

opusdei.org

# O esforço para a cada dia saber amar um pouquinho mais

Rafael e Karina têm sete filhos e moram em Brasília. Neste testemunho, Rafael reflete sobre os desafios para santificar o dia a dia, numa família grande e com muitos compromissos a cumprir.

18/02/2025

O despertador toca com os primeiros raios de sol. O corpo pede mais um tempo na cama. O ouvido alcança o

som de uma das filhas se ajeitando para a escola em outro quarto. Não observo a esposa, que também já se levantou e partiu para seu trabalho. Nesse momento solitário, sob o olhar de Deus, começa um novo ciclo. Ressoam na mente as palavras “força e fé”, seguidas de um “serviam” (servirei). Para um pai com 7 filhos, a primeira tarefa do dia é estimular e ajudar para que eles também iniciem bem o dia com boa alimentação, uniformes adequados e limpos e sejam pontuais no horário de entrada na escola. Mas nem sempre essa rotina se cumpre perfeitamente. Um dos filhos não quis tomar café da manhã, o outro está com o uniforme amarrotado e a outra perdeu-se no horário.

Assim começa um dia normal de um pai de família numerosa.

Segue-se ao longo do dia o leva e traz das crianças nas diversas atividades,

o trânsito que ataca a paz interior diante dos horários apertados, as obrigações profissionais que também exigem tempo e dedicação. Em meio a tantas atividades, surge o desafio de ter tempo de qualidade com toda a família, geralmente fazendo algumas refeições juntos; e também tempo exclusivo para a esposa e para cada filho. Sim, hoje é um desafio, pois o mundo digital concorre no domínio desse precioso tempo.

A isso soma-se a preocupação em fechar o mês com as finanças no positivo sem que falte o essencial para a família; e se faltar, ter a sabedoria de viver a situação com serenidade e alegria, aproveitando para educar os filhos no desprendimento dos bens materiais.

Esse relato parece um tanto negativo, não é? Depende de como o pai encara cada uma dessas realidades. Assim se desenrola a vida de muitos

pais de família (é a minha realidade!). Iniciar o dia e cumprir cada um dos deveres sob a perspectiva puramente humana pode nos levar a agir impulsionados pela rotina, correndo o risco de ser esmagados pela azáfama diária e descambar para o pessimismo e mau humor. Quem nunca passou por essa situação, sentir desânimo frente ao peso dos deveres e desafios da vida? Eu já passei e posso dizer que é uma experiência nem um pouco aprazível. Neste momento, temos de levantar a cabeça, olhar para o Céu e buscar nosso Deus. Ele é Pai e conhece melhor do que nós os desafios que um pai de família numerosa - e comum - deve enfrentar na vida terrena. Encarar todas as realidades, sejam as que nos custam mais (como levantar da cama no horário) sejam as que são mais prazerosas (dividir uma caixa de chocolates depois do almoço), sob a perspectiva sobrenatural, abre novos

horizontes e nos permite sentir o Pai que está sempre ao nosso lado. Deus é um bom Pai que nos envia ou permite desafios para que sejamos pessoas melhores, mais virtuosas e mais felizes. Deus está e sempre estará conosco, nunca nos abandona, mas é preciso fazer o esforço (por meio da oração e de atos de amor e fé repetidos ao longo do dia) para sentir a presença divina. Aí está a fonte segura de paz interior e de profunda alegria, independentemente das circunstâncias em que vivemos. Sentir-se filho de Deus, porque o somos!

Quando eu e Karina estávamos com 4 filhos, veio a notícia de mais uma gravidez. Depois do exame de sangue positivo, era preciso começar a sequência de ecografias para acompanhar o desenvolvimento do bebê. No dia agendado, eu tinha outro compromisso e como era a quinta gravidez, minha esposa me

tranquilizou, dizendo que poderia ir sozinha. Logo veio a ligação. Com a voz embargada, me pediu para encontrá-la imediatamente. Não quis adiantar o que havia acontecido. Ao avistá-la, reparei nos olhos cheios de lágrimas. O coração, que já estava apertado, disparou. Uma doença, malformação? Nada disso! Agora eram 6! Como assim? Já temos 4 e vamos para 6?! A esposa preocupada se a quinta gravidez iria se desenvolver bem, se as meninas (são gêmeas idênticas) estavam saudáveis, se iríamos dar conta de cuidar de duas bebês ao mesmo tempo sem deixar de lado os outros 4; e o pai já pensando nos números, as despesas, e também nas mesmas preocupações da esposa. São preocupações humanas que todos temos e não há nada de errado nisso. A diferença é o passo seguinte. Poderíamos tentar enfrentar esses desafios sozinhos, na força humana, ou colocar todos os meios

necessários e contar com a ajuda de Deus, sentindo sua presença. O frio na barriga, certa insegurança, permaneceram por um tempo, sobretudo diante dos exames que indicavam que uma das bebês não estava se desenvolvendo tão bem como a outra. Muito unidos no nosso propósito e abraçados a Deus, posso dizer que essa etapa da nossa vida correu de uma forma muito melhor e mais alegre do que poderíamos ter imaginado. Hoje temos duas lindas meninas com 10 anos, alegres, cativantes, e como dizem muitos dos que as veem pela primeira vez, “iguazinhas”. Na realidade, todos os 7, cada um com seu temperamento, seu jeitinho e seus gostos contribuem para que o nosso lar seja um lugar delicioso de se viver, em que o convívio traz muita alegria e promove o crescimento mútuo.

Então volto àquela pergunta que lancei mais acima: Os muitos deveres

tornam a vida pesada e negativa?  
Longe disso! O que fica na memória e marca o coração são as gargalhadas ao redor da mesa pelas piadas e histórias contadas, as gracinhas do caçula que inverte as sílabas das palavras ao tentar se expressar (procuntador = computador, troncole = controle), os apelidos com que se chama o outro na intimidade da família, as horas de brincadeiras, filmes e produção de quitutes, momentos estes inesquecíveis desfrutados juntos.

Sim, na vida há muitos deveres a serem cumpridos! Mas ao lado das pessoas que amamos, da esposa que nos completa e nos sustenta e dos filhos que são fruto desta união, cumprimos o dever de cada dia por amor a eles e a Deus, e extraímos o que há de melhor nesta vida, a alegria de quem luta para a cada dia saber amar um pouquinho mais.

Rafael Galão

---

pdf | Documento gerado  
automaticamente de [https://  
opusdei.org/pt-br/article/o-esforco-para-  
a-cada-dia-saber-amar-um-pouquinho-  
mais/](https://opusdei.org/pt-br/article/o-esforco-para-a-cada-dia-saber-amar-um-pouquinho-mais/) (27/03/2026)