

# **Evangelho de domingo: encontrareis descanso**

Comentário ao Evangelho do XIV domingo do Tempo Comum (Ciclo A). «Vinde a Mim, todos os que andais cansados e oprimidos, e Eu vos aliviarei». O verdadeiro remédio para as nossas feridas é uma vida cheia de amor fraterno e de amor a Deus.

## **Evangelho (Mt 11, 25-30)**

Naquele tempo, Jesus exclamou:

«Eu Te bendigo, ó Pai, Senhor do céu e da terra, porque escondeste estas verdades aos sábios e inteligentes e as revelaste aos pequeninos. Tudo Me foi dado por meu Pai. Sim, Pai, Eu Te bendigo, porque assim foi do teu agrado. Ninguém conhece o Filho senão o Pai e ninguém conhece o Pai senão o Filho e aquele a quem o Filho o quiser revelar. Vinde a Mim, todos os que andais cansados e oprimidos, e Eu vos aliviarei. Tomai sobre vós o meu jugo e aprendei de Mim, que sou manso e humilde de coração, e encontrareis descanso para as vossas almas. Porque o meu jugo é suave e a minha carga é leve».

---

## Comentário

Jesus faz uma oração em voz alta e o evangelista menciona quais foram as palavras concretas com as que se

dirigiu a Deus. «Eu Te bendigo, ó Pai, Senhor do céu e da terra, porque escondeste estas verdades aos sábios e inteligentes e as revelaste aos pequeninos» (Mt 11, 25-27). Chama-O Pai e alegra-se com a sua predileção pelos pequeninos e de que a eles sejam reveladas as coisas mais profundas. Com efeito, Deus alegra-se com as crianças já que, como lembra o Papa Francisco, «as crianças são em si uma riqueza para a humanidade e também para a Igreja, porque nos chamam constantemente à condição necessária para entrar no Reino de Deus: a de não nos considerarmos autossuficientes, mas necessitados de ajuda, de amor, de perdão. E todos nós precisamos de ajuda, de amor, de perdão!»<sup>[1]</sup>.

S. Josemaria experimentou essa predileção divina que, quando quer, ilumina os corações daqueles que O procuram com simplicidade, para

que penetrem na intimidade divina e captem o que implica ser filhos de Deus. Uma experiência singular que teve lugar num dia concreto, 16 de outubro de 1931. Anos depois, S. Josemaria relembrava o que viveu naquele dia, vendo cumpridas em si mesmo as palavras de Jesus recolhidas por S. Mateus: «Até poderia dizer-vos quando, em que momento, onde foi aquela primeira oração de filho de Deus. Aprendi desde criança, no Pai-Nosso, a chamar Pai a Deus, mas sentir, ver, admirar esse querer de Deus de que sejamos seus filhos..., foi na rua e num elétrico – durante uma hora, hora e meia, não sei – *Abba Pater!*, tinha de gritar. Há no Evangelho umas palavras maravilhosas, todas o são: “Ninguém conhece o Pai, senão o Filho e aquele a quem o Filho o quiser revelar” (Mt 11, 27). Naquele dia, naquele dia Ele quis de uma maneira explícita, clara, terminante que, comigo, vós vos sentísseis

sempre filhos de Deus, deste Pai que está nos céus e que nos dará o que pedirmos em nome do seu Filho»<sup>[2]</sup>.

Jesus deu-nos exemplo dessa humildade e simplicidade que admira nas crianças. Assim nos explicava S. Josemaria enquanto meditava esta passagem do Evangelho: «Jesus Cristo, Nosso Senhor, propõe-nos com muita frequência na sua pregação o exemplo da sua humildade: “aprendei de mim que sou manso e humilde de coração”, para que tu e eu aprendamos que não há outro caminho; que só o conhecimento sincero do nosso nada é capaz de atrair sobre nós a graça divina. Por nós, Jesus veio padecer fome e alimentar-nos, veio sentir sede e darmos de beber, veio vestir-se da nossa mortalidade e vestir-nos de imortalidade, veio pobre para nos tornar ricos»<sup>[3]</sup>.

Na cena do evangelho que estamos a considerar, Jesus, depois de manifestar a sua alegria pela predileção de Deus pelos que são simples, como as crianças, acrescenta algo muito consolador: «Vinde a Mim, todos os que andais cansados e oprimidos, e Eu vos aliviarei» (Mt 11, 28). Porém, coloca uma condição para proporcionar o descanso: «Tomai sobre vós o meu jugo» (Mt 11, 29). Bento XVI perguntava-se: «O que é este ‘jugo’, que em vez de pesar, alivia, e em vez de esmagar, conforta? O ‘jugo’ de Cristo é a lei do amor, é o seu mandamento, que Ele deixou aos seus discípulos (cf. Jo 13, 34; 15, 12). O verdadeiro remédio para as feridas da humanidade, quer materiais, como a fome e as injustiças, quer psicológicas e morais causadas por um falso bem-estar, é uma regra de vida baseada no amor fraterno, que tem a sua fonte no amor de Deus. Por isso é preciso abandonar o caminho da arrogância,

da violência utilizada para obter posições de poder sempre maiores, para garantir o sucesso a qualquer preço»<sup>[4]</sup>.

---

[1] Francisco, Audiência geral, 18/03/2015.

[2] S. Josemaria, *Diálogo com o Senhor*, Rezar com mais urgência (Meditação de 24/12/1969), n. 3.

[3] S. Josemaria, *Amigos de Deus*, n. 97.

[4] Bento XVI, Angelus, 03/07/2011.

Francisco Varo

---

[opusdei.org/pt-pt/gospel/evangelho-de-](https://opusdei.org/pt-pt/gospel/evangelho-de-domingo-encontrareis-descanso/)  
[domingo-encontrareis-descanso/](https://opusdei.org/pt-pt/gospel/evangelho-de-domingo-encontrareis-descanso/)  
(22/01/2026)