

# Evangelí del dissabte de la setmana I de Quaresma: per ser bons fills, dir bons dies

“Si només saludeu els vostres germans, què feu d'extraordinari?” En un món ple de cares estirades, els cristians som cridats a contagiar el somriure, fruit de saber-nos fills del Pare.

## **Evangelí (Mt 5, 43-48)**

En aquell temps, Jesús digué als seus deixebles:

—Ja sabeu que es va dir: Estima els altres, però detesta els enemics. Doncs jo us dic: Estimeu els vostres enemics, pregueu pels qui us persegueixen. Així sereu fills del vostre Pare del cel, que fa sortir el sol sobre bons i dolents i fa ploure sobre justos i injustos. Perquè, si estimeu els qui us estimen, quina recompensa mereixeu? ¿No fan el mateix els publicans? I, si només saludeu els vostres germans, què feu d'extraordinari? ¿No fan el mateix els pagans? Sigueu perfectes com el vostre Pare celestial és perfecte.

---

## **Comentari**

Déu no ha esperat que nosaltres l'estimem. Ell ens va estimar primer (cf. *1Jn* 4, 19). No només això: ens va estimar també després del pecat original. Ens estima abans, durant i

després de cada caiguda. Ens estima malgrat nosaltres mateixos. I després de la Creu, ens mira com aquells folls pels quals el Fill va donar la vida. Valem tota la sang del Crist. És a dir, per a Déu ho valem tot. Així es comporta el Senyor i així aspira que ens comportem nosaltres. El problema és que, en el nostre cas, sorgeixen ràpidament les excuses.

El veí em cau antipàtic perquè una vegada no em va saludar. La senyora de la botiga de la cantonada, un dia em va despatxar sense ni tan sols mirar-me. El dependent de la finestreta del banc que no fa res per resoldre'm el problema. La meva cunyada és molt intensa. El meu cap és insuportable. Els meus fills, no hi ha qui els aganti.

Així, podríem continuar amb una llista infinita. De cada persona que coneixem podríem esmentar-ne un defecte, un error comès, fins i tot un

mal que en va causar. En canvi, en aquest passatge del sermó de la muntanya, Jesús ens ho deixa ben clar: no hi cap excusa vàlida. El Senyor ens va estimar primer i va donar la vida per tots. Jesús no va negar la salutació a ningú: ni tan sols a Judes a l'hort de les Oliveres.

En un món ple de foscor, els cristians som cridats a portar llum. En un món ple de cares de pomes agres, els cristians hem de contagiar el somriure. En un món ple de mirades a terra i orelles ocupades amb auriculars, Déu espera que, passi el que passi, els cristians diguem: *bon dia!*

Els avenços neurocientífics han permès entendre cada vegada millor per què el riure s'encomana. Les explicacions són molt profundes; el que aquí ens interessa, però, és la ratificació del fet: el riure és contagiós.

No sabem mai el que passarà després de saludar amb un *bon dia!* cordial. Potser és el primer pas perquè –en paraules de sant Josepmaria– el foc del Crist que portem al cor comenci a escalfar altres vides (cf. *Camí*, n. 1). Si et sembla que ningú al teu voltant no somriu, comença per somriure tu: “Així sereu fills del vostre Pare del cel”. Segurament t'enduràs més d'una sorpresa positiva.

Luis Miguel Bravo Álvarez //  
kstudio - Canva Pro

---

pdf | document generat  
automàticament des de [https://  
opusdei.org/ca-es/gospel/evangeli-del-  
dissabte-de-la-setmana-i-de-quaresma-  
per-ser-bons-fills-dir-bons-dies/](https://opusdei.org/ca-es/gospel/evangeli-del-dissabte-de-la-setmana-i-de-quaresma-per-ser-bons-fills-dir-bons-dies/)  
(30/03/2026)