

# Amor a dois

os relacionamentos afetivos na visão sistêmica e espírita

*Degustação  
de cortesia*

**Andrei Moreira**



# Sumário

**Prefácio – Leticia Talarico** 06

**Introdução** 10

## *Capítulo 1*

**Energia sexual, sexualidade e afetividade** 16

## *Capítulo 2*

**Reencontros afetivos** 32

## *Capítulo 3*

**As leis sistêmicas que atuam nos relacionamentos afetivos** 44

## *Capítulo 4*

**Paixão: a antessala do amor** 80

## *Capítulo 5*

**O que impede e o que permite que o amor flua na relação de casal** 104

## *Capítulo 6*

**Traições conjugais** 180

## *Capítulo 7*

**Separações conjugais e reatamentos** 216

## *Capítulo 8*

**Perdão e reconciliação** 232

## *Capítulo 9*

**Amor homoafetivo** 248

## *Capítulo 10*

**Filhos: continuidade do amor do casal** 270

## *Capítulo 11*

**O que impede e o que favorece a um casal conceber** 284

## *Capítulo 12*

**A espiritualidade do casal** 338

**Bibliografia** 350

# Introdução

## Amor a dois

**O**s relacionamentos afetivos são o grande tesouro da existência humana. Embora nenhum de nós seja uma metade em busca da outra, somos todos seres incompletos, desejosos de partilha e alimentação afetiva que possibilite o crescimento e a produtividade, em todas as áreas, a partir da experiência amorosa.

Aprendemos a nos reconhecer desenvolvendo com o outro, que funciona como espelho, uma relação dinamizadora do estabelecimento claro da nossa identidade e limite do eu, bem como propiciadora dos vínculos que geram crescimento. O confronto e a riqueza das diferenças promovem complementaridade e multiplicam as oportunidades, superadas as dificuldades de adaptação e os conflitos projetivos iniciais.

É fato: só se desenvolve quem se envolve. Consigo e com o outro. Só há conquista após a luta. Nesse caso, uma doce luta com nós mesmos, uma luta de autoconhecimento, para reconhecer o que em nós atua e nos move *para* e *em* uma relação amorosa, bem como o que de nós atua sobre o outro. Só temos poder sobre nós mesmos.

Os relacionamentos afetivos, e em especial o de casal, objeto de nossas reflexões, nos convidam à entrega, à confiança, à partilha, à renúncia, a somar e multiplicar o que em nós abunda. Essas ações permitem que a relação se estabeleça para além de nossas carências infantis e se construa como uma troca respeitosa entre adultos, equilibrados no dar e no receber, olhando para um objetivo comum. Isso só é possível quando estamos enraizados no solo sagrado do amor materno e paterno, bebendo da fonte pura de sua força e grandeza, com reconhecimento e gratidão, o que nos caracteriza como adultos aptos às trocas afetivas entre iguais.

Cada um deve percorrer a jornada solitária de autocontrole, encarando seus monstros e belezas internas, até estar apto a uma troca afetiva genuína e profunda, que multiplique potencialidades e realizações. Esse caminho longo de maturidade requer que abandonemos julgamentos morais e críticas, exigências e lamentações, e nos conectemos à abundância do fluxo da vida, que verte sempre generosa e suficiente para cada um e todos nós, das fontes que nos geraram e nos nutriram.

Cada relação é um passo no escuro, sem controle, em que vamos aprendendo a reconhecer o outro e a nós mesmos a partir da construção da entrega e da confiança, como cegos que ganham segurança ao tocar o contorno e a consistência do que não podem ver ou definir.

É no sentido do coração e do afeto que tudo ganha significado e conteúdo.

Toda troca afetiva legítima promove crescimento. A do casal, em especial, constrói a base do que sustenta e perpetua a vida, na continuidade de cada um e de ambos, em um movimento maior que a soma dos dois.

No amor de casal, muitos amores anteriores se somam e se perpetuam: o da família biológica, que gerou a vida, o daqueles que a nutriram e cultivaram, o de todos que a nós se somaram nas experiências felizes ou infelizes que nos trouxeram até o presente, e o amor que em nós se faz semente, à espera de concretização.

O amor a dois é uma construção no tempo, a partir de aproximações e reconhecimentos sucessivos que possibilitam a comunhão respeitosa, o vínculo afetivo e o crescimento pessoal e do casal sempre em direção ao mais.

Este livro é uma colcha de retalhos produzida com reflexões e experiências, no campo do conhecimento sistêmico e espírita e do sentimento propiciado pelo Evangelho, que tem um só objetivo: falar ao seu coração, na alegria da partilha do amor. Não traz respostas prontas, nem receitas de bolo, tampouco complicações e pessimismo, o que seria desnecessário. É uma coletânea sintética de temas psicológicos, sistêmicos e afetivos, que se mostram continuamente necessários e úteis

na nossa vida e na daqueles que nos buscam, no consultório, nos *workshops* ou nas atividades espirituais, em busca de auxílio para as suas dores afetivas e para realizar o desejo de estabelecer vínculos profundos que alimentem o coração.

Ele nasce de muitas experiências de amor, nos aparentes insucessos e sucessos da vida, em um tempo de maturidade e abundância. Hoje as flores e os frutos aqui estão para serem colhidos, e as sementes dispersadas, com amor. Oferto-lhe o que me preenche, na alegria da partilha e da comunhão, esperando que fale também ao seu coração.

Belo Horizonte, Natal de 2017.



Capítulo

# 03

As leis sistêmicas  
que atuam nos  
relacionamentos  
afetivos



# Amor a dois

## Capítulo 3

**B**ert Hellinger é um terapeuta alemão, atualmente com 92 anos de idade, que trouxe enormes contribuições teóricas e, sobretudo, práticas, no campo terapêutico das relações afetivas. Uma delas foi a percepção de que nessas relações atuam leis específicas que nos guiam como natureza, determinando movimentos e efeitos específicos.

Bert foi prisioneiro de guerra dos norte-americanos, ficou um ano em um campo de concentração, conseguiu fugir com a ajuda de amigos e retornou à Alemanha. Lá ele se filiou a uma ordem religiosa católica chamada *Marianhill*, e trabalhou como diretor de uma escola pertencente a essa ordem, que o mandou para a África do Sul, onde teve a oportunidade de trabalhar com os africanos e com os ingleses que dominavam o país naquele momento. Segundo Bert Hellinger, foi o contato com os nativos que mais o impressionou positivamente, e essa convivência trouxe muito aprendizado para ele.

É exatamente na África do Sul que ele vive uma experiência que mudaria a sua vida e que seria o pontapé

inicial de uma longa busca que culminou com a descoberta das leis sistêmicas. Durante um *workshop* conduzido por um padre, cujo público eram outros padres, como ele, Bert ouviu uma pergunta que o tocou profundamente. O facilitador questionou: “Se vocês tiverem que escolher entre as pessoas e os valores, com o que é que vocês ficam?”. Bert teve a íntima certeza de que deveria responder: “Com as pessoas”. No entanto, olhando para si mesmo e para seus colegas de trabalho religioso, ele teve a íntima convicção de que eles ficariam com os valores. Ele, então, se fez a seguinte pergunta: “O que é que nos leva a ficar fiéis a valores mais que às pessoas?”. Essa pergunta se ampliou para outras, tais como: “O que é que nos leva a ficar fiéis a padrões ou destinos familiares que trazem infelicidade ou insucesso?”, “O que nos mantém aprisionados em um comportamento, mesmo quando dizemos desejar mudá-lo?”, “O que nos leva a repetir situações, padrões ou destinos de nossa família, mesmo quando eles nos levam ao fracasso?” etc.

Após algum tempo, ele retornou à Alemanha, desligou-se da ordem religiosa e iniciou uma profunda busca de formações terapêuticas, estudando com os melhores de sua época. Ele fez treinamentos em Gestalt terapia, terapia primal, terapia breve, psicanálise, representações familiares e muitas mais, até chegar ao moderno método que ampliou e que segue sempre

desenvolvendo, chamado de “constelações familiares”. Essa filosofia prática, como ele a descreve, permite que, a partir da experiência de alguém que se disponha a trabalhar um tema (como um conflito, uma dor afetiva ou uma dificuldade existencial, como estabelecer um relacionamento saudável ou ter um relacionamento, por exemplo), seja acessado um campo energético de sabedoria universal (campo quântico ou emaranhamento quântico) no qual se pode perceber a natureza do vínculo sistêmico que o indivíduo estabelece com os demais membros de seu sistema e que está por detrás de conflitos de natureza afetiva, nós existenciais, sentimentos, sintomas, doenças e muitos mais.

Sistema, na compreensão da constelação familiar segundo Bert Hellinger, é a nossa família biológica de origem e todos que a ela se vinculam com força de vida, isto é, todos que nela ganham vida e os que se vinculam amorosamente a um de seus membros. Também pertencem ao sistema os que dão a vida por um membro do sistema e os que salvam uma vida daquele sistema. Trata-se de vínculos fortemente estabelecidos pela força da vida.

Quando um filho chega em um sistema, como a ponta do *iceberg* daquele grupo, traz em si, em sua genética, em seu corpo, a marca de inúmeras gerações que vieram antes dele. Aquela vida que ali se inicia só começa

porque antes dele uma grande multidão de pessoas fizeram o que foi necessário, a seu modo, para que a vida passasse adiante. E graças a isso é possível que aquele filho ali esteja, que aquele espírito ali reencarne, que múltiplos reencontros sejam possíveis. Tudo isso porque cada um contribuiu, a seu tempo, para que a vida, agora, fosse possível. Esse maravilhoso fato faz com vínculos profundos de amor sejam estabelecidos entre os membros do sistema.



# Capítulo 05

O que impede e  
o que permite  
que o amor flua  
na relação de  
casal

# Amor a dois

## Capítulo 5

**U**ma mulher trouxe como tema em um *workshop* a dificuldade de ter um relacionamento de casal. Encontrava-se sozinha há muito tempo e só atraía homens que, após algum tempo, se cansavam da relação e saíam. Ela se sentia só e abandonada.

Foi colocada uma representante para ela e outra para o último homem com quem ela se relacionou mais longamente. A representante da cliente logo se virou para o lado direito do homem e passou a olhar fixa e emocionalmente para outro ponto. O facilitador perguntou a ela, então, se havia tido algum amor antes dele. Ela respondeu: “Amor não, tive um casamento, mas não foi amor”. Estava claro que aquela cliente não olhava para aquele relacionamento com respeito e, por algum motivo qualquer, o excluía.

Colocado um representante para o ex-marido, eles logo se olharam e se emocionaram. Ele a buscou, andando em sua direção, e a representante da cliente se afastou, de cara feia, como se estivesse magoada.

O facilitador, então, entrevistou, colocando a cliente no campo e propondo a ela que dissesse: “Você foi o meu primeiro amor”. A cliente se recusou, dizendo: “Não foi. Ele não me tratava bem”. Então foi questionado a ela quanto tempo havia durado aquele relacionamento e ela disse: “Dez anos”. Como é que alguém fica dez anos em um relacionamento e julga que não houve amor? Isso só é possível quando se olha apenas para o que está vazio na relação e não para o que foi cheio. Essa postura é como a de uma criança, e não como a de um adulto. Ficava claro, ali, que o problema original não era com aquele homem, e sim com o pai. Colocado um representante para o pai e outro para a mãe, a representante da cliente logo se colocou entre o pai e a mãe, como a tentar proteger a mãe. Então, a representante da mãe lhe disse: “Você é uma filha fiel, mas eu dou conta sozinha. O seu pai é um bom homem e eu o amei muito e ainda o amo. Você é fruto desse amor. Eu me alegro que você possa amá-lo livremente, também”. A cliente, então, chorou como criança pequena, olhando para o pai e percebendo a saudade que sentia e o quanto lhe custava ficar longe dele, no coração, pela crítica que estabelecia julgando a forma como ele tratava a mãe. Ela achava que que podia compreender ou criticar aquela relação, pois julgava-se maior e melhor que os dois, apta a analisar e dizer como deviam se comportar. Não percebia que estavam juntos havia quarenta

anos e que só o amor justificaria aquela relação. Pôde, então, naquele momento, experimentar o seu lugar de pequena, e a liberdade de poder amar, igualmente, ao pai e à mãe. Após um tempo experimentando isso, foi proposto à cliente que olhasse para a mãe e dissesse: “Eu preciso muito aprender com a senhora como tolerar as pequenas frustrações e insatisfações da relação a dois e como não exigir do meu homem aquilo que ele não possa me dar, e nem de mim aquilo que eu não tenha a ofertar”.

A cliente se sentiu profundamente tocada com o amor grandioso da mãe pelo pai e dele por ela, e pôde, então, olhar para o seu ex-marido com outros olhos. Agora o papai estava de volta em seu coração, e a mãe já não era mais a mulher passiva, indefesa, que necessitava ser protegida, mas a mulher sabiamente ativa que sabia manipular o silêncio e o equilíbrio no dar e receber, oculto aos olhos dos filhos, no dia a dia, com maestria, a ponto de permanecer longos anos naquela relação amorosa humana, imperfeita, comum. O papai também não era mais o homem abusivo, e sim um homem comum, que também escolhia ficar e sabia manejar suas satisfações e insatisfações, equilibrando sempre e pagando o preço que mãe sabia cobrar, silenciosamente.

Ao olhar, então, para o ex-marido, pôde olhar para o que estava cheio nele e para o amor que sentiu – e ainda sentia – naqueles dez anos de relacionamento que havia

terminado não fazia muitos anos. Ela, então, pôde dizer a ele: “Você foi, é e sempre será o meu primeiro amor”. Chegou mesmo a reconhecer: “E ainda é o meu atual amor. É uma pena que não tenhamos podido seguir. Teria sido uma alegria”. E chorou sentidamente. O representante do marido chorou junto, mostrando que, na alma, ele sentia o mesmo. Ela pôde ver o seu amor e se despedir dele, reconciliada.

Não há ex-parceiros ou ex-parceiras, ex-esposos, namorados, amores... Só há o primeiro amor, o segundo amor, o terceiro etc. Nenhum amor que venha depois substitui ou exclui os que vieram antes. Só é possível que o amor flua para um outro relacionamento quando o coração segue reconciliado com os amores que vieram antes, isto é, com um lugar de amor e de afeto no coração por tudo de bom que foi vivido antes. Assim, é possível ao futuro ter uma chance.