

# Quais são os dez mandamentos?

Os Dez Mandamentos ou o Decálogo são as "dez palavras" que recolhem a Lei dada por Deus ao povo de Israel durante a Aliança feita por meio de Moisés (Ex 34, 28). O Decálogo, ao apresentar os mandamentos do amor a Deus (os três primeiros) e ao próximo (os outros sete), traça, para o povo escolhido e para cada um em particular, o caminho de uma vida livre da escravidão do pecado.

09/11/2020

## Fórmula catequética dos dez Mandamentos

1. Onde fala Jesus dos Mandamentos, no Evangelho?
2. A que Mandamentos se refere Jesus? Onde estão recolhidos?
3. Quais são os dez Mandamentos?
4. Que importância têm os Mandamentos na vida cristã?
5. Os cristãos devem viver os dez Mandamentos?
6. Qual é o Mandamento mais importante?
7. Qual é a relação entre os Mandamentos da lei de Deus e a Lei Natural?

## Fórmula catequética dos dez Mandamentos

*Eu sou o Senhor teu Deus:*

Primeiro: **Adorar a Deus e amá-l'O sobre todas as coisas**

Segundo: **Não invocar o santo nome de Deus em vão**

Terceiro: **Santificar os Domingos e Festas de Guarda**

Quarto: **Honrar pai e mãe (e os outros legítimos superiores)**

Quinto: **Não matar (nem causar outro dano, no corpo ou na alma, a si mesmo ou ao próximo)**

Sexto: **Guardar castidade nas palavras e nas obras**

Sétimo: **Não furtar (nem injustamente reter ou danificar os bens do próximo)**

Oitavo: **Não levantar falsos testemunhos (nem de qualquer outro modo faltar à verdade ou difamar o próximo)**

Nono: **Guardar castidade nos pensamentos e nos desejos**

Décimo: **Não cobiçar as coisas alheias**

---

## **1. Onde fala Jesus dos Mandamentos, no Evangelho?**

Jesus Cristo refere-se aos Dez Mandamentos quando um jovem Lhe pergunta como obter a vida eterna: «Mestre, que devo fazer de bom para ter a vida eterna?» Jesus responde, «Se queres entrar na vida, observa os

mandamentos». E cita ao seu interlocutor os mandamentos que dizem respeito ao amor do próximo: «Não matarás; não cometerás adultério: não furtarás; não levantarás falso testemunho; honra pai e mãe». Finalmente, resume estes mandamentos de modo positivo: «Amarás o teu próximo como a ti mesmo» (Mt 19, 16-19).

(*Catecismo da Igreja Católica*, n. 2052)

---

## **2. A que Mandamentos se refere Jesus? Onde estão recolhidos?**

Os 10 Mandamentos ou "Decálogo" que literalmente significam "dez palavras" são aqueles que Deus revelou ao Seu povo, Israel, quando falou com Moisés no monte santo e estão registados nos livros do Êxodo e Deuterónómio do Antigo

Testamento (cf. Ex 20, 1-17 e 34, 28, Dt 5, 6-22 e 4, 13; 10, 4). São palavras de Deus em sentido eminentíssimo. Mas o seu significado completo foi revelado por Jesus Cristo.

(Ler *Catecismo da Igreja Católica*, n. 2056)

## **Textos de S. Josemaria para meditar**

*Vias tuas, Domine, demonstra mihi et semitas tuas edoce me, mostra-me Senhor os teus caminhos e ensina-me as tuas veredas. Pedimos ao Senhor que no guie, que nos deixe ver os seus passos, para que possamos aspirar à plenitude dos seus mandamentos que é a caridade.*

(*Cristo que passa*, n. 1)

José era efetivamente um homem corrente, em quem Deus confiou para realizar coisas grandes. Soube viver exatamente como o Senhor

queria todos e cada um dos acontecimentos que compuseram a sua vida. Por isso, a Sagrada Escritura louva José, afirmando que era justo. E, na língua hebreia, justo quer dizer piedoso, servidor irrepreensível de Deus, cumpridor da vontade divina; outras vezes significa bom e caritativo para com o próximo.

Numa palavra, o justo é o que ama a Deus e demonstra esse amor, cumprindo os seus mandamentos e orientando toda a sua vida para o serviço dos seus irmãos, os homens.

*(Cristo que passa, n. 40).*

---

### **3. Quais são os dez Mandamentos?**

A divisão e a numeração dos mandamentos variou no decurso da história. O atual catecismo segue a

divisão dos mandamentos estabelecida por Santo Agostinho e que passou a ser tradicional na Igreja Católica. É a mesma das "confissões" luteranas. Os Padres gregos procederam a uma divisão um tanto diversa, que se encontra nas Igrejas ortodoxas e nas comunidades reformadas.

(*Catecismo da Igreja Católica*, n. 2066)

Veja na tabela os mandamentos dados por Deus a Moisés, conforme registado no livro de Êxodo e Deuteronomio e a formulação mais simples da catequese da Igreja.

## **Textos de S. Josemaria para meditar**

A vida de Cristo é vida nossa, segundo o que prometera aos Seus Apóstolos no dia da última Ceia: *Todo aquele que Me ama observará os Meus mandamentos, e Meu Pai o*

*amará, e viremos a ele e faremos nele morada.* O cristão, portanto, deve viver segundo a vida de Cristo, tornando seus os sentimentos de Cristo de tal modo que possa exclamar com S. Paulo: *Non vivo ego, vivit vero in me Christus*; não sou eu quem vive; é Cristo que vive em mim.

(*Cristo que passa*, n. 103)

Agradecidos por nos apercebermos da felicidade a que estamos chamados, aprendemos que todas as criaturas foram tiradas do nada por Deus e para Deus: as racionais, os homens, apesar de tão frequentemente perdermos a razão; e as irracionais, as que percorrem a superfície da terra, ou habitam as entranhas do mundo, ou cruzam o azul do céu, algumas delas até fitarem o Sol. Mas, no meio desta maravilhosa variedade, só nós, homens – não falo aqui dos anjos –

nos unimos ao Criador pelo exercício da nossa liberdade, podendo prestar ou negar a Nosso Senhor a glória que lhe corresponde como Autor de tudo o que existe.

Essa possibilidade é a principal componente do claro-escuro da liberdade humana. Nosso Senhor convida-nos e anima-nos a escolher o bem, porque nos ama profundamente. Considera que ponho hoje diante de ti, dum lado, a vida e o bem, do outro, a morte e o mal. Recomendo-te que ames o Senhor teu Deus, que andes nos Seus caminhos, que guardes os Seus preceitos, as Suas leis e os Seus decretos. Se assim fizeres, viverás... Escolhe, pois, a vida para que vivas.

Queres pensar - pela minha parte também farei o meu exame - se manténs imutável e firme a tua escolha da Vida? Se, ao ouvires essa voz de Deus, amabilíssima, que te

estimula à santidade, respondes livremente que sim? (*Amigos de Deus*, n. 24)

---

## **4. Que importância têm os Mandamentos na vida cristã?**

Fiel à Escritura e seguindo o exemplo de Jesus, a Tradição da Igreja reconheceu no Decálogo uma importância e significado primordiais.

A partir de Sto. Agostinho, os "Dez Mandamentos" têm um lugar preponderante na catequese dos futuros batizados e dos fiéis. No século XV, começou o costume de exprimir os preceitos do Decálogo em fórmulas rimadas, fáceis de decorar, e positivas, que ainda hoje se usam. Os catecismos da Igreja expuseram muitas vezes a moral

cristã seguindo a ordem dos «Dez Mandamentos».

*(Catecismo da Igreja Católica, 2065)*

## **Textos de S. Josemaria para meditar**

Se soubermos contemplar o mistério de Cristo, se nos esforçarmos por vê-lo com olhos limpos, aperceber-nos-emos que também agora é possível aproximar-nos intimamente de Jesus, em corpo e alma. Cristo assinalou-nos claramente o caminho: pelo Pão e pela Palavra, alimentando-nos com a Eucaristia e conhecendo e cumprindo o que veio ensinar-nos, ao mesmo tempo que conversamos com Ele na oração. Quem come a Minha carne e bebe o Meu sangue permanece em Mim e Eu nele. Aquele que conhece os Meus mandamentos e os guarda, esse é que Me ama; e aquele que Me ama será amado por Meu Pai, e Eu o amarei e Me manifestarei a ele.

Não são meras promessas. São o que há de mais profundo, a realidade de uma vida autêntica: a vida da graça, que nos leva a relacionar-nos íntima, pessoal e diretamente com Deus. Se observardes os meus mandamentos, permanecereis no Meu amor, como Eu observei os preceitos do Meu Pai, e permaneço no Seu amor.

*(Cristo que passa, 118).*

---

## **5. Os cristãos devem viver os dez Mandamentos?**

Os dez mandamentos, no seu conteúdo fundamental, enunciam obrigações para todos os homens, uma vez que manifestam a conduta digna do homem. Os cristãos, conhecendo-os sem erro, pelo Magistério da Igreja, devem obedecê-los e vivê-los. A obediência a esses preceitos é séria, mas também

implica obrigações cuja matéria é, em si mesma, leve. (*Catecismo da Igreja Católica*, n. 2081).

Embora às vezes pareça difícil vivê-los, devemos ter em mente que Deus torna possível pela Sua graça o que manda.

(*Catecismo da Igreja Católica*, n. 2082).

## **Textos de S. Josemaria para meditar**

Que importa tropeçar, se na dor da queda encontramos a energia que nos levanta de novo e nos impulsiona a prosseguir com renovado alento? Não esqueçais que santo não é o que não cai, mas o que se levanta sempre, com humildade e com santa persistência. Se no livro dos Provérbios se comenta que o justo cai sete vezes ao dia, tu e eu - pobres criaturas - não nos devemos estranhar nem desalentar perante as

misérias pessoais, perante os nossos tropeços, porque continuaremos em frente, se procurarmos a fortaleza n'Aquele que nos prometeu: *Vinde a mim todos os que andais cansados e oprimidos, que eu vos aliviarei.*

Obrigado, Senhor, *quia tu es, Deus, fortitudo mea*, porque foste sempre Tu, e só Tu, meu Deus, a minha fortaleza, o meu refúgio, o meu apoio.

(*Amigos de Deus*, n. 131).

Na tua alma, parece que ouves materialmente: "Esse preconceito religioso!...". – E depois, a defesa eloquente de todas as misérias da nossa pobre carne decaída: "Os seus direitos!".

Quando isto te acontecer, diz ao inimigo que há lei natural e lei de Deus, e Deus! – E também inferno!

(*Caminho*, n. 141)

## 6. Qual é o Mandamento mais importante?

"Amarás o Senhor teu Deus com todo o teu coração, com toda a tua alma e com toda a tua mente."

Quando Lhe perguntam: «Qual é o maior mandamento que há na Lei?» (Mt 22, 36), Jesus responde: «Amarás o Senhor teu Deus, com todo o teu coração, com toda a tua alma e com toda a tua mente: tal é o maior e primeiro mandamento. O segundo é semelhante a este: Amarás o teu próximo como a ti mesmo. A estes dois mandamentos está Ligada toda a Lei, bem como os Profetas» (Mt 22, 37-40). O Decálogo deve ser interpretado à luz deste duplo e único mandamento da caridade, plenitude da Lei.

(*Catecismo da Igreja Católica*, n. 2055)

Deus foi o primeiro a amar. O amor do Deus único é lembrado na primeira das "dez palavras". Em seguida, os mandamentos explicitam a resposta de amor que o homem é chamado a dar ao seu Deus.

(*Catecismo da Igreja Católica*, n. 2083)

## **Textos de S. Josemaria para meditar**

Não somos nós que construímos a caridade; é ela que nos invade com a graça de Deus: porque Ele nos amou primeiro. Convém que nos empapemos bem desta verdade formosíssima: se podemos amar a Deus é porque fomos amados por Deus. Tu e eu estamos em condições de derramar carinho sobre os que nos rodeiam, porque nascemos para a fé pelo amor do Pai. Pedi com ousadia ao Senhor este tesouro, esta virtude sobrenatural da caridade,

para a exercitardes até ao último pormenor.

Nós, os cristãos, não temos sabido muitas vezes corresponder a esse dom; algumas vezes temo-lo rebaixado como se se limitasse a uma esmola dada sem alma, friamente; outras vezes temo-lo reduzido a uma atitude de beneficência mais ou menos convencional. Exprimia bem esta aberração a queixa resignada de uma doente: Aqui, tratam-me com caridade, mas a minha mãe cuidava de mim com carinho. O amor que nasce do Coração de Cristo não pode dar lugar a este tipo de distinções.

Para que, de uma forma gráfica, esta verdade ficasse bem gravada na vossa mente, preguei milhares de vezes que nós não temos um coração para amar a Deus e outro para amar as criaturas. Este nosso pobre coração feito de carne, ama com um

carinho humano, que, se está unido ao amor de Cristo, também é amor sobrenatural. Essa, e não outra, é a caridade que temos de cultivar na alma, a qual nos levará a descobrir nos outros a imagem de Nosso Senhor.

(*Amigos de Deus*, n. 229).

Mas reparai: Deus não nos declara: em vez do coração, dar-vos-ei uma vontade própria de puro espírito. Não, dá-nos um coração, e um coração de carne, como o de Cristo. Não tenho um coração para amar a Deus e outro para amar as pessoas da Terra. Com o mesmo coração com que amo os meus pais e estimo os meus amigos, com esse mesmo coração amo Cristo, e o Pai, e o Espírito Santo, e Santa Maria. Não me cansarei de vos repetir: temos de ser muito humanos, porque, se não, também não podemos ser divinos.

O amor humano, o amor cá deste mundo, quando é verdadeiro, ajuda-nos a saborear o amor divino. E assim entrevemos o amor com que havemos de gozar de Deus e aquele que lá no Céu nos há de unir uns aos outros, quando o Senhor *for tudo em todas as coisas*. E, começando a entender o que é o amor divino, havemos de nos mostrar habitualmente mais compassivos, mais generosos, mais entregados.

(*Cristo que passa*, n. 166)

Nosso Senhor não Se limitou a dizer que nos ama: demonstrou-nos esse amor com obras, com a vida inteira. - E tu?

(*Forja*, n. 62)

Pasma ante a magnanimidade de Deus: fez-Se Homem para nos redimir, para que tu e eu - que não valemos nada, reconhece-o! - O tratemos com confiança.

## **7. Qual é a relação entre os Mandamentos da lei de Deus e a Lei Natural?**

Os Dez Mandamentos fazem parte da revelação de Deus. Mas, ao mesmo tempo, ensinam-nos a verdadeira humanidade do homem. Põem em relevo os deveres essenciais e, por conseguinte, indiretamente, os direitos fundamentais inerentes à natureza da pessoa humana. O Decálogo encerra uma expressão privilegiada da «lei natural»:

No princípio, Deus admoestou os homens com os preceitos da lei natural, que tinha enraizado nos seus corações, isto é, pelo Decálogo. Se alguém não os cumprisse, não se salvaria. E Deus não exigiu mais nada aos homens» (Santo Ireneu de

Lião, *Adversus haereses*, 4, 15, 1).  
(*Catecismo da Igreja Católica*, 2070)

Embora acessíveis à razão, os preceitos do Decálogo foram revelados. A fim de obter um conhecimento completo e certo das exigências da lei natural, a humanidade ferida pelo pecado, com dificuldade em alcançar a verdade e o bem, precisava desta revelação: "No estado de pecado, era necessária uma explicação completa dos mandamentos do decálogo por causa do obscurecimento da luz da razão e do desvio da vontade» (São Boaventura, *In quattuor libros Sententiarum*, 3, 37, 1, 3).

Nós conhecemos os mandamentos de Deus pela revelação divina que nos é proposta na Igreja e pela voz da consciência moral. (*Catecismo da Igreja Católica*, 2071)

**Textos de S. Josemaria para meditar**

Se o mundo e tudo o que nele há - menos o pecado - é bom, porque é obra de Deus Nosso Senhor, o cristão, lutando continuamente por evitar as ofensas a Deus - uma luta positiva de amor - há-de dedicar-se a tudo aquilo que é terreno, ombro a ombro com os outros cidadãos, e tem obrigação de defender todos os bens derivados da dignidade da pessoa.

Existe um bem que deverá sempre procurar dum modo especial - o da liberdade pessoal. Só se defende a liberdade individual dos outros com a correspondente responsabilidade pessoal, poderá, com honradez humana e cristã, defender da mesma maneira a sua. Repito e repetirei sem cessar que o Senhor nos deu gratuitamente uma grande dádiva sobrenatural, a graça divina, e outra maravilhosa dádiva humana, a liberdade pessoal, que exige de nós - para que não se corrompa, convertendo-se em libertinagem -

integridade, empenho sério por desenvolver a nossa conduta dentro da lei divina, *porque onde está o Espírito de Deus, aí há liberdade.*

O Reino de Cristo é de liberdade: nele não existem outros servos além daqueles que livremente se deixaram prender por Amor a Deus. Bendita escravidão de amor, que nos faz livres! Sem liberdade, não podemos corresponder à graça; sem liberdade, não podemos entregar-nos livremente ao Senhor pela razão mais sobrenatural: porque nos apetece. (*Cristo que passa*, 184)

---

pdf | Documento gerado automaticamente a partir de <https://opusdei.org/pt-pt/article/dez-mandamentos-lei-deus-igreja-biblia-evangelho-perguntas-respostas/>  
(10/02/2026)