# Perdoar É Bom Para Nossa Alma

Valdenira Nunes de Menezes Silva

(Devocional)

"... perdoando-vos uns aos outros, como também Deus vos perdoou em Cristo." (Efé 4:32)

Certa vez, ouvi uma pessoa dizer que até podemos perdoar e esquecer mas a cicatriz nunca sairá do nosso corpo e da nossa alma.

É por isso que nós, que amamos a Deus, devemos seguir os Seus ensinamentos, repousar nEle e aprender dEle. Mas, muitas vezes, guardamos, com "**muito carinho**", mágoas e rancores que vão, pouco a pouco, nos desgastando tanto física como espiritualmente. Isso não é bom para nós que somos filhas de Deus e que temos que dar um bom testemunho ao mundo.

Deus, na Sua Palavra, disse ao apóstolo Pedro, e nos diz também, que devemos perdoar "... setenta vezes sete." (Mateus 18:22b). Perdoar é bom para a nossa alma e para a nossa saúde física.

*"Uma professora do Hope College e seus colegas pediram a 71 voluntários que relembrassem alguma ferida antiga. Os testes registraram aumento nas pressões sanguíneas, nos batimentos cardíacos e nas tensões musculares - reações idênticas a quando sentimos raiva"* Concluímos que as pessoas que estão fora da vontade de Deus (a vontade de Deus é que perdoemos aqueles que nos fazem mal) ficam doentes, mal humorados... enquanto aqueles que estão no centro da vontade de Deus são pessoas saudáveis, alegres e felizes.

Você está no centro ou fora da vontade de Deus?