

Evangelio del domingo: un descanso que nace del amor

Comentario al Evangelio del domingo de la 16ª semana del tiempo ordinario. “Al desembarcar vio una gran multitud y se llenó de compasión por ella, porque estaban como ovejas que no tienen pastor”. Jesús descansa conmoviéndose interiormente, mirando con gozo a aquellos hombres y mujeres. También nosotros descansaremos cuando sepamos reencontrar con Cristo el sentido de

nuestros trabajos y quehaceres, cuando nos conmovamos interiormente ante los demás, y los miremos con gozo.

Evangelio (Mc 6, 30-34)

Reunidos los apóstoles con Jesús, le explicaron todo lo que habían hecho y enseñado.

Y les dice: —Venid vosotros solos a un lugar apartado, y descansad un poco.

Porque eran muchos los que iban y venían, y ni siquiera tenían tiempo para comer. Y se marcharon en la barca a un lugar apartado ellos solos.

Pero los vieron marchar, y muchos los reconocieron. Y desde todas las ciudades, salieron de prisa hacia allí por tierra y llegaron antes que ellos. Al desembarcar vio una gran multitud y se llenó de compasión por ella, porque estaban como ovejas que

no tienen pastor, y se puso a enseñarles muchas cosas.

Comentario al Evangelio

Jesús busca un lugar solitario para poder descansar. Eran tantos los que venían a verle que no encontraban tiempo ni para comer. Se marchan en una barca a un lugar desierto, pero, en cuanto llegan, se encuentran con una multitud que le busca. Y Jesús mirándolos con compasión, se olvida de descansar y se queda con ellos enseñándoles muchas cosas.

Toda la vida de Jesús pasa por el amor. Trabaja desde el amor y descansa desde el amor. Jesús descansa mirando a la multitud, mirándolos con amor, conmoviéndose interiormente por todos y cada uno de ellos.

Y, así, nos enseña cómo el descanso verdadero nace del amor. Un descanso que regenera, que permite mirar al otro y gozar con él.

Por el contrario, cuando nos miramos a nosotros mismos, cuando buscamos descansar pensando únicamente en nosotros, entonces ningún descanso regenera, ningún descanso es suficiente. A veces creemos necesitar ciertos desahogos porque estamos a disgusto con nuestro trabajo y queremos huir de él. Y buscamos entretenimientos que nos evaden de la realidad, de la vida, de los demás. Y, al final, ese descanso deja una insatisfacción interior.

Jesucristo va a descansar, pero no para olvidarse de esa multitud, sino para poder darse a ella. Por eso, al verla se pone a su servicio, porque sabe que la única manera de descansar es abriéndose a ella.

Lo mismo nos sucede a nosotros. Cuántas veces nos ha pasado que después de un día de cansancio, al llegar a casa, nos hemos olvidado del cansancio porque había algo que nos interesaba y nos hemos puesto con ello sin pensar en otra cosa.

Lo que nos hace descansar no es no hacer nada, sino descubrir el amor que hay detrás de nuestra vida, descubrir al Amor-Dios que ha estado en nuestro día, descubrir nuestros amores. Lo que necesitamos para descansar es parar para poder conmovernos y mirar al otro con gozo.

Precisamente, Dios nos ofrece el domingo para descansar. Dios nos dice: “para, para un poco; date cuenta de quién eres; no vayas tan deprisa por la vida; si vas deprisa pierdes el horizonte”.

Necesitamos parar para contemplar este mundo y gozarlo, para vivir en

la alabanza y gratitud, para mirar a nuestra familia, amigos, trabajo y decir: “¡Qué bonita es la vida!”. Para ver qué llevamos en el corazón, si durante esa semana lo hemos llenado de ceniza o de fuego enamorado.

En definitiva, para descubrir que somos hijos de Dios. Como nos aconseja san Josemaría: “Descansa en la filiación divina. Dios es un Padre –¡tu Padre!– lleno de ternura, de infinito amor. –Llámale Padre muchas veces, y dile –a solas– que le quieres, ¡que le quieres muchísimo!: que sientes el orgullo y la fuerza de ser hijo suyo” (Forja 331).

Jesús descansa conmoviéndose interiormente, mirando con gozo a aquellos hombres y mujeres. También nosotros descansaremos cuando sepamos reencontrar con Cristo el sentido de nuestros trabajos y quehaceres, cuando nos

conmovamos interiormente ante
nuestro marido, mujer, hijos,
hermanos, amigos, y los miremos con
gozo.

Luis Cruz // Photo: Patrick
Schneider- Unsplash

pdf | Documento generado
automáticamente desde [https://
opusdei.org/es/gospel/evangelio-
domingo-decimosexto-ordinario-ciclo-b/](https://opusdei.org/es/gospel/evangelio-domingo-decimosexto-ordinario-ciclo-b/)
(16/03/2026)