

GARY CHAPMAN

*Best-seller do The New York Times*

5  
AS

LINGUAGENS  
DO AMOR

PARA HOMENS

*Como expressar um compromisso de amor a sua esposa*



**Ao longo** dos anos, trabalhei com maridos e esposas no sentido de ajudá-los a se conectar emocionalmente um com o outro, a comunicar amor numa linguagem que seja significativa para a outra pessoa.

Com base em trinta anos de pesquisa clínica e em uma vida de experiência pessoal, descobri que existem apenas cinco linguagens do amor básicas — cinco maneiras de expressar amor em termos emocionais. Sua esposa tem uma “linguagem do amor primária”. Se você falar essa linguagem, ela se sentirá amada. Do contrário, o tanque de amor dela esvaziará e a felicidade evaporará.

Este livro descreve as cinco linguagens do amor, mostra ao marido como descobrir sua própria linguagem do amor e como descobrir e falar a linguagem do amor de sua esposa.

GARY CHAPMAN

# AS 5 LINGUAGENS DO AMOR PARA HOMENS

Como expressar um compromisso de amor a sua esposa

Traduzido por EMIRSON JUSTINO



mundocristão

Copyright © 1992, 1995, 2004, 2010 por Gary Chapman  
Publicado originalmente por Northfield Publishing, Chicago, Illinois, EUA.

Os textos de referência bíblica foram extraídos da *Nova Versão Internacional* (NVI), da Biblica, Inc.

Todos os direitos reservados e protegidos pela Lei nº 9.610, de 19/02/1998.

É expressamente proibida a reprodução total ou parcial deste livro, por quaisquer meios (eletrônicos, mecânicos, fotográficos, gravação e outros), sem prévia autorização, por escrito, da editora.

*Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)*  
(*Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil*)

---

Chapman, Gary  
As 5 linguagens do amor para homens — Como expressar um compromisso de amor a sua esposa / Gary Chapman; traduzido por Emitson Justino. — São Paulo: Mundo Cristão, 2014.

Título original: *The 5 Love Languages: The Secret to Love That Lasts.*

1. Casamento 2. Casamento — Aspectos religiosos — Cristianismo  
3. Comunicação no casamento I. Título.

13-12281

CDD-646.78

---

*Índice para catálogo sistemático:*

1. Casamento: Orientações: Vida familiar 646.78

*Categoria:* Casamento

Publicado no Brasil com todos os direitos reservados por:  
Editora Mundo Cristão  
Rua Antônio Carlos Tacconi, 79, São Paulo, SP, Brasil, CEP 04810-020  
Telefone: (11) 2127-4147  
www.mundocristao.com.br

1ª edição: fevereiro de 2014  
2ª reimpressão: 2014

Para Karolyn, Shelley e Derek



# Sumário

<i>Agradecimentos</i>	9
<i>Introdução</i>	11
1. O que acontece com o amor depois do casamento?	15
2. Mantenha o tanque de amor cheio	23
3. A paixão	29
4. Primeira linguagem do amor: Palavras de afirmação	41
5. Segunda linguagem do amor: Tempo de qualidade	61
6. Terceira linguagem do amor: Presentes	83
7. Quarta linguagem do amor: Atos de serviço	101
8. Quinta linguagem do amor: Toque físico	121
9. Descubra sua linguagem do amor primária	135
10. Amar é uma escolha	145
11. O amor faz diferença	155
12. Amar quem é difícil de ser amado	163
13. Uma palavra pessoal	179
<i>As perguntas mais comuns sobre as cinco linguagens do amor</i>	183
<i>Descubra sua linguagem do amor</i>	
— Questionário para maridos	201
<i>Descubra sua linguagem do amor</i>	
— Questionário para esposas	207



## Agradecimentos

O amor começa no lar, ou pelo menos deveria. Para mim, lar é sinônimo de Sam e Grace, papai e mamãe, que me amaram por mais de sessenta anos. Sem eles, ainda estaria à procura de amor, em vez de escrever sobre ele. Lar também significa Karolyn, com quem estou casado há mais de quarenta anos. Se todas as esposas amassem como ela ama, poucos maridos olhariam por cima da cerca. Shelley e Derek já saíram de nosso ninho e foram explorar novos mundos, mas me sinto seguro no amor que demonstram por nós. Sou abençoado e agradecido.

Sou extremamente grato a um número enorme de profissionais que influenciaram meus conceitos sobre o amor. Entre eles estão os psiquiatras Ross Campbell e Judson Swihart. No campo da assistência editorial, agradeço a Debbie Barr e Cathy Peterson. A capacidade técnica de Tricia Kube e Don Schmidt possibilitou o cumprimento dos prazos de publicação. Por fim, e mais importante, quero expressar minha gratidão às centenas de casais que, no decorrer de trinta anos, compartilharam comigo a intimidade da vida conjugal. Este livro é um tributo à sua honestidade.



## Introdução

Pouco tempo atrás, ouvi uma história sobre um jovem executivo do Texas. Durante uma conversa com um amigo, ele confessou, desesperado: “Simplesmente não sei mais o que fazer para convencer minha esposa de que a amo. Ela tem uma linda casa, três filhos maravilhosos que estudam em escola particular e nenhuma preocupação com as finanças. Parece que isso não é suficiente. O que ela realmente quer é conversar — não aquela conversa rotineira sobre coisas que precisam ser feitas na casa ou onde passar as férias com as crianças. Ela deseja conversa de verdade, seja lá o que isso queira dizer. O problema é que não sou de falar. Eu não sou assim!”

Aonde quer que eu vá, escuto histórias similares contadas por maridos. Sempre que isso acontecia, sentia o desejo de ter uma edição de *As 5 linguagens do amor* num formato especial e atraente para os homens. O livro que você tem em mãos é a resposta a esse desejo. Esta editora e eu fizemos uma parceria para levar até você *As 5 linguagens do amor — edição para homens*.

Todo homem casado que conheço deseja que sua esposa seja feliz no casamento. Quando se casaram, ele pretendia fazê-la feliz e esperava que ela correspondesse. Muitos maridos estão convictos de que tentaram com sinceridade, mas não foram bem-sucedidos na criação de um casamento feliz. Alguns culpam a esposa e outros culpam a si mesmos.

Estou convencido de que a felicidade no casamento é consequência da sensação de ser amado. Quando namorávamos,

naquele estado eufórico normalmente chamado de “paixão”, nós dois éramos felizes. De fato, como um marido disse, “Foi a época mais feliz da minha vida”. Esse senso de felicidade legítima levou todos nós ao altar! Queríamos que a euforia durasse a vida toda.

Infelizmente, todas as pesquisas indicam que a experiência da paixão evapora com o passar do tempo. Isso significa que o amor emocional deve ser nutrido. Nossa cultura, porém, pouco tem feito para ajudar os maridos a entender a natureza do amor e o modo de comunicá-lo. Tenho certeza de que milhares de homens desejam de coração um casamento melhor, acreditam que têm se esforçado para isso e não sabem mais o que fazer, assim como aquele jovem do Texas. Este livro é para esses homens.

Ao longo dos anos, trabalhei com maridos e esposas no sentido de ajudá-los a se conectar emocionalmente um com o outro, a comunicar amor numa linguagem que seja significativa para a outra pessoa. Com base em trinta anos de pesquisa clínica e em uma vida de experiência pessoal, descobri que existem apenas cinco línguas do amor básicas — cinco maneiras de expressar amor em termos emocionais. Sua esposa tem uma “língua do amor primária”. Se você falar essa língua, ela se sentirá amada. Do contrário, o tanque de amor dela esvaziará e a felicidade evaporará.

Nas páginas a seguir, descreverei as cinco línguas do amor, mostrarei como descobrir sua própria língua do amor e como descobrir e falar a língua do amor de sua esposa. O que você está prestes a ler tem o potencial de melhorar grandemente o clima emocional do seu casamento. Você aprenderá a comunicar amor na língua de sua esposa e começará a observar uma mudança na atitude e no comportamento dela. Você poderá se descobrir mais uma vez vivendo

com uma mulher feliz. Se ela aprender a falar a sua linguagem do amor, você de fato será um homem feliz.

Amar e ser amado — o que poderia ser mais importante que isso?



## O que acontece com o amor depois do casamento?

A dez mil metros de altitude, em algum lugar entre Buffalo e Dallas, ele colocou a revista no bolso do assento à sua frente, virou-se em minha direção e perguntou:

— Você trabalha com quê?

— Faço aconselhamento conjugal e promovo seminários sobre melhoria do casamento — respondi, de forma casual.

— Faz tempo que desejo perguntar isto a alguém: O que acontece com o amor depois do casamento?

Tendo desistido da possibilidade de tirar uma soneca, perguntei a ele:

— O que você está querendo dizer?

— Bem, eu me casei três vezes e, em todas elas, tudo era maravilhoso antes de nos casarmos. Mas, por alguma razão, depois do casamento, tudo desmoronou. Todo o amor que eu pensava sentir por ela e que ela parecia sentir por mim se evaporou. Sou uma pessoa inteligente. Administro um negócio bem-sucedido, mas isso é algo que não entendo.

— Quanto tempo você ficou casado?

— O primeiro casamento durou cerca de dez anos. O segundo durou três, e o último, quase seis anos.

— Seu amor evaporou de uma hora para outra após o casamento ou foi uma perda gradual?

— Bem, o segundo deu errado logo de início. Não sei o que aconteceu. Pensei de verdade que nos amássemos, mas a lua

de mel foi um desastre e nunca nos recuperamos. Namoramos por apenas seis meses. Foi um romance-relâmpago. Tudo era realmente empolgante! Mas, depois do casamento, foi uma guerra, desde o início.

— E o primeiro casamento? — perguntei.

— No primeiro, tivemos três ou quatro bons anos juntos antes que o bebê nascesse. Depois que ele nasceu, minha sensação era de que ela dava total atenção ao bebê e que eu não era mais importante. Era como se o único objetivo da vida dela fosse ter um bebê e, depois disso, não precisasse mais de mim.

— Você disse isso a ela?

— Sim, eu disse. Ela disse que eu estava louco, que eu não entendia o estresse de ser uma babá vinte e quatro horas por dia. Disse que eu deveria ser mais compreensivo e ajudasse mais. Eu realmente tentei, mas não parecia fazer diferença. A partir dali, ficamos cada vez mais distantes. Depois de algum tempo, não havia mais nenhum amor, apenas indiferença. Nós dois chegamos à conclusão de que o casamento tinha acabado.

— E o último casamento?

— Veja, eu realmente achava que seria diferente. Fiquei divorciado por três anos. Então, namoramos por dois anos. Achava de verdade que sabia o que estava fazendo e, talvez pela primeira vez na vida, realmente imaginei que soubesse o que significava amar alguém. Sentia sinceramente que ela me amava.

— E o que aconteceu?

— Não acho que eu tenha mudado depois de nos casarmos. Continuei a expressar amor como fazia antes do casamento. Dizia como ela era bonita, quanto eu a amava e que tinha orgulho de ser seu marido. Mas, alguns meses depois, ela começou a reclamar de coisas pequenas, como não levar o lixo para fora

ou não guardar minhas roupas. Depois, passou a atacar meu caráter, dizendo que não podia confiar em mim e me acusando de ser infiel. Ela se tornou uma pessoa totalmente negativa. Antes do casamento, ela não era assim. Na verdade, era uma das pessoas mais positivas que eu já havia conhecido. Seu otimismo, aliás, foi uma das coisas que me atraíram nela. Nunca reclamava de nada. Para ela, tudo que eu fazia era maravilhoso. Assim que nos casamos, porém, eu não parecia ser capaz de fazer nada certo. Honestamente, não sei o que aconteceu. Por fim, perdi meu amor e comecei a me ressentir dela. Estava bem claro que ela não me amava. Chegamos à conclusão de que não era bom continuarmos juntos e, assim, nos separamos.

Antes do casamento, ela não era assim.

Após fazer uma pausa, ele prosseguiu:

— Isso aconteceu um ano atrás. Sendo assim, minha pergunta é: O que acontece com o amor após o casamento? Minha experiência é comum? É por isso que temos tantos divórcios hoje em dia? Não consigo acreditar que isso tenha acontecido três vezes comigo. Será que aqueles que não se divorciam aprendem a viver com o vazio, ou o amor realmente permanece vivo em alguns casamentos? Se for esse o caso, como é possível?

As perguntas do meu amigo sentado no assento ao lado são as mesmas que milhares de pessoas, casadas e divorciadas, fazem hoje em dia. Algumas perguntas se dirigem a amigos, outras a conselheiros e pastores, e outras a si mesmos. Às vezes as respostas são expressas em jargões da psicologia quase incompreensíveis. Às vezes são expressas por meio de piadas e ditados populares. A maioria das piadas e brincadeiras contém alguma verdade, mas tem a mesma eficácia de uma aspirina oferecida a uma pessoa com câncer.

O anseio pelo amor romântico no casamento está profundamente enraizado em nossa formação psicológica. Há inúmeros livros sobre o assunto, e programas de rádio e televisão abordam o tema em entrevistas. A internet está cheia de conselhos, assim como nossos pais e amigos. Manter o amor vivo no casamento é assunto sério.

Com toda a ajuda especializada disponível na mídia, por que tão poucos casais parecem ter encontrado o segredo para manter o amor vivo após o casamento? Por que o casal assiste a um seminário sobre comunicação conjugal, ouve ideias maravilhosas sobre como melhorar o diálogo e, ao voltar para casa, se vê totalmente incapaz de pôr em prática as técnicas demonstradas? O que fazer quando vemos um especialista em algum programa de entrevistas falar sobre as “100 maneiras de expressar amor ao nosso cônjuge”, escolhemos duas ou três maneiras que nos parecem especialmente boas e as colocamos em prática, e o cônjuge nem sequer reconhece nosso esforço? Diante disso, abandonamos as outras 97 maneiras e voltamos à vida normal.

#### A VERDADE QUE DEIXAMOS DE LADO

O propósito deste livro é responder a essas perguntas. Não quero dizer que os livros e artigos já publicados não sejam úteis. O problema é que ignoramos uma verdade fundamental: As pessoas falam diferentes linguagens do amor.

Tenho formação acadêmica na área de antropologia. Assim, estudei linguística, que identifica determinado número de grupos linguísticos principais: japonês, chinês, espanhol, inglês, português, grego, alemão, francês e assim por diante. A maioria de nós cresce falando a língua dos pais e irmãos, nossa linguagem *primária* ou nativa, também chamada de língua materna. Mais tarde, aprendemos línguas ou idiomas

adicionais — mas, em geral, com maior esforço. São nossas linguagens *secundárias*. Falamos e entendemos melhor nossa linguagem materna. Ela nos faz sentir mais confortáveis. Quanto mais usarmos uma segunda língua, mais confortáveis nos sentiremos em conversar nela. Se falarmos apenas nossa linguagem primária e nos encontrarmos com alguém que fala apenas a linguagem primária dele, que é diferente da nossa, o diálogo será limitado. Precisaremos confiar em gestos, grunhidos, desenhos ou encenações para expressar nossas ideias. A comunicação existe, mas é estranha, travada. As diferenças de linguagem fazem parte da cultura humana. Se quisermos estabelecer contato eficiente em diversas fronteiras culturais, é preciso aprender a linguagem daqueles com quem desejamos nos comunicar.

É a mesma coisa no âmbito amoroso. Sua linguagem emocional do amor e a de seu cônjuge podem ser tão diferentes quanto o chinês é do português.

Por mais que você se esforce para expressar seu amor em português, se seu cônjuge só entende chinês, vocês nunca entenderão como amar um ao outro. Meu amigo no

Sua linguagem emocional do amor e a de seu cônjuge podem ser tão diferentes quanto o chinês é do português.

avião usava a linguagem das palavras de afirmação com sua terceira esposa, dizendo a ela que a achava bonita, que a amava e tinha orgulho de ser seu marido. Ele expressava amor, e era sincero no que dizia, mas ela não entendia essa linguagem. Talvez ela buscasse amor no comportamento dele e não o encontrasse. Não basta ser sincero. Devemos nos dispor a aprender a linguagem do amor primária do outro se quisermos ser comunicadores eficientes de nosso amor.

Minha conclusão, depois de trinta anos de aconselhamento conjugal, é que existem cinco linguagens emocionais do

amor — cinco maneiras de as pessoas falarem e entenderem o amor emocional. No campo da linguística, uma linguagem pode ter diversos dialetos ou variações. Do mesmo modo, há muitos dialetos dentro das cinco linguagens emocionais básicas do amor. É por isso que existem artigos em revistas como “10 maneiras de fazer sua esposa saber que você a ama”, “20 formas de manter seu homem em casa” ou “365 expressões de amor conjugal”. Não existem 10, 20 nem 365 linguagens do amor básicas. A meu ver, existem apenas cinco. Contudo, pode haver inúmeros dialetos. A quantidade de maneiras de expressar amor com uma linguagem do amor é limitada apenas por sua imaginação. O importante é falar a linguagem do amor de seu cônjuge.

É muito raro o marido e a esposa terem a mesma linguagem emocional de amor. Nossa tendência é falarmos nossa linguagem do amor primária e ficarmos confusos quando o cônjuge não entende o que estamos comunicando. Expressamos amor, mas a mensagem não cumpre seu propósito porque, para o cônjuge, falamos uma linguagem estranha. Aí está o problema fundamental, e o propósito deste livro é oferecer uma solução. É por isso que me atrevi a escrever outro livro sobre o amor. Ao descobrirmos as cinco linguagens do amor básicas e entendermos a nossa linguagem do amor primária e a de nosso cônjuge, teremos as informações necessárias para aplicar a nosso casamento as ideias apresentadas em livros e artigos.

Assim que você identificar e aprender a falar a linguagem do amor primária de seu cônjuge, creio que terá descoberto a chave para um casamento duradouro e amoroso. O amor não precisa evaporar-se depois da cerimônia de casamento. Para que ele continue vivo, porém, a maioria de nós precisará fazer o esforço de aprender uma linguagem do amor secundária.

Não podemos confiar em nossa linguagem nativa se nosso cônjuge não a compreende. Se quisermos que o cônjuge sinta o amor que tentamos comunicar, devemos expressá-lo na linguagem do amor primária dele.

### SUA VEZ

---

Complete a frase: “Haveria menos divórcios no mundo se as pessoas...”

---



## Mantenha o tanque de amor cheio

A palavra “amor” é a mais importante do nosso idioma — e também a mais confusa. Pensadores seculares e religiosos concordam que o amor desempenha um papel central na vida. Milhares de livros, músicas, revistas e filmes são inspirados por essa palavra. Diversos sistemas filosóficos e teológicos criaram um lugar de destaque para o amor.

Os psicólogos concluíram que sentir-se amado é uma necessidade emocional primária no ser humano. Por amor, subimos montanhas, cruzamos mares, atravessamos desertos e suportamos dificuldades indizíveis. Sem amor, as montanhas se tornam inacessíveis, os mares intransponíveis, os desertos insuportáveis, e as dificuldades passam a ser a sina de nossa vida.

Se somos capazes de concluir que a palavra “amor” permeia a sociedade humana, tanto na história quanto no presente, devemos concluir também que é uma palavra bastante confusa. Nós a usamos de milhares de maneiras. Dizemos “Amo cachorro-quente” e, logo em seguida, “Amo minha mãe”. Falamos de atividades que amamos: nadar, cantar, caçar. Amamos objetos: comida, carros, casas. Amamos animais: cães, gatos, até lesmas de estimação. Amamos a natureza: árvores, grama, flores e o clima. Amamos pessoas: mãe, pai, filho, filha, esposa, marido, amigos. Chegamos a amar o próprio amor.

Se tudo isso já não fosse suficientemente confuso, também usamos a palavra “amor” para explicar certo tipo de comportamento: “Fiz isso porque a amo”. Essa explicação é usada para

todo tipo de ação. Um político se envolve num relacionamento adúltero e ele chama isso de amor. O pregador, por sua vez, chama de pecado. A esposa de um alcoólatra recolhe os cacos após a última crise do marido. Ela chama isso de amor, mas o psicólogo chama de codependência. O pai atende a todos os desejos do filho pequeno, chamando isso de amor; o terapeuta familiar chamaria de irresponsabilidade paterna. O que é, afinal, o comportamento amoroso?

O propósito deste livro não é eliminar a confusão em torno da palavra “amor”, mas concentrar-se nesse sentimento que é essencial para nossa saúde emocional. Psicólogos infantis afirmam que toda criança tem necessidades emocionais básicas que devem ser satisfeitas a fim de que ela seja emocionalmente estável. Entre essas necessidades, nenhuma é tão fundamental quanto a necessidade de amor e afeição, a necessidade de pertencimento e de ser querida. Com um suprimento adequado de afeição, a criança provavelmente se transformará num adulto responsável. Sem esse amor, ela terá dificuldades emocionais e sociais.

Gostei desta metáfora desde a primeira vez que a ouvi: “Dentro de toda criança existe um ‘tanque emocional’ que deseja ser cheio de amor. Quando a criança se sente amada, ela se desenvolve normalmente, mas, quando o tanque está vazio, ela se comporta mal. Grande parte do comportamento inadequado das crianças tem origem em um ‘tanque de amor’ vazio”. Ouvi essa metáfora do dr. Ross Campbell, psiquiatra especializado no tratamento de crianças e adolescentes.

Enquanto eu o ouvia, pensei nas centenas de pais que alardeiam os delitos de seus filhos em meu consultório. Não havia visualizado um tanque de amor vazio naquelas crianças até então, mas certamente conhecia suas consequências dessa carência. O mau comportamento resultava de uma busca mal

orientada pelo amor que elas não sentiam. Elas buscavam o amor nos lugares errados e de formas erradas.

Lembro-me de Ashley que, aos 13 anos, se tratava de uma doença sexualmente transmissível. Seus pais estavam desolados. Ficaram irritados com Ashley e com a escola, que culpavam por ensinar sobre sexo. “Por que ela fez isso?”, perguntavam-se.

Na minha conversa com Ashley, ela me falou do divórcio de seus pais quando estava com 6 anos. “Achava que meu pai tinha ido embora porque não me amava”, disse ela. “Quando minha mãe se casou de novo, eu estava com 10 anos e pensei que, agora, havia alguém que a amava, mas eu ainda não tinha alguém para me amar. Queria muito ser amada. Então encontrei esse rapaz na escola. Era mais velho que eu, mas gostava de mim. Não conseguia acreditar! Ele era gentil comigo e, por algum tempo, achei realmente que alguém me amasse. Eu não queria fazer sexo, mas queria ser amada.”

O “tanque de amor” de Ashley permaneceu vazio por muitos anos. Sua mãe e seu padrasto atendiam a suas necessidades físicas, mas não perceberam a profunda batalha emocional que acontecia dentro dela. Os dois certamente a amavam e acreditavam que ela sentia o amor deles. Eles só descobriram que não estavam falando a linguagem do amor primária de Ashley quando já era quase tarde demais.

A necessidade emocional de amor, contudo, não é um fenômeno exclusivo das crianças. Essa necessidade nos acompanha ao longo da vida adulta e do casamento. A experiência da paixão satisfaz temporariamente essa necessidade, mas trata-se, afinal, de um remendo e, como veremos mais adiante, é de duração limitada e prevista. Depois de descermos do topo da paixão obsessiva, a necessidade emocional de amor ressurgue porque ela é fundamental à nossa natureza. Está no âmago

de nossos desejos emocionais. Precisávamos de amor antes de nos apaixonarmos, e precisaremos dele enquanto vivermos.

A necessidade de nos sentirmos amados por nosso cônjuge está no cerne de nossos desejos conjugais. Certo homem me disse recentemente: “De que adianta ter casa, carros, passar fê-

Precisávamos de amor  
antes de nos apaixonarmos,  
e precisaremos dele  
enquanto vivermos.

rias na praia, ou seja lá o que for, se sua esposa não o ama?”. Consegue entender o que ele estava realmente dizendo? “Mais que tudo, quero ser amado por minha es-

posa.” Coisas materiais não substituem o amor humano e emocional. Certa esposa disse: “Ele me ignora o dia inteiro e, à noite, quer ir para a cama comigo. Odeio isso”. Ela não é uma esposa que odeia sexo; ela é uma esposa pedindo desesperadamente amor emocional.

## NOSSE APELO AO AMOR

Alguma coisa em nossa natureza clama por sermos amados por outra pessoa. O isolamento é arrasador para a psique humana. É por isso que o confinamento é considerado a mais cruel das punições. No âmago da existência humana habita o desejo de intimidade e de ser amado. O casamento existe para saciar essa necessidade de intimidade e amor. É por esse motivo que os escritos bíblicos falam que o homem e a mulher se tornam uma só carne. Não quer dizer que os indivíduos perdem sua identidade, mas, sim, que eles entram um na vida do outro de maneira profunda e íntima.

Todavia, se o amor é importante, ele também é elusivo. Já ouvi muitos casais compartilharem sua dor secreta. Alguns chegam a mim porque a dor interna se tornou insuportável, enquanto outros vêm por perceberem que seus padrões de comportamento ou a má conduta de seu cônjuge estão

destruindo o casamento. Há quem chegue simplesmente para me informar que não querem mais permanecer casados. Os sonhos de “viver felizes para sempre” colidiram com a dura parede da realidade. Ouço frequentemente as palavras: “Nosso amor acabou. Nosso relacionamento morreu. Antes nos sentíamos próximos, mas não é mais assim. Já não gostamos de estar juntos. Não satisfazemos mais as necessidades um do outro”. Essas histórias comprovam que tanto adultos quanto crianças possuem “tanques de amor”.

Será que, lá no fundo desses casais feridos, existe um “tanque de amor emocional” cujo indicador está no vermelho? Será que o mau comportamento, o afastamento, as palavras ríspidas e o espírito crítico ocorrem por causa desse tanque vazio? Se pudéssemos achar uma maneira de enchê-lo, será que o casamento renasceria? Será que, com o tanque cheio, os casais conseguiriam gerar um clima emocional no qual fosse possível discutir diferenças e resolver conflitos? Acaso esse tanque poderia ser a chave que faz o casamento funcionar?

Essas perguntas me levaram a uma longa jornada. Durante o caminho, encontrei as ideias simples, porém poderosas, contidas neste livro. A jornada me fez percorrer não apenas trinta anos de aconselhamento conjugal, mas me levou também ao coração e à mente de centenas de casais por todo o país. De uma ponta a outra dos Estados Unidos, casais me convidaram a entrar na intimidade de seu casamento, e ali conversamos abertamente. Os relatos apresentados neste livro foram extraídos da vida real. Os nomes e lugares, porém, foram trocados para preservar a privacidade dos indivíduos que falaram com tamanha liberdade.

Estou convencido de que manter o tanque de amor emocional abastecido é tão importante para o casamento quanto manter o nível correto de óleo num automóvel. Seguir jornada

pelo casamento com um “tanque de amor” vazio pode lhe custar muito mais caro que guiar seu carro sem óleo. A obra que você está prestes a ler tem o potencial de salvar milhares de casamentos e pode também melhorar o clima emocional de um bom casamento. Seja qual for a qualidade de seu casamento neste momento, ele sempre pode ficar melhor.

**Advertência:** Entender as cinco linguagens do amor e aprender a falar a linguagem do amor primária do seu cônjuge pode afetar radicalmente o comportamento dele. As pessoas se comportam de maneira diferente quando seu tanque de amor emocional está cheio.

Antes de examinarmos as cinco linguagens do amor, porém, devemos abordar outro fenômeno importante, mas confuso: a eufórica experiência da paixão.

### SUA VEZ

---

Em algum momento você fez algo porque tinha “boas intenções” — ou seja, motivado pelo amor? O que aconteceu?

---

## A paixão

Ela apareceu em meu consultório sem marcar hora e perguntou à minha secretária se poderia conversar comigo por cinco minutos. Eu conhecia Janice havia dezoito anos. Estava com 36 e nunca se casara. De tempos em tempos, marcava horário para discutir uma questão particular referente a um de seus relacionamentos amorosos. Por natureza, era uma pessoa consciente e gentil. Portanto, era algo incomum que Janice aparecesse em meu consultório sem avisar. Pensei: “Ela deve estar numa crise terrível para vir sem marcar hora”. Disse à secretária que a deixasse entrar. Estava certo de que a veria aos prantos e que me contaria alguma história trágica assim que a porta se fechasse. Em vez disso, ela praticamente deu um pulo para dentro do consultório, vibrando de alegria.

— Como está, Janice? — perguntei.

— Ótima! — disse ela. — Nunca me senti melhor em toda a minha vida. Vou me casar!

— Casar? Com quem e quando?

— Com David Gallespie, em setembro — exclamou.

— Que coisa boa! Há quanto tempo vocês estão namorando?

— Três semanas. Sei que é loucura, dr. Chapman, depois de todos os homens com que namorei e do número de vezes que cheguei perto de me casar. Nem eu mesma consigo acreditar, mas sei que David é a pessoa certa para mim. Desde o primeiro encontro, nós dois já sabíamos. É claro, não falamos sobre o assunto na primeira noite, mas uma semana depois ele me pediu em casamento. Sabia que ele ia pedir, e eu sabia que

ia dizer sim. Nunca me senti assim. O senhor sabe dos relacionamentos que tive durante esses anos todos e as lutas que enfrentei. Em todo relacionamento havia algo errado. Nunca me senti firme com relação à ideia de casar com algum deles, mas desta vez sei que David é o cara certo para mim.

Nesse momento, Janice se balançava para a frente e para trás na cadeira, rindo e dizendo:

— Sei que é loucura, mas estou tão feliz. Nunca me senti tão feliz em minha vida.

O que aconteceu com Janice? Ela se apaixonou. Em sua mente, David é o homem mais maravilhoso que ela já conheceu. Ele é perfeito em todos os aspectos. Será o marido ideal. Ela pensa nele dia e noite. Questões da vida de David, como o fato de ele já ter se casado duas vezes, ser pai de três filhos e ter passado por três empregos no último ano são coisas banais para Janice. Ela está contente e convencida de que será feliz para sempre com ele. Ela está apaixonada.

A maioria de nós opta pelo casamento por meio da experiência da paixão. Encontramos alguém cujas características físicas e traços de personalidade geram um choque elétrico forte o suficiente para disparar nosso “alerta de amor”. Os sinos começam a tocar, e iniciamos o processo de conhecer a pessoa. O primeiro passo pode ser um passeio numa lanchonete ou num restaurante, dependendo de nosso orçamento, mas nosso interesse real não está na comida. Estamos numa busca para descobrir o amor. “Será que essa coisa quente e arrepiante que tenho dentro de mim pode ser amor de verdade?”

Às vezes os arrepios desaparecem no primeiro encontro. Descobrimos que ele fica horas em *sites* esquisitos na internet ou que abandonou seis faculdades diferentes pela metade, e a empolgação se esvai; não queremos mais comer hambúrgueres com ele. Em outros casos, porém, os arrepios são mais

PRÉVIA GRATUITA · OFERTA POR TEMPO LIMITADO

## Você chegou ao fim desta prévia.

Continue lendo "As 5 Linguagens do Amor para Homens Ga..." e mais de 1 milhão de livros — de graça por 30 dias.

★★★★★ Mais de 1 milhão de leitores já aproveitam

### Com o Kindle Unlimited, sua leitura não tem fim:

- ✓ Leia à vontade — explore mais de 1 milhão de títulos sem pagar por livro.
- ✓ Leve para qualquer lugar — baixe o app gratuito e leia onde e quando quiser.
- ✓ Em qualquer tela — celular, tablet, computador ou Kindle — você escolhe.
- ✓ Grandes autores — best-sellers e novos talentos, inclusive títulos em inglês.

**COMEÇAR MEUS 30 DIAS GRÁTIS**

Cobrança só após o período grátis.

- ✓ Pagamento seguro
- ✓ Acesso imediato
- ✓ Cancele quando quiser

Não precisa ter um Kindle: baixe o app gratuito e comece a ler agora.

Se não quiser ler no aplicativo Kindle, compre o livro [clikando aqui](#).