

# {revistae}

## folleto especial

Colaboración: María Helena Ferramola  
Voluntaria de Amor-Exigente, Campinas/SP

### PRINCIPIO COOPERADOR

## 10° Principio - La esencia de la familia reposa en la cooperación, no solo en la convivencia.

El enunciado del 10º Principio Básico llegó para darle un nuevo sentido a la definición de familia. ¡Innovó!

No son los lazos sanguíneos que nos unen, es la cooperación la que desbloquea el crecimiento individual y familiar, cuando vivimos en torno a aflicciones, unidas en la mayoría de las veces, también, por los lazos de sangre y convivencia. Cooperar es un deber, que tiene que ser enseñado y aprendido, porque somos un grupo, y no adelanta vivir juntos si no hay un vínculo de intercambio, de servicio y de apoyo. No mantenemos ninguna relación si no hay interacción, interdependencia y cooperación. Está en el ADN de la cooperación, la resiliencia, la capacidad de superar crisis, adversidades y promover el desarrollo haciendo del cooperativismo fundamental en la inclusión de personas. Tenemos hoy, después de tantos años de AE, el convencimiento de que el próximo gran salto de respeto en la humanidad, será el descubrimiento de que cooperar es mejor que competir. ¡Cooperación es inclusión! ¿Y cuando nos sentimos amados de verdad? Cuando nos sentimos realmente incluidos. Cooperación es UNIDAD que fortalece vínculos afectivos y el sentimiento de pertenencia, tan importante en el desarrollo de la autoestima, de talentos y habilidades de todo el grupo familiar.

¿Cuál es la realidad de nuestra sociedad hoy? Familias desorganizadas, por ahorrar trabajo a sus hijos, quitándoles la oportunidad de crecer consientes de que son parte de un universo y no el centro de él. Cuanto más restringimos a nuestros seres queridos, serán más indiferentes al valor de los padres, y de que en la familia somos realmente un equipo. ¿Y entonces? ¿Qué hacer con la vajilla en la pileta, con el baño inundado, con la ropa esparcida, si nada motiva la Cooperación? ¿Cuál es el secreto para mantenerse firme en el propósito de salir de un estilo de vida y emigrar a otro productivo, sin resbalar en la falta de firmeza y permisividad? Sabemos que al apretar las riendas sin una base sólida, usando castigos inadecuados, control excesivo no motiva la unión familiar y si alimenta la rebeldía. AE nos enseña que la firmeza está por encima de ser rudo o permisivo y el éxito es persistir sin crear distancias.

Aprendí que, tantas veces como sea necesario, hay que centrarse en las reglas de convivencia y participación, incluso cuando su "desafío" prepara, sin derramar sobre él una carga de recriminaciones y castigos que harán que no se sienta corregido, pero subestimado. Un paso consciente cada vez, muchas veces, ya es suficiente, aunque siempre será necesario acompañar y reformular bajo la responsabilidad de los padres, para trabajar nuevos patrones de comportamiento. Esa actitud, de recomenzar siempre que sea necesario, hace valer cada minuto de aquello que se invierte y de lo que ya fue invertido. Cooperar contigo mismo es el punto de partida para aprender un amor verdadero, en el cual nada se hace por obligación o esperando retribución.

En la cooperación, no es suficiente, solamente el sentimiento de amor, es necesario un amor resuelto a hacer del dolor que lastima, la disponibilidad de aprender para enseñar, para que pueda haber transformación conjunta. Es por eso y para eso que Amor-Exigente existe: para revalidar la unión, la integración y el fortalecimiento del verdadero AMOR.

**1ª SEMANA / Principio con enfoque. YO**

#### PUESTA EN COMÚN

- Lo esencial para cooperar es saber hacerlo un día a la vez
- ¿Cómo cooperar con su dependiente químico?
- ¿Ud. ha hecho de la cooperación un instrumento de unión y valorización en su familia?

## 2ª SEMANA / Principio con enfoque. YO y el OTRO

### PUESTA EN COMÚN

- ¿Entre un hecho ocurrido y la necesidad de una decisión, cuanto tiempo ud lleva para situarse?
- ¿Ud valoriza el significado del sentimiento de pertenencia?
- ¿Cómo evitar en casa disputas de poder?
- 

## 3ª SEMANA / Principio con enfoque. YO y la SOCIEDAD

### PUESTA EN COMÚN

- ¿Lo que es Responsabilidad Social para Ud?
- ¿Ud tiene la habilidad de alentar ideas que favorezcan su grupo de trabajo?
- Examine sus barreras de comunicación social.

## 4ª SEMANA /Revisar nuestros principios ÉTICOS

### “Promover la espiritualidad en su grupo familiar respetando a cada uno”- ESPIRITUALIDAD.

- Promover la espiritualidad es destacarla en nuestra vida. No podemos promover aquello que no existe.
- ¡Servir es el secreto del amor!
- ¿Ud. actúa como una piedra viva en la construcción del templo espiritual de sus grupos? ¿De su familia?

## ESPIRITUALIDAD

En la familia, en el grupo de apoyo y como responsabilidad social, la espiritualidad está implícita en la transparencia, en la honestidad, en la integridad moral y ética. Solamente así, la espiritualidad dará sentido a lo cotidiano, generando sobriedad y calidad de vida.



Amor Exigente Uruguay  
Regional Construyendo Libertad



AMOR  
EXIGENTE

FEAE  
FEDERAÇÃO  
DE AMOR-EXIGENTE

TELÉFONOS DE CONTACTO: 099924169—091466239 - [www.amorexigente.org.uy](http://www.amorexigente.org.uy)

Este folleto especial, hace parte de la REVISTAE, publicación mensual de la FEAE-Federación de Amor-Exigente

Periodista responsable: Patricia Medeiros (MTB0066511/SP)/Proyecto gráfico Biancheti Propaganda

[www.amorexigente.org.br](http://www.amorexigente.org.br) / [revistae@amorexigente.org.br](mailto:revistae@amorexigente.org.br)