

Cartilla No1:  
RESPETAR LOS DERECHOS AJENOS  
Y NO ABUSAR DE LOS PROPIOS



**MÁS  
CIUDADANOS,  
MÁS PERSONAS**



Defensoría del Pueblo  
COLOMBIA

#NosUnenTusDerechos



#NosUnenTusDerechos

## INTRODUCCIÓN

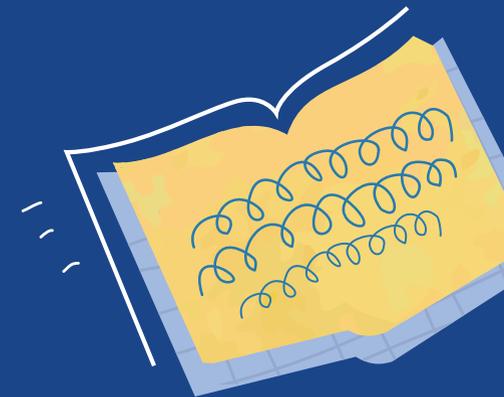
En esta cartilla sobre los deberes ciudadanos encontrará material teórico, informativo y lúdico, que le permitirán comprender desde el saber cotidiano la práctica de cada deber. En esta edición se hace referencia a: 'Respetar los derechos ajenos y no abusar de los propios'.

## TEORÍA

- 4 ¿De qué se trata el primer deber?
- 6 En los zapatos de...
- 8 Seis palabras que lo complementan.
- 9 Póngase a prueba con el test.

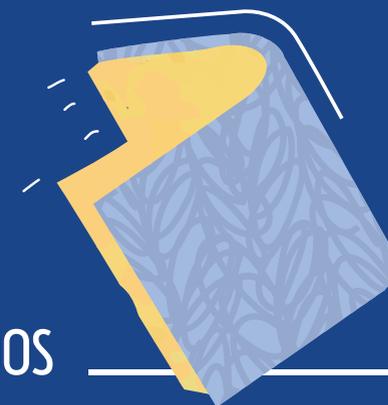
## INSPIRACIÓN

- 10 Alguien lo dijo una vez.
- 12 Reflexión de María Tamanis Tascón.
- 15 Colorín, colorado.
- 19 Crucigrama para repasar.



# “RESPETAR LOS DERECHOS AJENOS Y NO ABUSAR DE LOS PROPIOS”

Lo ampara el Art. 95 de la Constitución Política de Colombia.



## PRINCIPIOS Y DERECHOS RELACIONADOS

Libertad de opinión - Libertad de expresión - Libertad de circulación - Libertad de pensamiento - Libertad de conciencia - Libertad de religión - Derecho a la intimidad y a la privacidad - Libertad para escoger - Libertad de participar - Libertad de expresar y difundir el pensamiento y opiniones - Libertad de informar y recibir información veraz e imparcial - Libertad de fundar medios masivos de comunicación - Derecho a la paz y a la convivencia pacífica - Libertades civiles y políticas - Libertad de reunión, asociación y manifestación pública y pacífica - Derecho a la seguridad humana y a vivir en un entorno seguro.



# DEBER

**General. Aquello que las personas tienen que hacer, bien sea por razones morales, determinación de leyes, o como resultado de las obligaciones adquiridas o los contratos realizados.**

## CONTEXTO EN ARMONÍA

**A. Los deberes son impuestos por las leyes y también se derivan del buen comportamiento social.**  
**B. Hay conductas que no son ilegales, pero que sí pueden perjudicar la sana convivencia, como no respetar los turnos o las filas, pedir a gritos un servicio o no priorizar a los adultos mayores.**  
**C. Hay casos de abuso en el ejercicio de los derechos y se presenta cuando quien ejerce su derecho busca prevalecer su interés personal, perjudicando el interés general, que es el que la Constitución busca privilegiar.**

En los primeros días de julio de 2021 se celebraron en Colombia los treinta años de vigencia de la **Constitución Política de 1991** y son varios los capítulos que esta dedica a enumerar los derechos, clasificándolos en: **Fundamentales** (Capítulo 1 del Título II), **Sociales, Económicos y Culturales** (Capítulo 2), y **Colectivos y del Ambiente** (Capítulo 3). Además, reconoce los derechos humanos derivados de tratados y convenios internacionales avalados por el Estado colombiano.

En esta línea, junto con los derechos, define también una serie de deberes y obligaciones que los ciudadanos deben cumplir con la finalidad de que **“se asegure la convivencia pacífica y la vigencia de un orden justo”** (Art. 2 de la Constitución).

¿Por qué se imponen deberes?

El primer deber enumerado en el artículo 95 es: **“Respetar los derechos ajenos y no abusar de los propios”**, es decir, salvaguardar los derechos colectivos, de los vecinos, del otro, para garantizar un ambiente en paz, en el que prevalezca el interés general y no se abuse del derecho individual. Justamente este y otros deberes son los que permiten garantizar el ejercicio de los derechos y la **convivencia en un marco de paz**. Por esto, la Constitución establece deberes y obligaciones aplicables a colombianos y a quienes permanezcan en el país.

**El artículo 95**, entonces, lista esos deberes que se exigen a todas las personas y resalta que “El ejercicio de los derechos y libertades reconocidos en la Constitución implica responsabilidades. Toda persona está obligada a cumplir la Constitución y las leyes”.

Hace 155 años, en julio de 1857, el político mexicano Benito Juárez decía que: “El respeto al derecho ajeno es la paz”. Entonces, para que como ciudadanos podamos exigir derechos, debemos primero respetar los de los demás, cumpliendo lo que se nos encomienda en la Constitución, leyes y normas de convivencia.

# EN LOS 'ZAPATOS' DE...



**Acciones cotidianas dan valor a los deberes y derechos ciudadanos. Ejemplos, como los siguientes, le ayudan a repasar el tema y, a corregir situaciones, si son del caso.**

## **EN SINTONÍA CON LA COMUNIDAD**

El señor Alcides funda una empresa porcícola, ejerciendo su **derecho a la libre empresa**. Al montar sus instalaciones para ubicar los animales, desvía el cauce de la quebrada que corre por su vereda para usarla en las marraneras y deja a los vecinos sin acceso al agua. Ellos le reclaman y luego, con intervención conciliatoria de las autoridades, lo convencen de contratar el servicio a la empresa de acueducto y liberar el tránsito del líquido vital. Y es que para ejercer su derecho de libertad de empresa, don Alcides no podía afectar a la comunidad, siendo su deber como ciudadano **respetar los derechos de su vecindario**.

## **EN FAVOR DEL BUEN NOMBRE**

Isabela abre un blog para comentar sobre restaurantes de su ciudad y pone en práctica su **derecho a la libertad de expresión y de opinión**. Tiempo después, sus comentarios adquieren un tono distinto, que nada tienen que ver con la comida y la buena mesa y, en cambio, lesionan el derecho a la honra y al honor de *chefs* que trabajan en restaurantes, quienes le exigen retractación, pues vulneró el derecho al buen nombre. Isabela recapacita; acepta retirarlos, no repetirlos y reconoce que faltó al **deber ciudadano de respetar los derechos ajenos**.

## **DIVERSIÓN CON RESPONSABILIDAD**

Con sus ahorros, José compra una motocicleta para trabajar y divertirse. En ejercicio de su **libertad de trabajo y su derecho de locomoción**, transita por las vías públicas. Un día, modifica el mofle de la moto para que haga más ruido, y por las noches hace competencias por las aceras peatonales y los parques en los que juegan niños y adultos. Por afectar los derechos de sus vecinos con el ruido y violar las normas de tránsito es multado por las autoridades. **José admite que por disfrutar de su afición afectó los derechos de sus vecinos** y, por lo tanto, incumplió el primer deber ciudadano.

## **CON CONCIENCIA AMBIENTAL**

La comunidad del barrio La Magnolia, vecina de un bosque, lleva años sembrando árboles y cuidando el área forestal, enseñando a los niños y niñas el **derecho a un ambiente sano**. Las autoridades la declararon como área especial de protección ambiental. Un día, un grupo entró al bosque con volquetas para arrojar basuras, pero con intervención de las autoridades se aclaró que este espacio no podía usarse como depósito de basuras y desechos. Así, las personas que habían ingresado de manera violenta, entendieron que iban en contra de los **derechos colectivos a un medio ambiente sano**. ¡Pronto lo resarcieron! y se disculparon.

# GLOSARIO

Términos que aportan a su comprensión del primer deber.



## RESPONSABILIDAD SOCIAL

Compromiso, **obligación** y deber que se tiene de contribuir para lograr una sociedad más justa y la protección del ambiente.



## DERECHO

Se sustenta en la dignidad humana y es indispensable para garantizar el desarrollo **integral**. Se establece en la Constitución Política, tratados internacionales y leyes.



## DEBER

Responsabilidad social de participar en la vida política, civil y comunitaria del país, promoviendo y defendiendo los derechos humanos como **garantías** de una convivencia democrática y en paz.



## RESPECTAR UN DERECHO AJENO

Expresa la libertad y **autonomía** para autogobernarse y autodeterminarse y, al mismo tiempo, implica una responsabilidad social hacia el otro; respeto de su libertad, dignidad, honra o integridad personal, entre otros.



## SOLIDARIDAD SOCIAL

Capacidad o actitud de ayudarse y **apoyarse**, respondiendo con acciones humanitarias a situaciones que ponen en peligro la vida, la salud, la integridad física de las personas o la comunidad.



## PROTEGER LOS RECURSOS CULTURALES Y NATURALES DEL PAÍS

Deber que promueve acciones para adaptarse al cambio climático, garantizando la **calidad de la vida** actual y futura de los seres humanos en relación con la fauna, flora, parques y reservas naturales, entre otras.



# ¿USTED QUÉ HARÍA?

Nada mejor que practicar lo aprendido, así que lo invitamos a responder este test con conciencia a partir de casos cotidianos.

**1. Gritar e insultar a su amigo. ¡Es su amigo! y, como tal, está en todo el derecho de hacerlo.**

- A. ¡Claro!, le puede gritar las veces que quiera.
- B. No era la intención, pero se lo merecía.
- C. ¡Jamás le gritaría ni insultaría! Merece todo el respeto.

**2. Transitar por las cebras al cruzar las calles para evitar accidentes y conservar la vida.**

- A. Pasar por la cebra o esquivando carros. ¡Es indiferente!
- B. ¿Para qué sirve una cebra?
- C. Cruzar y caminar por donde se debe.

**3. Guardar la basura hasta encontrar una caneca para depositarla.**

- A. Noo... Tirarla al piso es más sencillo.
- B. Para eso están las personas que tienen como profesión barrer las calles. ¿No?
- C. La guarda hasta encontrar un basurero.

**4. Participar activamente en las elecciones presidenciales. ¡Es un deber!**

- A. ¿Para qué votar?
- B. Nadie debería votar, al final, el que gana no reconoce nada al sufragante.
- C. Hace parte de un deber ciudadano.

**5. Poner la música a alto volumen en su casa durante la fiesta familiar.**

- A. Es su casa y puede hacer lo que quiera.
- B. Le baja si la Policía lo va a multar.
- C. La música en un volumen que no afecte al vecindario.

**6. Respetar la fila del supermercado o el turno de la cita médica.**

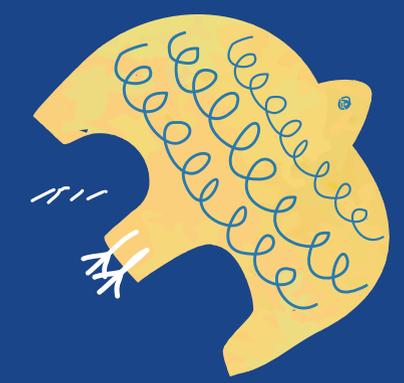
- A. Busca la manera más rápida de lograr el objetivo, así altere el orden de las cosas.
- B. Depende de la situación, si respeta o no.
- C. En cualquier caso espera el turno.

## LAS RESPUESTAS:

**5 o más A:** es importante repasar sus prioridades como persona, ciudadano, para reconocer lo necesario que es respetar al otro y a las comunidades para vivir en paz. ¡Reflexione!

**5 o más B:** tiene un poco de sentido común frente a sus derechos y deberes como ciudadano, pero todavía le falta más sensibilidad. ¡Recuerde que de sus actos se desprenden consecuencias!

**5 o más C:** definitivamente, tiene muy claro de lo que se trata ser buen ciudadano. Es consciente de sus deberes y, como tal, respeta los derechos del otro en cualquier situación. ¡Felicitaciones!



“NO ESTOY DE  
ACUERDO CON LO  
QUE DICES, **PERO**  
**DEFENDERÉ CON MI**  
**VIDA TU DERECHO A**  
**EXPRESARLO”**

**Evelyn Beatrice Hall**  
**(1868-1956)**

Escritora y traductora británica.

# EL ARTE DE AYUDAR PARA SANAR



María Tamanis Tascón tenía cerca de quince años cuando recibió su primer collar de chaquiras o *kurruma kaí*, como se denomina la técnica en su lengua nativa Embera. En la tradición de su cultura, las mujeres reciben esta joya al superar la infancia y aproximarse a la adultez, como muestra de los deberes que tendrán a cargo: proteger a sus familias y cuidar de la comunidad. El collar tiene la intención de portar con orgullo la sabiduría de las mujeres que las preceden.

Ese mismo año, sin embargo, un conflicto la llevó a pasar tres días en la prisión del resguardo y luego, muy joven aún, se vio obligada a migrar a la ciudad. Así llegó a Medellín, en donde tuvo ocasión de visitar a una familiar suya en la antigua cárcel de Pedregal y conoció de primera mano las condiciones de vida de las personas privadas de la libertad. Entonces, por primera vez, sembró en su corazón la idea de contribuir en el proceso de reflexión de quienes habían cometido errores en el pasado.

Hoy, ella, la alguacil mayor del cabil-

do Indígena Chibcariwak en la capital de Antioquia defiende que el **amor entre iguales es lo más importante**, y se dedica a luchar por los derechos de quienes están en prisión, acompañando sus procesos de resocialización con el poder del arte.

Durante los primeros años de su labor contribuyó a que personas indígenas pudieran estar recluidas en las prisiones de la comunidad y ser juzgadas bajo la ley de su cultura. “Muchos de ellos no tenían cédula y los procesos judiciales se habían desarrollado de manera irregular”, señala.

Tejía artesanías y las comercializaba para solventar sus gastos hasta que decidió incorporar el arte Embera en su trabajo social con las personas privadas de la libertad. Además de luchar por sus derechos, aplicaría el legado artístico de sus ancestros en los procesos de reflexión de los que era testigo en cárceles.

**“Todos estamos en capacidad de aprender de nuestros errores. Respetar al prójimo es algo que todos podemos hacer, todos nacimos para eso”,** expresa.

## Aprender de los errores es el primer paso para reconocerse en el otro.

Entre nylon, chaquiras y conversaciones ha ido tejiendo un camino que conecta los conocimientos ancestrales Embera con la reconstrucción de nuevas sensibilidades y proyectos en libertad. Colores y formas cristalizan una intención que, en el caso de las personas privadas de la libertad, se materializa en el amor por sus familias y el deseo de compartir con ellas la cotidianidad desde la sana conciencia de **promover ambientes en paz.**

Para María, el arte es portador de un mensaje que guía los caminos de reflexión de las personas. “A través de él entendemos que hacemos parte de una misma humanidad. El arte nos conecta en nuestra condición humana y aprendemos el principal de los deberes: **vernoss a nosotros mismos en el otro y respetar su integridad**”.

Los tejidos *Okamá* son triangulares como montañas y cerros que reflejan el camino andado de los ancestros; la aguililla expresa sentimientos de fuerza y liderazgo para abrir nuevas posibilidades, y la flor *nepono* representa la alegría. Cada una de estas técnicas se propone ser una manera de generar ingresos tras el retorno a la libertad.

“Como seres humanos cometemos errores y aprendemos de ellos, y es así como podemos cambiar nuestras vidas”, agrega Yeraldín Domico, hija de María Tamanis, tejedora como ella, licenciada en Ciencias de la Madre Tierra, y quien la acompaña en este

## El deber más importante: respetar sin condiciones.

proceso hacia la libertad.

Durante un tiempo, María intentó dialogar con la persona que discutió en aquel episodio que la expulsó de su resguardo aún siendo una joven, pero nunca recibió una respuesta.

Pese a esto, hoy sabe que lo más importante es haber comprendido el valor del respeto al prójimo sin condiciones y, por eso, entrega lo mejor de su arte a quienes lo necesitan.

En su escritorio guarda los collares sin terminar de muchos aprendices envueltos en papeles que llevan escritos sus nombres. Durante los meses de pandemia tuvo que suspender su trabajo, pero espera volver y retomar su misión de recordarles a otros la **importancia de la libertad desde la conciencia de hacer el bien.** Mientras mira sus collares a medio terminar, guarda una certeza: “Yo sé que me están esperando y haré lo posible por regresar pronto. Me gusta servir y ser el puente para ayudar a otros”.



Por Beatriz Mesa Mejía

—¡Fortuna no está en el potrero!

Sergio, parado en el umbral de la puerta, gritaba a todo pulmón, pues la radio, a gran volumen, dejaba la casa envuelta en la estridencia de la música.

Ricardo, su papá, no escuchó el llamado de su hijo adolescente. Este tuvo que ir hasta la cocina, a buscarlo, donde lo encontró sentado tomándose un tinto.

—Papá, Fortuna no está —dijo el joven.

Fortuna es la yegua blanca que tanto les sirve. ¡Y tanto quieren! Compañera de paseos y recorridos por los potreros; la que los lleva a la tienda que está en la carretera, a varios kilómetros de su casa.

—Papá, la música está muy intensa, se oye desde lejos y don Bernardo siempre me dice que le bajemos, que ese sonido llega hasta su finca. Eso lo molesta, porque él prefiere el silencio y el canto de los pájaros.

# FORTUNA Y LOS PÁJAROS

Ricardo se paró furioso y salió al corredor a mirar hacia la casa del vecino. Sergio, preocupado por lo que podía pasar, le bajó el volumen a la radio. ¡Por fin había silencio!

Padre e hijo discutieron. Sergio le explicó que Fortuna se salió del corral porque alguien dejó el broche abierto. Ricardo pensó que Bernardo, tal vez, lo había hecho a propósito.

El sol de la tarde se estaba escondiendo. Los dos salieron a buscar a la yegua. Al cabo de un rato la encontraron bastante lejos. Al llegar, la encerraron en el establo y le dieron de beber.

Ya en la casa, **Ricardo reflexionó y entendió que el ruido mortifica a sus vecinos. Decidió bajarle a la música y escucharla de manera más tranquila para que no traspasara las paredes de su casa.** Y, la verdad, se sintió mucho mejor.

Mientras tanto, Fortuna pastaba feliz.

**Ricardo reflexionó y entendió que el ruido mortifica a sus vecinos.**

2  
CUENTO

LOS  
OTROS  
COMO  
YO



Por Beatriz Mesa Mejía

Mariana se veía triste por esos días. Su risa ya no aparecía con la misma frecuencia y sus padres comenzaron a preocuparse. Su hermano mayor ya no encontraba en ella la compañera de juegos y conversaciones llenas de humor y misterio.

Algo pasaba. Ella no decía nada.

Mariana era una niña de estatura pequeña, todos sus amigos de la clase eran más altos. Además, usaba grandes anteojos, lo que no le impedía gozar del recreo. Sin embargo, desde meses atrás sus compañeros comenzaron a jugarle bromas que no le gustaban. Se reían de su figura, le escondían los colores, no la invitaban a participar de la media mañana. Ella intuía la razón: era distinta al resto.

Entre todos los estudiantes se destacaba Rubén. Un poco más fuerte, de cabello crespo y muy rubio, lograba descomponerla con sus chistes y palabras pesadas. Ella, cuando llegaba al salón, trataba de alejarse de él. Se sentaba lejos y lo evitaba en los tiempos de descanso. Pero no bastaba. Ese chico era un líder fogoso, involucraba a los demás en esa actitud tan chocante y todos terminaban haciéndole caso, burlándose de Mariana.

Vivían cerca. Así que muchas veces coincidían en el recorrido hacia el colegio. Un día, Mariana observó a la hermana mayor de Rubén. Una joven alta y bonita que, sin embargo, no se veía feliz. La niña pensó en ella misma y sintió que había una gran afinidad entre las dos.

Una tarde, sin querer, escuchó una conversación entre Rubén y su hermana, a quien llamaba Titi. En su trabajo, los compañeros le estaban haciendo chanzas fuertes, no la involucraban en las conversaciones, por lo que comenzó a sentirse extraña entre los mismos. Era muy inteligente, pero no sabía expresar sus buenas ideas y cuando hablaba en las reuniones de la oficina lo hacía de manera torpe. Esto, a pesar de estar entre gente adulta, se convirtió en motivo de risas y un día perdió la paciencia. Les exigió respeto de una manera poco adecuada, casi a los gritos. Su jefe le dijo que, de volver a hacerlo, le pediría la renuncia.

Rubén, al enterarse de lo que le ocurría a Titi, uno de los seres que más amaba, sintió una punzada en su corazón. ¿Cómo era posible que se burlaran así de ella? ¿Cómo era posible que la trataran mal si era una persona tan dulce? De inmediato pensó en su propia actitud en el colegio. Recordó las zancadillas que le ponía a Mariana y se sintió avergonzado. Puesto en el lugar de ella, supo que su dolor era el mismo que sentía su hermana.

Luego de meditarlo, tomó una decisión: se reunió con sus compañeros y les compartió lo que lo entristecía. Todos estuvieron de acuerdo en que hacer bufas a los demás es ir, de alguna manera, contra ellos mismos.

**—No podemos ofender. No tenemos derecho a hacerles daño a los otros —dijo Rubén.**

A la mañana siguiente, durante el recreo, Rubén invitó a Mariana a participar en uno de los juegos. Solo le lanzó una pelota y la niña entendió que algo había cambiado. Luego del descanso, en su pupitre, ella se sintió liviana.

La risa de Mariana volvió. Su divertida conversación siguió su curso. Ella también aprendió una lección.

**¿Cómo era posible que se burlaran, que la trataran mal, si era tan dulce?**



## DE DEBERES CIUDADANOS

| Hacen parte de un Estado como Colombia  | Simbolo del bromo              | Acompaña a gracias                   | Es un significado de los derechos humanos | Objeto                      | Defensoría del Pueblo COLOMBIA |                   |
|---|--------------------------------|--------------------------------------|---|-----------------------------|--------------------------------|-------------------|
| Grito para estimular el caballo         | Los debe exigir como ciudadano | Vientán es su capital                | ...                                       | ...                         | ...                            | ...               |
| Planta de flores amarillas              |                                |                                      |   |                             |                                | ...               |
| Apostar                                 |                                | Municipio del Huila                  |   |                             |                                | ...               |
| Ira exaltada                            |                                | Rio de Rusia                         |   |                             |                                | ...               |
|   |                                |                                      | Culebra americana                         |                             |                                | ...               |
|   |                                |                                      | Quintana... estado de México              |                             |                                | ...               |
| Como ciudadano también se deben cumplir |                                |                                      |   | Opus... movimiento católico |                                | ...               |
|   |                                |                                      |   | Sinónimo de deberes         |                                | ...               |
| Prueba de paternidad                    | Sanies                         |                                      |   | Su número atómico es 10     |                                | ...               |
|   | Número atómico del fluor       |                                      |   |                             |                                | ...               |
|   |                                | Caliente en inglés                   |   | Orlando Fernández           |                                | ...               |
| Carro                                   |                                |                                      | Aposta                                    |                             |                                | ...               |
|   |                                |                                      | Dominio de internet de España             |                             |                                | ...               |
| Simbolo del neón                        |                                | Polidipsia                           |   | Simbolo del manganeso       |                                | ...               |
| Bossa... música brasileña               | Peter Benenson es su fundador  |                                      |   | Ingeri alimento             |                                | ...               |
|   |                                | Escuerzo                             | Contrar matrimonio                        |                             |                                | ...               |
|   |                                |                                      | Antónimo de tupido                        |                             |                                | ...               |
| Raiz cuadrada de 36                     |                                |                                      | Aguardiente con canela y azúcar           |                             |                                | ...               |
|   |                                |                                      | Papel de un actor                         |                             |                                | ...               |
|   |                                | Hijo de Sem                          |   |                             | Simbolo del tecnecio           | Simbolo del cromo |
|   |                                | Constitución                         |   |                             |                                |                   |
|   |                                | Carta Magna de Colombia (foto abajo) |   |                             |                                |                   |
|   |                                | Único                                |   |                             |                                |                   |
|   |                                |                                      |   | Tarjeta en inglés           |                                |                   |

### SOLUCIONES:

Solo las horizontales: b, m, c, cardillo, ir, Elías, furor, boa, r, deberes, Dei, a, icor, neón, ADN, hot, OF, t, auto, adrede, Ne, sed, Mn, g, nova, s, casar, seis, rosolí, Aram, r, d, Política, solo, card.



**Defensoría  
del Pueblo**  
C O L O M B I A

#NosUnenTusDerechos