

# **Viver a alegria do amor na família (I): Trabalhar longe de casa**

Quais são os principais desafios para um pai ou uma mãe que trabalha longe de casa, talvez vários dias por semana? Por ocasião do Ano da Família convocado pelo Papa Francisco, apresentamos uma série de testemunhos de famílias que vivem os desafios de cada dia a partir de uma perspetiva cristã.

26/10/2021

São muitos os casais e famílias que vivem uma tensão entre os compromissos familiares e profissionais. Pode acontecer que o trabalho leve um cônjuge para outra cidade durante vários dias por semana. Como se consegue acompanhar o ritmo elevado de um trabalho fora da cidade e ainda ter tempo de qualidade com o seu cônjuge? É possível cuidar das crianças e fazer as tarefas domésticas ao mesmo tempo, sem negligenciar os amigos?

Momo e Mapi, um casal com dois filhos, vivem diariamente este desafio devido ao trabalho de Momo que no ano passado o retirou de Milão, onde o casal vive. Quando chegou uma oferta de emprego de uma empresa em Florença, pareceu uma boa oportunidade para Momo e Mapi e eles quiseram aceitar o desafio.

«O desafio ainda está em curso, pois não comecei há muito tempo – diz Momo – e ainda temos de encontrar o equilíbrio certo». «Parto cedo na segunda-feira de manhã – continua – e só volto para casa na sexta-feira à noite. Devo dizer que o grau de dificuldade da gestão familiar neste contexto é bastante elevado».

Não só porque se trata de gerir um trabalho a várias centenas de quilómetros de distância, mas "o maior desafio é encontrar tempo de qualidade para passar com a Mapi e, ao mesmo tempo, não negligenciar o tempo com as crianças". «Outro aspeto difícil – acrescenta Momo – é a incerteza que esta situação gera: ainda não sabemos se vamos todos mudar para Florença ou quanto tempo continuaremos com esta experiência. Um dos maiores desafios é, portanto, neste momento, não ter a possibilidade de fazer muitos planos a longo prazo».

Mapi, por outro lado, que trabalha há vários anos em *smart working*\*, gera sozinha muitos aspetos da vida familiar durante a semana, mas também com a ajuda de uma *babysitter* e de um grupo de amigos do bairro, enquanto Momo está fora em Milão. «Felizmente, sempre foi natural para mim relacionar-me com várias pessoas e conseguimos criar uma rede de amigos e família na nossa vizinhança. Ajudamo-nos uns aos outros e isto é muito importante para nós, pois as nossas famílias de origem não vivem em Milão». «O maior desafio para mim pessoalmente não é apenas o prático – sou capaz de gerir os trabalhos domésticos mesmo durante uma chamada telefónica de trabalho ou durante os intervalos - mas, sobretudo o educativo: estamos sempre muito cansados à noite, e por vezes é difícil compreender as necessidades dos nossos filhos e ir ao seu encontro.

Quando o fim de semana chega por fim, é altura de estarmos juntos.

«Tentamos não passar muito tempo em casa – dizem Momo e Mapi –, por isso encontramo-nos com os nossos amigos no parque, por vezes almoçamos juntos e depois tentamos manter as crianças ao ar livre toda a tarde. Desta forma, as crianças podem desabafar e passar mais tempo a brincar com o pai».

Neste contexto desafiante, Mapi e Momo também encontraram outra grande fonte de ajuda para além de amigos e *babysitting*: «Ao longo dos anos, ajudou-nos muito fazer alguns cursos de orientação familiar, mas acima de tudo ajuda-me – diz Momo – dedicar tempo à oração pessoal ou ao círculo (sessões semanais sobre temas doutrinais ou espirituais). Estes momentos são essenciais para mudar a perspetiva quando se está demasiado ocupado com problemas quotidianos. Por vezes, talvez porque

estou demasiado cansado e ocupado, não me apetece, mas cada vez que encontro tempo para dedicar à própria espiritualidade nunca me desiludo». Mapi, que frequenta um clube com outras supranumerárias, concorda com Momo: «Mesmo que pareça que nunca temos tempo para olhar para cima e mudar a nossa perspetiva, rezar dá a oportunidade de o fazer, e quando dedicas até mesmo um minuto para estar com o Senhor, Ele recompensa-te sempre, fazendo-te sentir mais descansada como se tivesses parado durante uma hora!».

---

## **Meditar com o Papa Francisco**

*Na família, “como numa igreja doméstica” (Lumen gentium, n.º 11), amadurece a primeira experiência eclesial da comunhão entre as*

*pessoas, na qual, por graça, se reflete o mistério da Santíssima Trindade. “É aqui que se aprende a tenacidade e a alegria no trabalho, o amor fraterno, o perdão generoso e sempre renovado, e sobretudo o culto divino, pela oração e pelo oferecimento da própria vida” (Catecismo da Igreja Católica, n. 1657)».*

*(Amoris Laetitia, 86)*

---

\* N.T: O conceito de *smart working* é utilizado para definir um regime de trabalho em que o funcionário realiza **pelo menos 50% do seu trabalho fora do escritório**. Ou seja, é a atividade realizada fora da empresa, ou na própria casa ou outro local de trabalho

---

pdf | Documento gerado  
automaticamente a partir de [https://  
opusdei.org/pt-pt/article/viver-a-alegria-  
do-amor-na-familia-i-trabalhar-longe-  
de-casa/](https://opusdei.org/pt-pt/article/viver-a-alegria-do-amor-na-familia-i-trabalhar-longe-de-casa/) (17/01/2026)