

HumanidadEs  
en tu casa

# LA CALLE



# CONTENIDO



Presentación.....	1
Cuidarnos como las células .....	2
¡Uno... dos... tres... por mí y por todos...!..	4
Solidaridad colectiva .....	6
En los libros de Humanidades .....	8



Universidad Nacional Autónoma de México: Dr. Enrique Graue Wiechers, Rector; Dr. Leonardo Lomelí Vanegas, Secretario General; Dra. Guadalupe Valencia García, Coordinadora de Humanidades; Lic. Ángel Figueroa Perea, Director General de Divulgación de las Humanidades.

*HumanidadEs en tu casa*, publicación mensual de la Dirección General de Divulgación de las Humanidades, Coordinación de Humanidades-UNAM, año 1, número 2, diciembre de 2020. Consejo de redacción: Francisco Hernández, Octavio Olvera, Ariadna Razo y Antonio Sierra. Diseño: Mercedes Flores Reyna y Nidia Marlen Aguilar González. Ilustración de la tercera de forros: Adhara Miguel.

Teléfono: 5622-7565, extensión 525. [tavo@humanidades.unam.mx](mailto:tavo@humanidades.unam.mx).



# PRESENTACIÓN



Con la intención de contribuir a reforzar los lazos de unión entre los habitantes de nuestras ciudades, **HumanidadEs en tu casa** dedica su segundo número al espacio público. En un momento en que las condiciones sanitarias nos obligan a desplazarnos con precaución, consideramos necesario tratar el tema de la convivencia en las calles.

Es por lo anterior que nuestro primer texto, “Cuidarnos como las células”, aborda la manera en que se pueden tejer enlaces humanos. A través de estas relaciones humanas con rasgos solidarios es como las personas se sienten protegidas y pueden afrontar peligros o situaciones de riesgo como la que estamos atravesando.

En nuestras páginas centrales rescatamos el antiguo juego infantil del “bote pateado” como una metáfora del apoyo colectivo en medio de una pandemia en donde el cuidado personal se convierte en beneficio de todos quienes nos rodean.

El artículo “Solidaridad colectiva” nos presenta el año próximo como una oportunidad para fortalecernos. Para lograrlo, se debe poner en circulación el apoyo y el aprecio para formar un fuerte tejido social.

En la sección “En los libros de Humanidades”, un pincelazo del recuerdo nos lleva a 1929, año en que Frida Kalho y Diego Rivera contrajeron matrimonio. Le sigue una simpática postal que representa la vida en un barrio cualquiera de la ciudad, ilustración elaborada por una joven colaboradora egresada de la Facultad de Artes y Diseño. “Del sepia al color” cierra el número con una bella fotografía del Ayuntamiento de Coyoacán de principios del siglo XX, desde luego, comparada con la imagen del estado actual del edificio.

El equipo de **HumanidadEs en tu casa** les desea un buen fin y principio de año y les recomienda tomar los cuidados necesarios durante sus festejos.

# CUIDARNOS

## COMO LAS CÉLULAS

¡Hola! ¿Cómo estás?, te parecerá extraño que te haga esta pregunta si no nos conocemos; pero déjame decirte que me interesa saber, de verdad, ¿cómo estás?, porque en la medida en que tú estés bien, todas aquellas personas con las que compartes el metro o el camión, también estarán bien. Ya que estamos hablando de transporte, entraremos en un mundo muy parecido a las redes y los túneles del metro, sólo necesitamos abrir nuestra imaginación y viajar al interior de un “sistema de transporte colectivo” muy particular: el de tus células.

Todo órgano de tu cuerpo está lleno, como si fuera vagón del metro, de células de diferentes colores, sustancias, formas y movimientos que hacen que nuestra vida exista. En todas las actividades que hacemos en el día, hay células que nos acompañan.

No creas que cada célula anda por ahí, solita, individual, jalando por su lado, ¡jada de eso! Las células están conformadas por una membrana que junta unas con otras por medio de tejidos, líquidos y vibraciones que pueden ser lentas o rápidas, igual que los trayectos en el metro. Las células vibran como

si viajaran de estación a estación, en donde a veces el viaje fluye rápido y constante, y en otras ocasiones, se mueve de una manera más lenta y congestionada. Pero siempre se mueven. Sin esos movimientos la célula no podría hacer sus funciones vitales.

Tus células conforman un mapa de rutas dentro de tu cuerpo, igual que el del metro que sirve para ubicar dónde se localiza una estación o por dónde van los trenes. Esa red celular que tienes en la piel, en la sangre, en los huesos, en todos los órganos, funciona para que tu sistema inmunológico detecte lo que está ocurriendo dentro de tu cuerpo y en dónde tiene que sonar el timbre de emergencia, cuando hay algún riesgo para todos.

Los mismo que pasa con esa red de células, sucede con las personas cuando conviven con los demás. Construimos circuitos de cuidado y de alerta con amistades, familiares, círculos de estudio, de arte, deporte o recreación, tejemos redes para disfrutar de actividades que nos apasionan, y que nos hacen vibrar y acercarnos unos a otros, igual que los vagones. Tejiendo estas redes nos

sentimos protegidos y con capacidades para afrontar el peligro o situaciones de inseguridad.

Los seres humanos somos seres sociales, como dicen en el barrio, “andamos en bola”, nadie puede avanzar solo y actuamos a través de nuestra comunidad. Compartimos problemas y soluciones, alegrías y tristezas, y hasta la posibilidad de dar un grito que nos ayude a sacar alguna opresión en el pecho causada por estrés o angustia. Participamos con los demás en muchas actividades que a veces no nos damos cuenta. Y ese es precisamente el reto: ver a los demás, reconocerlos, tomar consciencia de su importancia, y reconstruirnos todos.

Para esto, podemos dibujar un mapa de nuestra red de relaciones sociales, identificando y aprendiendo de las estaciones de apoyo (personas que fluyen rápido o despacio), además de reconocer cuáles son las estaciones que se encuentran más “atoradas” en mi vida o aquellas por las que es imprescindible pasar. Es necesario identificar las estaciones que representan mis fortalezas y esas donde voy a transbordar al autocuidado, al aprecio y al amor.

Las personas tejen su vida como si fuera una célula, relacionándose con otras personas para construir seguridad, conexión y refugio con la comunidad, en la casa, el trabajo o la escuela, incluso, con aquellas personas con las que compartimos un viaje en el metro.

Aprecia, agradece la compañía y sigue caminando. Respira, platica y escucha a los demás, porque si sabes darte cuenta de eso, podrás devolver esas sensaciones a aquéllos que más quieres. Aprenderás a recibir apoyo, aun cuando provenga de personas que apenas conoces. Sé como las células que te forman y anímate a salir del caparazón de la individualidad para formar una fuerte membrana comunitaria.

Dra. Andrea Kenya Sánchez Zepeda  
Trabajadora Social, Activista, Danzante  
Profesora asociada C interina de tiempo completo  
Escuela Nacional de Trabajo Social  
ENTS UNAM.



**¡UNO...  
DOS...  
TRES...  
POR MÍ Y POR  
TODOS!**



## ¿CÓMO LOGRARLO?

Conseguir ese ambiente no es imposible. Antes que nada, se necesita establecer un acuerdo de **reconocimiento inmediato con las personas que nos rodean** sin importar que las tratemos de manera momentánea o constante.

La gente de las ciudades de hoy se caracteriza por ser diversa. Las **diferencias** con **"la otra"** persona con la que a veces viaja uno en el camión o camina cerca, pueden ser la **religión**, el **color de la piel**, su **idioma**, su manera de **vestir**, su **condición económica**, su **nacionalidad** o sus **preferencias sexuales**.

De pronto nos **sorprende o impacta lo diferente y lo desconocido**, de allí que al encontrarnos con una persona distinta a nosotros exista la posibilidad de actuar con cierta actitud negativa.

La clave para desarmar ese mecanismo es aceptar que para la mujer o el hombre que se encuentra frente a nosotros, **nuestra personalidad también es diferente**. Así, en principio, aceptamos que nuestra colectividad es diversa, punto de partida para generar simpatías y fuertes lazos de unión y convivencia.

En este año en que hemos sufrido una emergencia sanitaria causada del nuevo Coronavirus, **la unión entre los integrantes de la comunidad** es uno de los mejores caminos para alejarnos de esa peligrosa enfermedad. Pero muchos se preguntarán: ¿cómo nos unimos si debemos guardar distancia? Sólo repasemos los puntos básicos recomendados por los expertos para no contagiarnos: usar cubrebocas y mantener una distancia mínima de un metro entre cada persona. Se podría decir entonces que en este momento **distancia es unión**.

La **conciencia de pertenecer a una sociedad solidaria** actualmente se refleja en la observación de las anteriores recomendaciones. Quizá suene trillado, pero al conservar la distancia y usar cubrebocas, **se salva uno y salva a los otros**. Como en aquel juego de niños llamado "bote pateado", uno puede salvar a sus demás amigos con la mágica frase: **"¡Uno... dos... tres... por mí y por todos...!"**, del mismo modo, en el escenario público, al respetar las normas no sólo se abona al cuidado personal, sino también al de la comunidad.

## UNIÓN COTIDIANA

Esta misma actitud solidaria en nuestro alrededor se puede aplicar cuando el virus esté controlado y podamos salir de nuestras casas sin preocuparnos. Para entonces, estará vigente el deseo común de vivir en un ambiente donde **no haya discriminación, violencia** y poder caminar por las calles y observar cómo se respetan las normas para viajar tranquilamente en el transporte, convivir en el trabajo y en la familia. Es decir, **andar con armonía por los espacios públicos** donde volveremos a estar en un futuro próximo.



nitaria a  
egranes  
lejarnos  
án: ¿cómo  
os dos  
extender el  
ima de 1.5  
e en este

t  
s  
tr la  
demás.  
al salvarse  
e:

edor  
udo y  
ción.  
a de vivir  
ión ni  
servar  
quilamente  
escuela.  
as

## UNA BUENA VECINDAD

Cuando salgamos del confinamiento, uno de los espacios que más se debe cuidar para la sana convivencia es la calle, **la cual debe ser un lugar compartido de encuentro y seguridad**. Sin embargo, muchas veces, el trato cotidiano con los vecinos se desgasta, las más de las ocasiones porque no sabemos aceptar la diversidad que nos rodea. Ante ello es recomendable lo siguiente:

- Respetar las creencias religiosas y las manifestaciones que de ellas se derivan.
- Aceptar las costumbres de quienes pertenezcan a otras regiones del país o del mundo, como la vestimenta y sus horarios de rutina.

- Solidarizarse con los demás en caso de una emergencia.
- Usar el diálogo para resolver los inconvenientes que se presenten.

Aceptar lo diverso no es algo con lo que se nazca, **es una cualidad que se obtiene**. En ese sentido **la transmisión de ese comportamiento es de gran importancia** para que la sigan las personas que nos rodean y, sobre todo, para que **las nuevas generaciones la adquieran desde temprano**.

Con información tomada de:

Mario Teodoro Ramírez, "Estadios de la otredad en la reflexión filosófica de Luis Villoro, en *Diánoia* (UNAM-IIFs), volumen LII, número 58, mayo de 2007, pp. 143-175.

María Zambrano, "Avidez del otro", en *Debate feminista* (UNAM-CIEG), volumen 13, abril de 1996, pp. 88-94.





# SOLIDARIDAD COLECTIVA

DAR Y RECIBIR NOS HACE SER QUIENES SOMOS

¡Qué alegría! De alguna manera nos encontramos nuevamente. Cuánto tiempo hemos esperado para volver a reunirnos. Nos ha parecido toda una vida. Y aunque aún no lo podemos hacer igual que antes, debemos seguir en comunicación unos con otros. Es cierto, el aislamiento de los últimos meses nos ha movido muchas emociones porque, a final de cuentas, somos seres sociales y tenemos el impulso de relacionarnos con los demás.

Antes que nada necesitamos un momento para tomar un respiro, y si hacen falta, muchos más respiros. El impacto de la pandemia en nuestra vida colectiva, de la que somos parte y tanto queremos, ha sido muy fuerte, y nos ha limitado el contacto con familiares, amigos y conocidos. Sin embargo, podemos construir redes si mantenemos la solidaridad, la convivencia y la reciprocidad social.

Es posible generar lazos con personas cercanas, y también con las que no son tan cercanas, ya que los demás son parte de uno mismo. Quizá tú ya has reconocido en ti formas de conducta que has visto en otras personas con quienes convives. Esto es porque nos formamos como individuos a partir de lo que vemos, hacemos y, lo más importante, de lo que damos y recibimos.

Nuestra red de personas queridas, incluso las que apenas conocemos, se construye y fortalece poniendo en marcha todas nuestras prácticas de bondad, ayuda, sonrisas y reconocimiento a cada uno de los integrantes de nuestra colectividad.

Dirás que todo consiste en dar. Tienes razón. Al dar algo, cualquier elemento que sea parte de nosotros, se echan a andar formas sociales de tan alto valor que nos reconstruimos en la sociedad. Creamos una red colectiva con rasgos de solidaridad.



Si hacemos memoria, nos encontraremos con que la solidaridad está en cada paso que damos. La base de las relaciones de los grupos sociales es dar, recibir y devolver. Así creamos vínculos con otras personas y se generan emociones fantásticas con las que nos fortalecemos como individuos y como grupo.

No es difícil pensar en el año 2021 como una gran posibilidad de reconstruirnos colectivamente, y eso no es tan difícil como parece. Se trata de hacer lo que ya hacemos todo el tiempo: dar cortesía, agradecimientos, gestos de apoyos y acompañamiento.

Solamente que ahora –en una situación complicada– podemos poner un poquito más de esfuerzo para extenderlo a todas las personas con que nos relacionamos. Únicamente falta que perdamos el miedo a dar para hacerlo con más frecuencia. Así, nos dirigiremos a un tiempo de *postpandemia* viviendo un día a día mucho más cordial para todos reconociendo que somos capaces de dar y generar alegría en los demás.

Date cuenta de que muy seguido recibimos ayuda, quizá sonrisas o apoyo para sacar adelante algunos proyectos. Muchas veces lo que te dan viene de nuestros compañeros, amigos, familiares, incluso, de personas que ni siquiera conocíamos. Todos estamos, en la práctica, tejiendo una red colectiva y solidaria.

Comprendemos el mundo a partir de lo que hacemos socialmente y tratamos de protegernos entre todos, física y emocionalmente. De esa manera podemos descansar en nuestra propia *red personal de relaciones íntimas*. Quizá no exista un sentimiento más grandioso que sentirse parte de una colectividad solidaria. A ese sentimiento tan fuerte le podemos llamar *agradecimiento*.

Las sociedades que han vivido todo su proceso de vida en comunidad, como los mayas o los nahuas, nos han compartido una gran lección: nunca negar el reconocimiento a los demás con un saludo, nunca permitir que alguien se quede sin alimento o con hambre, ser solidarios y emplear múltiples formas de colaboración social. Y aunque a veces no se esté de acuerdo con los demás las cosas se pueden arreglar por medio del diálogo. Lo que importa es que se mantengan nuestros lazos humanos por medio de la red colectiva.

Este próximo año pongamos en circulación el amor, puesto que se puede dar y recibir. Pongamos en circulación el apoyo, el aprecio y veamos también que existen personas en desventaja. Nuestras prácticas solidarias formarán un fuerte tejido social. Una red de todos.

María del Carmen Orihuela Gallardo,  
Centro Regional de Investigaciones  
Multidisciplinarias, UNAM.



## En los libros de Humanidades...

Frida y Diego se casaron el 21 de agosto de 1929. Él tenía 42 años y ella 22. La boda se celebró en el antiguo Palacio Municipal de Coyoacán. Los testigos fueron un peluquero y un médico homeópata. El juez había sido compañero de Rivera en la Escuela de Bellas Artes. En el diario *La Prensa* del 23 de agosto de 1929 al pie de una gran fotografía de la pareja, se comentaba:



El miércoles último, en la vecina población de Coyoacán, contrajo matrimonio el discutido pintor Diego Rivera con la señorita Frida Kahlo, una de sus discípulas. La novia vistió, como puede verse, sencillísimas ropas de calle, y el pintor Rivera de americana y de chaleco. El enlace no tuvo pompa alguna; se celebró en un ambiente cordialísimo y con toda modestia, sin ostentaciones y sin aparatosas ceremonias. Los novios fueron muy felicitados, después de su enlace, por algunos íntimos.

Linda Bank Downs, *Diego Rivera. The Detroit industry murals*, Detroit, EUA, The Detroit Institute of Arts Founders Society, 1999. p. 61.

Raquel Tibol,  
*Frida Kahlo. Una vida abierta*,  
UNAM, 2002,  
Col. Diversa, #11. p. 58.



KENTA  
ARTO

VOTA ✓

HARA

ALV-08  
TEAMA

LOVE

Esteticas Unisex  
Cortes Tintes

TORE  
El Gallo

OEPO





Antiguo Ayuntamiento de Coyoacán, ca. 1900. Tomada de *Ciudad de México. Crónica de sus Delegaciones*, México, Gobierno del Distrito Federal-Secretaría de Educación del Distrito Federal-Consejo de la Crónica de la Ciudad de México, 2007, p. 82.

# DEL SEPIA AL COLOR

El edificio de la actual Alcaldía de Coyoacán ha sido la sede del gobierno local desde el siglo XVIII. Probablemente esté construida sobre los terrenos en donde Hernán Cortés erigió su casa en el siglo XVI.

Sede de la Alcaldía de Coyoacán, a un costado del Jardín Hidalgo, Ciudad de México, diciembre de 2020.

