

# O PERDÃO

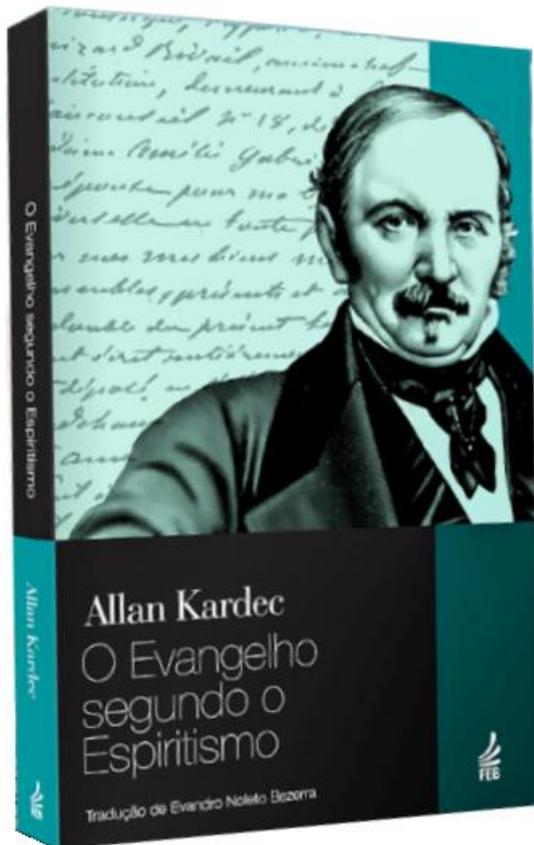
***“O que perdoa a transgressão busca a amizade; mas o que renova a questão, afastam amigos íntimos.”***

**(Provérbios 17,9)**

# Evangelho Segundo Espiritismo

Cap. X – Bem-aventurados os  
que são misericordiosos

Perdoai para que Deus vos  
perdoe (itens 1 a 4)



O verdadeiro sentido da palavra caridade, como a entendia Jesus, é "Benevolência para com todos, **indulgência para as imperfeições dos outros, perdão das ofensas.**" (LE, q. 886)

O verdadeiro sentido da palavra caridade, como a entendia Jesus, é “Benevolência para com todos, **indulgência para as imperfeições dos outros, perdão das ofensas.**” (LE, q. 886)

Comentários de Kardec:

“**A caridade, segundo Jesus,** não se restringe a esmola, abrange todas as relações em que nos achamos com os nossos semelhantes, sejam eles nossos inferiores, nossos iguais, ou nossos superiores. Ela **nos prescreve a indulgência, porque de indulgência precisamos nós mesmos,** e nos proíbe que humilhemos os desafortunados, contrariamente ao que se costuma fazer. [...]” (KARDEC, LE, q. 886)

O verdadeiro sentido da palavra caridade, como a entendia Jesus, é "**Benevolência** para com todos, **indulgência** para as imperfeições dos outros, perdão das ofensas." (LE, q. 886)

# benevolência

s.f. Bondade; excesso de boa vontade em relação a outra pessoa.

Tolerância; que é tolerante, indulgente; que perdoa com facilidade.

# indulgência

s.f. Clemência; facilidade em perdoar os erros cometidos pelos outros; demonstração de perdão a um castigo, a uma pena, a uma ofensa.

Catolicismo. Misericórdia; remissão dos castigos ou dos pecados cometidos por alguém cuja culpa já havia sido perdoada pela igreja.

“A indulgência, é a condescendência em relação a outrem, seja de referência às suas opiniões ou comportamento, ao direito de crer no que lhe aprouver, pautando as suas atitudes nas linhas que lhe pareçam mais compatíveis ao modo de ser, desde que não firam os sentimentos alheios, nem atentem contra as regras da dignidade humana.” (JOANA D'ANGELIS, *Estudos espíritas*)

**Condescendência:** ato de condescender (AURÉLIO)

**Condescender:** Ter atitude complacente, transigente, em relação a. (AURÉLIO)

**Complacente:** benevolente. (AURÉLIO)

**“Para que possamos ser indulgentes para com os nossos semelhantes, precisamos aprender a nos colocarmos no lugar do outro.**

**Numa situação idêntica quais os caminhos que tomaríamos? Como reagiríamos diante desta ou daquela circunstância?” (SITE GOTAS DE PAZ)**

“Para que possamos ser indulgentes para com os nossos semelhantes, precisamos aprender a nos colocarmos no lugar do outro.

Numa situação idêntica quais os caminhos que tomaríamos? Como reagiríamos diante desta ou daquela circunstância?” (SITE GOTAS DE PAZ)

# EMPATIA

# empatia

s.f. Ação de se colocar no lugar de outra pessoa, buscando agir ou pensar da forma como ela pensaria ou agiria nas mesmas circunstâncias.

Aptidão para se identificar com o outro, sentindo o que ele sente, desejando o que ele deseja, aprendendo da maneira como ele aprende etc.



“A empatia é a capacidade de nos colocarmos no lugar do outro – sentir o que ele sente, ficar em sua situação e ver com seus olhos. Se somos capazes de empatia, podemos sofrer com quem está sofrendo, nos alegrar com o amor de alguém, sentir prazer com o sucesso do outro, entender a raiva de um amigo e a tristeza de um desconhecido. **É uma qualidade que, quando desenvolvemos e usamos corretamente, nos ajuda a evoluir.** Quem não tem empatia não consegue evoluir espiritualmente.” (BRAIN WEISS, *Muitas vidas, uma só alma*)

**“A empatia é a chave para entender e perdoar as pessoas. Ela é irmã da compaixão e filha do amor incondicional.”** (BRAIN WEISS, *Muitas vidas, uma só alma*)



Brian Leslie Weiss, M.D. (Nova Iorque, 6 de novembro de 1944), é um psiquiatra e escritor norte-americano. Suas pesquisas incluem os temas reencarnação, terapia de vidas passadas, regressão a vidas passadas e sobrevivência do ser humano após a morte. (WIKIPÉDIA)

# perdoar

v.t.d. v.t.i. e v.i. Oferecer perdão a:  
perdoou a filha; sempre perdoa às dívidas;  
seu pai perdoava facilmente.

v.t.d e v.bit. Desculpar; não cobrar uma  
dívida; relevar os erros de alguém:  
perdoei os débitos; perdoei a dívida do  
cliente.

# Significado de Perdão

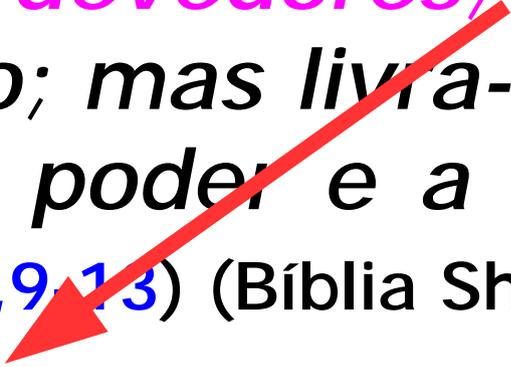
## Dicionário

- ✓ O perdão é um **processo mental ou espiritual** de cessar o sentimento de ressentimento ou raiva contra outra pessoa ou contra si mesmo.
- ✓ Cessar a exigência de castigo ou restituição.

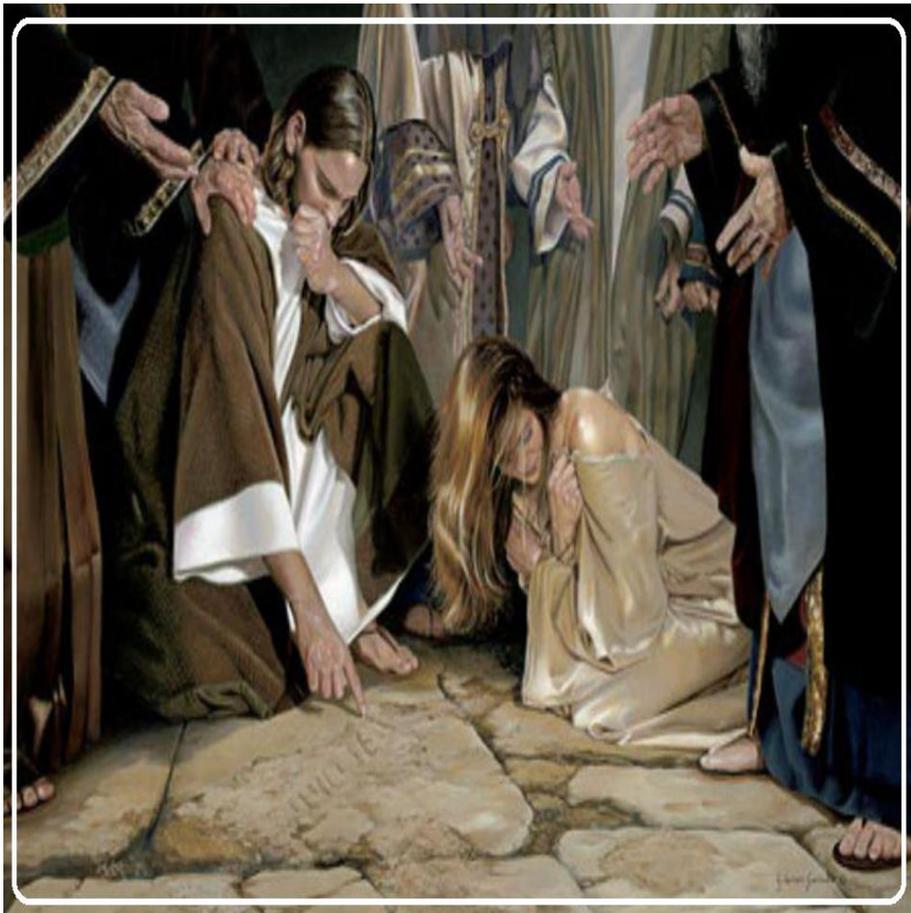
*“Pai nosso, que estás nos céus, santificado seja o teu nome; venha o teu reino; faça-se a tua vontade, assim na terra como no céu; o pão nosso de cada dia dá-nos hoje; e perdoanos as nossas dívidas, assim como nós temos perdoado aos nossos devedores; e não nos deixe cair em tentação; mas livra-nos do mal [pois teu é o reino, o poder e a glória para sempre. Amém]!” (Mt 6,9-13) (Bíblia Shedd)*

*“Pai nosso, que estás nos céus, santificado seja o teu nome; venha o teu reino; faça-se a tua vontade, assim na terra como no céu; o pão nosso de cada dia dá-nos hoje; e **perdoanos as nossas dívidas, assim como nós temos perdoado aos nossos devedores**; e não nos deixe cair em tentação; mas livra-nos do mal [pois teu é o reino, o poder e a glória para sempre. Amém]!” (Mt 6,9-13) (Bíblia Shedd)*

*“Pai nosso, que estás nos céus, santificado seja o teu nome; venha o teu reino; faça-se a tua vontade, assim na terra como no céu; o pão nosso de cada dia dá-nos hoje; e **perdoanos as nossas dívidas, assim como nós temos perdoado aos nossos devedores**; e não nos deixe cair em tentação; mas livra-nos do mal [pois teu é o reino, o poder e a glória para sempre. Amém]!” (Mt 6,9-13) (Bíblia Shedd)*



*“Porque, se perdoardes aos homens as suas ofensas, também vosso Pai celeste vos perdoará; se, porém, não perdoardes aos homens [as suas ofensas], tampouco vosso Pai vos perdoará as vossas ofensas.” (Mt 9,14-15)*



## A mulher adúltera

**João 8,1-11:** "Jesus [...] voltou ao Templo, e todo o povo ia ao seu encontro. Então Jesus sentou-se e começou a ensinar. Chegaram **os doutores da Lei e os fariseus** trazendo uma

**mulher, que tinha sido pega cometendo adultério.** Eles colocaram a mulher no meio e disseram a Jesus: 'Mestre, essa mulher foi pega em flagrante cometendo adultério.'

*A Lei de Moisés manda que mulheres desse tipo devem ser apedrejadas. E tu, o que dizes?' [...] Jesus se levantou e disse: 'Quem de vocês não tiver pecado, atire nela a primeira pedra.'* [...] Ouvindo isso, eles foram saindo um a um, começando pelos mais velhos. E Jesus ficou sozinho. Ora, a mulher continuava ali no meio. Jesus então se levantou e perguntou: 'Mulher, onde estão os outros? Ninguém condenou você?' Ela respondeu: 'Ninguém, Senhor.' Então Jesus disse: 'Eu também não a condeno. **Pode ir, e não peque mais.**'"

## Legislação mosaica que deveria ser cumprida:

**Lv 20,10:** "*O homem que cometer adultério com a mulher do seu próximo se tornará réu de morte, tanto ele como a sua cúmplice.*"

**Dt 22,22:** "*Se um homem for pego em flagrante tendo relações sexuais com uma mulher casada, ambos serão mortos, tanto o homem como a mulher. [...].*"

**Dt 22,23-24:** "*Se houver uma jovem prometida a um homem, e um outro tiver relações com ela na cidade, vocês levarão os dois à porta da cidade e os apedrejarão até que morram: a jovem por não ter gritado por socorro na cidade, e o homem por ter violentado a mulher do seu próximo. [...].*"

**João 5,2-15:** “[...] em Jerusalém, próximo à porta das ovelhas, há um tanque, chamado em hebraico Betesda, [...] Achava-se ali **um homem que, havia trinta e oito anos, estava enfermo.** [...] Jesus, [...] vendo-o deitado e sabendo que estava assim havia muito tempo, perguntou-lhe: *Queres ficar são?* [...] *'Levanta-te, toma o teu leito e anda.'* Imediatamente o homem ficou são; e, tomando o seu leito, começou a andar. Depois Jesus o encontrou no templo, e disse-lhe: *Olha, já estás curado; **não peques mais, para que não te suceda coisa pior.***”

**Mateus 18,21-22:** *“Então Pedro, aproximando-se dele, lhe perguntou: 'Senhor, até quantas vezes pecará meu irmão contra mim, e eu hei de perdoar? Até sete?' Respondeu-lhe Jesus: 'Não te digo que até sete; mas até setenta vezes sete.'”*

**Mateus 18,21-22:** *“Então Pedro, aproximando-se dele, lhe perguntou: 'Senhor, até quantas vezes pecará meu irmão contra mim, e eu hei de perdoar? Até sete?’ Respondeu-lhe Jesus: 'Não te digo que até sete; mas até setenta vezes sete.’”*

*“E o número de sete vezes (num dia!) é julgado pouco pelo Mestre, que o amplia para setenta vezes mais, o que significa sempre.”*  
(PASTORINO, *Sabedoria do Evangelho*, vol. 6)

**Mateus 5,22-24:** “[...] todo aquele que **se encolerizar contra seu irmão**, será réu de juízo; e quem disser a seu irmão: **Raca**, será réu diante do sinédrio; e quem lhe disser: **Tolo**, será réu do fogo do inferno. Portanto, **se estiveres apresentando a tua oferta no altar**, e **ai te lembrares de que teu irmão tem alguma coisa contra ti**, deixa ali diante do altar a tua oferta, e **vai conciliar-te primeiro com teu irmão**, e depois vem apresentar a tua oferta.”

**Mateus 5,22-24:** “[...] **todo aquele que se encolerizar contra seu irmão, será réu de juízo; e quem disser a seu irmão: Raca, será réu diante do sinédrio; e quem lhe disser: Tolo, será réu do fogo do inferno. Portanto, se estiveres apresentando a tua oferta no altar, e aí te lembrares de que teu irmão tem alguma coisa contra ti, deixa ali diante do altar a tua oferta, e vai conciliar-te primeiro com teu irmão, e depois vem apresentar a tua oferta.**”

Três coisas contrárias às leis divinas:

- = > Sentir ódio de alguém
- = > Desprezar as pessoas
- = > Julgar os outros

**Mateus 5,25-26:** *“Concilia-te depressa com o teu adversário, enquanto estás no caminho com ele; para que não aconteça que o adversário te entregue ao guarda, e sejas lançado na prisão. Em verdade te digo que de maneira nenhuma sairás dali enquanto não pagares o último ceutil.”*

“Frequentemente, o Espírito renasce no mesmo meio em que já viveu, estabelecendo de novo relações com as mesmas pessoas, a fim de reparar o mal que lhes haja feito. [...].”

(KARDEC, *ESE*, cap. V, item 11)



“Por isso, não há casamento saudável nem família saudável sem o exercício do perdão. O perdão é vital para nossa saúde emocional e sobrevivência espiritual. Sem perdão a família se torna uma arena de conflitos e um reduto de mágoas.

Sem perdão a família adocece. O perdão é a assepsia da alma, a faxina da mente e a alforria do coração. Quem não perdoa não tem paz na alma nem comunhão com Deus.” (Papa Francisco)

*"Bem-aventurados os que são misericordiosos, porque obterão misericórdia. (Mateus 5,7)"*

No Cap. X do *ESE*, no tópico "Perdoai, para que Deus vos perdoe", Kardec cita essa passagem, comentando-a:

"A misericórdia é o complemento da brandura, porquanto aquele que não for misericordioso não poderá ser brando e pacífico. **Ela consiste no esquecimento e no perdão das ofensas.**" (KARDEC, *ESE*, Cap. X, item 4.)

# misericórdia

s.f. Sentimento de pesar ou de caridade despertado pela infelicidade de outrem; piedade, compaixão.

Ação real demonstrada pelo sentimento de misericórdia; perdão concedido unicamente por bondade; graça.

# brandura

Ausência de severidade; demonstração de afeto; carinho ou ternura.

Qualidade do que é ameno, pouco intenso:  
a brandura do sol de primavera.

“Há, porém, duas maneiras bem diferentes de perdoar: uma, grande, nobre, verdadeiramente generosa, sem pensamento oculto, que evita, com delicadeza, ferir o amor-próprio e a suscetibilidade do adversário, ainda quando este último nenhuma justificativa possa ter; a segunda é a em que o ofendido, ou aquele que tal se julga, impõe ao outro condições humilhantes e lhe faz sentir o peso de um perdão que irrita, em vez de acalmar; se estende a mão ao ofensor, não o faz com benevolência, mas com ostentação, a fim de poder dizer a toda gente: vede como sou generoso!” (KARDEC, *ESE*, cap. X, item 4)

**887. *Jesus também disse: Amai mesmo os vossos inimigos. Ora, o amor aos inimigos não será contrário às nossas tendências naturais e a inimizade não provirá de uma falta de simpatia entre os Espíritos?***



*887. Jesus também disse: Amai mesmo os vossos inimigos. Ora, o amor aos inimigos não será contrário às nossas tendências naturais e a inimizade não provirá de uma falta de simpatia entre os Espíritos?*

*“Certo, ninguém pode votar aos seus inimigos um amor terno e apaixonado. Não foi isso o que Jesus entendeu de dizer. Amar os inimigos é perdoar-lhes e lhes retribuir o mal com o bem. O que assim procede se torna superior aos seus inimigos, ao passo que abaixo deles se coloca, se procura tomar vingança.” (LE)*

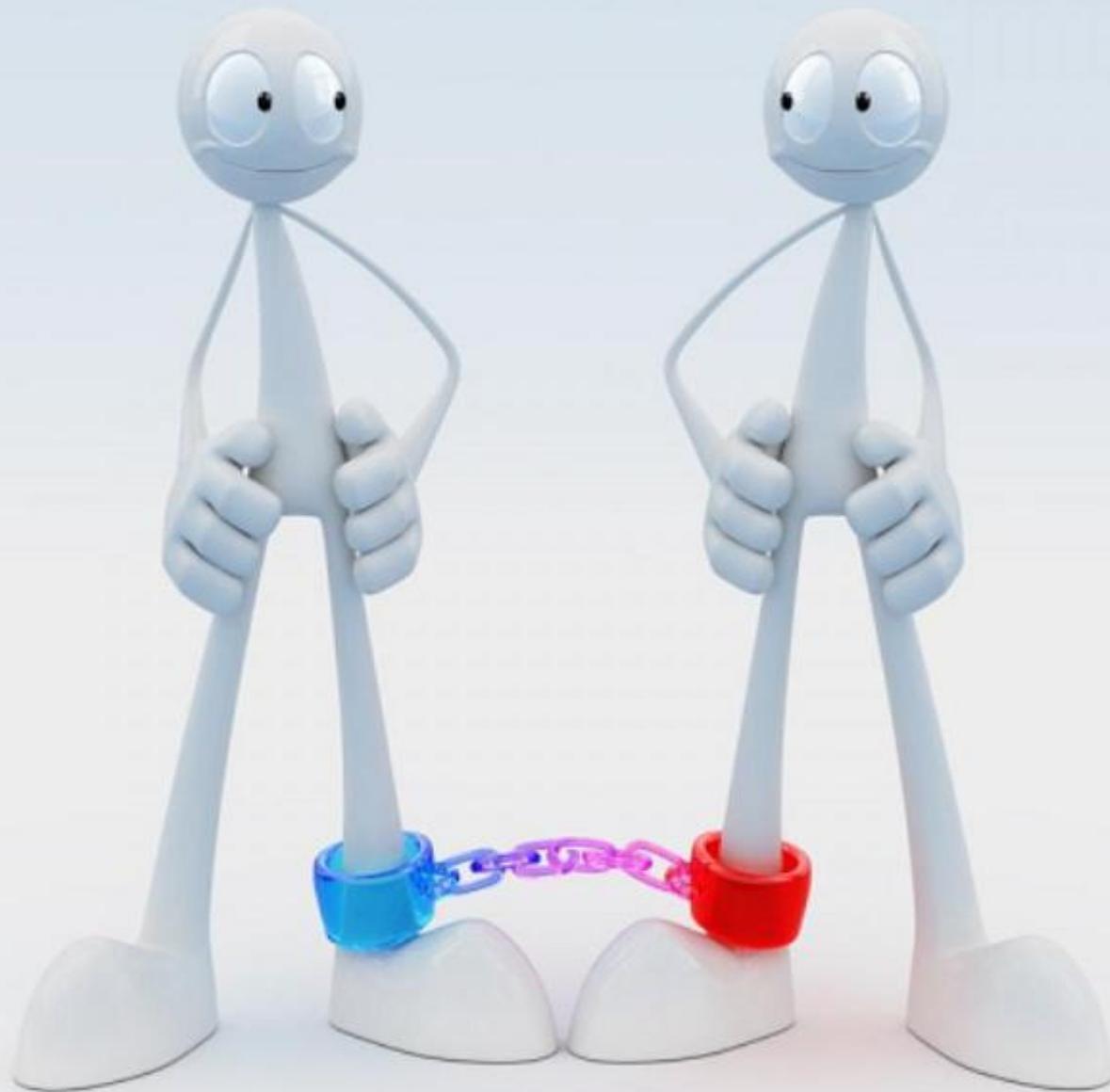


“O perdão é a libertação daquele que perdoa. A pessoa que não perdoa fica presa ao passado, alimentando raivas e outros sentimentos negativos.

Todos seus dias ficam um pouco pior porque aqueles fatos do passado teimam em diminuir o prazer da vida. **O perdão, portanto, é um ato de inteligência e bom senso.** Por isto, não se iluda: quem perdoa é quem fez o esforço para mudar; o outro continua o mesmo. Livre-se dos sentimentos negativos, mas mantenha o bom senso e a precaução.” (REGIS MESQUITA, Site Nascer várias vezes)

**“[...] somente nos libertamos dos que nos ofendem ou nos odeiam perdoados [...]”**

(Miramez)





“Não perdoar e guardar rancor é carregar um saco de lixo tóxico, prejudicando a nossa estrutura emocional e física, gerando doença num curto espaço de tempo. O Dr. Frederic Luskin, doutor

em Aconselhamento Clínico e Psicologia da Saúde, pela Universidade de Stanford, nos EUA, afirmou, por meio de pesquisas, que a raiva revelou ser um risco significativo para a doença cardíaca.

==>

Num estudo fascinante com adultos que possuíam pressão arterial normal, ele constatou que cinco minutos de raiva enfraqueceram a reação imunológica dos participantes, a imunoglobulina salivar, uma medida comum da capacidade imunológica, que ficou diminuída por um período entre quatro e seis horas depois do episódio de cinco minutos de raiva."

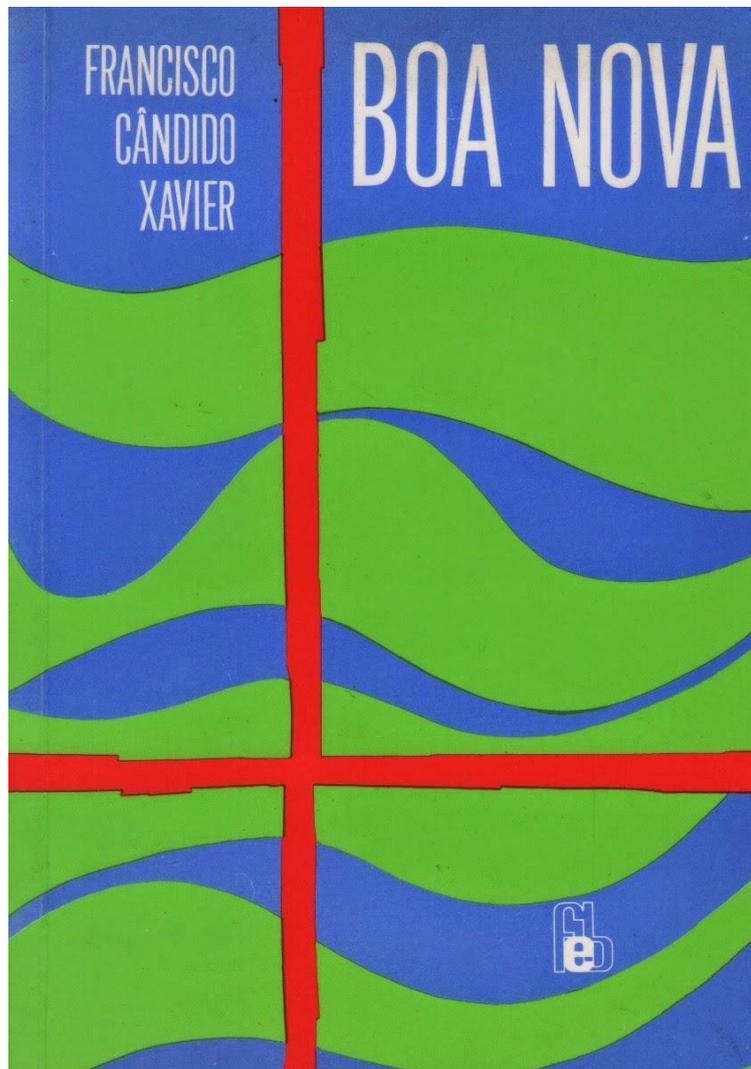
(ITAIR FERREIRA, *O perdão liberta*)



## Perdoar faz bem à saúde: imunidade, pressão e coração

12 de maio de 2014

**“Vários estudos realizados para descobrir as causas de doenças ligadas às emoções e ao estresse acabaram por concluir que problemas como dores de cabeça, dores musculares, fibromialgia, gastrite, úlceras, problemas cardiovasculares, hipertensão, problemas gastrointestinais, doenças alérgicas e vertigens, podem estar relacionados com a dificuldade de perdoar.” (Site Unimed – Campina Grande)**



“[...] Se nos labores da vida um companheiro nos parece insuportável, é possível que também algumas vezes sejamos considerados assim. Temos que perdoar aos adversários, trabalhar pelo bem dos nossos inimigos, auxiliar os que zombam de nossa fé.”  
(CHICO XAVIER, *Boa Nova*, uma das falas de Jesus a Pedro)

Perdoa agora, hoje e amanhã,  
incondicionalmente. Recorda que  
todas as criaturas trazem consigo  
as imperfeições e fraquezas que  
lhe são peculiares, tanto quanto,  
ainda desajustados, trazemos  
também as nossas.

Chico Xavier

 PENSADOR



# PERDÃO

Perdoar não é esquecer: isso é amnésia.

Perdoar é se lembrar sem se ferir  
e sem sofrer: isso é cura.

Por isso é uma **decisão**.

Não um **sentimento**...



"Quem não perdoa os erros  
dos semelhantes condena  
a si mesmo."

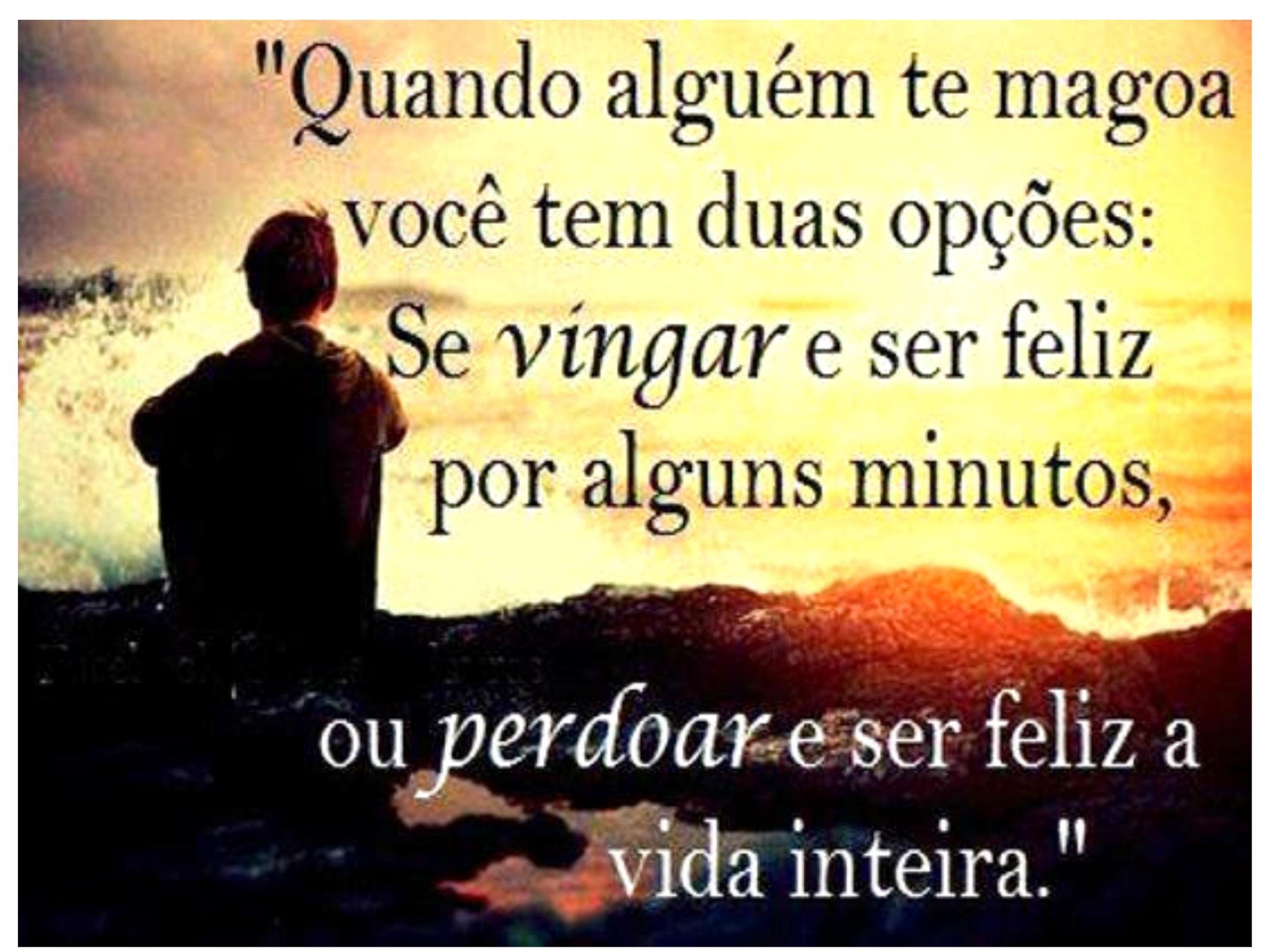
Meimei





**"Perdoe os outros,  
não porque eles  
merecem perdão...  
Mas porque você  
merece paz."**

D.A.

A person is seen from behind, standing on a dark beach and looking out at the ocean. The sky is a vibrant mix of orange, yellow, and red, suggesting a sunset or sunrise. The waves are visible in the distance, and the overall atmosphere is contemplative and serene.

"Quando alguém te magoa  
você tem duas opções:  
*Se vingar* e ser feliz  
por alguns minutos,  
*ou perdoar* e ser feliz a  
vida inteira."

“Espíritas, jamais vos esqueçais de que, tanto por palavras como por atos, o perdão das injúrias não deve ser um termo vão. Pois que vos dizeis espíritas, sede-o. Olvidai o mal que vos hajam feito e não penseis senão numa coisa: no bem que podeis fazer. [...]” (KARDEC, *ESE*, cap. X, item 14, por Simeão)

"[...] O esquecimento completo e absoluto das ofensas é peculiar às grandes almas; o rancor é sempre sinal de baixeza e de inferioridade. Não olvideis que o verdadeiro perdão se reconhece muito mais pelos atos do que pelas palavras. — *Paulo*, apóstolo. (ESE, cap. X, item 15)

O perdão não é um  
presente para quem  
lhe feriu. O perdão é  
um presente para **você.**

Dalai Lama



KABBALAHCENTRE.COM.BR

Pai, perdoa-lhes,  
porque não sabem  
o que fazem.

Lucas 23:34



## Referência bibliográfica:

BRAIN WEISS, *Muitas vidas, uma só alma*. Rio de Janeiro: Sextante, 2005.

FRANCO, D. P. *Estudos Espíritas*. Rio de Janeiro: FEVB, 1982.

KARDEC, A. *O Evangelho Segundo o Espiritismo*. Rio de Janeiro: FEB, 2013.

KARDEC, A. *O Livro dos Espíritos*. Rio de Janeiro: FEB, 2013.

PASTORINO, C. T. *Sabedoria do Evangelho, vol. 6*. Rio de Janeiro: Sabedoria, 1969.

RODHEN, H. *Mahatma Gandhi, o apóstolo da não violência*. São Paulo: Martin Claret, 2012.

XAVIER, F. C. *Boa Nova*. Rio de Janeiro: FEB, 1987.

XAVIER, F. C. *O Espírito de Verdade*. Rio de Janeiro: FEB, 2006.

SITE GOTAS DE PAZ: [www.gotasdepaz.com.br](http://www.gotasdepaz.com.br)

<http://pt.slideshare.net/MarceloSuster/perdo-37676018>

Regis Mesquita, O perdão sob a ótica Espírita,

<http://www.nascervariasvezes.com/2016/07/perdao-doutrina-espirita.html>

ITAIR FERREIRA, O perdão liberta,

<http://www.correioespirita.org.br/categoria-de-materias/filosofia-e-espiritismo-correio-espirita/853-o-perd%C3%A3o-liberta>

SITE UNIMED:

<http://www.cg.unimed.com.br/index.php/noticias/unimed/perdoar-faz-bem-a-saude-imunidade-pressao-e-coracao>

# Imagens

Capa: <http://sucessocoach.com.br/wp-content/uploads/2016/10/PERD%C3%83O-1.png>

Céu e Inferno: Capa da obra *Mitos Cristãos*, autoria de José Pinheiro de Souza, publicação GEEC, Divinópolis, MG

Benevolência: <https://www.dicio.com.br/benevolencia/>

Indulgência: <https://www.dicio.com.br/indulgencia/>

Perdoar: <https://www.dicio.com.br/perdoar/>

Empatia <https://www.dicio.com.br/empatia/>

Significado do Perdão: <http://3.bp.blogspot.com/-ZBGK0YDwAY0/Vd9sIN-PlvI/AAAAAAAAAkqQ/QgMwJKRcSnY/s1600/perdo-3-638.jpg>

Misericórdia: <https://www.dicio.com.br/misericordia/>

Brandura: <https://www.dicio.com.br/brandura/>

Papa Francisco: [http://2.bp.blogspot.com/-DK\\_ScVIAfw8/UWgSn2XuIEI/AAAAAAAAABuo/stq7IXzXHz4/s1600/papa+francisco+4.jpg](http://2.bp.blogspot.com/-DK_ScVIAfw8/UWgSn2XuIEI/AAAAAAAAABuo/stq7IXzXHz4/s1600/papa+francisco+4.jpg) e

<http://paroquiadetarouca.blogspot.com.br/2015/09/familia-lugar-de-perdao.html>

Chico, perdoa agora...: <https://pensador.uol.com.br/frase/NjEwNjM1/>

**Perdoar é libertar:**

[https://blogjatefalei.files.wordpress.com/2015/05/h\\_20120727\\_200412.jpg](https://blogjatefalei.files.wordpress.com/2015/05/h_20120727_200412.jpg)

**Acorrentados: Acorrentados:**

<http://www.downloadswallpapers.com/wallpapers/2012/agosto/acorrentados-wallpaper-19191.jpg>

**Carregar saco lixo:**

<https://previews.123rf.com/images/lenm/lenm1603/lenm160300180/55304215-Illustration-eines-Jungen-Umgang-mit-einer-Kunststoff-M-llsack-Lizenzfreie-Bilder.jpg>

**Perdoar não é esquecer...:** [http://4.bp.blogspot.com/-](http://4.bp.blogspot.com/-A1S_askljj0/VmcmiBNPNBI/AAAAAAAAABBg/NGLDdGCwIT8/s1600/perdao.png)

[A1S\\_askljj0/VmcmiBNPNBI/AAAAAAAAABBg/NGLDdGCwIT8/s1600/perdao.png](http://4.bp.blogspot.com/-A1S_askljj0/VmcmiBNPNBI/AAAAAAAAABBg/NGLDdGCwIT8/s1600/perdao.png)

**Duas opções...:** [https://i.ytimg.com/vi/\\_L8xDZrMA4g/maxresdefault.jpg](https://i.ytimg.com/vi/_L8xDZrMA4g/maxresdefault.jpg)

**Você merece paz:** [https://www.facebook.com/photo.php?](https://www.facebook.com/photo.php?fbid=215135192289927&set=a.213141222489324.1073741829.100013803428154&type=3&theater)

[fbid=215135192289927&set=a.213141222489324.1073741829.100013803428154&type=3&theater](https://www.facebook.com/photo.php?fbid=215135192289927&set=a.213141222489324.1073741829.100013803428154&type=3&theater)

**Perdoe os outros:**

[http://c5.quickcachr.fotos.sapo.pt/i/B0f01a01f/15877729\\_0FJWt.jpeg](http://c5.quickcachr.fotos.sapo.pt/i/B0f01a01f/15877729_0FJWt.jpeg)

**Dalai Lama:** <http://www.frasesparaoface.com/wp-content/uploads/2015/04/o-perdao-nao-e.jpg>

**Pai, perdoa-lhe...:** [http://1.bp.blogspot.com/-](http://1.bp.blogspot.com/-PT4ZrI1XejQ/TdU8ZT1S14I/AAAAAAAAAI8/nTjaexknl_8/s1600/lucas23_34.jpg)

[PT4ZrI1XejQ/TdU8ZT1S14I/AAAAAAAAAI8/nTjaexknl\\_8/s1600/lucas23\\_34.jpg](http://1.bp.blogspot.com/-PT4ZrI1XejQ/TdU8ZT1S14I/AAAAAAAAAI8/nTjaexknl_8/s1600/lucas23_34.jpg)

**Site:**

**[www.paulosnetos.net](http://www.paulosnetos.net)**

**Email:**

**[paulosnetos@gmail.com](mailto:paulosnetos@gmail.com)**

**Versão 3**