

# A alegria do amor sincero e verdadeiro

Celebramos o primeiro aniversário da *Amoris Laetitia* destacando trechos da Exortação Apostólica que servem para refletir e reagir ao desafio alegre da virtude mais importante.

18/03/2017

No dia 19 de março, completa-se um ano da publicação da *Exortação Apostólica Amoris Laetitia* do Papa Francisco. Os seus 325 pontos são uma profunda homenagem ao amor

humano, em perfeita sintonia com o Amor de Deus. Todo o texto magisterial é uma joia que revitaliza o amor sincero e verdadeiro que serve para refletir sobre a virtude mais importante: a caridade.

No seu primeiro aniversário, oferecemos um resumo, na forma de pontos breves, de textos destacados da Exortação Apostólica. Não se trata de uma seleção dos mais importantes, porque importante é o documento completo. É uma apresentação didática ordenada por temas (Amor, Matrimónio, Filhos, Família, Deus, Igreja e família; e Família e sociedade) que pode servir para difundir o conteúdo do documento papal que golpeia o coração dos homens, o coração das famílias e o coração da sociedade.

O ideal é que este *aperitivo* extenso de citações abra o interesse em rever,

repensar, meditar, ou ler pela primeira vez a Amoris Laetitia.

## Índice

• Amor • Matrimónio • Filhos •  
Família • Deus, Igreja e família •  
Família e sociedade

---

## Amor

● No horizonte do amor, essencial na experiência cristã do matrimónio e da família, destaca-se ainda outra virtude, um pouco ignorada nestes tempos de relações frenéticas e superficiais: a ternura.

● O amor vivido nas famílias é uma força permanente para a vida da Igreja.

● O amor possui sempre um sentido de profunda compaixão, que leva a

aceitar o outro como parte deste mundo, mesmo quando age de modo diferente do que eu desejaria.

● O amor leva-nos a uma apreciação sincera de cada ser humano, reconhecendo o seu direito à felicidade. Amo aquela pessoa, vejo-a com o olhar de Deus Pai, que nos dá tudo «para nosso usufruto».

● Quem ama, não só evita falar muito de si mesmo, mas, porque está centrado nos outros, sabe manter-se no seu lugar sem pretender estar no centro.

● Amar é também tornar-se amável.

● O amor não age rudemente, não atua de forma inconveniente, não se mostra duro no trato. Os seus modos, as suas palavras, os seus gestos são agradáveis; não são ríspidos, nem rígidos. Detesta fazer sofrer os outros.

● O amor amável gera vínculos, cultiva laços, cria novas redes de integração, constrói um tecido social firme.

● A pessoa que ama é capaz de dizer palavras de incentivo, que reconfortam, fortalecem, consolam, estimulam.

● Quando uma pessoa que ama pode fazer algo de bom pelo outro, ou quando vê que a vida está a correr bem ao outro, vive isso com alegria e, assim, dá glória a Deus, porque «Deus ama quem dá com alegria».

● Ama-me como é e como pode, com os seus limites, mas o facto de o seu amor ser imperfeito não significa que seja falso ou que não seja real. É real, mas limitado e terreno.

● O amor confia, deixa em liberdade, renuncia a controlar tudo, a possuir, a dominar. Esta liberdade, que possibilita espaços de autonomia,

abertura ao mundo e novas experiências, consente que a relação se enriqueça e não se transforme numa endogamia sem horizontes.

● O amor não se deixa dominar pelo ressentimento, o desprezo das pessoas, o desejo de se lamentar ou vingar de alguma coisa. O ideal cristão, nomeadamente na família, é amor que apesar de tudo não desiste.

● Depois do amor que nos une a Deus, o amor conjugal é a «amizade maior».

● Sejam sinceros na leitura dos sinais da realidade: quem está enamorado não projeta que essa relação possa ser apenas por um certo tempo.

● Um amor frágil ou doente, incapaz de aceitar o matrimónio como um desafio que exige lutar, renascer, reinventar-se e recomeçar sempre de novo até à morte, não pode sustentar

um nível alto de compromisso. Cede à cultura do provisório, que impede um processo constante de crescimento.

● No matrimónio, convém cuidar a alegria do amor. Quando a busca do prazer é obsessiva, encerra-nos numa coisa só e não permite encontrar outros tipos de satisfações. Pelo contrário, a alegria expande a capacidade de desfrutar e permite-nos encontrar prazer em realidades variadas, mesmo nas fases da vida em que o prazer se apaga.

● Na sociedade de consumo, o sentido estético empobrece-se e, assim, se apaga a alegria. Tudo se destina a ser comprado, possuído ou consumido, incluindo as pessoas. Ao contrário, a ternura é uma manifestação desse amor que se liberta do desejo da posse egoísta. Leva-nos a vibrar à vista duma pessoa, com imenso respeito e um

certo receio de lhe causar dano ou tirar a sua liberdade.

● O amor pelo outro implica este gosto de contemplar e apreciar o que é belo e sagrado do seu ser pessoal, que existe para além das minhas necessidades.

● A experiência estética do amor exprime-se naquele olhar que contempla o outro como fim em si mesmo, ainda que esteja doente, velho ou privado de atractivos sensíveis.

● Este sim significa dizer ao outro que poderá sempre confiar, não será abandonado, se perder atractivos, se tiver dificuldades ou se se apresentarem novas possibilidades de prazer ou de interesses egoístas.

● Os gestos que exprimem este amor devem ser constantemente cultivados, sem mesquinhez, cheios de palavras generosas. Na família, «é



necessário usar três palavras: com licença, obrigado, desculpa. Três palavras-chave».

- As palavras adequadas, ditas no momento certo, protegem e alimentam o amor dia após dia.

- Não fazem bem certas fantasias sobre um amor idílico e perfeito, privando-o assim de todo o estímulo para crescer. Uma ideia celestial do amor terreno esquece que o melhor ainda não foi alcançado, o vinho melhorado com o tempo.

- O amor supera as piores barreiras.

- A virgindade e o matrimónio são – e devem ser – modalidades diferentes de amar, porque «o homem não pode viver sem amor. Ele permanece para si próprio um ser incompreensível e a sua vida é destituída de sentido, se não lhe for revelado o amor».

● O celibato corre o risco de ser uma cómoda solidão, que dá liberdade para se mover autonomamente, mudar de local, tarefa e opção, dispor do seu próprio dinheiro, conviver com as mais variadas pessoas segundo a atração do momento. Neste caso, sobressai o testemunho das pessoas casadas. Aqueles que foram chamados à virgindade podem encontrar, nalguns casais de esposos, um sinal claro da fidelidade generosa e indestrutível de Deus à sua Aliança, que pode estimular os seus corações a uma disponibilidade mais concreta e oblativa.

● O alongamento da vida provocou algo que não era comum noutros tempos: a relação íntima e a mútua pertença devem ser mantidas durante quatro, cinco ou seis décadas, e isto gera a necessidade de renovar repetidas vezes a escolha recíproca.

● Não é possível prometer que teremos os mesmos sentimentos durante a vida inteira; mas podemos ter um projeto comum estável, comprometermo-nos a amar-nos e a viver unidos até que a morte nos separe, e viver sempre uma intimidade rica.

● O amor que nos prometemos, supera toda a emoção, sentimento ou estado de ânimo, embora possa incluí-los. É um amar-se bem mais profundo, com uma decisão do coração que envolve toda a existência.

● Na história dum casal, a aparência física muda, mas isso não é motivo para que a atração amorosa diminua. Um cônjuge enamora-se pela pessoa inteira do outro, com uma identidade própria e não apenas pelo corpo, embora esse corpo, independentemente do desgaste do tempo, nunca deixe de expressar, de

alguma forma, aquela identidade pessoal que cativou o coração.

● Quando os outros já não podem reconhecer a beleza desta identidade, o cônjuge enamorado continua a ser capaz de a individualizar com o instinto do amor, e o carinho não desaparece.

● O amor dá sempre vida. Por isso, o amor conjugal «não se esgota no interior do próprio casal (...). Os cônjuges, enquanto se doam entre si, doam para além de si mesmos a realidade do filho, reflexo vivo do seu amor, sinal permanente da unidade conjugal e síntese viva e indissociável do ser pai e mãe».

● O amor precisa de tempo disponível e gratuito, colocando outras coisas em segundo lugar. Faz falta tempo para dialogar, abraçar-se sem pressa, partilhar projetos, escutar-se, olhar-se nos olhos, apreciar-se, fortalecer a relação.

- Cada crise esconde uma boa notícia, que é preciso saber escutar, afinando os ouvidos do coração.
- Às vezes ama-se com um amor egocêntrico próprio da criança, fixado numa etapa onde a realidade é distorcida e se vive o capricho de que tudo deva girar à volta do próprio eu. É um amor insaciável, que grita e chora quando não obtém aquilo que deseja.
- O amor possui uma intuição que lhe permite escutar sem sons e ver no invisível.

## **Matrimónio**

- Como cristãos, não podemos renunciar a propor o matrimónio, para não contradizer a sensibilidade atual, para estar na moda, ou por sentimentos de inferioridade face ao descalabro moral e humano; estaríamos a privar o mundo dos valores que podemos e devemos

oferecer. [...] Ao mesmo tempo, devemos ser humildes e realistas, para reconhecer que, às vezes, a nossa maneira de apresentar as convicções cristãs e a forma como tratamos as pessoas ajudaram a provocar aquilo de que hoje nos lamentamos, pelo que nos convém uma salutar reação de autocrítica.

● Precisamos de encontrar as palavras, as motivações e os testemunhos que nos ajudem a tocar as cordas mais íntimas dos jovens, onde são mais capazes de generosidade, de compromisso, de amor e, até mesmo, de heroísmo, para os convidar a aceitar, com entusiasmo e coragem, o desafio de matrimónio.

● O nosso ensinamento sobre o matrimónio e a família não pode deixar de se inspirar e transfigurar à luz deste anúncio de amor e ternura,

se não quiser tornar-se mera defesa duma doutrina fria e sem vida.

● O sacramento do matrimónio não é uma convenção social, um rito vazio ou o mero sinal externo dum compromisso. O sacramento é um dom para a santificação e a salvação dos esposos, porque «a sua pertença recíproca é a representação real, através do sinal sacramental, da mesma relação de Cristo com a Igreja. Os esposos são, portanto, para a Igreja a lembrança permanente daquilo que aconteceu na cruz; são um para o outro, e para os filhos, testemunhas da salvação, da qual o sacramento os faz participar».

● A união sexual, vivida de modo humano e santificada pelo sacramento é, por sua vez, caminho de crescimento na vida da graça para os esposos.

● Os esposos, que se amam e se pertencem, falam bem um do outro,

procuram mostrar mais o lado bom do cônjuge do que as suas fraquezas e erros. Em todo o caso, guardam silêncio para não danificar a sua imagem. Mas não é apenas um gesto externo, brota duma atitude interior.

● A alegria matrimonial, que se pode viver mesmo no meio do sofrimento, implica aceitar que o matrimónio é uma combinação necessária de alegrias e fadigas, de tensões e repouso, de sofrimentos e libertações, de satisfações e procuras, de aborrecimentos e prazeres, sempre no caminho da amizade que impele os esposos a cuidarem um do outro.

● Depois de ter sofrido e lutado unidos, os cônjuges podem experimentar que valeu a pena, porque conseguiram algo de bom, aprenderam alguma coisa juntos ou podem apreciar melhor o que têm. Poucas alegrias humanas são tão



profundas e festivas como quando duas pessoas que se amam conquistaram, conjuntamente, algo que lhes custou um grande esforço compartilhado.

● É verdade que o amor é muito mais do que um consentimento externo ou uma forma de contrato matrimonial, mas é igualmente certo que a decisão de dar ao matrimónio uma configuração visível na sociedade com certos compromissos manifesta a sua relevância: mostra a seriedade da identificação com o outro, indica uma superação do individualismo de adolescente e expressa a firme opção de se pertencerem um ao outro.

● Casar-se é uma maneira de exprimir que realmente se abandonou o ninho materno, para tecer outros laços fortes e assumir uma nova responsabilidade perante outra pessoa. Isto vale muito mais do

que uma mera associação espontânea para mútua compensação, que seria a privatização do matrimónio.

● O matrimónio como instituição social, é proteção e instrumento para o compromisso mútuo, para o amadurecimento do amor, para que a opção pelo outro cresça em solidez, concretização e profundidade, e possa, por sua vez, cumprir a sua missão na sociedade. Por isso, o matrimónio supera qualquer moda passageira e persiste. A sua essência está radicada na própria natureza da pessoa humana e do seu carácter social.

● O amor matrimonial não se estimula falando, antes de mais nada, da indissolubilidade como uma obrigação, nem repetindo uma doutrina, mas robustecendo-o por meio dum crescimento constante sob o impulso da graça. O amor que não

cresce, começa a correr perigo; e só podemos crescer correspondendo à graça divina com mais atos de amor, com atos de carinho mais frequentes, mais intensos, mais generosos, mais ternos, mais alegres.

● O diálogo é uma modalidade privilegiada e indispensável para viver, exprimir e amadurecer o amor na vida matrimonial e familiar. Mas requer uma longa e diligente aprendizagem.

● A unidade, a que temos de aspirar, não é uniformidade, mas uma «unidade na diversidade» ou uma «diversidade reconciliada». Neste estilo enriquecedor de comunhão fraterna, seres diferentes encontram-se, respeitam-se e apreciam-se, mas mantendo distintos matizes e acentos que enriquecem o bem comum.

● É importante a capacidade de expressar aquilo que se sente, sem ferir; utilizar uma linguagem e um

modo de falar que possam ser mais facilmente aceites ou tolerados pelo outro, embora o conteúdo seja exigente; expor as próprias críticas, mas sem descarregar a ira como uma forma de vingança, e evitar uma linguagem moralizante que procure apenas agredir, ironizar, culpabilizar, ferir. Há tantas discussões no casal que não são por questões muito graves; às vezes trata-se de pequenas coisas, pouco relevantes, mas o que altera os ânimos é o modo de as dizer ou a atitude que se assume no diálogo.

● Para que o diálogo valha a pena, é preciso ter algo para se dizer; e isto requer uma riqueza interior que se alimenta com a leitura, a reflexão pessoal, a oração e a abertura à sociedade. Caso contrário, a conversa torna-se aborrecida e inconsistente. Quando cada um dos cônjuges não cultiva o próprio espírito e não há uma variedade de relações com

outras pessoas, a vida familiar torna-se endogâmica e o diálogo fica empobrecido.

● O amor matrimonial leva a procurar que toda a vida emotiva se torne um bem para a família e esteja ao serviço da vida em comum.

● A sexualidade não é um recurso para compensar ou entreter, mas trata-se de uma linguagem interpessoal onde o outro é tomado a sério, com o seu valor sagrado e inviolável.

● O ideal do matrimónio não pode configurar-se apenas como uma doação generosa e sacrificada, onde cada um renuncia a qualquer necessidade pessoal e se preocupa apenas por fazer o bem ao outro, sem satisfação alguma. Lembremos de que um amor verdadeiro também sabe receber do outro, é capaz de se aceitar como vulnerável e necessitado, não renuncia a

receber, com gratidão sincera e feliz, as expressões corporais do amor na carícia, no abraço, no beijo e na união sexual.

● Quando o amor se converte em mera atração ou a uma vaga afetividade, isto faz com que os cônjuges sofram duma extraordinária fragilidade quando a afetividade entra em crise ou a atração física diminui.

● Quando o olhar sobre o cônjuge é constantemente crítico, isso indica que o matrimónio não foi assumido também como um projeto a construir juntos, com paciência, compreensão, tolerância e generosidade. Isto faz com que o amor seja substituído, pouco a pouco, por um olhar inquisidor e implacável, pelo controle dos méritos e direitos de cada um, pelas reclamações, a competição e a autodefesa.

● Lembro-me dum refrão que dizia que a água estagnada se corrompe, se estraga. O mesmo acontece com a vida do amor nos primeiros anos do matrimónio quando fica estagnada, deixa de se mover, perde aquela inquietação sadia que a faz avançar.

● Uma das causas que leva a ruturas matrimoniais é ter expetativas demasiado altas sobre a vida conjugal. Quando se descobre a realidade mais limitada e problemática do que se sonhara, a solução não é pensar imediata e irresponsavelmente na separação, mas assumir o matrimónio como um caminho de amadurecimento, onde cada um dos cônjuges é um instrumento de Deus para fazer crescer o outro.

● Cada crise implica uma aprendizagem, que permite incrementar a intensidade da vida comum ou, pelo menos, encontrar

um novo sentido para a experiência matrimonial. É preciso não se resignar de modo algum a uma curva descendente, a uma inevitável deterioração, a uma mediocridade que se tem de suportar. Pelo contrário, quando se assume o matrimónio como uma tarefa que implica também superar obstáculos, cada crise é sentida como uma ocasião para chegar a beber, juntos, o vinho melhor.

● Numa crise não assumida, o que mais se prejudica é a comunicação. Assim, pouco a pouco, aquela que era «a pessoa que amo» passa a ser «quem me acompanha sempre na vida», a seguir, apenas «o pai ou a mãe dos meus filhos», e por fim um estranho.

● Nestes momentos, é necessário criar espaços para comunicar de coração a coração. O problema é que se torna ainda mais difícil comunicar



num momento de crise, se nunca se aprendeu a fazê-lo. É uma verdadeira arte que se aprende em tempos calmos, para se pôr em prática nos tempos difíceis.

● Tornou-se frequente que, quando um cônjuge sente que não recebe o que deseja, ou não se realiza o que sonhava, isso lhe pareça ser suficiente para pôr termo ao matrimónio. Mas, assim, não haverá matrimónio que dure.

● Tem de se acolher e valorizar sobretudo a angústia daqueles que sofreram injustamente a separação, o divórcio ou o abandono, ou então foram obrigados, pelos maus-tratos do cônjuge, a romper a convivência. Não é fácil o perdão pela injustiça sofrida, mas constitui um caminho que a graça torna possível.

● Peço aos pais separados: «Nunca, nunca e nunca tomeis o filho como refém! Separastes-vos devido a

muitas dificuldades e motivos, a vida deu-vos essa provação, mas os filhos não devem carregar o fardo dessa separação; que eles não sejam usados como reféns contra o outro cônjuge, mas cresçam ouvindo a mãe falar bem do pai, embora já não estejam juntos, e o pai falar bem da mãe».

## **Filhos**

● O Evangelho lembra-nos também que os filhos não são uma propriedade da família, mas esperam o seu caminho pessoal de vida.

● A Igreja é chamada a colaborar, com uma ação pastoral adequada, para que os próprios pais possam cumprir a sua missão educativa; e sempre o deve fazer, ajudando-os a valorizar a sua função específica e a reconhecer que aqueles que recebem o sacramento do matrimónio são transformados em verdadeiros ministros educativos, pois, quando

formam os seus filhos, edificam a Igreja.

● Os filhos não querem só que os seus pais se amem, mas também que sejam fiéis e permaneçam sempre juntos.

● A adoção é um caminho para realizar a maternidade e a paternidade de uma forma muito generosa, e desejo encorajar aqueles que não podem ter filhos a alargar e abrir o seu amor conjugal para receber quem está privado de um ambiente familiar adequado.

● Crescer entre irmãos proporciona a bela experiência de cuidarem uns dos outros, de ajudar e ser ajudado.

● É inevitável que cada filho nos surpreenda com os projetos que brotam dessa liberdade, que quebre os nossos esquemas; e é bom que isso aconteça. A educação envolve a tarefa de promover liberdades

responsáveis que, nas encruzilhadas, saibam optar com sensatez e inteligência; pessoas que compreendam, sem reservas, que a sua vida e a vida da sua comunidade estão nas suas mãos e que esta liberdade é um dom imenso.

● Quando um filho deixa de sentir que é precioso para os seus pais, embora imperfeito, ou deixa de notar que nutrem uma sincera preocupação por ele, isto cria feridas profundas que causam muitas dificuldades no seu amadurecimento. Esta ausência, este abandono afetivo provoca um sofrimento mais profundo do que a eventual correção recebida por uma má ação.

● A correção é um estímulo quando, ao mesmo tempo, se apreciam e reconhecem os esforços e quando o filho descobre que os seus pais conservam viva uma paciente

confiança. Uma criança corrigida com amor sente-se tida em consideração, percebe que é alguém, dá-se conta de que os pais reconhecem as suas potencialidades.

- Um testemunho de que os filhos precisam da parte dos pais, é que estes não se deixem levar pela ira.

- A família é a primeira escola dos valores humanos, onde se aprende o bom uso da liberdade.

- Quando as crianças ou os adolescentes não são educados para aceitar que algumas coisas devem esperar, tornam-se prepotentes, submetem tudo à satisfação das suas necessidades imediatas e crescem com o vício do «tudo e depressa». Este é um grande engano que não favorece a liberdade; antes a intoxica.

- A família é o âmbito da socialização primária, porque é o

primeiro lugar onde se aprende a relacionar-se com o outro, a escutar, partilhar, suportar, respeitar, ajudar, conviver.

● É difícil pensar na educação sexual num tempo em que se tende a banalizar e empobrecer a sexualidade. Só se poderia entender no contexto duma educação para o amor, para a doação mútua; assim, a linguagem da sexualidade não acabaria tristemente empobrecida, mas esclarecida.

● Tem um valor imenso uma educação sexual que cuide um são pudor, embora hoje alguns considerem que é questão doutros tempos. É uma defesa natural da pessoa que resguarda a sua interioridade e evita ser transformada em mero objeto. Sem o pudor, podemos reduzir o afeto e a sexualidade a obsessões que nos concentram apenas nos órgãos

genitais, em morbosidades que deformam a nossa capacidade de amar e em várias formas de violência sexual que nos levam a ser tratados de forma desumana ou a prejudicar os outros.

● A família deve continuar a ser lugar onde se ensina a perceber as razões e a beleza da fé, a rezar e a servir o próximo.

● A educação na fé sabe adaptar-se a cada filho, porque os recursos aprendidos ou as receitas às vezes não funcionam.

● É fundamental que os filhos vejam, de maneira concreta que, para os seus pais, a oração é realmente importante.

● Quero exprimir a minha gratidão de forma especial a todas as mães que rezam incessantemente, como fazia Santa Mónica, pelos filhos que se afastaram de Cristo.

● O exercício de transmitir aos filhos a fé, no sentido de facilitar a sua expressão e crescimento, permite que a família se torne evangelizadora e, espontaneamente, comece a transmiti-la a todos os que se aproximam dela e mesmo fora do próprio ambiente familiar.

## **Família**

● Uma família e uma casa são duas realidades que se reclamam mutuamente. Este exemplo mostra que devemos insistir nos direitos da família, e não apenas nos direitos individuais. A família é um bem de que a sociedade não pode prescindir, mas precisa de ser protegida.

● Ninguém pode pensar que o enfraquecimento da família como sociedade natural fundada no matrimónio seja algo que beneficia a sociedade. Antes pelo contrário, prejudica o amadurecimento das pessoas, a cultura dos valores



comunitários e o desenvolvimento ético das cidades e das aldeias.

● Muitos homens têm consciência da importância do seu papel na família e vivem-no com as qualidades peculiares da índole masculina. A ausência do pai penaliza gravemente a vida familiar, a educação dos filhos e a sua integração na sociedade. Tal ausência pode ser física, afetiva, cognitiva e espiritual. Esta carência priva os filhos dum modelo adequado do comportamento paterno.

● Ter paciência não é deixar que nos maltratem permanentemente, nem tolerar agressões físicas, ou permitir que nos tratem como objetos. O problema surge quando exigimos que as relações sejam idílicas, ou que as pessoas sejam perfeitas, ou quando nos colocamos no centro esperando que se cumpra unicamente a nossa vontade. Então

tudo nos impacienta, tudo nos leva a reagir com agressividade. Se não cultivarmos a paciência, sempre encontraremos desculpas para responder com ira, acabando por nos tornarmos pessoas que não sabem conviver, antissociais incapazes de dominar os impulsos e a família tornar-se-á num campo de batalha.

● Na vida familiar, não pode reinar a lógica do domínio de uns sobre os outros, nem a competição para ver quem é mais inteligente ou poderoso, porque esta lógica acaba com o amor.

● Quando estivermos ofendidos ou desiludidos, é possível e desejável o perdão; mas ninguém diz que seja fácil. A verdade é que «a comunhão familiar só pode ser conservada e aperfeiçoada com grande espírito de sacrifício. Exige, de facto, de todos e de cada um, uma pronta e generosa disponibilidade para a compreensão,

a tolerância, o perdão, a reconciliação. Nenhuma família ignora como o egoísmo, o desacordo, as tensões, os conflitos agridem, de forma violenta e, às vezes mortal, a comunhão».

● Para se poder perdoar, precisamos de passar pela experiência libertadora de nos compreendermos e perdoarmos a nós mesmos.

Quantas vezes os nossos erros ou o olhar crítico das pessoas que amamos nos fizeram perder o amor a nós próprios; isto acaba por nos levar a acautelarmo-nos dos outros, esquivando-nos do seu afeto, enchendo-nos de suspeitas nas relações interpessoais.

● Alguém que sabe que sempre suspeitam dele, julgam-no sem compaixão e não o amam incondicionalmente, preferirá guardar os seus segredos, esconder as suas quedas e fraquezas, fingir o

que não é. Concluindo, uma família, onde reina uma confiança sólida, carinhosa e, suceda o que suceder, sempre se volta a confiar, permite o florescimento da verdadeira identidade dos seus membros, fazendo com que se rejeite espontaneamente o engano, a falsidade e a mentira.

● Não é possível uma família sem o sonho. Numa família, quando se perde a capacidade de sonhar, os filhos não crescem, o amor não cresce; a vida debilita-se e apaga-se.

● O pequeno núcleo familiar não deveria isolar-se da família alargada, onde estão os pais, os tios, os primos e até os vizinhos. Nesta família ampla, pode haver pessoas necessitadas de ajuda ou, pelo menos, de companhia e de gestos de carinho, ou pode haver grandes sofrimentos que precisam de conforto.

● É bom quebrar a rotina com a festa, não perder a capacidade de celebrar em família, alegrar-se e festejar as experiências belas. É preciso compartilhar a surpresa pelos dons de Deus e alimentar, juntos, o entusiasmo pela vida. Quando se sabe celebrar, esta capacidade renova a energia do amor, liberta-o da monotonia e enche de cor e esperança os hábitos diários.

● A história de uma família está marcada por crises de todo o gênero, que são parte também da sua dramática beleza. É preciso ajudar a descobrir que uma crise superada não leva a uma relação menos intensa, mas a melhorar, sedimentar e maturar o vinho da união. Não se vive juntos para ser cada vez menos feliz, mas para aprender a ser feliz de maneira nova, a partir das possibilidades que abre uma nova etapa.

● Saber perdoar e sentir-se perdoado é uma experiência fundamental na vida familiar.

● A família tem de inventar, todos os dias, novas formas de promover o reconhecimento mútuo.

● Nenhuma família é uma realidade perfeita e confeccionada duma vez para sempre, mas requer um progressivo amadurecimento da sua capacidade de amar

## **Deus, Igreja e família**

● O espaço vital duma família podia transformar-se em igreja doméstica, em local da Eucaristia, da presença de Cristo sentado à mesma mesa.

● A família é chamada a compartilhar a oração diária, a leitura da Palavra de Deus e a comunhão eucarística, para fazer crescer o amor e se tornar, cada vez

mais, um templo onde habita o Espírito.

● No mundo atual, aprecia-se também o testemunho dos cônjuges que não se limitam a perdurar no tempo, mas continuam a sustentar um projeto comum e conservam o afeto. Isto abre a porta a uma pastoral positiva, acolhedora, que torna possível um aprofundamento gradual das exigências do Evangelho. No entanto, muitas vezes agimos na defensiva e gastamos as energias pastorais multiplicando os ataques ao mundo decadente, com pouca capacidade de propor e indicar caminhos de felicidade. Muitos não sentem a mensagem da Igreja sobre o matrimónio e a família como um reflexo claro da pregação e das atitudes de Jesus, o qual, ao mesmo tempo que propunha um ideal exigente, nunca perdia a proximidade compassiva junto das

peessoas frágeis, como a samaritana ou a mulher adúltera.

● Uma coisa é compreender a fragilidade humana ou a complexidade da vida, e outra é aceitar ideologias que pretendem dividir em dois, os aspetos inseparáveis da realidade. Não caíamos no pecado de pretender substituir-nos ao Criador. Somos criaturas, não somos onipotentes. A criação precede-nos e deve ser recebida como um dom. Ao mesmo tempo somos chamados a guardar a nossa humanidade, e isto significa, antes de mais, aceitá-la e respeitá-la como ela foi criada.

● Se aceitamos que o amor de Deus é incondicional, que o carinho do Pai não se deve comprar nem pagar, então poderemos amar sem limites, perdoar aos outros, ainda que tenham sido injustos connosco.



● O matrimónio é um sinal precioso, porque, «quando um homem e uma mulher celebram o sacramento do matrimónio, Deus, por assim dizer, “espelha-Se” neles, imprime neles as suas características e o carácter indelével do seu amor. O matrimónio é o ícone do amor de Deus por nós».

● As famílias numerosas são uma alegria para a Igreja. Nelas, o amor manifesta a sua fecundidade generosa.

● A gravidez é um período difícil, mas também um tempo maravilhoso. A mãe colabora com Deus, para que se verifique o milagre duma nova vida.

● O amor dos pais é instrumento do amor de Deus Pai, que espera com ternura o nascimento de cada criança, aceita-a incondicionalmente e acolhe-a gratuitamente.

● A cada mulher grávida, quero pedir-lhe afetuosamente: Cuida da tua alegria, que nada te tire a alegria interior da maternidade. Aquela criança merece a tua alegria. Não permitas que os medos, as preocupações, os comentários alheios ou os problemas apaguem esta felicidade de ser instrumento de Deus para trazer uma nova vida ao mundo.

● Um casal de esposos, que experimenta a força do amor, sabe que este amor é chamado a sarar as feridas dos abandonados, a estabelecer a cultura do encontro, a lutar pela justiça. Deus confiou à família o projeto de tornar o mundo «doméstico».

● Com o testemunho e também com a palavra, as famílias falam de Jesus aos outros, transmitem a fé, despertam o desejo de Deus e mostram a beleza do Evangelho e do

estilo de vida que nos propõe. Assim os esposos cristãos pintam o cinzento do espaço público, colorindo-o de fraternidade, sensibilidade social, defesa das pessoas frágeis, fé luminosa, esperança ativa. A sua fecundidade alarga-se, traduzindo-se em mil e uma maneiras de tornar o amor de Deus presente na sociedade.

● Muitas vezes são os avós que asseguram a transmissão dos grandes valores aos seus netos, e muitas pessoas podem constatar que devem a sua iniciação na vida cristã precisamente aos avós.

● Cada matrimónio é uma «história de salvação», o que supõe partir duma fragilidade que, graças ao dom de Deus e a uma resposta criativa e generosa, pouco a pouco vai dando lugar a uma realidade cada vez mais sólida e preciosa.

● A transmissão da fé pressupõe que os pais vivam a experiência real de

confiar em Deus, de O procurar, de precisar d'Ele, porque só assim «cada geração contará à seguinte o louvor das obras [de Deus] e todos proclamam as [Suas] proezas»

● A presença do Senhor habita na família real e concreta, com todos os seus sofrimentos, lutas, alegrias e propósitos diários. Quando se vive em família, é difícil fingir e mentir, não podemos mostrar uma máscara. Se o amor anima esta autenticidade, o Senhor reina nela com a sua alegria e a sua paz. A espiritualidade do amor familiar é feita de milhares de gestos reais e concretos.

● Se a família consegue concentrar-se em Cristo, Ele unifica e ilumina toda a vida familiar. Os sofrimentos e os problemas são vividos em comunhão com a Cruz do Senhor e, abraçados a Ele, podem suportar-se os piores momentos.

● Há um ponto em que o amor do casal alcança a máxima libertação e se torna um espaço de sã autonomia: quando cada um descobre que o outro não é seu, mas tem um proprietário muito mais importante, o seu único Senhor.

● É uma experiência espiritual profunda contemplar cada ente querido com os olhos de Deus e reconhecer Cristo nele. Isto exige uma disponibilidade gratuita que permita apreciar a sua dignidade.

## **Família e sociedade**

● O enfraquecimento da presença materna, com as suas qualidades femininas, é um risco grave para a nossa terra. Aprecio o feminismo, quando não pretende a uniformidade nem a negação da maternidade. Com efeito, a grandeza das mulheres implica todos os direitos decorrentes da sua dignidade humana inalienável, mas

também do seu gênio feminino, indispensável para a sociedade.

● Deus coloca o pai na família, para que, com as características preciosas da sua masculinidade, «esteja próximo da esposa, para compartilhar tudo, alegrias e dores, dificuldades e esperanças. E esteja próximo dos filhos no seu crescimento: quando brincam e quando se aplicam, quando estão descontraídos e quando se sentem angustiados, quando se exprimem e quando permanecem calados, quando ousam e quando têm medo, quando dão um passo errado e quando voltam a encontrar o caminho; pai presente, sempre. Estar presente não significa ser controlador, porque os pais demasiado controladores aniquilam os filhos».

● Às vezes o individualismo destes tempos leva a fechar-se na segurança

dum pequeno ninho e a sentir os outros como um incômodo. Todavia este isolamento não proporciona mais paz e felicidade, antes fecha o coração da família e priva-a do horizonte amplo da existência.

● O vínculo virtuoso entre as gerações é garantia de futuro e de uma história verdadeiramente humana. Uma sociedade de filhos que não honram os pais é uma sociedade sem honra.

● O fenómeno contemporâneo de sentir-se órfão, em termos de descontinuidade, desenraizamento e perda das certezas que dão forma à vida, desafia-nos a fazer das nossas famílias um lugar onde as crianças possam lançar raízes no terreno duma história coletiva.

---

pdf | Documento gerado  
automaticamente a partir de [https://  
opusdei.org/pt-pt/article/amoris-laetitia-  
conselho-do-papa-francisco-amor/](https://opusdei.org/pt-pt/article/amoris-laetitia-conselho-do-papa-francisco-amor/)  
(18/01/2026)