

# Poética cotidiana, estética y costumbre.

## Everyday Poetics, Aesthetics and Habit.

DOI: 10.32870/sincronia.v30.n90.e1068

**Bernardo Gutiérrez Razo**

 Universidad Autónoma de Zacatecas.  
 (MÉXICO)
CE: [bernardogr1495@gmail.com](mailto:bernardogr1495@gmail.com)
 <https://orcid.org/0009-0000-1898-6654>
**David Castañeda Álvarez**

 Centro de Actualización del Magisterio en Zacatecas.  
 (ESPAÑA)
CE: [castalvar80@gmail.com](mailto:castalvar80@gmail.com)
 <https://orcid.org/0000-0001-9678-5911>

 Esta obra está bajo una licencia internacional [Creative Commons Atribución-NoComercial 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

**Recepción:** 24/02/2026 **Revisión:** 26/05/2026 **Aprobación:** 17/06/2026

**Resumen.**

El artículo aborda la poética cotidiana como vía estética para revalorar la experiencia ordinaria y resignificar la costumbre en la vida contemporánea. Desde un enfoque filosófico-poético, se plantea que la repetición y la rutina no son solo tedio o automatización, sino condiciones para experiencias estéticas significativas. La vida diaria —hecha de hábitos, espacios domésticos y laborales, y microacontecimientos aparentemente triviales— se entiende como un campo estético complejo donde convergen sensibilidad, memoria, afecto y sentido. En diálogo con la estética cotidiana, se sostiene que la percepción sensible del entorno no se limita al arte o a la naturaleza, sino que emerge en gestos mínimos como cocinar, trabajar, limpiar o habitar la casa. La noción japonesa de *mono no aware* subraya que la sensibilidad ante lo efímero implica también una disposición moral de atención, empatía y responsabilidad. Así, la vida misma se revela como el lugar continuo de la experiencia estética.

**Palabras clave:** Estética cotidiana. Poética de lo cotidiano. Sensibilidad estética. *mono no aware*.

**Abstract:**

The article examines everyday poetics as an aesthetic pathway to revalue ordinary experience and resignify habit in contemporary life. From a philosophical-poetic perspective, repetition and routine are not merely sources of tedium or automation but conditions that enable meaningful aesthetic experiences. Daily life—composed of habits, domestic and work spaces, and seemingly trivial micro-events—is conceived as a complex aesthetic field where sensitivity, memory, affect, and meaning converge. In dialogue with contemporary everyday aesthetics, the paper argues that sensible perception of the environment is not confined to art or nature, but appears in minimal gestures such as cooking, working, cleaning, or inhabiting the home. The Japanese notion of *mono no aware* highlights that sensitivity to the ephemeral also entails a moral

disposition of attention, empathy, and responsibility. Thus, life itself becomes the continuous site where aesthetic experience unfolds.

**Keywords:** Everyday aesthetics. Poetics of the everyday. Aesthetic sensitivity. *mono no aware*.

El presente escrito es un trabajo abierto, que navega entre la filosofía y la poesía. Pide su argumento a la experiencia y la intuición. Su movimiento es errático, como errático es el método del diálogo con el otro. Con todo, ese mismo error brinda su sentido particular. Así, el texto no busca demostrar, sino vislumbrar; no pretende cerrar y proponer una idea concreta, sino abrir una rendija para comenzar a pensar. El diálogo con el otro, que también somos nosotros, es aquí el territorio a partir del cual la reflexión tantea, descubre, duda y se interrumpe. El artículo no propone un sistema ni un acercamiento unidireccional sino provocar al lector a pensar desde la experiencia cotidiana donde el mundo se vuelve castigo y promesa.

La estética –rama que, de cierta manera comprende tanto a la filosofía como a la poesía– tiene la fortuna de, en sus acepciones contemporáneas, ofrecer un acercamiento plural y complejo a la realidad y la experiencia humana pues permite atender al mundo no como algo alejado e independiente de nosotros sino como un habitar constante. Es por eso que:

[...] a medida que la estética sigue creciendo y evolucionando en respuesta a diversos cambios sociales o inquietudes mutuas con otras disciplinas, estas fronteras seguirán cambiando, transformándose y expandiéndose. Tal es la situación de la estética. Sin embargo, esto no debe considerarse una deficiencia o una limitación de la misma. Por el contrario, da testimonio de la vitalidad y singularidad de la disciplina, cuyo funcionamiento no puede equipararse al de ninguna otra especialidad filosófica. (Giombini & Kvokačka, 2023, p. 2.)

El cruce de reflexión que proponemos supone una cierta sensibilidad a través de la cuál la estética se vuelve un espacio de comprensión en la que el pensamiento dialoga con los afectos, el sentido y el valor que impregna la manera en que vivimos. La resonancia poética del espacio cotidiano se vuelve, desde esta perspectiva, una oportunidad para concebir los pequeños y grandes espacios y acciones que en gran medida envuelven a los seres humanos en su generalidad.

Ahora bien, existe una especie de adormecimiento ontológico en los seres humanos de nuestro tiempo, influenciado posiblemente por la uniformidad de los modelos de vida en el mundo,

impuestos ciertamente por la internet, redes sociales, la moda, etc. Despertar, lavarse los dientes, desayunar, beber café, tomar el transporte, entre otras actividades ordinarias, se vuelven numeraciones automáticas y automatizantes vistas desde la perspectiva de la novedad y lo extraordinario. No hay gracia, en ese sentido, en repetir lo mismo todos los días. Dentro de la cultura en la que la actualización y la producción desenfadada guía nuestros deseos, lo común y lo rutinario nos aparece como insulso, insustancial o soso.

Los entornos que habitamos a menudo nos parecen monótonos o carentes de interés en tanto que parece que todo se repite hasta el hastío y ninguna vivencia es realmente distinta a cualquier otra. Es indudable que lo anterior puede pasar. No obstante, si concebimos la experiencia sensible como cíclica –de manera similar a como lo han propuesto pensadores de la Modernidad como Nietzsche o Schopenhauer– se puede proponer que, en las vueltas de la espiral, la repetición, lejos de empobrecer la mirada, deja en los ojos una capa nueva de sentido. La repetición, vista así, es un círculo virtuoso que permite reconocer matices ignorados o pasados de largo para profundizar en la experiencia vivida. Cada retorno, cada inicio no es una copia banal del anterior sino una reinterpretación enriquecedora. Cada ocasión de encuentro y desencuentro es una oportunidad para redescubrir lo cotidiano con ojos renovados y espíritu descansado. En este sentido, la idea del tiempo cíclico ilumina a lo cotidiano como un potenciador de la reflexión de la experiencia. Jung (2012) propone una reflexión interesante al respecto cuando escribe que:

El espíritu de este tiempo me tentó con la idea de que todo esto pertenecía a lo sombrío de la imagen de Dios. Ello sería un engaño pernicioso, pues la sombra es el sinsentido. Lo pequeño, lo estrecho, lo cotidiano, no es, sin embargo, ningún sinsentido, sino una de las dos esencias de la divinidad. Me resistía a reconocer que lo cotidiano perteneciera a la imagen de la divinidad. Le escapaba a este pensamiento, ocultándome tras los astros más altos y fríos. No obstante, el espíritu de la profundidad me alcanzó y forzó la amarga bebida entre mis labios.” (p.168.)

La inescapable repetición que habitamos nos invita a detenernos, a poner atención, y dejar que el mundo se nos muestre con las múltiples capas de significado que podamos obtener de él - cosa que difícilmente se puede lograr en una sola experiencia. Octavio Paz, en *El arco y la lira*, nos dice que:

Todos los días cruzamos la misma calle o el mismo jardín; todas las tardes nuestros ojos tropiezan con el mismo muro rojizo, hecho de ladrillo y tiempo urbano. De pronto, un día cualquiera, la calle da a otro mundo, el jardín acaba de nacer, el muro fatigado se cubre de signos. Nunca los habíamos visto y ahora nos asombra que sean así: tanto y tan abrumadoramente reales. Su misma compacta realidad nos hace dudar: ¿son así las cosas o son de otro modo? No, esto que vemos por primera vez ya lo habíamos visto antes. (Paz, 2003, p.133).

*Esto que vemos por primera vez ya lo habíamos visto antes.* Así, como en la poesía dos versos idénticos no significan lo mismo en la experiencia humana lo que cambia es justamente la anterior y no el olor, el color o la cualidad. Como la sentencia de Heráclito, el hombre no se baña dos veces en un mismo río así mismo no cruzamos la misma calle porque ya no somos los mismos, ni nosotros, ni la calle, ni la ocasión. Así, la calle, el jardín o la tarde nunca se repiten, aunque se repitan. Cada instante tiene sutilezas y matices que escapan a una mirada apresurada o distraída, las distintas cualidades que podemos experimentar se fabrican en nuestra relación con el mundo. Que ampliemos nuestra mirada depende de la conjugación de la situación, el entorno y el sujeto; es cuestión de perspectivas, de la disposición del sujeto y la posición del objeto –como nos recuerda Paul Ziff cuando nos hace pensar en lagartos tomando el sol (Ziff, 1984).

La manera en la que experimentamos la repetición no depende solamente de nuestra percepción inmediata sino también de la manera en que habitamos el tiempo. Mientras que para algunos la costumbre y el retorno de la vida cotidiana se traduce en tedio para otros pueden reconocer en lo anterior un sentido más profundo, casi ritualístico que transfigura lo habitual y enriquece su significado y valor anteriores. El supuesto bajo el que habitamos el mundo determina en gran medida la manera en la que concebimos nuestra existencia. Para el hombre que vive en el tiempo pagano (lineal y cronológico), toda costumbre es un tedio, es adición y homogeneidad. Por otro lado, para el hombre que vive en el tiempo sagrado (cíclico y reversible), toda acción deviene en expresión divina. Pero eso no significa que un hombre pueda estar permanentemente habitando el tiempo sagrado. Para Mircea Eliade:

Existen los intervalos de tiempo sagrado, el tiempo de las fiestas (en su mayoría fiestas periódicas); existe, por otra parte, el tiempo profano, la duración temporal ordinaria en que se inscriben los actos despojados de significación religiosa. Entre estas dos clases de tiempo

hay, bien entendido, una solución de continuidad; pero, por medio de ritos, el hombre religioso puede «pasar» sin peligro de la duración temporal ordinaria al tiempo sagrado. (1999, p. 53.)

Cabe preguntarse entonces cuál es el momento de quiebre o de “paso” para el reconocimiento de la cotidianidad como una manifestación del instante poético. Para Eliade es justamente cuando ese tiempo sagrado irrumpe en el profano. Entonces sucede aquello de lo que habla Paz: aquellos escenarios del mundo monótono que ya habíamos visto antes aparecen nuevamente, esta vez revestidos de un barniz refulgente.

En efecto, la monotonía es el escenario que prepara y posibilita la irrupción. Pensamos erróneamente que los signos que experimentamos se repiten, se aglutinan y se empolvan, que se acumulan en un tejado de olvido sumativo en lugar de vislumbrarlos como el summum de la memoria y por ende de nosotros mismos. Así, a pesar de que la repetición agudiza tanto como oxida, podemos ver las cosas bajo una nueva luz justamente porque las hemos pasado desapercibidamente otras tantas. En tanto que ninguna experiencia es idéntica a otra, y, el ser humano no se puede concebir fuera de la misma, se hace visible que aquello que decimos que es igual o idéntico no lo es. Puesto así, paradójicamente la costumbre posibilita y es campo de lo extraordinario. No es lo contrario a éste, sino su condición misma de posibilidad. La espiral es la forma y movimiento de la repetición. Cuando un niño escucha decenas de veces una canción, desvela, en esa aparente monotonía, las capas de sentido que conforman las palabras y la melodía. Cada ocasión es diferente y la misma.

### **El espacio cotidiano como campo estético**

A pesar de reincidir la cotidianidad no se repite. Ninguna experiencia que vivimos es idéntica a otra, la belleza y misterio de la aparente reiteración de nuestra vida cotidiana es ser consciente de las sutilezas que marcan la diferencia en lo igual. En un sentido experiencial, el mundo que vivimos es siempre el mismo y siempre distinto y tales categorías toman sentido solamente con respecto a ellas mismas, pues la una no tiene sentido sin la otra.

Ahora bien, el campo de reflexión conocido como “estética cotidiana” surge en la filosofía anglosajona hace algunas décadas. Uno de sus objetivos es el de pensar aquello que no está contemplado en las bellas artes o la apreciación de la naturaleza. Este acercamiento se centra en la

complejidad de la vida diaria y su factor estético; el olor de una ciudad, los gestos y acciones de las personas, la disposición de los espacios urbanos o el sabor del café. La estética cotidiana es una invitación a agudizar la percepción ordinaria e inadvertida para crear un terreno fértil para pensar la vida misma. Por su parte Fernández señala que:

[...] el viraje decimonónico de la estética hacia una filosofía del arte, que asoció el placer estético a lo formal/intelectual y lo separó de lo práctico, útil y funcional, tenía ya unos hondos precedentes en la tradición epistemológica greco-latina; concretamente, en el ideal de contemplación teórica, avalado por el propio Aristóteles, que dominaría la teoría del conocimiento occidental (2025, p. 123).

Ahora bien, desde las ceremonias de té (Saito 2007, 2014, 2017) hasta los fenómenos somáticos (Shusterman 1999, 2006, 2012, 2019; Irving 2008, 2016) pasando por el trato de nuevas cualidades estéticas (Leddy 1995, 1997, 2012) y propuestas sobre sus abusos (Mandoky 2007, 2019; Godoy 2018, 2021) e implicaciones sociales y ecológicas (Berleant 2012, 2017; Carlson, 2001), la estética cotidiana se ha posicionado como un enfoque abarcante y democrático para pensar nuestra relación estética con nuestro entorno, el mundo y la vida misma. Así, el espacio de lo cotidiano, recibió la atención teórica puntual que, desde el surgimiento e institucionalización del sistema moderno de las bellas artes (Kristeller 1951, 1952) se le había negado a la vida como campo estético perenne y complejo, en palabras de Saito: “[a] ampliar el horizonte de indagación, la estética de lo cotidiano visibiliza y pone en cuestión ciertos supuestos que han orientado a la estética occidental desde el siglo XVIII.” (2025, p. 169: traducción propia). Lo anterior a pesar de que el mismo creador del concepto Alexander Baumgarten en su trabajo original:

Otorgó a la estética un papel mucho más relevante entre las diversas ramas de la filosofía, concretamente como un tipo de epistemología relacionada con el estudio de la sensibilidad en su sentido original, *aesthesis*, que denota percepción y experiencia, y solo indirectamente relacionada con la belleza, el gusto y el arte. Su objeto de estudio es cómo la percepción genera la experiencia, el conocimiento de la cognición sensorial. (Mandoky, 2023, p. 16).

Entonces, desde este punto de partida se abre un campo de análisis sumamente fértil que, al menos desde el punto de vista filosófico, había pasado inadvertido. Lo anterior se señala tomando en cuenta

que, irónicamente, las distintas artes una y otra vez nos instaron e instan a lo consuetudinario, a los detalles minúsculos y las llamadas pequeñas acciones, desde las acciones cotidianas que reporta el arte rupestre hasta *La encajera* de Veermer y la “Oda a la cebolla” de Neruda.

Pensar lo cotidiano es, entonces, pensarnos minuciosamente, con detenimiento e intentando sobrepasar nuestras arraigadas actitudes de indiferencia y mecanicidad burocrática. La poética cotidiana que proponemos pretende detenerse en lo cotidiano para revelar su profundidad y significado: conjugar imágenes, palabras, objetos, afectos, significados y reflexión en asombro. Atender a lo cotidiano de esta forma implica ejercitar nuestra sensibilidad para repensar la rutina y lo indiferente; intentamos poner manifiestas resonancias inesperadas dialogando con la experiencia personal y común. Kierkegaard (2009) se pregunta:

¿Qué sería, al fin de cuentas, la vida si no se diera ninguna repetición? ¿Quién desearía ser nada más que un tablero en el que el tiempo iba apuntando a cada instante una breve frase nueva o el historial de todo el pasado? ¿O ser solamente como un tronco arrastrado por la corriente de todo lo fugaz y novedoso, que de una manera incesante y blandengue embauca y debilita al alma humana? El mundo, desde luego, jamás habría empezado a existir si el Dios del cielo no hubiera deseado la repetición. (p. 29.)

La mirada poética tenaz, en este sentido, es una que observa obstinadamente los mismos hechos para pensarlos de manera más profunda sin, a su vez, salir de su perspectiva única y reiterante. Con todo, lo anterior es visto con cierta sospecha en tanto que “Nuestro *ethos* predominante celebra la creación, la innovación y la producción, un logro alcanzado en algún punto final, mientras que devalúa el necesario trabajo posterior a la producción de cuidado, mantenimiento y reparación.” (Saito, 2025, p. 174: tr. propia). Así, la costumbre y la insistencia, desde la óptica hegemónica de consumo y deshecho es percibida como un obstáculo molesto que hay que superar. En la cultura que diviniza el progreso, la novedad y la actualización lo cíclico o rutinario se muestra como el enemigo a vencer.

### La vida cotidiana: 3 espacios

Quizá debiéramos situar la experiencia de lo cotidiano, como instante luminoso o metafísico, en lo que Bachelard ha trazado como la dicotomía entre el espacio abierto y cerrado. La casa y el exterior. La cocina y el patio. La habitación y el campo. Ocurre en cualquier lado y en cualquier momento. No siempre, eso sí. Porque tal vez el intelecto o las sensaciones sean incapaces de sostener

perpetuamente ese momento ardoroso. El espacio, con la costra del tiempo pegada a sus paredes, es el marco rector que abraza esa experiencia estética.

Y todos los espacios de nuestras soledades pasadas, los espacios donde hemos sufrido de la soledad o gozado de ella, donde la hemos deseado o la hemos comprometido, son en nosotros imborrables. Y, además, el ser no quiere borrarlos. Sabe por instinto que esos espacios de su soledad son constitutivos. Incluso cuando dichos espacios están borrados del presente sin remedio, extraños ya a todas las promesas del porvenir, incluso cuando ya no se tiene granero ni desván, quedará siempre el cariño que le tuvimos al granero, la vida que vivimos en la guardilla. (Bachelard, 2000, p. 32.)

La experiencia estética se teje y se nutre de todos los aspectos de nuestra vida. Los espacios que habitamos están cargados de significado, de formas, de menesteres. Todo lo que vivimos resuena en nosotros de una u otra forma. Nuestra relación con el mundo conforma nuestra sensibilidad; lo que hacemos todos los días habla en gran parte de lo que somos. Para el hombre contemporáneo, la vida transcurre primordialmente en dos lugares: la casa y el trabajo. La vida doméstica tiene sus particularidades en cuanto a experiencia estética. Se trata del espacio donde se guardan los afectos más íntimos. La casa exige trabajo emocional. Si quiere conservarse, se debe tener en constante mantenimiento y vigilancia. En casa, uno come, duerme, se asea, arregla desperfectos (útiles e inútiles), ve crecer a los hijos, envejece junto a las cosas y las personas de alrededor. El hogar se construye junto con aquellos que lo habitan.

El hogar en sus exigencias demanda una atención atenta a la rutina, a la limpieza y el cuidado. Al ser el lugar más íntimo que tenemos, pide de nosotros lo que muchos otros espacios no. La imaginación se ejercita para acomodar el cuadro regalado, para decidir donde se colocará el jabón y de qué manera se organizarán los víveres necesarios para la comida. La disposición de los libros y los objetos que acompañan el librero, la forma en que se doblará la ropa para optimizar el espacio y los cuidados que han de tener las plantas de la casa que la dotan de vida. Saito, al recalcar la importancia de actos como la limpieza nos recuerda que:

Una buena vida no se basa necesariamente en hacer nuestras vidas más fáciles y despreocupadas delegando estas tareas a otras personas, máquinas o a las propias cosas. Solo al involucrarnos directamente con el mundo y trabajar en colaboración podemos practicar nuestro auténtico modo de vida. (Saito, 2025, p. 189 tr. propia).

La reflexión de la filósofa japonesa nos invita a pensar la buena vida –la antigua aspiración filosófica– como un proceso que tiene que ver con lo extraordinario como con lo ordinario, con las tareas domésticas, con las crayolas tiradas y la ropa sucia en el cesto. La casa puede entenderse también como el sitio concreto del hogar. Es un espacio dinámico habitado por objetos y seres vivos. No sólo se construye a través del espacio arquitectónico, sino también con la interacción del movimiento, la vida y los muertos que se encuentran dentro de ella. Resulta el lugar primigenio en que se construye el imaginario de los seres humanos. Los niños son sus primeros habitantes, es decir, los que dan vida a la casa con sus movimientos, como enuncia el siguiente haiku –por cierto, hecho por un niño:

Mirando la luna  
 con las enormes  
 sandalias de papá

(Haya, 2012, p.123).

La vida cotidiana está compuesta de escenas mínimas como la anterior. Pequeñas imágenes entrelazadas que dan sustento a los más profundos sentidos y aspiraciones humanas. Ser consciente de la conjunción de los gestos aparentemente aislados que componen nuestra forma de ver y entender el mundo es, de cierta manera, reflexionar sobre la vida misma, sobre su sentido y los objetos y personas que la componen para cada uno. La vida ordinaria –y en general– puede ser entendida como movimiento. En el hogar los objetos que interactúan dentro del mismo articulan sus funciones con las necesidades del espacio interior. Ocurre el encuentro entre seres animados e inanimados; entre el gato y el sillón, entre el polvo y sol que entra por la ventana. Es como dice Borges cuando se da el acto de morder una manzana: sabes que es una fruta y que se come. No obstante, la poesía no se halla ni en la manzana, ni en la boca del que la come, sino en el hecho de morder la manzana (y su estallido químico). Así, por ejemplo, un objeto tan simple como un ventilador puede generar la experiencia estética:

Los perritos  
 duermen profundamente  
 junto al ventilador

(Haya, 2012, p.67).

En la vida doméstica, el niño (habitante primigenio) sufre alegrías y tormentos. A veces se despierta en la noche. Tiene insomnio. Tal vez bebe agua. O solamente repasa cada uno de los sitios de aquel pequeño laberinto. En la casa se genera la conjunción de lo grande y lo pequeño. Esta representa la anatomía básica de la cotidianidad, o por lo menos, su centro. Expresa el corazón de donde parte la experiencia cotidiana y a donde regresa. El espacio de sosiego y caos. Después de ese viaje perpetuo de los seres humanos del siglo XXI – despertar, asearse, ir a trabajar, comer y dormir –, uno regresa a casa transformado en otro, tal vez más hastiado, tal vez más luminoso. La otra cara de la moneda, el sustento que hace posible la casa es el trabajo. Trabajar es darse cuenta de que uno ya no es un muchacho, como expresa el poema de Cesare Pavese “Trabajar cansa”. El muchacho escapa de casa y atraviesa la calle para descubrir el mundo de sueños y promesas; el hombre que ya no es un muchacho, sale de casa, con una o dos horas de anticipación, para llegar con puntualidad al trabajo: otra manera de descubrir el mundo. Esta actividad –que, en el mejor de los casos, uno deja de hacer al volverse viejo– permea prácticamente todas las otras aristas de la vida pues, de ella y sus horarios y calendarios se desprenden los viajes, las fiestas de cumpleaños y los momentos de recreación.

Sea en transporte público o en automóvil, el tiempo que transcurre en el camino, sumado a las horas del trabajo, se vuelve un ciclo de constante iniciación. Pasamos gran parte de nuestra existencia *en, hacia y alrededor* del trabajo. Como en el viaje del héroe (Campbell, 1972), quien trabaja acude al llamado a la aventura, se confunde, comienza el camino de las pruebas, lucha y se reconcilia con los personajes que lo rodean, luego regresa a casa y encuentra esa libertad para vivir. Es decir, el trabajo es símbolo de la vida misma y de la culpa misma de vivir. Si se despejara esa culpa, según Campbell, ahuyentaríamos también la ignorancia del ser y se orientarían las acciones hacia el bien:

El caer en la cuenta de la inevitable culpa de vivir puede enfermar el corazón de tal modo que, como Hamlet o como Arjuna, el individuo puede rehusarse a seguir. Por otra parte, como casi todos nosotros, el individuo puede inventar una falsa y finalmente injustificada imagen de sí mismo como un fenómeno excepcional en el mundo, no culpable como los otros, sino justificado de sus inevitables pecados porque representa el bien. (p. 136).

En el trabajo existen esquemas, jerarquías, afectos, encuentros y desencuentros. Ciertamente, el trabajar cansa, pero constituye otro espacio de posibilidades para la experiencia estética en tanto que es una experiencia sensible y situada que necesariamente nos relaciona con el entorno, otras personas y otros objetos. En la vida, y asimismo en el trabajo, lo que nos rodea posee ciertas texturas, contextos, rupturas y sinsentidos. Ahora bien, el trabajo raramente se hace en solitario. Casi la mayor parte del tiempo se construyen acuerdos, ideas, planes, proyectos que necesitan más de una visión para su buen funcionamiento. El trabajo, al menos en las leyes México, es una acción de la comunidad:

El trabajo es un derecho y un deber social. No es artículo de comercio, y exige respeto para las libertades y dignidad de quien lo presta, así como el reconocimiento a las diferencias entre hombres y mujeres para obtener su igualdad ante la ley. Debe efectuarse en condiciones que aseguren la vida digna y la salud para las y los trabajadores y sus familiares dependientes. (Art. 3o. <https://mexico.justia.com/federales/leyes/ley-federal-del-trabajo/titulo-primero>)

Para los benedictinos, el trabajo es una virtud teológica. *Ora et labora*, dicen según la Regla de san Benito. Reza y trabaja. Ello revela un lado divino del trabajo. El ganar el pan con el sudor de la frente para obtener riquezas. Esa idea ha permeado por varios siglos y permanece con fuerza en sociedades y grupos con una visión positivista de la historia, en tanto que el trabajo dignifica la condición humana. El trabajo organiza la vida y el tiempo, la percepción y el significado. De cierta forma somos expertos en la atmósfera que permea nuestra experiencia del trabajo, del espacio donde lo hacemos y los objetos que necesitamos. Conocemos los humores, las funciones y los detalles de aquello que nos acompaña en nuestras labores.

Con todo, la presente reflexión no trata de idealizar la noción del trabajo, con sus escabrosas aristas, como la precariedad, desigualdad, exceso de horas, la meritocracia, etc. Más bien se quiere plantear al trabajo como un espacio rizomático donde los individuos interactúan con el otro, siendo esa su potencia y combustible para que la experiencia poética tenga lugar. Desde el viaje que inicia el héroe (la parada de autobuses, el calentamiento del motor de su automóvil), hasta el espacio físico para laborar, se gasta la vida y el espíritu. Incluso cuando terminan las labores, quedan remanentes de esa vitalidad, por ejemplo, cuando un maestro ha finalizado sus clases y lleva el trabajo a la mesa de la cena, cuando la obra no salió como se quería, cuando un cliente insatisfecho fastidia, cuando

llegan las correcciones que hay que hacer a los escritos. El trabajo –que de por sí es difícil de señalar dónde acaba y dónde empieza– se vuelve un espacio esencial de la vida cotidiana rodeado por cualidades estéticas. Hoyos Morales (2022) nos recuerda que “Nuestro día a día está fundado sobre fenómenos estéticos que no son un simple correlato de nuestra existencia, sino que se sitúan en la base misma de nuestra vida” (p.107).

En el tedio que puede extender su sombra detrás de un escritorio, existe un pequeño punto de quiebre donde se cuele el instante poético: una mariposa que revolotea más allá de la ventana, el aroma de un jardín recién podado, las risas de los niños de una Primaria cercana. En medio de la monotonía de los quehaceres laborales, se abren los abanicos del sentido. En el chiste que se cuenta entre pasillos o en la comida con la colega está siempre la posibilidad de la experiencia estética.

El trabajo, ciertamente, consiste en repetición. El mundo contemporáneo es impensable sin sistemas, engranajes y mecanismo cíclicos. Cuando, desde el campo laboral se es consciente de ello, el trabajo deviene en una responsabilidad que trasciende al individuo mismo y lo olvida. Empero, se trabaja al exterior en la misma medida que se trabaja al interior. Es una experiencia ontológica de labrado sobre una piedra en bruto repleta de valor y significado. Como el boxeador que golpea una y otra vez el mismo saco, durante incontables días, hasta que llega el momento de la batalla verdadera. La hazaña del trabajo entonces sería sustraer ese aparente tiempo perdido en actividades que se repiten hasta el cansancio para ver, realmente, el momento de la verdadera batalla que es, en suma, la experiencia de vivir sin ataduras un instante. En la presión y prisión del trabajo, encontrar la libertad de lo estético.

Ahora bien, volviendo a pensar en el hogar, encontramos su corazón: la cocina. La cocina es quizás el espacio que ritualísticamente es usado, limpiado y habitado con más frecuencia. El espacio donde se comparte el pan ha sido estudiado tanto por Miguel Hernández en sus *nanas de cebolla* como por Van Gogh y *los comedores de patatas*. El arreglo de los platos, los cubiertos e incluso el emplatado de la comida cotidiana son el quehacer diario de la familia y el individuo, es un espacio de las noticias del día y de las impresiones cotidianas de los que comparten la mesa. La comida y la cocina juegan un rol fundamental en la estructura de la vida de cualquier persona. En estos encuentros aprendemos que también es un tipo de afecto, un acceso a la cultura y un lugar de reencuentro.

Se dice que no es lo mismo comer que alimentarse; comer es un acto maravilloso, que nos hace recordar e incluso soñar. Alimentarse puede reducirse a un acto de supervivencia mecánica. Sentarse a comer es un acto simbólico, con sus propias reglas e idiosincrasias que es profundamente humano en tanto que en ese momento convergen con especial brillo las distintas dimensiones que componen la existencia humana como la biológica, cultural, simbólica y afectiva, etc. La comida tiene significados y valores propios, distintivos y *sui generis* que, a través de la vida cotidiana, se agudizan e intensifican. La cultura entiende su cocina con orgullo y tradición. Se come lo que se puede comprar, se cocina con creatividad y con afecto, el pan se comparte con las manos.

En la vida doméstica cotidiana el plato no está completo si no va acompañado de la mano que lo hace. La sazón es a la comida lo que el estilo a la obra de arte. El arroz de restaurante y el arroz hecho por alguien que significa algo para nosotros son completamente distintos. En la mirada de un niño, el arroz de su mamá no solamente se trata de una comida común, sino que es la materia con que alimenta su propia infancia: el olor, los gestos, los silencios de la cocina, los platos, las sillas, la compañía:

En los pastelitos de arroz  
han quedado un poco marcados  
los dedos de mamá

(Haya, 2012, p.183)

En el hogar, el trabajo y la cocina se funden visiones de mundo. Por una parte, quien habita, trabaja y cocina imprime con su acción toda una narrativa de historia cultural, de preferencias e ideas.

### ***Mono no aware* y la polifonía de los objetos**

Motoori Norinaga alrededor del siglo XVII plantea la noción de *mono no aware* como una suerte de sentimiento/reflexión/conciencia de la presencia, significado y naturaleza de las cosas. Si pensamos la experiencia del *mono no aware* como una forma sensible y atenta de atender al mundo se nos revela que a menudo nos relacionamos con el mundo de esta manera. Aunque se podría decir que nuestras experiencias cotidianas no son necesariamente reflexivas – es decir, que no somos conscientes de estar teniendo tal experiencia – la vida cotidiana nos arroja un sinfín de ejemplos en

los que, de hecho, lo somos. Andrea Benezra señala que “la forma en la que desarrollamos nuestro día a día, las elecciones que tomamos acerca de nuestra vida o nuestra personalidad, a menudo se encuentra motivada por razones que apelan a la sensibilidad” (2023, p. 116). Entonces, cuando inspeccionamos el estado de los trastes, la suciedad en los zapatos o las formas graciosas en las que un niño descubre el mundo estamos atentos a las cualidades que se nos presentan. Emily Brady, en un tono similar llama la atención sobre las cualidades presentes en los mal clasificados *sentidos menores*:

Como todas las percepciones sensoriales, los olores y sabores pueden resultar agradables a la percepción, prestarse a la contemplación, poseer caracteres específicos e interesantes, así como ser reconocibles y memorables. Constituyen, además, un objeto propicio para una atención discriminatoria sostenida” (2005, p. 181).

La llamada experiencia estética no es sino una forma de llamar a ese instante de realización semántica y valorativa. Su distintividad consiste en el reconocimiento de las nimiedades que parecen distinguir a las cosas y situaciones que aparecen en el mundo. No hay nada de especial en tal experiencia aparte de la experiencia misma. No hay nada nuevo bajo el sol sino la experiencia. Vistas las cosas de este modo, la experiencia estética cotidiana es una suerte de polifonía de los objetos en tanto que, en la vida cotidiana un sinnúmero de objetos, seres, condiciones y demás configuran espacios definidos y únicos en los que vivimos. Todo eso que converge en la situación específica de cada individuo forma una polifonía única a través de la cual el mismo interpreta, valora y lleva a cabo su vida. La armonía de los libros en los estantes con las plantas decorativas y el color del sofá no son accidentales. La organización de los espacios, los esfuerzos de mantenerlos y de cuidarlos demuestran que esta inclinación de armonizar la polifonía de lo que nos rodea nos interesa. La polifonía el mundo nos lleva a reconocer que:

[...] es innegable el hecho de que la estética promueve la formación de actitudes morales que repercuten en nuestro carácter, así como en las interacciones que tenemos con los objetos y con el resto de personas, resulta necesario percatarnos de este poder que puede llegar a tener la sensibilidad estética (Benezra, 2023, p.115).

El *mono no aware* no es únicamente una categoría estética que alude a la sensibilidad ante lo efímero, sino también una disposición moral y una experiencia compleja que implica una forma

particular de estar en el mundo. Es moral en la medida en que educa la atención y la empatía: al reconocer que todo es transitorio, el sujeto se vuelve más cuidadoso con los otros, con los objetos y con los momentos que comparte, pues comprende su fragilidad y su irrepetibilidad. En la vida diaria, esta experiencia se manifiesta cuando percibimos la poética de un instante ordinario – una comida compartida, un aula al final del día, un objeto heredado– sabiendo que no se repetirá del mismo modo. Así, el *mono no aware* articula una sensibilidad estética que se vuelve orientación ética: invita a vivir con mayor atención, cuidado y responsabilidad frente a la transitoriedad que constituye nuestra existencia.

Cuando los fenómenos de la vida ordinaria son puestos bajo la red de las palabras o las imágenes parecieran distinguirse o separarse de aquellas cosas a las que refieren. Con todo, esta supuesta separación es cuando mucho temporal. Vamos del poema, de la pintura, de la música a la vida pues es ésta su referente principal. Quizás, incluso, no vamos de ningún sitio a otro, sino que es el mismo. Así, decir estética cotidiana es una suerte de pleonismo pues la estética siempre es sobre la vida y la vida siempre es cotidiana. Al final, el terco acontecer de los días es el que da sentido y valor a los mismos. En el espacio de la vida converge todo, la belleza, el estrés, el arte y la mediocridad; la sensibilidad nos lo hace notar una y otra vez en las canciones que cantamos, los cuadros que admiramos, las recetas inamovibles y el cuidado del viejo reloj. En palabras de Fernández:

Es de esta manera, mediante el rendir tributo a un instante extraído de nuestra cotidianidad gracias a medios artísticos —por ejemplo, mediante las pinturas con poemas caligrafiados—, como conectamos con una cierta “eternidad” o atemporalidad y de ese modo nos reconciliamos con el carácter evanescente de nuestras propias vidas. (2025, p. 130).

En nuestros días no hay interrupciones ni separaciones, es un flujo continuo de experiencia y construcción. Si entendemos a la vida como un sendero y no como secuencia podemos vislumbrar de mejor manera el muro revestido de color de Paz es el mismo con y sin el revestimiento, que la diferencia radica solamente en la atención. Entonces, no es que la poética dirija su atención a lo cotidiana como si fuera un objeto externo y lejano; mas bien, lo cotidiano en sí mismo es la dimensión poética que posibilita y revela cuando se pone atención y usamos nuestra sensibilidad.

La poesía, desde esta perspectiva, no añade algo extraordinario a la vida, sino que visibiliza lo increíble que emana de lo creíble que late en los gestos comunes, en los ritmos trillados, en las escenas menores y secundarias que componen la sinfonía de nuestras vidas. La dimensión estética es el fondo y lo inmediato en nuestras vidas, es un tejido sensible que abre espacios a la acción, al encuentro y al instante. Esta potencia estética de la vida crea significado que, cuando se reconoce, se encarna en poesía.

La inmensidad está en nosotros. Está adherida a una especie de expansión de ser que la vida reprime, que la prudencia detiene, pero que continúa en la soledad. En cuanto estamos inmóviles, estamos en otra parte; soñamos en un mundo inmenso. La inmensidad es el movimiento del hombre inmóvil. La inmensidad es uno de los caracteres dinámicos del ensueño tranquilo. (Bachelard, 2000, p. 164).

Así, lo cotidiano es poético y lo poético no puede dejar de ser cotidiano. La poética cotidiana o cotidianeidad poética es un eco profundo, como la polifonía, como la noción de *mono no aware*. Es la sensibilidad ante el carácter de la vida misma. Lo que habita en lo pasajero habita en todo. Lo cotidiano es poesía precisamente porque es transitorio y, por ello, digno de ser sentido con delicadeza. Desde el *mono no aware*, la vida diaria común se vuelve un campo de resonancias afectivas donde cada instante, por trivial que parezca, posee una belleza frágil que solo se revela a quien se detiene a percibirla.

### Referencias

- Bachelard, G. (2000). *La poética del espacio*. Fondo de Cultura Económica.
- Benezra, A. (2023). Haciendo mundo y haciéndonos en él mediante la experiencia estética. *RAPHISA. Revista de Antropología y Filosofía de lo Sagrado*, 8(1), 105–122. <https://doi.org/10.24310/raphisa.2023.v7i1.16234>
- Berleant, A. (2012). *Aesthetics beyond the arts: New and recent essays*. Ashgate.
- Berleant, A. (2017). Objects into persons: The way to social aesthetics. *ESPES*, 6(2), 9–18.
- Brady, E. (2005). Sniffing and savoring: The aesthetics of smells and tastes. En A. Light & J. M. Smith (Eds.), *The aesthetics of everyday life*. Columbia University Press.
- Campbell, J. (1972). *El héroe de las mil caras: Psicoanálisis del mito*. Fondo de Cultura Económica.

- Carlson, A. (2001). On aesthetically appreciating human environments. *Philosophy & Geography*, 4(1), 9–24. <https://doi.org/10.1080/10903770125625>
- Eliade, M. (1999). *Lo sagrado y lo profano*. Paidós.
- Fernández, R. (2025). Estética de lo cotidiano y transculturalidad: Por los caminos de Asia Oriental. *Anuario Filosófico*, 58(1), 121–140. <https://doi.org/10.15581/009.58.1.005>
- Godoy, M. J. (2021). El desagrado en la estética de lo cotidiano. *ÉNDOXA: Series Filosóficas*, 47, 229–249.
- Godoy, M. J. (2018). Negatividad y recepción estética: Las emociones difíciles a la luz del pensamiento dialéctico de Adorno. *Contrastes. Revista Internacional de Filosofía*, 23(1), 111–126.
- Haya, V. (Comp.). (2012). *La inocencia del haiku: Selección de poetas japoneses menores de 12 años*. Vaso Roto.
- Hoyos, A. (2022). La estética de lo cotidiano y la construcción del mundo propio: Desde Levinas y Merleau-Ponty. *Enrahonar. An International Journal of Theoretical and Practical Reason*, 69, 105–125. <https://doi.org/10.5565/rev/enrahonar.1400>
- Irvin, S. (Ed.). (2016). *Body aesthetics*. Oxford University Press.
- Irvin, S. (2008). Scratching an itch. *The Journal of Aesthetics and Art Criticism*, 66(1), 25–35.
- Jung, C. G. (2012). *El libro rojo*. El Hilo de Ariadna.
- Kierkegaard, S. (2009). *La repetición*. Alianza.
- Kristeller, P. O. (1951). The modern system of the arts: A study in the history of aesthetics (I). *Journal of the History of Ideas*, 12(4), 496–527.
- Kristeller, P. O. (1952). The modern system of the arts: A study in the history of aesthetics (II). *Journal of the History of Ideas*, 13(1), 17–46.
- Leddy, T. (1995). Everyday surface aesthetic qualities: "Neat," "Messy," "Clean," "Dirty". *The Journal of Aesthetics and Art Criticism*, 53(3), 259–268.
- Leddy, T. (1997). Sparkle and shine. *British Journal of Aesthetics*, 37(3), 259–273.
- Leddy, T. (2012). Defending everyday aesthetics and the concept of "pretty". *Contemporary Aesthetics*, 10, Article 8.
- México. Congreso de la Unión. (2026). *Ley Federal del Trabajo*. Justicia México. <https://mexico.justia.com/federales/leyes/ley-federal-del-trabajo/titulo-primer/>
- Saito, Y. (2007). *Everyday aesthetics*. Oxford University Press.
- Saito, Y. (2014). Everyday aesthetics. En M. Kelly (Ed.), *Encyclopedia of aesthetics* (2.ª ed., Vol. 2, pp. 525–529). Oxford University Press.

- Saito, Y. (2017). *Aesthetics of the familiar: Everyday life and world-making*. Oxford University Press.
- Saito, Y. (2025). Cleaning: Practicing everyday aesthetics and care. *Anuario Filosófico*, 58(1), 167–193. <https://doi.org/10.15581/009.58.1.007>
- Shusterman, R. (1999). Somaesthetics: A disciplinary proposal. *The Journal of Aesthetics and Art Criticism*, 57(3), 299–313.
- Shusterman, R. (2006). Aesthetic experience: From analysis to eros. *The Journal of Aesthetics and Art Criticism*, 64(2), 217–229.
- Shusterman, R. (2012). *Thinking through the body: Essays in somaesthetics*. Cambridge University Press.
- Shusterman, R. (2019). Pleasure, pain, and the somaesthetics of illness: A question for everyday aesthetics. En O. Kuisma, S. Lehtinen, & H. Mäcklin (Eds.), *Paths from the philosophy of art to everyday aesthetics* (pp. 201–214). The Finnish Society for Aesthetics.
- Ziff, P. (1984). *Antiaesthetics: An appreciation of the cow with the subtle nose*. Springer.