

opusdei.org

# Uma ajuda para melhorar a relação no casamento

A preocupação pela instabilidade matrimonial levou Juan a criar uma associação para formar profissionais que queiram assessorar casais de forma a manter a família unida.

12/08/2021

As estatísticas revelam que a duração média dos casamentos desceu de forma significativa nas últimas

décadas. Mas, paradoxalmente, as relações estáveis e duradouras continuam a ser desejadas pela maioria das pessoas.

Juan é advogado em Granada.

Durante uma viagem de ônibus para a Jornada Mariana da Família em Torreciudad, comentou com um companheiro de peregrinação a sua preocupação pelo grande número de casais que chegavam ao seu escritório para se divorciarem, em muitos casos por motivos de pouca importância.

.....

### **Textos que podem interessar •**

Livro digital: "Amor humano e vida cristã" • Seis vídeos sobre "A aventura do casamento" • O que é o matrimônio? Respostas às perguntas mais habituais • 14 questões sobre a

família • Agora meus pais se amam  
de novo

---

Tinha muito presente o que tinha lido nas *Entrevistas a São Josemaria*, quando lhe fizeram uma pergunta sobre as discussões nos casais: “Que se amem. Saibam que ao longo da vida haverá desentendimentos e dificuldades que, resolvidos com naturalidade, contribuirão até para tornar o amor mais profundo.

Cada um de nós tem seu feitio, seus gostos pessoais, seu gênio — seu mau gênio, por vezes — e seus defeitos. Cada um tem também coisas agradáveis em sua personalidade, e, por isso, e por muitas mais razões, pode ser amado. O convívio é possível quando todos se empenham em corrigir as deficiências próprias e procurar passar por alto as faltas dos

outros; isto é, quando há amor que anule e supere tudo o que falsamente poderia ser motivo de separação ou de divergência. Pelo contrário, se dramatizamos os pequenos contrastes e mutuamente começamos a lançar em rosto uns aos outros os defeitos e os erros, então acaba a paz e corremos o risco de matar o amor”.

O seu colega também tinha esta preocupação. Contou-lhe que tinha recomendado a alguns amigos que fossem a um centro de diagnóstico e terapia especializado, situado em outra cidade; mas que nem todos, devido à distância e ao tempo envolvidos, estavam dispostos a ir.

## **As batalhas para manter o casal unido**

Nessa conversa surgiu a ideia de criar uma associação que ajudasse essas pessoas a manter a família unida. No regresso da viagem

reuniram-se com outros amigos e criaram o Instituto Aster, uma associação sem fins lucrativos que ajudaria psiquiatras e psicólogos convictos da importância da família na sociedade, a especializarem-se e formarem-se em terapia de casal e de família. Nomearam um conselho de administração, elaboraram os estatutos, procuraram um local e iniciaram este projeto, há pouco mais de dois anos entrando em contato com alguns psicólogos dispostos a fazer o melhor possível para reparar as relações quebradas.

Manuel é psiquiatra. “Juan me ligou um dia para me falar do seu projeto e fiquei feliz por participar.

Nomearam-me presidente da Associação. A minha tarefa foi a de encontrar psicólogos que concordassem com os nossos objetivos, e estivessem dispostos a estudar e a formar-se bem”.

A primeira batalha que habitualmente enfrentam os casais é a de vencer o individualismo que dificulta a felicidade na família. “Os filhos devem ver o compromisso dos pais por manter a família unida e feliz” – assegura. E outro objetivo é conseguir que exista uma boa comunicação no casal e com os filhos.

“Há algo que se repete muito-acrescenta Isabel, psicóloga-: o medo do compromisso”. Por isso procura ajudar aqueles que vão à sua consulta, “que saibam que o verdadeiro amor não é egoísta, é aquele que se entrega”.

## **Um trabalho emocionalmente duro, mas com alegrias**

Rafael é psicólogo. “Convidaram-me, com outros psicólogos, para a primeira reunião da Associação e o projeto entusiasmou-me. Eu me dirigia ao público em geral e desde

esse momento comecei a estudar e aprofundar a terapia de casal e família”. Rafael explica que é um trabalho emocionalmente duro, porque se sofre muito ao presenciar as disputas dentro do casal; mas simultaneamente é um trabalho que enche de alegria cada vez que se recupera um casal e, a família se mantém unida. “Tratamos cerca de 30 casos nestes dois anos, metade deles com resultados positivos”.

Vimos como casais que estavam separados há vários anos, com situações muito consolidadas, ou nas quais um dos dois estava muito determinado a não recomeçar, se animaram a tentar, procuraram ajuda profissional e voltaram a unir-se e continuam bem. Vimos casais que viviam discutindo e estavam decididos a divorciar-se, que não só abandonaram essa ideia, como recuperaram a alegria de estar juntos.

---

*Artigo relacionado: O 3 principais componentes do amor conjugal*

---

Naturalmente, nem tudo corre bem e, em certas ocasiões, não atingem os seus objetivos. “Procuramos que cada membro do casal se conheça um pouco mais e conheça o outro – explica Rafael, e a partir daí, melhorar a relação. Vemos como é muito importante no casamento pedir perdão e saber perdoar: sem essa premissa, a relação não pode melhorar”.

Uma frase do Papa Francisco foi também inspiradora: “A gramática das relações familiares – ou seja, da conjugalidade, maternidade, paternidade, filiação e fraternidade – é a via pela qual se transmite a



linguagem do amor, que dá sentido à vida e qualidade humana a toda a relação. É uma linguagem feita, não apenas de palavras, mas também de formas de ser, de como falamos, dos olhares, gestos, tempos e espaços da nossa relação com os outros. Os esposos sabem-no bem, os pais e os filhos aprendem-no diariamente nesta escola de amor que é a família. Aqui também tem lugar a transmissão da fé entre as gerações: passa precisamente através da linguagem das boas e sãs relações que se vivem diariamente na família, especialmente quando enfrentam juntos os conflitos e as dificuldades” (Mensagem do Santo Padre, aos participantes no Congresso on-line “O nosso amor cotidiano” para a abertura do Ano Família Amoris Laetitia, 19 de março de 2021).

---

pdf | Documento gerado  
automaticamente de [https://  
opusdei.org/pt-br/article/ajuda-unidade-  
matrimonios/](https://opusdei.org/pt-br/article/ajuda-unidade-matrimonios/) (24/03/2025)