thief can do with that kind of window.

If you're in school, take the following identity theft tips to heart. If you know someone else who is, be sure to pass them on.

1. Lock your doors! The transient nature of college life means people are coming and going and thievery is more likely to happen. Just because you may come from a small town and do not lock your doors, that doesn't make it OK at school.
2. Limit the amount of information you give out. While you may have to give out certain private data, refuse whenever possible.
3. Shred everything! Old bank statements, credit card statements, credit card offers and other account number bearing documents need to be shredded when no longer needed.
4. Lock down your PCs. Make sure your Internet security software is up-to-date. Install spyware removal software. Lock down your wireless connection. Use strong passwords that include upper and lowercase letters as well as numbers. And never share passwords.
5. Secure your signature. Use Uni-Ball gel pens to write rent checks and sign documents. They cost as little as \$2 and contain Uni "Super Ink," which is specially formulated to reduce document fraud and check washing, a popular form of identity theft.
6. Be alert for online scams. Never respond to emails or text messages that are purportedly coming from your bank. Always log into your bank account manually via your favorites menu.
7. Invest in Identity theft protection and prevention services. Not all forms of identity theft can be prevented, but identity theft protection services can dramatically reduce your risk.
8. People in college are often trying to buy cars or rent apartments but have trouble due to lack of credit. Never cosign on anything with a person that you don't trust, or better yet, never cosign on anything.
9. Don't leave sensitive documents sitting out in a dorm room, especially if you don't know your roommate well and you have no idea who will be stopping in. If you must, lock them up in a safe. If you have old documents you don't need any more, shred them and then throw them away.
10. Be wary of campus mail. Lots of people pass through the college's post office, including workers, student interns and others. This makes it not the most secure place to put bank statements and bills. Instead, take them to the post office and have them sent to a more secure address, like a parent's home, if possible.



If you've never had your identity or credit card stolen in the past, let me assure you it can drain a lot of your time and money trying to get the situation straightened out.

# TATUAJE

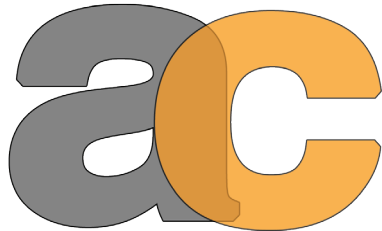
Escrito por Pascual

Si estás pensando realizarte un tatuaje debes de pensar bien antes donde hacertelo y cual diseño elegir, repito, elegir un buen diseño de tatuaje porque si cometes el error de elegir un diseño horrible o que parezca un dibujo de un niño de 3 años te vas a arrepentir toda la vida porque para borrar un tatuaje es un proceso muy difícil y costoso. Piénsalo bien antes de elegir el diseño, sabías que los tatuajes más comunes son los de animales, bandas en los brazos, cuerpos celestes estrellas, luna, etc. Nueve de cada diez tatuajes no tienen futuro. Nunca serán capaces de inspirar el respeto que se debe tener y demostrar por el arte de los tatuajes es eso un arte. Muchos de ellos no se dan ni cuenta de que la piel es un órgano, el más grande del cuerpo humano. Desde hace tiempo, muchos estudios tienen un aspecto más médico y profesional, y los artistas se consideran como tales, por lo que sus locales parecen más una galería de arte. Creo que la 'tienda tradicional' siempre tendrá su lugar, pero creo que su popularidad decaerá cuando más gente busque ambientes más estériles y privados donde tatuarse. Los tatuajes son una marca que va más allá del cuerpo. Esta práctica milenaria con connotaciones religiosas y ceremoniales entre culturas y tribus ancestrales, ha sido adoptada por el mundo de la estética y la moda en los últimos 50 años.

Desde hace miles de años los tatuajes han adornado la piel de los hombres y han enviado mensajes a sus semejantes sobre su categoría y linaje, un ejemplo de esto son los tatuajes maories, que lucen los nativos de las islas de Nueva Zelanda quienes adornan sus cuerpos y rostros con intrincadas figuras. Hablando un poco sobre la historia de los tatuajes podemos decir que el origen de la palabra tatuaje en castellano proviene del inglés tattoo que a su vez fue tomado del vocablo de origen samoano "tátau" que significa marcar o golpear dos veces. Fueron marineros ingleses quienes encontraron estos aborígenes samoanos y quedaron fascinados con los diseños en su piel pero equivocadamente tradujeron la palabra "Tátau" como tatuaje. En Japón el nombre para los dibujos hechos con incisiones en la piel es "irezumi" que significa inserción en tinta. Existen algunos tatuajes que se van eliminando con el tiempo, estos se hacen con pigmentos que no penetran en la dermis sino en la epidermis que se renueva constantemente, éstos son los tatuajes temporales. Las razones por las cuales hacerse un tatuaje son muy diversas, pero si hay algo que debes reflexionar antes de hacerte uno es que éste será para toda la vida, que sólo con procedimiento complicado con láser podrá ser eliminado. A veces la moda de la cosmética hace que algo parezca vigente y entonces te lo haces pero luego pasa de moda y ya no te lo puedes quitar. A pesar de que son una elección muy personal, la mayoría elige realizarse motivos universales, como tatuajes de dragones o símbolos orientales. Tatuarse es una elección muy personal, pero también es considerada una práctica arriesgada. Volviendo a tema de los motivos comunes que se realizan, es cierto que los dibujos más buscados se relacionan con seres mitológicos. Tatuaje de hadas, tatuajes tribales, diseños religiosos, símbolos kanji, tatuajes Japoneses. Si decidiste que vas a tener un tatuaje, el siguiente paso es decidir exactamente como será el diseño del tatuaje. Quizás otra razón por la que son tan populares es que realmente puede ser puestos en cualquier parte del cuerpo es tan común ver a la gente con diseños de tatuajes arábigos, tatuajes aztecas, tatuajes brazo, tatuajes calaveras, tatuajes chinos.....en la espalda como lo es en el tobillo, o en cualquier parte del cuerpo. Las personas tienen diferentes razones para elegir cualquier área del cuerpo para los tatuajes. Este tipo de trabajos de diseño para cualquier área del cuerpo solo le da un atractivo mucho más amplio pero, ¿cómo buscar un diseño de tatuaje que vaya con tu forma de ser?. Bueno, si usted es el tipo creativo, usted podría llevar el suyo propio. Cualquier buen tatuador que se precie estará encantado de llevar a cabo el trabajo basado en su propio diseño. Haciéndolo de esta manera, o buscando la ayuda de un amigo más creativo que usted que le dará ideas y será una manera de personalizarlo. Tal vez usted podría incorporar las iniciales de un ser querido o su hijo. Podría darse una vuelta un día a los tatuadores y elegir un diseño de su propia selección. Pero para aquellos que quieren una selección más amplia para elegir, considera consultar al internet. Puedes encontrar tatuajes femeninos, tatuajes góticos, tatuajes hadas, tatuajes indios, tatuajes íntimos, tatuajes letra, tatuajes maorí, tatuajes orientales, tatuajes polinesios ..... Hay un número incontable de sitios web con diseños muy originales.

Aprender para  
 **ACM NOWHIRING**

Proven opportunity in huge market with rapidly expanding company. We are looking for motivated sales people in selected target markets. Sales person will identify, develop and maintain relationships with retail outlets to carry our product. Sales presentation and presenting of contract is required so candidates must be fluent in English (Spanish a plus), present a highly professional image and maintain a customer relationship and database. You must have your own reliable transportation and communications.



aprender para crecer  
M A G A Z I N E  
Sacramento, Galt, Stockton & Lodi

Ofrecemos grandes  
oportunidades de

**empleo (916) 265 8752**



w w w . a p r e n d e a c r e c e r m a g a z i n e . c o m



**dvpdesigns**  
solutions for your designs problems

We are a group of designers  
that come together to  
create individual and high  
quality solutions to solve your  
designs problems for you or  
your business.

Logos  
Business Cards  
Brochures  
Flyers  
Photography  
Diseño de páginas web

<http://dvpstudio.com> (916) 459.5715 (916) 969.4505 (916) 910.3058

# salón de belleza *Mary*



- tintes
- cortes
- rayitos
- peinados
- pestañas
- alaciados
- maquillajes
- uñas en 3D
- extensiones
- tratamientos
- depilaciones

**"Tu Puerta a la Belleza"**

5600 Franklin Blvd.  
Sacramento, CA 95824

**(916)391-6682**

\*en la esquina de Fruitridge

Lunes a Viernes 9am - 7pm | Sabado 10am - 6pm | Domingo 10am - 3pm

©2010 dypDESIGNS. All Rights Reserved.

# EL PUENTE TAQUERIA



**Servicios:** Taquizas A Domicilio | Banquetes Para Fiestas

701 S. Cherokee Lane

Lodi, CA 95240

**209.625.8810**

**Horarios:** Lunes a Jueves 9am - 10pm | Viernes a Domingo 7am - 11pm

Proximamente  
Buffet  
11am - 2pm



# DishLATINO ES TV PENSADA

## PARA TI



**PLAYBOY  
En Español  
GRATIS**

Pregunte  
por  
DishLATINO  
para su  
Negocio



PAQUETES DESDE  
**\$19<sup>99</sup>**  
AL MES  
TODOS LOS MESES

**HD GRATIS  
DE POR VIDA**  
REQUIERE ACUERDO DE 24 MESES Y PAGO AUTOMÁTICO CON FACTURACIÓN ELECTRÓNICA.  
PROGRAMACIÓN HD DISPONIBLE CON PAQUETES SELECTOS

CANALES LOCALES INCLUIDOS EN TODOS LOS PAQUETES DE PROGRAMACIÓN



**DishMÉXICO** CON MÁS DE 60 CANALES **\$19<sup>99</sup>** AL MES TODOS LOS MESES

**DishLATINO Clásico** CON MÁS DE 105 CANALES Includiendo los canales de DishMÉXICO **\$19<sup>99</sup>** AL MES ALTERNATIVAMENTE **PRECIO REGULAR \$29.99**



Cientes suscritos a DishLATINO Clásico deben pedir acceso a los canales de interés público. **Y MUCHOS MÁS**

**DishLATINO Dos** CON MÁS DE 210 CANALES Includiendo los canales de DishLATINO Clásico **\$29<sup>99</sup>** AL MES ALTERNATIVAMENTE **PRECIO REGULAR \$39.99**



**DishLATINO Max** CON MÁS DE 255 CANALES Includiendo los canales de DishLATINO Dos **\$42<sup>99</sup>** AL MES ALTERNATIVAMENTE **PRECIO REGULAR \$52.99**



\*La oferta requiere un acuerdo y pago automático con facturación electrónica. **SAP** = Disponible con Audio en español.

**3 RECEPTORES PARA GRABAR**  
HASTA EN 6 HABITACIONES  
APLICAN \$6.00 AL MES POR SERVICIO DVR

**HBO y SHOWTIME GRATIS**  
POR 3 MESES

**\$10 DE CRÉDITO AUTOMÁTICO**  
POR 12 MESES  
PAQUETES SELECTOS CON CONTRATO

**INSTALACION GRATIS**  
EN 24 HORAS  
CORTESIA DE SATELMAN

LLÁMANOS LOS 7 DIAS DE LA SEMANA  
**¡SUSCRÍBETE ya!**



**1.800.473.3414**  
**1.866.528.4662**



El plan Digital Home Advantage requiere un acuerdo de 24 meses y calificación crediticia. Si el servicio es cancelado antes de la expiración del acuerdo, habrá un cargo de \$1750 por cada mes restante. El cliente recibirá créditos mensuales por los primeros 12 meses. El cargo por HD de \$10/mes no se aplicará mientras que la cuenta esté activa y requiere un acuerdo de 24 meses y pago automático con facturación electrónica. La oferta HBO/Showtime requiere pago automático con facturación electrónica. El cliente recibirá créditos mensuales por los primeros 3 meses (un valor de \$72) y deberá llamar para cancelar el servicio o se le empezará a facturar el precio que corresponda. Debe mantener continua inscripción a pago automático y facturación electrónica. Solamente la instalación profesional estándar es gratuita. El equipo es alquilado y debe ser devuelto a DISH Network al momento de la cancelación de la cuenta o habrá un cargo por dicho(s) equipo(s). Hay un límite de 6 sintonizadores por cuenta; habrá un cargo por cambio de equipo alquilado en el caso de ciertos receptores; pueden aplicar cargos mensuales adicionales dependiendo del tipo y número de receptores. La programación HD requiere un televisor HD. Todos los precios, paquetes y programación están sujetos a cambio sin previo aviso. Los canales locales no están disponibles en todas las áreas. La oferta está sujeta a los términos del acuerdo de este plan y del acuerdo de cliente residencial. Pueden aplicar restricciones adicionales. Solo para clientes suscritos a DISH Network por primera vez. La oferta expira el 31/01/11. HBO®, canales asociados y marcas de servicio son propiedad de Home Box Office, Inc. SHOWTIME y sus marcas asociadas son marcas registradas de Showtime Networks Inc., una compañía de CBS.

# BENEFICIOS Y PROPIEDADES DEL YOGURT

En la naturaleza tenemos a nuestro alcance un alimento que es exquisito, saludable, económico que ayuda adelgazar, que aporta calcio a los huesos, que es de fácil digestión, que beneficia a la flora gastrointestinal, que se puede comer solo, al natural, con cereales, en sopas, ensaladas, guisados, postres, que es útil para la piel, que se puede conseguir todo el año y en todas partes.

Este alimento, casi milagroso, es el yogurt.

De consistencia cremosa se paladea con deleite, su aroma se percibe suave y su agradable frescura llena la cavidad bucal para el placer de quien lo come, este es un alimento con tradición, leyenda y de origen antiguo.

Muchos pueblos de las regiones centrales de Europa conocen sus grandes propiedades nutritivas y es un alimento altamente apreciado, sobre todo por los pueblos nómadas. Este alimento es un alimento vivo, está repleto de microorganismos que son los responsables de sus propiedades tanto alimentarias como medicinales.

Estos organismos vivos que efectúan una increíble función en nuestro cuerpo son llamados lactobacilos. Cuatro de estos se pueden encontrar en el yogurt y son: bulgaricus, casei, acidophilus y bifidus.

Es recomendable consumir cuando menos una vez diariamente una porción de yogurt en su estado natural mezclado con cereales, porque equilibra la flora intestinal.

Recuerde que el yogurt contiene lactobacilos y, al incluirlos en nuestra alimentación renueva la flora intestinal,

ayuda a eliminar gases y por lo tanto, reduce la hinchazón abdominal, estimula las defensas del organismo, ya que los lactobacilos actúan como probióticos (a favor de la vida).

Son microorganismos o bacterias de las buenas, que colonizan rápidamente la flora de los intestinos, formando una barrera natural contra las bacterias nocivas, o sea, las malas.

En muchos padecimientos gastrointestinales se emplean antibióticos (anti vida) de amplio espectro, que destruyen toda forma de vida bacteriana, o sea, terminan con malas y con buenas.

Por eso es recomendable antes, durante y después de un tratamiento con antibióticos incrementar el consumo de yogurt, para favorecer y fortalecer la flora intestinal.

Al estimular las defensas del organismo, se convierte en un eficaz defensor contra los catarros comunes y otras infecciones viricas. Investigaciones científicas recientes, han descubierto que al ejercer acción sobre la flora intestinal mejora el funcionamiento del peristaltismo de los intestinos, evitando el estreñimiento y controlando la diarrea, favoreciendo con ello la correcta eliminación de los residuos del proceso digestivo disminuyendo la incidencia de cáncer de colon.

Algunas de sus Propiedades Se le atribuyen propiedades Para disminuir los niveles de colesterol, en el organismo femenino reduce síntomas del síndrome premenstrual como la hinchazón y el malestar abdominal durante este periodo, ya que se reducen los mecanismos de defensa e incluso también ayuda

a prevenir los síntomas de la cistitis (infección en las vías urinarias, sobre todo en la vejiga) que algunos casos tiene su origen en la migración de gérmenes patógenos del intestino a las vías urinarias.

En pacientes en recuperación Postoperatoria de intervenciones quirúrgicas abdominales, ingerirlo puede ayudar a hacer más rápida la recuperación y mejorar la acción del tratamiento, dado que el yogurt contribuye a la salud del aparato digestivo.

Un vaso de yogurt natural de 250 mls. contiene 250 mgs. de calcio, mas que suficiente para prevenir la osteoporosis y otros problemas óseos. Pero inicie su consumo desde ahora, enséñele a sus hijos y cónyuge la importancia de este magnífico alimento, que es de más fácil digestión que muchos productos lácteos.

Contiene vitamina A y vitaminas del complejo B, además de otros minerales como el fósforo, el yodo, el potasio, el zinc; además sólo aporta por porción de 250 mls. 150 calorías. Por eso es recomendable para las personas con sobrepeso u obesas, en régimen de adelgazamiento; tiene propiedades cosméticas. Una mascarilla de yogurt provee de humedad al rostro, es indicada para todo tipo de piel. En usos gastronómicos tiene mucha aceptación, en sopas, ensaladas, aderezos, platos fuertes, postres, galletas, gelatinas y pasteles.

Parece increíble que esta humilde leche fermentada sea tan benéfica, consúmala diariamente y disfrute de sus beneficios y, usted, consuma yogurt.

# carniceria & mercado La Piedad

**Chorizo fresco \$2.99 lb**

**La Rosa Tostadas \$2.49**

**Veladoras .99**

**Downy \$1.49**

**Fajitas de Pollo \$1.89 lb**

**Costillas de Puerco \$2.19 lb**

**Envios de dinero**  
**Taquizas \* Carnitas \* Chicharrones \* Birria \* Banquetes \* Menudo**  
 9791 Lincoln Village Dr. Ste. C, Sacramento, CA 95827  
 Tel. 916.368.7106 Fax 916.368.7105  
 Open: 8am-8pm/7 days a week

En la compra de \$50.00 dolares de mandado obtendra gratis una tarjeta de telefono de \$2.00 dolares.

©2010 dvpDESIGNS. All Rights Reserved.

# R & J Seafood Distribution

**VENDEMOS AL MAYOREO:**

- Pollo-
- Carne-
- Mariscos-

Servimos restaurantes, carnicerías y caterings.

7324 Folsom Blvd. Suite D  
 Sacramento, CA 95826  
 916.308.2918 | 916.613.3853

Cubrimos el area de: Sacramento, Stockton, Woodland y Colusa

©2010 dvpDESIGNS. All Rights Reserved.

# TITO'S

## TOWING



Recogemos autos de propiedades privadas

3121 23rd. Avenue  
Sacramento, CA 95820  
916.248.2771  
916.739.1983  
24Hrs



Recogemos yonkes

©2010 dvpDESIGNS. All Rights Reserved.

# SHOELOVERS



## VENTA DE ZAPATOS, BOLSAS Y ACCESORIOS

7660 STOCKTON BLVD. SACRAMENTO, CA No. H-27-26  
916.337.1495 | 916.402.1189

11 - 8PM

LUNES  
MIÉRCOLES  
JUEVES  
VIERNES

10 - 8PM

SABADO

10 - 7PM

DOMINGO

Al mencionar esta revista recibirán un 10% en su compra.

©2010 dvpDESIGNS. All Rights Reserved.

# Ola de Sueños

salon de belleza

### Nuestros Servicios Incluyen:

- Tintos
- Rayitos
- Extenciones
- Alaciados
- Pestañas de tira
- Pestañas de una por una faciales
- Peinados
- Maquillaje
- Depilaciones
- Tratamientos
- Permanentes
- Decoloraciones



5550 Franklin Blvd. Ste. 106  
Sacramento, CA 95820  
916.451.2250



6112 Watt Ave.  
North Highlands, CA 95660  
916.830.0089

©2010 dvpDESIGNS. All Rights Reserved.

# Nietzsche

*Friedrich Wilhelm Nietzsche (Röcken, cerca de Lützen, 15 de octubre de 1844 – Weimar, 25 de agosto de 1900) fue un filósofo, poeta, músico y filólogo alemán, considerado uno de los pensadores modernos más influyentes del siglo XIX. Realizó una crítica exhaustiva de la cultura, la religión y la filosofía occidental, mediante la deconstrucción de los conceptos que las integran, basada en el análisis de las actitudes morales (positivas y negativas) hacia la vida. Este trabajo afectó profundamente generaciones posteriores de teólogos, filósofos, sociólogos, psicólogos, poetas, novelistas y dramaturgos. Meditó sobre las consecuencias del triunfo del secularismo de la Ilustración, expresada en su observación «Dios ha muerto», de una manera que determinó la agenda de muchos de los intelectuales más célebres después de su muerte. Si bien hay quienes sostienen que la característica definitoria de Nietzsche no es tanto la temática que trataba sino el estilo y la sutileza con que lo hacía, fue un autor que introdujo, como ningún otro, una cosmovisión que ha reorganizado el pensamiento del siglo XX, en autores tales como Michel Foucault, Jacques Derrida, Martin Heidegger o Deleuze entre otros. Nietzsche recibió amplio reconocimiento durante la segunda mitad del siglo XX como una figura significativa en la filosofía moderna. Su influencia fue particularmente notoria en los filósofos existencialistas, críticos, fenomenológicos, postestructuralistas y postmodernos. Es considerado uno de los tres «Maestros de la sospecha» (según la conocida expresión de Paul Ricoeur), junto a Karl Marx y Sigmund Freud.*

## Juventud (1844–1869)

Friedrich Nietzsche nació el 15 de octubre de 1844 en Röcken, un pequeño pueblo en la provincia prusiana de Sajonia, cerca de Leipzig. Su nombre proviene del rey Federico Guillermo IV de Prusia, en cuyo cuadragésimo noveno aniversario nació. Sus padres eran Carl Ludwig Nietzsche (1813–1849), pastor luterano y preceptor privado en el ducado prusiano de Sajonia-Altenburgo, y Franziska Oehler (1826–1897). Su hermana Elisabeth Förster-Nietzsche nació en 1846, seguida por su hermano Ludwig Joseph en 1848. Tras la muerte del padre en 1849 y del hermano menor en 1850, la familia se trasladó a Naumburgo, donde vivió con su abuela materna y las hermanas solteras del padre bajo la vigilancia de Bernhard Dächsel, un magistrado local.

Después de la muerte de su abuela en 1856, la familia pudo permitirse tener casa propia. Durante este tiempo el joven Nietzsche asistió a un colegio de niños para luego trasladarse a un colegio privado, la prestigiosa escuela Pforta, donde se hizo amigo de Gustav Krug y Wilhelm Pinder, dos estudiantes pertenecientes a familias acomodadas. En 1854 comenzó a asistir al Dongymnasium en Naumburgo, pero habiendo demostrado un talento especial para la música y el lenguaje fue admitido en la reconocida Schulpforta, donde continuó sus estudios desde 1858 hasta 1864. Aquí se hizo amigo de Paul Deussen y Carl von Gersdorff. También encontró tiempo para la escritura de poemas y composiciones musicales. En Schulpforta, Nietzsche recibió una importante educación literaria, en especial en el estudio de los clásicos griegos y romanos, y por primera vez experimentó la carencia de su vida familiar en un pequeño pueblo de ambiente cristiano. Durante este período se encontró bajo la influencia del poeta Ernst Ortlepp.

Después de su graduación en 1864, Nietzsche comenzó sus estudios en teología y filología clásica en la Universidad de Bonn. Por un breve período fue miembro de la Burschenschaft Frankonia junto a Deussen. Para disgusto de su madre, abandonó sus estudios de teología tras un semestre y comenzó los de filología con el profesor Friedrich Wilhelm Ritschl. Al año siguiente siguió al maestro a la Universidad de Leipzig. Allí entabló una íntima amistad con el estudiante Erwin Rohde. Los primeros escritos sobre filología de Nietzsche serían publicados un poco más tarde.

En 1865 se familiarizó con la obra de Arthur Schopenhauer. Al año siguiente leyó *Geschichte des Materialismus* (Historia del materialismo), de Friedrich Albert Lange. Ambas experiencias le resultaron muy estimulantes desde el punto de vista filosófico y, en consecuencia, comenzó a adentrarse en esta disciplina, superando su interés por la filología. En 1867 realizó un año de servicio militar voluntario con la división de artillería prusiana de Naumburgo. En marzo de 1868 sufrió un accidente ecuestre que lo excluyó del servicio militar y le permitió volver a dedicarse al estudio. Ese mismo año conoció a Richard Wagner, personaje fundamental en su desarrollo.

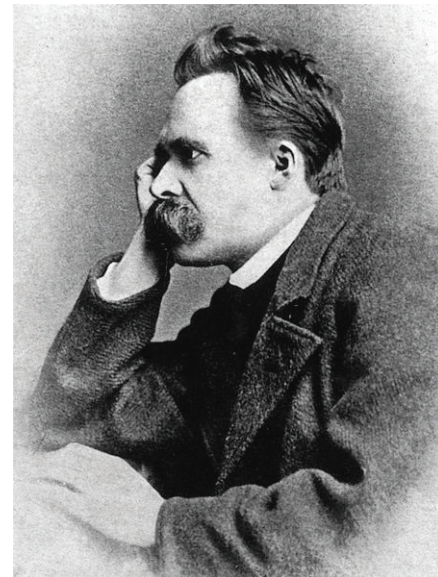
## Profesor en Basilea (1869–1879)

Gracias a Ritschl, Nietzsche recibió una oferta extraordinaria por parte de la Universidad de Basilea para convertirse en profesor de filología clásica antes de licenciarse, siendo así el profesor más joven de la universidad. En su trabajo filológico durante esa época cabe reseñar el descubrimiento de que el ritmo en la métrica poética de los antiguos dependía únicamente de la duración de las sílabas a diferencia de la métrica moderna basada en la acentuación.

En 1869 la Universidad de Leipzig le concedió el doctorado sin examen ni disertación en mérito a la calidad de sus investigaciones. Inmediatamente la Universidad de Basilea lo nombró profesor de filología clásica y al año siguiente Nietzsche obtuvo la ciudadanía suiza y fue ascendido a profesor honorario.

Después de trasladarse a Basilea, Nietzsche renunció a su ciudadanía alemana, manteniéndose durante el resto de su vida oficialmente sin nacionalidad alguna.<sup>1</sup> Sin embargo en agosto de 1870 obtuvo un permiso para servir en el bando prusiano durante la guerra franco-prusiana pero sólo como médico camillero ya que la neutral Suiza le impidió reclutarse como combatiente. Su paso por la milicia fue tan sólo de un mes, pero vivió múltiples experiencias. Allí fue testigo de los efectos traumáticos de la batalla. Contrajo difteria y disentería, enfermedades que le arruinaron la salud de por vida.

De vuelta a Basilea ese mismo año, Nietzsche fue testigo del establecimiento del Imperio alemán y el auge de Otto von Bismarck, a quien veía como un extranjero y con escepticismo. En la universidad pronunció su discurso inaugural, Sobre la personalidad de Homero. En



esta época conoció a Franz Overbeck, un profesor de Teología, cuya amistad conservó durante el resto de su vida. El historiador Jacob Burckhardt, cuyas lecturas Nietzsche analizaba frecuentemente, se convirtió en otro colega influyente. También durante este período leerá la obra del filósofo Max Stirner, cuya influencia será notable en él.

Nietzsche había conocido ya a Richard Wagner en Leipzig en 1868, y (algo después) a la esposa de Wagner, Cósima. Admiraba a ambos profundamente y, durante su estancia en Basilea, fue un asiduo invitado en la casa de los Wagner en Tribschen. Éstos lo introdujeron en su círculo más íntimo y le agradecieron la atención que dio al principio al Festival de Bayreuth. En 1870 regaló a Cósima Wagner por su cumpleaños el manuscrito de la primera versión de El Origen de la Tragedia.

En 1872, Nietzsche publica su primer libro, El nacimiento de la tragedia en el espíritu de la música. Sin embargo el trabajo, en el cual siguió un preciso método filológico para estructurar toda su especulación filosófica radicalmente novedosa, no fue bien recibido entre sus colegas filólogos, incluido su profesor Ritschl. En el polémico panfleto Para una filología del futuro, Ulrich von Wilamowitz-Moellendorf criticó duramente el libro, lo que contribuyó, sin embargo, a aumentar su polémica notoriedad en los círculos filológicos y universitarios de Alemania. En respuesta, Rohde, por la fecha profesor en Kiel, y el mismo Wagner salieron públicamente en defensa de Nietzsche. Estos hechos remarcaron el aislamiento creciente que sentía dentro de la comunidad filológica, y por ello el filósofo intentó (infructuosamente) ganar la cátedra de Filosofía en Basilea.

Entre 1873 y 1876, Nietzsche publicó separadamente cuatro grandes ensayos, David Strauss: El confesor y el escritor, Sobre el uso y el abuso vital de la Historia, Schopenhauer como educador, y Richard Wagner en Bayreuth (estos cuatro fueron más tardes recogidos y titulados, conjuntamente, Consideraciones intempestivas). Los cuatro ensayos compartían la orientación de una crítica general a la actualidad cultural alemana, en un intento por cambiar su rumbo, que Nietzsche preveía como esencialmente falso y equivocado. Comenzando en 1873, además, también acumuló notas que fueron publicadas más tarde como La filosofía en la época trágica de los griegos.

Durante este periodo, en el círculo de los Wagner, Nietzsche conoció a Malwida von Meysenbug y Hans von Bülow, y también comenzó una amistad con Paul Rée, quien después de 1876 le influyó en la atenuación del pesimismo de sus primeros escritos. Sin embargo, debido a su decepción respecto al «fenómeno Wagner», y en concreto al Festival de Bayreuth de 1876, donde la banalidad de los actos y la vileza del público le repelieron, fue cada vez más insalvable la distancia del filósofo hacia este mundo.

En 1879, después de un declive de salud, se vio forzado a abandonar su puesto como profesor. Desde su juventud, Nietzsche había padecido frecuentes momentos de debilidad generalizada, con épocas de carencia visual que rozaba la ceguera, fuertes migrañas, y violentos ataques estomacales. Estas condiciones persistentes se agravaron quizá con su accidente a caballo en 1868 y las enfermedades de 1870, y continuaron afectándole durante sus años en Basilea, forzándole a tomar vacaciones cada vez más largas, hasta que le fue prácticamente imposible retomar el trabajo.

#### Ruptura con Wagner

Con la publicación de Humano, demasiado humano en 1878, un libro de aforismos sobre múltiples temas, desde la metafísica hasta la moralidad y de la religión al sexo, la distancia de Nietzsche respecto a la filosofía de Wagner y Schopenhauer fue evidente. También su amistad con Deussen y Rohde se enfrió.

Durante sus primeros años en Basilea se cocinó la ambivalente amistad de Nietzsche con Wagner, y aprovechó toda oportunidad para visitar a Richard y a su esposa, Cósima. Nietzsche apreciaba a Wagner como un brillante apóstol catedrático, pero la explotación de motivos artísticos cristianos cada vez más acentuada, junto con su chovinismo y antisemitismo excederían lo que Nietzsche podría soportar. La composición de Parsifal, que Wagner concebiría más como un auto litúrgico para el Viernes Santo que como una ópera, ofendió profundamente la sensibilidad de Nietzsche. Aunque la gigantesca obra no sería estrenada hasta 1882, ya en 1878 la brecha entre los dos sería ineludible y definitiva.



#### Filósofo libre (1879–1889)

Conducido por su enfermedad a encontrar climas más templados, Nietzsche viajó frecuentemente y vivió hasta 1889 como un autor independiente en diferentes ciudades. Estuvo muchos veranos en Sils Maria, cerca de St. Moritz, en Suiza, y muchos otoños en las ciudades italianas de Génova, Rapallo y Turín, y la ciudad francesa de Niza. Ocasionalmente volvía a Naumburgo a visitar a su familia, y especialmente durante este periodo, él y su hermana tuvieron repetidos episodios de conflicto y reconciliación. Vivía de su pensión de profesor retirado de la Universidad de Basilea, pero también recibía ayuda de amigos.

Un antiguo estudiante suyo, Peter Gast (seudónimo de Johann Heinrich Köselitz), llegó a ser su secretario privado. Hasta el final de su vida, Gast y Overbeck se mantuvieron como amigos en los que confiar. Malwida von Meysenbug mantuvo una conducta maternal incluso fuera del círculo de Wagner. Pronto Nietzsche contactó con el crítico musical Carl Fuchs.

Nietzsche se encontraba en el principio de su mayor período productivo. A partir de Humano, demasiado humano en 1878, Nietzsche publicaría un libro (o su mayor parte) por año hasta 1888, su último año de escritura, durante el cual completó cinco. En 1879, Nietzsche publicó Opiniones y máximas mezcladas, lo que sugirió el aforismo de Humano, demasiado humano.

#### Lou Andreas-Salomé, Paul Rée y Nietzsche, 1882.

En 1881 Nietzsche publica Aurora. Reflexiones sobre los prejuicios morales, y en 1882 la primera parte de La gaya ciencia. Este año también conoció a Lou Andreas-Salomé a través

de Malwida von Meysenbug y Paul Rée. Nietzsche y Salomé estuvieron el verano juntos en Tautenburg, a menudo con la hermana de Nietzsche, Elisabeth. Sin embargo, la visión que de Nietzsche tenía Salomé era más la de un amigo y compañero de discusiones lleno de genialidad, que el de una posible pareja. Él se enamoró de ella lo cual provocó una situación ambigua e incómoda entre los tres amigos, puesto que Rée a su vez se interesaba por Lou. Cuando Nietzsche le pidió que se casara con él, Salomé le rechazó. Las relaciones de Nietzsche con Salomé y Rée se rompieron en el otoño de 1882-1883, en parte por las intrigas llevadas a cabo por su hermana Elisabeth. En paralelo a esta historia, Lou Salomé de vez en cuando mantenía correspondencia con Freud, introduciéndole en el pensamiento de Nietzsche. En el proceso de aparición de nuevos síntomas de su enfermedad, aislado tras las discusiones con su hermana y su madre, y acosado por pensamientos suicidas, se marchó a Rapallo, donde en sólo diez días, anticipados por dieciocho meses de incubación, escribió la primera parte de Así habló Zaratustra.

Después de varias críticas filosóficas contra Schopenhauer y Wagner, Nietzsche mantuvo a pocos amigos. Ahora, bajo la impronta personalísima del Zarathustra sobre sus obras posteriores, su escritura resultó todavía más «intempestiva» y se le leyó (poco) sólo en la medida en que pareciera adecuarse a las convenciones morales o intelectuales del momento. Nietzsche reconoció la situación y se obstinó en su soledad («las siete soledades»), incluso aunque a veces pareciera no resignarse a ella. Abandonó su plan a medio plazo de convertirse en un poeta público y reconocido y siguió padeciendo los problemas consabidos con sus libros. Éstos eran tan buenos como poco vendidos. En 1885, editó únicamente 40 copias de la cuarta parte de Así habló Zarathustra, y sólo una pequeña parte fue distribuida entre sus amigos más allegados.

En 1886, editó Más allá del bien y del mal. Con este libro y con la aparición entre 1886 y 1887 de segundas ediciones de sus trabajos tempranos (El nacimiento de la tragedia, Humano, demasiado humano, y La gaya ciencia), vio completado su trabajo y se esperanzó con que una oleada de lectores apreciara sus escritos. De hecho, el interés por Nietzsche aumentó en esta época, aunque esto fue apenas percibido por él.

Durante estos años, Nietzsche conoció a Meta von Slaisk, Carl Spitteler, y también a Gottfried Keller. En 1886, su hermana Elisabeth se casó con el antisemita Bernhard Förster y viajó con él a Paraguay para fundar una colonia alemana, un plan al que Nietzsche contestó con ironía. A través de la correspondencia se puede observar que la relación de Nietzsche con su hermana continuó por el camino que siempre había seguido de conflicto y reconciliación, pero no la volvería a ver en persona hasta después de su colapso.

Nietzsche continuaba teniendo ataques frecuentes de enfermedad, lo que le imposibilitó para el trabajo continuo. En 1887, Nietzsche rápidamente escribió su polémica Genealogía de la moral. También intercambiaba correspondencia con Hippolyte Taine, y después también con Georg Brandes, quien al comienzo de 1888 desarrolló en Copenhague la primera lectura pública de la obra filosófica de Nietzsche y su estudio.

En el mismo año Nietzsche escribió cinco libros basados en sus voluminosas notas, fruto de largo trabajo continuado, que en un principio pensaba reunir bajo el título de La voluntad de poder. Su salud pareció mejorar y aquel verano estuvo de buen humor. Pero hacia finales de 1888, sus escritos y cartas empezaron a revelar una sobreestimación patológica de su estatus y destino. Sobrevaloraba la respuesta creciente a sus escritos, sobre todo por la reciente polémica respecto a El caso Wagner.

En su 44 cumpleaños, Nietzsche tuvo un colapso mental. Ese día fue detenido tras, al parecer, haber provocado algún tipo de desorden público, perdida ya la razón, por las calles de Turín. Lo que pasó exactamente es desconocido. La versión más extendida sobre lo sucedido dice que Nietzsche caminaba por la Piazza Carlo Alberto, un repentino alboroto que causó un caballo al tropezar y caer junto con el furgón que arrastraba llamó su atención, Nietzsche corrió hacia él y lanzó sus brazos rodeando el cuello del caballo para protegerlo, desvaneciéndose acto seguido contra el suelo. En los días siguientes, escribió breves cartas para algunos amigos, incluidos Cósima Wagner y Jacob Burckhardt, en las que mostraba signos de demencia y megalomanía.

A su colega Burckhardt escribió: «He tenido Caiphas puestos. Además, el año pasado fui crucificado por los doctores alemanes de una manera muy drástica. Wilhelm, Bismarck, y todos los antisemitas abolidos» (The Portable Nietzsche, trad. de Walter Kaufmann).

#### Hundimiento mental y muerte (1889–1900)

El 6 de enero de 1889, Burckhardt mostró la carta que recibió de Nietzsche a Overbeck. El siguiente día Overbeck recibió una carta reveladora semejante, y decidió que Nietzsche debería volver a Basilea. Overbeck viajó a Turín y trajo a Nietzsche a una clínica psiquiátrica en Basilea.

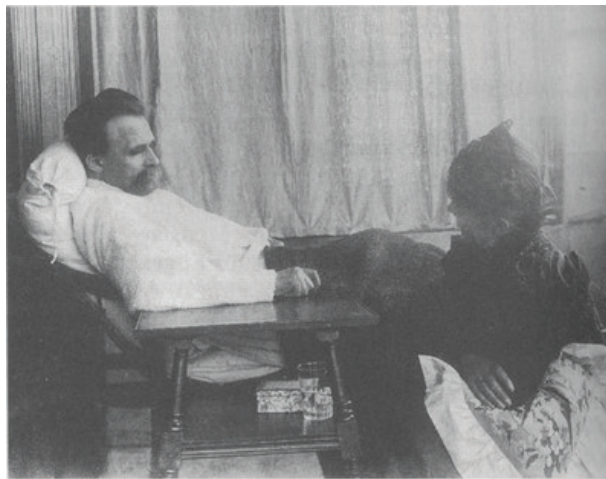
Por ese tiempo, Nietzsche estaba enteramente sumergido en la locura, y su madre Franziska decidió llevarlo a una clínica en Jena bajo la dirección de Otto Binswanger. Desde noviembre de 1889 a febrero de 1890, Julius Langben intentó curar a Nietzsche, sentenciando que los métodos del doctor eran ineficaces para curar su condición. Langbehn asumió más y más control sobre Nietzsche. En marzo de 1890, Franziska sacó a Nietzsche de la clínica, y en mayo de 1890 lo llevó a su casa en Naumburgo.

Durante este proceso, Overbeck y Gast contemplaban la idea de qué hacer con el trabajo no publicado de Nietzsche. En enero de 1889 se pusieron a planear la salida de El crepúsculo de los ídolos, por esa época ya impreso y atado. En febrero, ordenaron una edición privada de 50 copias de Nietzsche Contra Wagner, pero el publicista C. G. Nauman en secreto imprimió 100. Overbeck y Gast decidieron publicar con reservas El Anticristo y Ecce homo debido a su contenido más radical.

En 1893, Elisabeth Nietzsche volvió de Paraguay después del suicidio de su marido. Leyó y estudió los trabajos de Nietzsche, y pieza por pieza tomó control sobre ellos y su publicación. Overbeck fue paulatinamente relegado al ostracismo, y Gast finalmente cooperó. Después de la muerte de Franziska en 1897, Nietzsche vivió en Weimar, donde fue cuidado por Elisabeth, quien permitió a la gente visitar a su poco comunicativo hermano.

El 25 de agosto de 1900, Nietzsche murió después de contraer neumonía. Por deseo de Elisabeth, fue inhumado como su padre en la iglesia de Röcken.

La causa del hundimiento de Nietzsche ha sido un tema de especulación y origen incierto. Un frecuente y temprano diagnóstico era una infección de sífilis, sin embargo, algunos de los síntomas de Nietzsche eran inconsistentes con los típicos casos de sífilis. Otro diagnóstico era una forma de cáncer cerebral. Otros sugirieron que Nietzsche experimentó un despertar místico, similar a los estudiados por Meher Baba. Mientras muchos comentaristas ven el decaimiento de Nietzsche como no relacionado con su filosofía, algunos, incluyendo Georges Bataille y René Girard, argumentan que este hundimiento debe ser considerado como un síntoma de un desajuste psicológico trasladado a su filosofía. En su libro La lucha contra el demonio, Stefan Zweig presenta una psicobiografía sobre Nietzsche en que sitúa la etiología de su locura desde un ángulo puramente psicogénico.



Friedrich Nietzsche

# San Joaquín Massage

Masajistas Hispanas



Aceites Aromaticos  
Body Shampoo  
Shower Shampoo  
Masajes Relajantes  
Masajes Aromaticos

**Hablamos Ingles:  
209.855.0766**

CUPON

\$40 por 1/2 hora  
\$60 por 1 hora

\*solamente con cita 10AM a 9PM

Gran Apertura - tenemos lo que necesitas para relajarte

©2010 dvpDESIGNS. All Rights Reserved

# El Mercadito

Comida para llevar, comestibles finos,  
envios, AFEX y raymesa-Mexico express carta  
Tenemos tamales, champurrado y **masa preparada**  
**con sal y preparada sin sal para sus tamales de dulce.**

3134 Northgate Blvd.  
Sacramento, CA 95833

tel.(916)927-3161

fax.(916)924-1608

Lunes - Jueves | 9AM-8PM  
Viernes-Sabado | 8AM-8PM  
Domingo | 8AM-7PM

©2010 dvpDESIGNS. All Rights Reserved



## SERVICIO DE REGISTRACIONES

Nosotros Hacemos Tus Tramites

si no tiene licencia nosotros le  
ayudamos a registrar su auto!

Inicie su proceso de legalizacion  
desde aqui llame ahora para mas  
informacion y precios. Se legaliza  
todo tipo de autos del  
2000 y anteriores.

4613 Franklin Blvd.  
Sacramento, CA 95820

Lunes - Domingo  
9AM-7PM

916.290.8620 | 916.470.5450 | 916.271.3252

## PAPARAZZI BEAUTY SALON

305 S. Central Lodi, CA 95240 209-263-5852

**Luzca como una estrella**



Lunes a Sabado 10am - 7pm

corte de pelo, perms, color, highlights,  
lowlights, Up do's, maquillaje, waxing

**\*TRAIGA LA REVISTA Y RECIVA UN  
CORTE DE HOMBRE/NIÑO POR \$5.00**



# FASHION

## JAPANESE FASHION

### 日本のファッション

Some people call it Japanese Street Fashion while others call it Japanese Underground Fashion. Whatever you call it, Japanese fashion is influencing the way youths want to express themselves.



One unique style of Japanese Street Fashion is called Visual Kei (ヴィジュアル系). Visual Kei is often associated with J-rock, glam/metal music and musicians. Obviously different bands will vary in style and dress, but generally speaking Visual Kei is characterized by androgynous looks, use of makeup and dyed hair and over the top clothing.

The Lolita (ロリータ) look can be described as a mixture of Victorian clothing with a modern twist. One of the sub genres of the Lolita look is the Goth Loli (ゴスロリ) look. Goth Loli is short for Gothic Lolita, which is a mixture of Goth and Victorian era clothing. The skirts are often knee length, black or blackish, and depending on the wearer, a parasol, gloves, and eyeliner may be used.



The Bōsōzoku (暴走族) look is often associated with motorcycle gangs and street racers. The Bōsōzoku look is characterized by either an afro pushed to the front of the head, an Elvis style hairdo, or a tight perm for males. This look is steadily declining, but the Bōsōzoku look involves wearing sunglasses and clothing with the emblem of a Japanese flag.

The Ganguro (ガングロ) look is characterized by Japanese girls who dye their hair blonde, regularly tan themselves, wear high platform shoes, bright makeup, and flashy jewelry. Manba (マンバ) and Yamanba (ヤマンバ) are sort of the extreme versions of Ganguro. Manba and Yamanba girls will often dye their hair neon colors, decorate their faces with stickers, and wear white/pastel makeup.



Cosplay (コスプレ) is a type of costume dressing where people design their own costumes, hair and makeup to resemble anime characters, action figures, manga/comic/cartoon characters, etc. Cosplay can take the form of adopting the character's persona, mannerisms, way of speech, and so on. Girls can dress as male figures and males can dress as female characters. Basically anything goes, in Cosplay.

A common cause for the rise in various fashion subcultures in Japan is the need for Japanese youths to express individualism and freedom of expression. Some Japanese youths feel that traditional Japanese society is stuffy and uptight. So fashion is one avenue of exploration and experimentation for Japanese youths. Ironically, as more of these fashion subcultures become popularized, they become less associated with individualism, and more to do with identifying people into certain clicks or groups.

私♥  
日本  
ファッション

# Don Roberto's

## Fresh Mexican Grill



Servicio de comidas y reservaciones disponible  
Ordenes por telefono y fax  
2700 Broadway Sacramento, CA

tel 916.457.2560

fax 916.451.4076

Lunes - Jueves  
10AM-9PM

Viernes - Sabado  
10AM-10AM

Domingos  
10AM-9PM



[www.donrobertosmexgrill.com](http://www.donrobertosmexgrill.com)



# RIGO'S TOWING

5681 Franklin Blvd. Ste. A Sacramento, CA 95824

Recogemos yonkes gratis, abrimos puertas pasamos carga a su bateria con los mejores precios del area

Trabajamos las 24hrs del dia y 7 dias a la semana

TEL: 916.429.9991      CELL: 916.548.9508

©2010 dvpDESIGNS. All Rights Reserved.



Valsa Custom Cabinets  
[www.valsacustomcabinets.com](http://www.valsacustomcabinets.com)  
 Tel. (916) 718-9871 Fax. (916) 681-6290



Cabinetes Para:  
 Oficina  
 Cocina  
 Baños  
 Exhibidores  
 Garage




Buen Servicio - Calidad - Precios Competitivos

# TITO'S AUTO REPAIR SHOP



3121 23rd. Avenue  
 Sacramento, CA 95820  
 916.248.2771  
 916.739.1983

Frenos-  
 Flechas-  
 Tune-Ups-  
 Radiadores-  
 Alternadores-  
 Transmisiones-  
 Bombas de Agua-

©2010 dvpDESIGNS. All Rights Reserved.

# 10 Consejos de Maquillaje para la Mujer Ejecutiva



Patrocinado por Angel

Escrito por Miguel Cataño

La mujer ejecutiva generalmente tiene una agenda diaria recargada de compromisos, es aquella que tiene que tomar decisiones para la buena marcha de su propio negocio o empresa, delega responsabilidades, etc. Es por ellos que debe lucir siempre impecable y sobria tanto en el vestir como en el maquillaje, para que la imagen que proyecte sea acorde con su desempeño y resaltar así la belleza de una mujer con estilo.

En esta oportunidad te presentamos algunos consejos para mejorar el look ejecutivo de la mujer moderna, con la seguridad que te harán lucir impecable todos los días. Toma nota del paso a paso:

1. Debes tener presente que lo más importante para que una piel luzca radiante, es realizar una perfecta limpieza. Por las noches retira todo el maquillaje del rostro y límpialo bien antes de acostarte.

2. Por la mañana, después de realizar tus ejercicios con la piel limpia y después de tonificar y humectar tu rostro, aplícate una base que ayuda a cerrar los poros y retiene la humedad de la piel, así el maquillaje durará más.

3. Para las ojeras y sombras usa un corrector en crema y para que el efecto sea lo más natural posible, aplícalo en pequeña cantidad, desde la cuenca del ojo y en toda la base inferior del mismo.

4. Para corregir volúmenes no tienes la necesidad de ir a una clínica estética, utiliza un corrector ligeramente más oscuro que el fondo de maquillaje y para resaltar los puntos de luz de manera natural, usa un iluminador. El área que más debes destacar es la del entrecejo y sobre las cejas.

Ilumina también la parte alta del pómulos y ligeramente la zona de la barbilla.

5. Empieza a maquillar los ojos por el párpado usando dos sombras: la más clara en todo el párpado y la más oscura en el exterior del ojo para dar volumen, extendiéndola bien con un pincel o con la yema de los dedos. Elige un tono que combine con el color de tu ropa y para lograr un efecto muy natural, maquilla la parte inferior del ojo con la misma sombra.

6. Si quieres darle más profundidad a tu mirada, perfila los ojos con lápiz negro o marrón oscuro y después aplícate rímel a las pestañas.

7. Hay diversos productos de máscaras de pestañas, las que alargan, dan volumen, rizan, etc.

Para uso personal está muy bien, ya que podemos elegir entre un gran surtido, pero para tener en nuestro maletín recomendamos un solo tipo o puedes investigar más en diferentes foros de mujeres.

8. Para los labios, utiliza un tono no muy oscuro, así evitarás endurecer tu aspecto. Termina con un toque de brillo, usando un gloss transparente o en tono rosa.

9. Matiza con polvos traslúcidos ligeramente más claros que el fondo del maquillaje, empezando por la barbilla, rozando apenas la piel.

10. Aplica el rubor, peina las cejas y tendrás un maquillaje perfecto para ir a trabajar todos los días.

# CARRILLOS

accounting

Los servicios que ofrecemos es:  
Income tax, Payroll, Bookkeeping,  
Notary Public, Immigration Services.

Carrillos Accounting

6037 Franklin Blvd.  
Sacramento CA, 95824  
Office Tel: 916 395-9218  
Fax: 916-395-9219



# CARNICERIA ATOYAC



CARNICERIA, TAQUERIA Y PANADERIA

6104 WATT AVE.

NORTH HIGHLANDS, CA 95660

TEL.(916)332-9020 FAX.(916)348-7161

LUNES-SABADO  
8AM-8PM

DOMINGO  
8AM-7PM



# HOROSCOPOS AZTECA



**Mono:** Emblema del fuego, otorga habilidad para la música e inventiva. El nativo Mono es el gran filósofo, misterioso e imaginativo. Si aprovecha sus dones triunfará en todo. Se expresa de forma convincente y transmite alegría. Muy creativo, disfrutará en profesiones que requieran iniciativa: artista, científico, comercial, técnico. Amigo generoso y útil. En cambio, en el amor es egoísta y no le gusta someterse a restricciones. Aunque es muy sentimental, su sexualidad es más imaginativa que carnal. Prefiere charlar con su pareja a entregarse a pasiones turbulentas. Será feliz con Caimán, Corzo, Liebre, Flor y otro Mono. Suele estar en las nubes, por lo que sufre a menudo accidentes. Debería ser más responsable y práctico con el dinero.

**Mono** (December 22-January 19) Este año, Júpiter llega a tu signo y te propone un programa de ministro, pero acompañado de Urano te reta a actuar. Dispones de un cielo sereno para ampliar tu campo de acción, ampliar tus posibilidades de desarrollo y encontrar mil oportunidades para llegar a la plenitud. Tu mirada optimista es el mejor pasaporte para mejorar tu lugar en el mundo...

**Caiman** (January 20-February 18) Tienes el apoyo de Saturno, Júpiter y Urano. El panorama es rico en nuevas experiencias potenciales... No te faltan ni entusiasmo ni ideas innovadoras para establecer tus planes, pero como la tendencia general es proclive a la aceleración, sería sensato moderar tus impulsos para evitar todo tipo de exceso perjudicial. Saturno es tu aliado para tomar distancias...

**Casa** (February 19-March 20) empiezas el año con la cabeza llena de sueños pero Saturno puede frenar tus impulsos y empujarte a dar el último toque a tus proyectos. Júpiter entra en tu signo a partir del mes de junio. Es el momento de rescatar tus sueños del armario y de llevarlos a la práctica. Puedes vivir un giro importante en tu vida. Tus finanzas apreciarán este tránsito de Júpiter, planeta del éxito y de la abundancia. Déjate guiar por los planetas.

**Serpiente** (March 21-April 20) Plutón se opone a tu signo y te lleva a afirmarte. Es la hora de la verdad. Plutón pone a prueba la calidad de tus sentimientos y la solidez de tu unión. Tienes ganas de pasión y de cosas fundamentales. Neptuno multiplica tu intuición, te guía tu buena estrella, es el momento de escuchar a tu corazón y de abrirte a los demás.

**Ciervo** (April 20-May 20) Júpiter en te abre puertas que desconocías... Lo ves todo a lo grande. Necesitas espacio y no dudas en ampliar tu campo de acción. Urano agrega su grano de arena: las nuevas oportunidades que se presenten serán ocasiones para progresar. Tienes lo necesario para recoger frutos maduros.

**Liebre** (May 21-June 21) Plutón te invita a desarrollar tu confianza en ti. Bajo el impacto de Urano puedes innovar y a partir de junio, Júpiter en te ayuda a ampliar tus posibilidades. Hay oportunidades para avanzar y debes prever nuevos proyectos. Saturno te invita a pensar en tus finanzas para estructurarlas.

**Perro** (June 22-July 22) la interacción de Júpiter y Urano en frente de Saturno en tu signo, te ofrece múltiples ocasiones para progresar. Es el momento de aportar sentido de lo concreto a las cosas y de involucrarte con disciplina. Necesitas compromiso. Bajo el impacto de Plutón en , ves de forma distinta las relaciones de pareja y haces evolucionar tus deseos sentimentales...

**Jaguar** (July 23-August 22) el dúo Júpiter - Urano dopa tu energía y te permite conocerte mejor. Te sientes renacer interiormente y tienes ganas de vivir la vida al máximo. Se te propone que tomes un giro prometedor de plenitud y renovación. Esta año, las costumbres se transforman para dejar lugar a nuevos proyectos que cambien la rutina.

**Aguila** (August 23-September 22) sientes disposición para aprovechar las oportunidades y para explotarlas a tu provecho. Júpiter te abre puertas, Saturno te permite poner tus proyectos en perspectiva, organizarlos y asumir tus responsabilidades. Recibes el resultado de tus esfuerzos. Tu papel en el seno de un grupo podría tomar importancia. Un buen año para el corazón...

**Silex** (September 23-October 22) Plutón te propone volver a lo fundamental. Se te invita a hacer limpieza en tu vida. Vives una fase de evolución en el plano social y en el afectivo. ¿Cómo asociar tus deseos de evolución y tus costumbres? ¿Cómo asociar tus ganas de autenticidad y tus reglas de vida? Estas interrogaciones latentes te acompañan y constituyen tu reto para este año.

**Flor** (October 23 - November 21) Júpiter te pone en órbita. Tienes ganas de implicarte humanamente y crees poder tener éxito en lo que emprendes. Te dejas llevar por un torbellino altruista. No te falta optimismo para imaginar el futuro y propulsarte en él con confianza, ni el ideal para guiar tus proyectos y nutrir tus deseos.

**Caña** (November 22-December 21) te encuentras en el umbral de un año rico. Una corriente de expansión neptuniana te empuja a escuchar a tu corazón y a dar forma a tus sueños secretos. Te ayudan Urano y Júpiter, aportándote la audacia de tus deseos y las ganas de probar cosas nuevas y picantes. Escucha a tu sexto sentido, ya que tiene numerosas soluciones y buenas ideas.

dwp  
DESIGNS

Lunch time, dinner time, tequila time



# EL PATRÓN BAR & GRILL



[www.patronbarandgrill.com](http://www.patronbarandgrill.com)

## HAPPY HOUR MON - FRI

3PM - 6PM

\$1 Domestic

\$1 Tacos

\$5 Appetizers

\$3 Margaritas

\$2 Wells

\$5 Tequila (select)

SAT - SUN 11AM - 5PM

\$5 Long Islands

\$5 Sex on the Beach

\$3 Wells

\$2 Domestic Drafts

\$5 Tequila (Select)

\$5 Appetizers

\$1 Tacos

## LATE NIGHT HAPPY HOUR

MON - THU 9PM-12AM

FRI - 10pm - 12AM

\$5 Long Islands

\$5 Sex on the Beach

\$3 Wells

\$2 Domestic Drafts

\$1 Tacos

6601 FOLSOM BLVD, SACRAMENTO, CA 95819 (916) 455-8945

BREAKFAST COMING SOON!