

JUNTOS PERO NO REVUELTOS

REVUELTOS...

No nos distinguimos.

Nos interferimos.

Nos invadimos.

Nos dañamos.

Nos poseemos.

Nos asfixiamos.

Nos excluimos.

No nos escuchamos.

Nos sentimos solos.

JUNTOS...

La familia emocionalmente ecológica

Juntos pero no revueltos

JAUME SOLER
M. MERCÈ CONANGLA



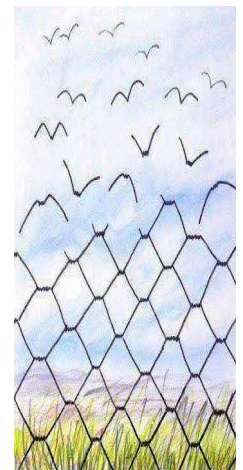
AL PRINCIPIO FUE EL CLAN

Al principio fue el clan. Temerosos del mundo exterior y de tantos sucesos que no entendían, aquellos primates superiores se agrupaban en manadas para defenderse y sobrevivir. Juntos y revueltos, pero indiferenciados, aprendieron a compartir comida, a obtener fuego, a cazar, a recolectar, a protegerse en cuevas y a comunicarse. Machos y hembras adultos se peleaban o copulaban para desahogarse, tranquilizarse o darse placer. No había sentido de la posesión, de la libertad o de la responsabilidad individual. El sexo se daba con naturalidad, sin intimidad y sin pudor, de la misma forma que se bebía, se comía o se dormía con el grupo. Algunas hembras tenían crías que se incorporaban al clan y aprendían a sobrevivir y a espabilarse, tan pronto sus madres se desentendían de ellas. Ninguna conciencia de relación entre coito y embarazos. Los machos defendían y cazaban, las hembras parían, criaban y cuidaban. No existía la familia propia. Lo importante era el grupo.

FAMILIA Y PROPIEDAD PRIVADA

Se intenta algo muy difícil: unir los conceptos de sexo, amor y matrimonio en una única pareja estable, después de mucho tiempo en el que se han dado separados, cada uno por su lado. Ya no se admite que vayan a su aire los impulsos sexuales primarios. Hay conciencia de las emociones, aunque no se ha aprendido a dirigir las bien.

Las relaciones de pareja se han ligado a contratos y a sacramentos que intentan regularlas y estabilizarlas en el tiempo para evitar el caos social. Algunos padres y madres siguen considerando a sus hijos y a su pareja como de su propiedad y ejercen poder sobre ellos. Se alarga el periodo de crianza.



EN EL MOMENTO ACTUAL

Juntos pero no
revueltos

J. Soler & M^a. Conangla
Editorial Amat

En el momento actual la variedad de respuestas es enorme, la globalización ha roto los diques que protegían y aislaban la familia. Ésta deja de ser la única fuente de transmisión de conocimientos y valores. Los contratos pueden romperse o cambiarse, se puede convivir sin contrato y cambian las fórmulas de relación aceptables. Los hijos pueden tenerse sin sexo y sin pareja... La familia pierde influencia y tiene dificultades. El conocimiento de que el mundo es diverso, de que no hay verdades únicas y de que es legítimo buscar las propias respuestas provoca desorientación a nivel social, familiar y personal.

F-A-M-I-L-I-A

F - Facilitadora

A - Auténtica

M - Motivada

I - Inteligente

L - Liberadora

I - Ilusionada

A - Autónoma

L-I-B-R-E

L - Límites

I - Individualidad

B - Bondad

R - Reciprocidad

E - Empatía

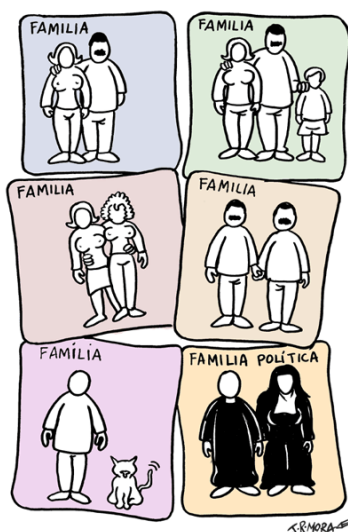
FAMILIA EMOCIONALMENTE ECOLÓGICA

La **familia emocionalmente ecológica** está formada por una red de relaciones tejidas con hilos de libertad, responsabilidad, generosidad, solidaridad, respeto y amor

Esperar que la familia resuelva todos nuestros problemas significa ceder el control de nuestra vida y el precio de hacerlo es demasiado caro: la pérdida de libertad y el pago de una hipoteca afectiva que puede durar una vida entera.

Ecología Emocional
es un modelo de
gestión de las
emociones creado
el año 2002 por
Jaume Soler y
Mercè Conangla.

Es el arte de vivir
vidas
emocionalmente
sostenibles,
cuidando de
nuestros dos
planetas : la Tierra
y nuestro mundo
interior



JUNTOS...

Podemos ser nosotros mismos.

Podemos construirnos mejor.

Podemos crear puentes de diálogo.

Podemos enriquecer nuestra forma de pensar.

Podemos compartir nuestro sentir.

Podemos vivir la alegría.

Podemos animarnos a ser más valientes.

Podemos crecer.

Podemos ser diversos.

Podemos abrazarnos y reír.

Podemos ayudarnos a seguir.

Podemos comprometernos con el mundo.

¡Juntos, pero no revueltos!