



GUÍAS PRÁCTICAS
PARA LA FAMILIA

Ecología de **LA FAMILIA**

Herramientas para fundar, cuidar, desarrollar
y restaurar las relaciones familiares

Cristian Conen



Universidad de
La Sabana

ECOLOGÍA DE LA FAMILIA

Herramientas para fundar,
cuidar, desarrollar y restaurar las
relaciones familiares



ECOLOGÍA DE LA FAMILIA

Herramientas para fundar,
cuidar, desarrollar y restaurar las
relaciones familiares

CRISTIAN CONEN



Universidad de
La Sabana

Conen, Cristian, autor

Ecología de la familia: herramientas para fundar, cuidar, desarrollar y restaurar las relaciones familiares / Cristian Conen. -- Chía: Universidad de La Sabana, 2018
104 páginas; cm. (Colección Guías Prácticas para la Familia)

Incluye bibliografía

ISBN 978-958-12-0463-2
e-ISBN 978-958-12-0464-9
doi: 10.5294/978-958-12-0463-2

1. Ecología humana 2. Familia 3. Cónyuges 4. Amor I. Conen, Cristian II. Universidad de La Sabana (Colombia). III. Tit.

CDD 306.8

CO-ChULS



Universidad de
La Sabana

RESERVADOS TODOS LOS DERECHOS

- © Universidad de La Sabana,
Instituto de La Familia, 2018
- © Cristian Conen

EDICIÓN

Dirección de Publicaciones
Campus del Puente del Común
Km 7 Autopista Norte de Bogotá
Chía, Cundinamarca, Colombia
Teléfono: (57-1) 8615555 Ext. 45001
<https://publicaciones.unisabana.edu.co>
publicaciones@unisabana.edu.co

Primera edición: abril de 2018
ISBN: 978-958-12-0463-2
e-ISBN: 978-958-12-0464-9
DOI: 10.5294/978-958-12-0463-2
Número de ejemplares: 1000

CORRECCIÓN DE ESTILO

Hernando Sierra

DISEÑO Y DIAGRAMACIÓN

Kilka Diseño Gráfico

IMPRESIÓN

Grupo Imágenes

HECHO EL DEPÓSITO QUE EXIGE LA LEY

Queda prohibida la reproducción parcial o total de este libro, sin la autorización de los titulares del copyright, por cualquier medio, comprendidos la reprografía y el tratamiento informático. Esta edición y sus características gráficas son propiedad de la Universidad de La Sabana.

CONTENIDO

	Pág
Introducción	9
¿Qué es la ecología humana?	11
¿Qué es la ecología de la relación hombre-mujer?	17
Primera herramienta: ¿cuál es la unión hombre-mujer sólida?	17
Segunda herramienta: ¿cómo construir una unión hombre-mujer sólida?	28
Tercera herramienta: ¿cómo mantenerse los cónyuges enamorados?	33
Cuarta herramienta: ¿cómo superar obstáculos en la vida conyugal?	43
Quinta herramienta: ¿cuál es la gran ayuda conyugal espiritual?	49
Sexta herramienta: ¿cómo restaurar la relación conyugal?	54
¿Qué es la ecología de la relación padres-hijos?	63
Séptima herramienta: ¿cuáles son las claves para educar a los hijos?	63
Octava herramienta: ¿cómo educar para el amor sólido?	74
Novena herramienta: ¿cómo educar para la paz?	78

Décima herramienta: ¿cuál es el estilo educativo familiar óptimo?	82
Conclusiones	91
Referencias	95

-INTRODUCCIÓN-

El término *ecología* significa “conocimiento” y “cuidado de la casa”. Hasta ahora se ha reducido el concepto al conocimiento y cuidado de la casa física: el planeta (aire, agua, fauna, flora, residuos, ruidos). Sin embargo, es tiempo de extender el significado de la ecología a la protección del ambiente humano óptimo para las personas.

Ese hábitat ecológico personal es aquel en el que el ser humano recibe valoración y amor incondicional (no condicionado a las competencias profesionales, las destrezas deportivas o la simpatía, criterios estos de valoración en el mundo profesional, deportivo o social, respectivamente). En la familia nos valoran de forma incondicional por lo que somos y por lo que hacemos o tenemos.

El amor incondicional es el trato debido a la persona humana en conformidad con su dignidad, por tanto, su ausencia tiene efectos negativos en la felicidad, así como en la salud personal y social.

La ecología de la familia, es decir, la fundación óptima, el cuidado, el desarrollo y la restauración de la vida familiar es el desafío más importante para la humanidad. El derecho humano más básico después del derecho a la vida es el derecho a saber amar, y este derecho se actúa en la familia.

Los científicos de universidades importantes (Harvard y Princeton, entre otras) verifican en la actualidad por medio de investigaciones cómo la causa más profunda de los problemas globales de delincuencia y violencia, de los trastornos emocionales, de la apatía vital, las adicciones y el suicidio juveniles contemporáneos es el desamor o la falta de afecto derivados del deterioro de la unidad y la armonía familiar.

Por esto, una educación y un acompañamiento para la ecología de la familia es una acción de interés personal, estatal y eclesiástico de importancia fundamental. ¡La formación de quienes van a fundar una nueva célula básica de la sociedad y de la Iglesia es prioritaria! Esta guía pretende ser un humilde aporte a dicho desafío.

-¿QUÉ ES LA ECOLOGÍA HUMANA?-

La primera estructura básica de ecología humana es la familia, en cuyo seno se aprende a amar y a ser amado, es decir, a ser persona.

La realidad familiar de nuestro tiempo —al menos en la cultura occidental— tiene indudables aspectos positivos que muchas veces no se resaltan con suficiencia: la libertad de elegir a la persona con quien se desea compartir la vida; el reconocimiento de la igualdad personal del hombre y de la mujer (y, por tanto, de su común dignidad); la expectativa de mayor calidad en las relaciones conyugales y familiares; la amistad entre novios y cónyuges; o la entrada del hombre al hogar en procura de compartir y asumir su responsabilidad en la educación de los hijos.

No obstante, la familia de nuestro tiempo padece también serios problemas que podrían englobarse en el concepto de *amor líquido* (Bauman, 2005). El amor líquido es una proyección errónea en las relaciones interpersonales

amorosas de la actitud que tenemos frente a las cosas en una cultura que le da prioridad a estas últimas, como lo es la que vivimos hoy. Las cosas las utilizamos para el propio bienestar y las desechamos o cambiamos cuando ya no nos resultan útiles. Sin embargo, la actitud utilitaria que es válida para las cosas no lo es para el trato con las personas.

El utilitarismo corrompe el amor. Esta situación afecta a la familia y, por tanto, la salud personal y social de nuestros países, de modo tal que de no crearse soluciones reales de protección y promoción de la familia desde las macropolíticas estatales y las micropolíticas empresariales, así como desde la educación familiar y el sistema de instrucción formal (escuelas, universidades), va a dañar seriamente la convivencia humana y la gobernabilidad en este tercer milenio.

Hace algunos años se reunieron en la Universidad de Princeton, Estados Unidos, 53 profesores universitarios de distintas ciencias (filosofía, historia, economía, psicología, psiquiatría, derecho y sociología) y diferentes creencias (ateos, agnósticos, hebreos, evangelistas, católicos) con el fin de investigar cuál es la causa del crecimiento en las últimas décadas de la delincuencia, la violencia, los trastornos psicológicos, la expulsión escolar, las adicciones, la pobreza, la apatía y el suicidio de jóvenes en EE. UU. Los científicos concluyeron:

Los hijos de padres que no se han casado o que han roto sus matrimonios tienen más posibilidades de ser víctimas de la pobreza, de la dependencia, del