

# Fortalecer o amor: o valor das dificuldades

"Quem ama torna-se vulnerável, é verdade. Mas, no matrimónio autêntico, a vulnerabilidade, por ser recíproca, pode aceitar-se sem medo". Uma história de amor é também composta de momentos difíceis, como se mostra neste artigo sobre o amor humano.

04/10/2016

“Os casados – recordava S. Josemaria – são chamados a santificar o seu matrimónio e a santificar-se nessa união; cometariam por isso um grave erro, se edificassem a sua conduta espiritual de costas e à margem do seu lar”[1].

Ninguém se casa para se separar. Ninguém traz um filho ao mundo para o fazer infeliz. E, no entanto a realidade mostra diariamente situações difíceis, não desejadas, que parecem negar premissas tão evidentes como estas.

## **Uma decisão de vertigem**

Certamente, casar-se para sempre não é uma decisão fácil. Como todo o compromisso definitivo, produz uma vertigem existencial. Mas, uma vez tomada, com plena consciência e determinação, a vertigem desaparece e transforma-se em segurança e alegria.

A liberdade falou e o espírito atento descobre então um novo horizonte de liberdade: não tem sentido deter-se no passado, pensando no que se deixou para trás; o novo futuro descoberto oferece um panorama de crescimento pessoal que a alma enamorada se vê impelida a percorrer. As rédeas do nosso amor estão agora nas nossas mãos e não no acaso das circunstâncias.

Naturalmente, não é um percurso sem espinhos. Haverá dificuldades que se intuem. Mas por trás desse *sim* que não admite voltar atrás, percebe-se também a valentia para as enfrentar. A vida adquiriu sentido e descobre-se uma nova missão, que lança uma luz inédita sobre toda a existência.

Alguns, por medo a esses espinhos, procuram evitar amar com esta profundidade de vida. É compreensível. O amor é paradoxal,

pois, por um lado, faz-nos fortes para enfrentar as dúvidas, os obstáculos e os conflitos que poderão aparecer ao longo do caminho; mas, por outro, torna-nos frágeis, deixa à intempérie os nossos pontos débeis. Quem ama expõe-se à dor, já que aqueles a quem amamos também têm a capacidade de nos fazer sofrer.

Certas técnicas ou filosofias orientais oferecem outro caminho: não sintas e não sofrerás. No entanto, a ausência de dor não equivale à felicidade. O que ama torna-se vulnerável, é verdade. Mas, no matrimónio autêntico, a vulnerabilidade, por ser recíproca, pode aceitar-se sem medo: entregome ao meu cônjuge e sei que o meu cônjuge se entrega a mim. A minha vulnerabilidade ganha força nas suas mãos, e a sua entrega faz-se mais forte nas minhas.

A primeira condição para superar as dificuldades no matrimónio é não estranhar que um dia possam surgir. São um terreno pelo qual o nosso amor terá que passar algum dia. Como numa subida à montanha, quando se tem a meta clara, as dificuldades não são alheias à travessia, fazem parte dela, e o desafio consiste em pôr engenho e fortaleza para as superar. Como disse o Papa Francisco, os que enfrentam assim o matrimónio são “homens e mulheres suficientemente valentes para levar esse tesouro nas «vasilhas de barro» da nossa humanidade”, e constituem “um recurso essencial para a Igreja, e também para todo o mundo”[2].

Podemos distinguir as dificuldades que podem surgir na vida matrimonial e familiar em três grupos: as procedentes do ambiente, as que provêm dos filhos e as que afetam o próprio matrimónio. O

caminho que sugiro para as superar é o mesmo nos três casos: unidade. Unidade familiar, unidade matrimonial e unidade pessoal.

## **Dificuldades do ambiente: unidade familiar**

Por ambiente refiro-me aqui ao âmbito próximo, mas diferente da família íntima. Podem ser problemas de trabalho ou económicos, a doença de um pai ou de uma mãe, controvérsias entre familiares ou amigos.

O critério seguro para enfrentar estas dificuldades, que pela sua própria diversidade não admitem soluções uniformes, é a unidade familiar. A melhor maneira de as enfrentar é integrá-las na dinâmica familiar. Não deixar que atuem como um fator externo de desestabilização pessoal.

Na família, as alegrias multiplicam-se e as penas dividem-se. Quando a ameaça é exterior à família, é a família inteira que há-de enfrentá-la, contribuindo cada um, no nível que lhe é próprio e na perspetiva que lhe corresponde, com a sua particular visão e apoio. A unidade familiar atua, além disso, como limite e critério para qualquer proposta, solução ou ponto de vista que se coloque.

Em não poucas ocasiões, estas dificuldades convertem-se num campo especialmente propício para a educação de virtudes essenciais para o desenvolvimento pessoal: confiança, humildade, sobriedade, ajuda mútua, etc.

## **Dificuldades dos filhos: unidade matrimonial**

Quando os problemas procedem dos filhos, a solução passa sempre pela unidade matrimonial. Durante

longos períodos, os filhos podem chegar a ser uma fonte constante de conflito matrimonial.

Perante as dificuldades com os filhos, a primeira ocupação tem de ser o nosso cônjuge. O mais importante é aumentar o nosso amor. Suceda o que suceder com um filho, o caminho mais seguro para o ajudar a superar o seu conflito pessoal é que perceba, com a maior evidência possível, o amor que os seus pais têm um pelo outro, além, naturalmente, do amor que lhe têm a ele.

Depois virão os conselhos, as técnicas, o diálogo constante no matrimónio, o compromisso mútuo, a análise serena, a ajuda de profissionais e tudo o resto. Mas a primeira condição para dar segurança e critério ao nosso filho é o amor mútuo dos seus pais.

Se os nossos filhos se apercebem de maneira clara e contundente, quase

materialmente, dessa prioridade (primeiro é o teu pai; primeiro é a tua mãe), teremos posto as bases para enfrentar eficazmente o problema, seja de que natureza for.

## Dificuldades no matrimónio: unidade pessoal

“O presente mais precioso que o casamento me deu foi o de me oferecer um choque constante com algo muito próximo e íntimo mas ao mesmo tempo indefetivelmente outro e resistente, real, numa palavra” [3], afirma C.S. Lewis. Pode chegar o momento em que a relação matrimonial se turve ou se endureça. Circunstâncias diversas podem influir com maior ou menor intensidade e extensão. Por vezes, uma pequena gota – que talvez faça encher o copo – desencadeia o temporal: “Um casal que começa a discutir, a litigar... Não têm nunca razão o marido e a mulher para

discutir. O inimigo da fidelidade conjugal é a soberba”[4].

Unidade pessoal equivale aqui a autenticidade de vida; integridade de vida intelectual, volitiva, emocional, biográfica. Perante qualquer dificuldade na relação matrimonial, deve-se arrejeitar a tentação de romper com que somos, com aquilo que quisemos ser. Refazer a vida, sim, mas com os nossos próprios materiais, não com os de outro ou de outra. O compromisso matrimonial transformou-nos de maneira radical e já não deveria ser imaginável a nossa vida sem ela ou sem ele.

Assim há-de ser sempre. Com visão ampla, magnânima, com generosidade de espírito. Não importa fazer um pouco de teatro no matrimónio e *forçar* a própria entrega quando o sentimento não acompanha. Como recordava S. Josemaría, referindo-o a Deus, temos

o melhor espetador possível para essa humilde interpretação: a nossa mulher, o nosso marido, e o sentimento, se se sabe invocá-lo, sempre volta.

Fortalecer o amor é atualizá-lo. Escolher cada dia os que amamos: amei-a hoje? Notou-o? E voltar depois os olhos para nós próprios; só há uma pessoa que pode ajudar a melhorar a relação: eu próprio. Sou eu quem deve mudar e, então, com a nova visão que a minha transformação me dá, ajudá-lo a ele, ou a ela, a fazê-lo. Quem há-de dar o primeiro passo? A resposta não é nova: o que vê o problema, quer dizer, eu próprio.

Há uma virtude e uma conduta que surgem necessariamente quando se trata de reconduzir o amor: a humildade e o perdão. Humildade para reconhecer os próprios erros, humildade para pedir ajuda quando

seja necessário, humildade para pedir perdão, humildade para conceder esse perdão e humildade para aceitar ser perdoado. E que seja um perdão humilde, não altivo, generoso, compreensivo e oportuno, que saiba dizer sem palavras: “preciso de ti para ser eu mesmo”, como descreveu Jutta Burggraf[5].

*Javier Vidal-Quadras*

---

[1] S. Josemaría, *Cristo que passa*, 23.

[2] Papa Francisco, Audiência geral, 6-V-2015.

[3] C.S. Lewis, *Una pena en observación*, Trieste, Madrid 1988, p. 24.

[4] S. Josemaría, notas de uma reunião familiar, 1-VI-1974.

[5] J. Burggraf, "Aprender a perdoar".  
Artigo publicado na revista *Retos del futuro en educación*. Editada por O.F. Otero, Madrid 2004.

Fotos: Ismael Martínez Sánchez

---

pdf | Documento gerado  
automaticamente a partir de <https://opusdei.org/pt-pt/article/fortalecer-o-amor-o-valor-das-dificuldades/>  
(22/01/2026)