

NÃO FALAR MAL
DOS OUTROS!

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

Angélica Ilacqua CRB-8/7057

Antenucci, Emiliano

Não falar mal dos outros! / Emiliano Antenucci ; tradução de Darlei Zanon.
- São Paulo : Paulus, 2026.

ISBN 978-85-349-6622-1

Título original: Non parlare degli altri!

1. Vida cristã 2. Relacionamentos interpessoais 3. Ética cristã I. Título II. Zanon, Darlei

26-1757

CDD 248.4

Índice para catálogo sistemático:

1. Vida cristã

Todos os direitos reservados pela Paulus Editora. Nenhuma parte desta publicação poderá ser reproduzida, seja por meios mecânicos, eletrônicos, seja via cópia xerográfica, sem a autorização prévia da Editora.

Título original: *Non parlare degli altri!*

© Effatà Editrice

Via Tre Denti, 1 - 10060 - Cantalupa (Italy).

Traduzido da edição italiana, intitulada *Non parlare degli altri* (9788869296864), de Emiliano Antenucci.

Direção editorial

Pe. Jakson Ferreira de Alencar

Gerência editorial

Elisa Zuigeber

Revisão

Tiago José Risi Leme

Tarsila Doná

Carlos Antônio S. Maia

Luiz Henrique Ribeiro Lima

Design

Victoria Cristina Eduardo

Imagem da capa

Vergine del Silenzio (Santuário Madonna del Silenzio), Abadia Mater Ecclesiae

Impressão e acabamento

PAULUS

1ª edição, 2026



Conheça o catálogo **PAULUS**
acessando: paulus.com.br/loja,
ou pelo QR Code.
Televendas: (11) 3789-4000 /
0800 016 40 11

© PAULUS - 2026

Rua Francisco Cruz, 229 • 04117-091
São Paulo (Brasil)
Tel.: (11) 5087-3700
paulus.com.br • editorial@paulus.com.br

ISBN 978-85-349-6622-1

ÍNDICE

- 7 Prefácio
- 8 Não falar mal dos outros!
- 13 Oração de renovação interior
- 15 Por que falamos mal dos outros?
- 17 Remédios para não falar mal
- 19 Técnicas de conversão do coração
- 23 O caminho do silêncio
- 27 Frases para refletir
- 33 A verdade está no silêncio
- 39 Não levantar falso testemunho
- 43 A fofoca é pior que a covid-19
- 47 Os três males da Igreja
- 51 O silêncio: língua de Deus e linguagem do amor
- 55 A oração silenciosa de Maria
- 60 Cronologia do ícone da Virgem do Silêncio





PREFÁCIO

O silêncio também é língua de Deus e linguagem do amor, como escreve Santo Agostinho: “Se calares, calarás com amor; se gritares, gritarás com amor”. Não falar mal dos outros não é apenas um ato moral, mas um gesto humano, porque quando falamos mal dos outros manchamos a imagem de Deus que está em cada ser humano. O uso correto das palavras é importante. As palavras podem ser beijos, carícias, remédios, mas também facas, espadas ou projéteis. Com a palavra podemos bendizer ou maldizer; as palavras podem ser muros fechados ou janelas abertas. Somos “terroristas” quando jogamos “bombas” de fofoca, de calúnia ou de difamação. O caminho simples de Madre Teresa de Calcutá é o caminho de santidade de todo cristão: “O fruto do silêncio é a oração, o fruto da oração é a fé, o fruto da fé é o amor, e o fruto do amor é servir aos demais”. Partimos do silêncio e chegamos à caridade ao próximo.

Que a Virgem do Silêncio nos ensine o uso correto da nossa língua, conceda-nos força para bendizer a todos, paz no coração e alegria de viver.

Papa Francisco

Não falar mal dos outros!

Vocês rezam à Virgem do Silêncio? Então sabem que Nossa Senhora do Silêncio protege-nos a todos, para que não nos tornemos fofoqueiros. Alguém de vocês é fofoqueiro? Não? Quando você sentir vontade de fofocar, morda sua língua e reze a Nossa Senhora do Silêncio. Vocês ficaram assustados, não é? Nada de fofocas: quando começamos a fofocar, Nossa Senhora vai embora. Ou Nossa Senhora, ou a fofoca: é preciso escolher.

Papa Francisco,

Conversa com a equipe da Virgem do Silêncio, de frei Emiliano Antenucci, no final da Audiência Geral de 7 de novembro de 2018

O fofocar é um “ato terrorista”, pois você, com a fofoca, joga uma bomba, destrói o outro e segue tranquilamente! Por isso, é preciso cuidar da fraternidade sacerdotal. Por favor, nada de fofocas. Seria bom colocar um cartaz na entrada: “Nada de fofocas”. Aqui, no Palácio Apostólico, há um ícone da Nossa Senhora do Silêncio na entrada do elevador no térreo; é Nossa Senhora que diz: “Nada de fofocas”.

Papa Francisco,

Discurso à comunidade do Pontifício Colégio Pio-Brasileiro de Roma, Sala do Consistório, 21 de outubro de 2017

A uma mulher acusada de fofocar muito, São Felipe Neri perguntou: “Você costuma falar mal dos outros com muita frequência?”. “Sim, padre”, respondeu a mulher.

“Minha filha, seu erro é grave. É necessário que você faça penitência. Eis o que você fará: mate uma galinha e traga-a para mim imediatamente, depenando-a ao longo do caminho da sua casa até aqui.”

A mulher obedeceu, e apresentou-se ao santo com a galinha depenada. Então Felipe lhe disse: “Agora volte pelas ruas por onde você passou e recolha as penas da galinha uma a uma...”.

“Mas isso é impossível, padre”, respondeu a mulher. “Com o vento que sopra hoje, já não é possível encontrá-las”.

“Exatamente”, concluiu o santo. “Quis fazer você compreender que, se você não consegue recolher as penas de uma galinha espalhadas pelo vento, como poderá reparar todas as calúnias lançadas entre as pessoas, em prejuízo do seu próximo?”.



 O papa Francisco, entre os belos discursos que proferiu ao longo do seu magistério, ensinou a “**Não falar mal dos outros!**”, frase esta que o Santo Padre escreveu e assinou atrás do original do ícone da Virgem do Silêncio, que eu guardo. O amigo Salvo Noè, em seu belo livro *Proibido lamentar-se*, escreve: “Por que nos lamentamos? Porque estamos habituados a fazê-lo, porque estamos insatisfeitos com a vida e porque é um mecanismo eficaz para manipular os outros”.

Quando nos tornamos “críticas”, sujamos o mundo e a bela imagem de Deus que está em cada pessoa. Ao julgar,

tiramos das pessoas o rosto da beleza de Deus e colocamos nelas a máscara da feiura do mal. Desse modo, ao nos olharmos no espelho manchados com o sangue do irmão que matamos com nossa língua, também nós nos tornamos “feios”; e o Senhor, como a Caim, nos perguntará: “Onde está o teu irmão?”. A resposta poderá ser raivosa, ou poderá ser a confissão da nossa culpa e o pedido de perdão e de misericórdia para conosco e para com a pessoa que “matamos” com a espada da língua.

Quem não te conhece profundamente pode te julgar; ao contrário, aqueles que realmente te conhecem te amam e, no máximo, corrigem os teus defeitos, isto é, “compartilham contigo o fardo” do teu erro e do teu pecado. Por que julgamos duramente? Por falta de humanidade, por ignorar o outro, por desrespeito, porque nos sentimos superiores e “certos” em distinguir quem é bom de quem é mau (e isso é um mito, pois somos todos bons e somos todos maus dentro de nós). Nós conhecemos a história de Caim e Abel: é uma história bíblica, mas não tem um final feliz; ao contrário, tem um desfecho não humano e não evangélico.

Por que Caim mata Abel? Por inveja, que é “irmã próxima” da raiva, da ira e da soberba: mãe de todos os vícios. No fim da vida, o Senhor não nos perguntará se fomos devotos, se fizemos muitas obras e coisas boas ou se ajudamos muitas pessoas, mas se fomos credíveis, isto é, testemunhas da Luz e do Amor, e quanto amor colocamos nas coisas que fizemos. Os “likes” de Deus serão colocados na intensidade com que amamos e se fizemos as coisas para a sua glória e não para a nossa, não por vaidade, ganância ou orgulho.

Quanta inveja na sociedade, no mundo do trabalho e da escola, dentro da Igreja e entre as pessoas! Antídotos

e remédios contra o falar mal dos outros são: oração, perdão, maturidade (conhecimento profundo de si mesmo diante de Deus); perceber “a trave no teu olho e não o cisco no olho do teu irmão”, porque muitas vezes, como diz o provérbio, “o sujo fala do mal lavado” pois não vê a sua sujidade (ou seja, seus defeitos) e quer encontrá-la nos outros. Outros medicamentos são: misericórdia, diálogo, relacionamento verdadeiro e autêntico.

Não são a política, a economia, os poderosos, as conferências e os sermões que salvam o mundo, mas as nossas relações com as pessoas, relações que devem ser profundas, sábias, belas e capazes de fazer crescer humana e espiritualmente. Precisamos ser muito discretos e cautelosos, ter um senso de justiça nos relacionamentos (não demonstrar preferência por pessoas, porque a única preferência possível é pelos pequenos, pelos pobres, pelos doentes e pelos excluídos). Não podemos ser detetives de ninguém, mas escutar e acolher com muita paciência e perdão, observando Jesus paciente e misericordioso na cruz.

O que fazem no mundo as formigas? O que fazem no mundo as abelhas? O que fazem no mundo as borboletas? Ninguém se preocupa, porque são pequenos seres e não os vemos em ação. Entretanto, as formigas conseguem transportar de duzentas a trezentas vezes o próprio peso; trabalham em silêncio, dia e noite, para construírem o formigueiro e sustentarem a terra: será possível criticá-las? Nas ações das abelhas há uma extraordinária e maravilhosa perfeição e arquitetura natural. Pensemos sobre todas as coisas que as abelhas produzem: será possível julgá-las? Pensemos nas borboletas: se as eliminássemos do mundo, tiraríamos dele a beleza de sua leveza e liberdade.

Muitas pessoas são como formigas, abelhas e borboletas. Somente Deus conhece o coração do ser humano e suas ações: o ser humano olha para a aparência, que muitas vezes engana, ilude, leva-nos a etiquetar uma pessoa sem nem ao menos conhecê-la. A fofoca, a murmuração e o falar mal dos outros levam tristeza ao coração e à face. Um provérbio hebraico diz: “A tristeza fecha as portas do céu, a oração as abre, a alegria as derruba”. Precisamos nos sentir amados por Deus continuamente: esse é o segredo para bem viver.

Oração de renovação interior

Ó Senhor, converta meu coração
ao silêncio e à oração contínua.
Ó Senhor, converta a minha mente
da cultura da morte
ao pensamento do Ressuscitado.
Ó Senhor, converta minhas mãos e meus pés
à caridade concreta
para com os irmãos e irmãs que encontro.
Converta meu olhar
à atenção, à bondade amorosa e à misericórdia.
Quando tentar fazer tudo,
recorde-me sempre que sou um servo pequeno e inútil.
Livre-me da preguiça, da indiferença,
da confusão, do ruído interno e externo,
da tristeza, do julgamento precipitado e do egoísmo.
Maria, seja minha guia,
minha condutora invencível,
a Rainha do céu e da terra.
Sob seu manto há proteção, acolhimento,
cura e libertação de todos os males.
Jesus, minha vida é sua.
Maria, meu coração pertence a você. Amém.

Frei Emiliano Antenucci



POR QUE FALAMOS MAL DOS OUTROS?

1. Porque não somos felizes;
2. Por falta de autoestima e também de “Deus-estima”;
3. Por raiva interior;
4. Para nos colocarmos no centro das atenções;
5. Para manipular os outros;
6. Por inveja dos dons dos outros;
7. Por sermos escravos das nossas ideias;
8. Para aumentar nossa popularidade;
9. Para criar um grupo próprio, isolando a pessoa da qual se fala mal; podemos inclusive ter aliados no mal contra alguém;
10. Ao falar mal dos outros, estamos indo contra a bênção do Céu. O Senhor criou todos nós para bendizer, não para maldizer;
11. Por não dialogar; diálogo é falar frente a frente, e não pelas costas das pessoas;

12. Falar mal dos outros nos faz sentir “certos”, dando-nos uma falsa sensação de segurança, mas nos distancia do mandamento do amor de Jesus que nos diz para “não julgar para não sermos julgados”, ou seja, para sermos livres.