



## PARAULES DE VIDA

# Frenar la desigualtat és Llei del Senyor

**A**l Salm Responsorial d'avui repetim amb el salmista: *Feliços els qui busquen la Llei del Senyor*. És un salm amb tantes estrofes com lletres té l'alefat hebreu que gira entorn d'un tema únic: l'excel·lència de la Llei del Senyor.

Si aquesta pregària de lloança a la Llei del Senyor estava ben motivada ja en la perspectiva de l'Antic Testament, molt més ho és ara per als cristians.

Prèviament a la primera Lectura hem escoltat el savi Ben Sirà que es dedicà a l'estudi de *la Llei, els Profetes i els Escrits*, obrint a Jerusalem una *escola de Saviesa*.

Confessant que *la saviesa del Senyor és gran*, ens adverteix que *ets tu qui has de decidir si et mantens fidel a la Llei del Senyor*.

Quina? La de l'Antic Testament, incompleta per definició?

O la voluntat de Déu iniciada en temps de Moisès i expressada en els 10 Manaments, però culminada per *Jesús que no ha vingut a desautoritzar la Llei i els Profetes sinó a portar-los a plenitud?*

La fe cristiana ens guia cap a *una fe prou madura, amb una saviesa que no és d'aquest món present ni dels seus dirigents*, però que *Déu ens ha revelat per obra de l'Esperit Sant*. Perquè *Déu, havent parlat antigament moltes vegades i de moltes maneres, en l'etapa final ens ha parlat en la persona del Fill (Heb 1,1)*.

En la Nova i definitiva Aliança segellada amb la sang de Crist, el precepte antic del «No mataràs» ha rebut de Jesús un dinamisme incomparablement superior: No mataràs ni la vida ni la dignitat de cap germà teu, pel qui Jesucrist, Fill Unigènit de Déu, ha donat la seva vida en la Creu.

Més encara: si de debò vols *ser feliç buscant la Llei del Senyor*, mai no pots oblidar el regal del Mes-



tre Jesús que ens avançà les preguntes de l'examen final que el Fill de l'home farà a tots els pobles.

*Quan tenia fam i set, estava malalt, era foraster, anava despullat, era a la presó, què vas fer?*

Perquè cada vegada que actuàveu solidàriament a favor dels qui patien desigualtats, *m'ho fèieu a mi*.

Igualment quan no obràveu en solidaritat a favor dels desafavorits, *m'ho negàveu a mi (Mt 25,31s)*.

La Campanya «Mans Unides» ens fa el favor de recordar-nos una gran veritat: «Frenar la desigualtat és a les teves mans». No hi valen excuses.

Per això: *Ni que et trobis ja a l'altar, a punt de presentar l'ofrena, si allà et recordes que un teu germà té alguna cosa contra tu, deixa allà mateix l'ofrena i ves primer a fer les paus amb ell*. Indiscu-

tiblement molts germans nostres tenen amb raó més que *alguna cosa* contra la nostra insolidaritat i contra la nostra espiritualitat desencarnada.

Efectivament *si el teu ull*, es a dir la teva manera d'entendre i viure la pietat cristiana, *et fa caure en el pecat* de desobeir l'autèntica voluntat del Senyor, *arrenca-te'l* i canvia la manera errada d'entendre la pietat. Igualment *si la teva mà*, és a dir la teva riquesa, *et fa caure en el pecat* de la insolidaritat, *talla-te-la* i llença fora del teu cor l'ambició per les riqueses. Només així, amb *el regal d'una vida santa i agradable a Déu*, podrem de debò *oferir-li a Déu el culte veritable* que Ell espera de nosaltres (Rm 12,1).

**José Luis Arín Roig**  
Administrador diocesà

## APUNTS PER A L'ANÀLISI

# El transhumanisme i l'esport: aspectes crítics

**L**'esport és un dels àmbits més interessants per observar l'aplicació d'avenços científics i de les innovacions tecnològiques. L'esport biònic és, de fet, la prolongació lògica de l'esport d'alt nivell centrat en la millora gairebé obsessiva del rendiment.

L'esforç és inherent en l'èpica de l'esport. Una cosa és superar el rècord de la marató a base de disciplina mental i física, d'abstinència, de sacrifici i d'entrega i, una altra, de molt diferent, és ven-

cer el registre de la marató amb l'ajuda d'esteroides o bé mitjançant l'optimització genètica dels músculs.

El conegut lema «Citius, altius, fortius» condueix a cercar els límits del desenvolupament de la velocitat, de l'elasticitat i de la força mitjançant un rigorós procés de disciplina i d'autocontrol. L'obsessió per la millora del rendiment esportiu no solament afecta, de ple, l'esfera professional, sinó també l'esfera amateur i la popular.

Han esdevingut populars termes del domini de la ciència com aeròbic, pols cardíac, composició corporal, condició cardiovascular, entre d'altres. La idea reiterada en els mitjans de comunicació de masses i en la retòrica publicitària és clara: cal combatre, amb tota l'energia, el sedentarisme, el risc de malaltia, l'adveniment de l'ancianitat i, sobretot, cal millorar el rendiment esportiu, superar-se a si mateix. Aquesta filosofia banal de la superació està estesa per tot i

crea noves formes de culpabilitat i de remordiment. L'anàlisi de Michel Foucault (1926-1984) sobre les institucions educatives, sanitàries i penitenciàries és molt útil aplicat al món de l'esport postmodern. L'esport s'ha convertit, en les societats hipertecnològiques, en una de les pràctiques disciplinàries més massives, de control i de domini sobre el cos.

**Francesc Torralba**  
Doctor en Teologia

## PALABRAS DE VIDA

## Frenar la desigualdad es Ley del Señor

En el Salmo Responsorial de hoy repetimos con el salmista: *Dichoso el que, con vida intachable, camina en la ley del Señor*. Es un salmo con tantas estrofas como letras tiene el alefát hebreo que gira en torno a un tema único: la excelencia de la Ley del Señor.

Si esta plegaria de alabanza a la Ley del Señor estaba muy motivada ya en la perspectiva del Antiguo Testamento, mucho más lo es ahora para los cristianos.

Previamente, en la primera Lectura hemos escuchado al sabio Ben Sirá que se dedicó al estudio de la Ley, los Profetas y los Escritos, abriendo en Jerusalén una *escuela de Sabiduría*.

Confesando que *grande es la sabiduría del Señor*, nos advierte que, *si quieres, guardarás los mandamientos y permanecerás fiel a su voluntad*.

¿Qué Ley? ¿La del Antiguo Testamento, incompleta por definición?

O, más bien, ¿la voluntad de Dios iniciada en tiempo de Moisés y expresada en los 10 Mandamientos, pero culminada por Jesús que nos dice: *no creáis que he venido a abolir la Ley y los Profetas: no he venido a abolir, sino a dar plenitud*?

La fe cristiana nos guía hacia una fe suficientemente madura, con una sabiduría que no es de este mundo presente ni de sus dirigentes, pero que Dios nos ha revelado por obra del Espíritu Santo. Porque *en muchas ocasiones y de muchas maneras habló Dios antiguamente a los padres por los profetas. En esta etapa final, nos ha hablado por el Hijo (Heb 1,1)*.

En la Nueva y definitiva Alianza sellada con la sangre de Cristo, el precepto antiguo del «No matarás» ha recibido de Jesús un dinamismo incomparablemente superior: No matarás ni la vida ni la dignidad de ningún hermano tuyo, por quien Jesucristo, Hijo Unigénito de Dios, ha dado su vida en la Cruz.

Más aún: si de verdad quieres *ser feliz buscando la Ley del Señor*, nunca puedes olvidar el regalo del Maestro Jesús que nos avanzó las preguntas del examen final que el Hijo del hombre hará a todos los pueblos.

Quando *tuve hambre y sed, fui forastero, estuve desnudo, enfermo, en la cárcel, ¿qué hicisteis?*

Porque cada vez que actuabais solidariamente a favor de quienes sufrían desigualdades, *conmigo lo hicisteis*.

Igualmente, cuando no obrabais en solidaridad a favor de los desfavorecidos, *tampoco lo hicisteis conmigo (Mt 25,31s)*.

La Campaña «Manos Unidas» nos hace el favor de recordarnos una gran verdad: «Frenar la desigualdad está en tus manos». No valen excusas.

Por eso: *Si cuando vas a presentar tu ofrenda sobre el altar, te acuerdas allí mismo de que tu hermano tiene quejas contra ti, deja allí tu ofrenda ante el altar y vete primero a reconciliarte con tu hermano, y entonces vuelve a presentar tu ofrenda*. Indiscutiblemente muchos hermanos nuestros tienen con razón más que *quejas* contra nuestra insolidaridad y contra nuestra espiritualidad desencarnada.

Efectivamente, *si tu ojo*, es decir tu manera de entender y vivir la piedad cristiana, *te induce a pecar y desobedecer la auténtica voluntad del Señor, sácatelo y cambia la manera errónea de entender la piedad*. Igualmente, *si tu mano*, es decir tu riqueza, te induce a pecar de insolidaridad, *córtatela y tira fuera de tu corazón la ambición por las riquezas*. Solo así, con el regalo de una vida *santa y agradable a Dios*, podremos de verdad *presentarle a Dios el culto espiritual* que Él espera de nosotros (Rom 12,1).

José Luis Arín Roig  
Administrador diocesano

## Els Reis Mags visiten la Residència Sant Miquel Arcàngel



Un any més, i quasi bé recuperant la normalitat, els Reis Mags d'Orient han visitat la Residència Diocesana d'Ancians Sant Miquel Arcàngel de Tortosa.

El president del Patronat, Mn. Víctor M. Cardona, els dirigí unes paraules de benvinguda i d'agraïment per la seva presència a la residència en aquest dia de l'Epifania del Senyor, on foren rebuts per molts dels residents i personal de la casa. Per part de la Sra. Meritxell Roigé, alcaldessa de Tortosa, que acompanyava a SS.MM., mostrà la seva satisfacció per poder visitar, un any més, la nostra residència, en una visita que ja forma part de la tradició del dia de Reis a la ciutat.

Finalment, Sa Majestat el Rei Melcior, en nom seu i de SS.MM. Gaspar i Baltasar, manifestà que, malgrat el cansament del llarg viatge i de tota la nit visitant les llars dels xiquets i xiquetes de Tortosa, volien saludar els residents de Sant Miquel, en un acte que els dona molta joia i satisfacció. Els Reis Mags acabaren la seva visita a la Casa, repartint caramels entre tots els residents i mostrant el seu desig de tornar l'any que ve a visitar novament la Residència Sant Miquel Arcàngel.

Tortosa, gener 2023.

Residència Diocesana d'Ancians  
Sant Miquel Arcàngel de Tortosa

## Celebració de les noces de plata i d'or a Gandesa

El passat 8 de gener de 2023, a la Parròquia de l'Assumpció de Gandesa, quatre matrimonis van celebrar les noces d'or i tres matrimonis les de plata. La cerimònia va ser molt familiar i amb una alegre emoció. El retrobament de tots el mateix dia per celebrar l'amor amb la nostra parella va fer que el dia fos especial.

Tal com ens va remarcar Mn. David a l'homilia, els fonaments d'un matrimoni exitós són el diàleg, el perdó i l'amor entre la parella i, el fruit de tot plegat són els fills i filles que tots els matrimonis que estàvem tenim i als qui donem les gràcies per ensenyar-nos a estimar sense límits.

Joan Martí i Fontcalda Borràs



## TWITTER DEL PAPA FRANCESC



**@Pontifex\_es:** «Resar junts, ajudar junts, compartir les històries de vida, les alegries i les lluites comunes obre la porta a l'obra reconciliadora de Déu» (26 de juliol).

**@Pontifex\_es:** «Resem pels nostres avantpassats i en unió amb ells, dediquem temps a recordar-los, conservem el seu llegat: en la boira de l'oblit que assalta els nostres temps, és essencial conrear les arrels. Així és com es construeix el futur» (26 de juliol).

**@Pontifex\_es:** «Hem rebut molt dels qui ens han precedit. Què volem deixar en herència a la nostra posteritat? Una fe viva o aigualida, una societat basada en el benefici individual o en la fraternitat, un món en pau o en guerra, una creació devastada o acollidora?» (26 de juliol).

**@Pontifex\_es:** «Tots nosaltres, com a Església, necessitem ser sanats de la temptació de triar la defensa de la institució abans que la cerca de la veritat. Ajudem-nos a edificar, amb l'ajuda de Déu, una Església mare com Ell vol» (27 de juliol).



# Reunió de la Comissió Diocesana del procés sinodal

**H**avent-se reunit el dissabte 14 de gener, la Comissió Diocesana del procés sinodal, el comentari general després de llegir el document és de riquesa, frescor i esperança. No podem deixar de constatar la sorpresa que ens ha provocat comprovar, com en tant diverses parts del món, les intuïcions, vivències i tensions són força similars.

La imatge que guia tot el document és molt suggeridora i ens sembla que expressa a la perfecció tant l'objectiu inicial del Sínode com el sentir de la immensa majoria de les aportacions rebudes. La imatge ens crida a ampliar, obrir, a mantenir la tensió en aquesta diversitat, a reforçar allò essencial, a ser conscients que som a l'exili i caminar en conseqüència.

Temes tractats:

- Les intuïcions que ressonen més fortament amb les experiències i les realitats concretes de l'Església al continent.
- Les experiències que semblen noves o il·luminadores.
- Quines tensions o divergències substancials sorgeixen com a particularment importants des de la perspectiva del continent.



- En conseqüència, quines són les qüestions i els interrogants que s'haurien d'abordar i considerar en les properes fases del procés.
- Les prioritats, els temes recurrents i les crides a l'acció que poden ser compartides amb les

altres esglésies locals de tot el món i discutides durant la primera sessió de l'assemblea sinodal a l'octubre del 2023.

**Equip Dirigent de la Comissió Sinodal**

## Setmana de Pregària per la Unitat dels Cristians



**E**l divendres 20 de gener, a la Parròquia del Sagrat Cor, vam celebrar la Pregària per la Unitat dels Cristians. El lema d'enguany és: «Aprenem a fer el bé, busquem la justícia (Is 1,17)».

Aquesta pregària es va organitzar juntament amb altres esglésies cristianes. Va ser un moment de reflexió amb lectures i l'Evangelí i també amb les homilies de Mn. José Luis Arín, administrador diocesà, i Daniel Verge, pastor d'una comunitat evangèlica d'Amposta. L'experiència de fe d'un matrimoni, els cants i la música ens van ajudar que visquérem un moment privilegiat de pregària i de trobada fraterna.

Estiguem oberts a la presència de Déu, tots junts, comprometem-nos en la lluita per la justícia en la nostra societat.

Felicitem a la Parròquia del Sagrat Cor per la bona organització i acollida a tothom.

**Delegació d'Ecumenisme de la Diòcesi de Tortosa**

### AGENDA



■ **Dies 13-14**, Seminari, formació permanent del clergat.

■ **Diumenge 19**, Catedral, a les 11 h, festa diocesana de l'Hospitalitat de Lourdes.

### LECTURES DE LA MISSA DIÀRIA I SANTORAL

**13. ■ Dilluns** (lit. hores: 2a setm.) [Gn 4,1-15.25 / Sl 49 / Mc 8,11-13]. Sant Benigne, prev. i mr. (s. III); sant Gregori II, papa (romà, 715-731); santa Maura, mr.; sant Gimer, bisbe; beat Jordà de Saxònia, prev. dominicà; beata Cristina d'Spoleto, vg. agustina.

**14. □ Dimarts** [Fets 13,46-49 / Sl 116 / Lc 10,1-9]. Sants Ciril, monjo, i Metodi, bisbe, germans grecs (IX), evangelitzadors dels eslaus, patrons d'Europa; sant Valentí, prev. romà i mr. (s. III).

**15. ■ Dimecres** [Gn 8,6-13.20-22 / Sl 115 / Mc 8,22-26]. Sant Faustí i

santa Jovita, germans mrs.; santa Geòrgia, vg.; sant Claudi de Colombière (†1682), prev. jesuïta; sant Joan Baptista de la Concepció, prev. trinitari.

**16. ■ Dijous** [Gn 9,1-13 / Sl 101 / Mc 8,27-33]. Sant Onèsim, bisbe; santa Juliana, vg. i mr.; sant Honest; beat Joan de Sant Domènec, mr.; beat Simó de Càscia, prev. agustiniana.

**17. ■ Divendres** [Gn 11,1-9 / Sl 32 / Mc 8,34-9,1]. Sant Aleix de Falconieri (†1310) i els altres sis florentins fundadors dels Servents de Maria o servites (1304, OSM); sant Ròmul, mr. (302); sant Silví, bisbe.

**18. ■ Dissabte** [He 11,1-7 / Sl 144 / Mc 9,2-13]. Sant Simeó, bisbe de Jerusalem, parent de Jesús; sant Eladi (†632), bisbe de Toledo; beat Joan de Fièsole (fra Angèlic), prevere dominicà, pintor; santa Bernadeta Soubirous (†1879), vg. vident de Lourdes.

**19. ■ Diumenge vinent**, VII de durant l'any (lit. hores: 3a setm.) [Lv 19, 1-2.17-18 / Sl 102 / 1C 3,16-23 / Mt 5,38-48]. Sant Gabí, prev. i mr. (296); sant Conrad de Piacenza, ermità; beat Àlvar de Còrdova, prev. dominicà; sant Jordi, monjo.

# Diuenge VI de durant l'any (A)

## COMENTARI

«Si vols, guardaràs els manaments: ets tu qui has de decidir»



J a sabem que el camí del seguiment de Jesús és exigent. Ens ho recorda novament l'evangeli d'avui. Jesús comença dient-nos que *no ha vingut a desautoritzar els llibres de la Llei sinó a completar-los*. És a dir, la llei antiga continua essent vàlida però viscuda des de la perspectiva de Jesús. Ja no es tracta de la pràctica externa i literal d'una llei sinó de la vivència interior i fidel a l'esperit de la llei. I seguint el decàleg, en primer lloc Jesús ens diu que no és suficient *no matar* sinó que aquest manament inclou també *no enfadar-se amb el germà, ni menysprear-lo, o insultar-lo*: tot són maneres de fer mal als altres. I això és tan important que abans d'oferir un sacrifici (pensem en la importància dels sacrificis en l'AT) *cal fer les paus amb els germà*: això és prioritari. La millor ofrena és l'amor als germans sobretot si som nosaltres qui els hem ofès: *un teu germà té alguna cosa contra tu!... ves primer a fer les paus... ja tornaràs després a presentar l'ofrena*. I parlant de l'adulteri, Jesús va fins l'interior del cor i diu que per a un cristià no solament l'adulteri és contrari al que Déu vol sinó fins i tot el *desig* d'adulteri; no es tracta només del fet extern sinó també de l'actitud interior i per això cal lluitar contra tot perill de caure en adulteri. També ens recorda que el *divorci* va contra la voluntat del creador; el divorci no trenca el matrimoni anterior; per això *unir-se a una persona divorciada és cometre adulteri*. I, finalment, ens parla de ser homes i dones de paraula sense necessitat de *juraments*. La primera lectura ens recorda que és possible complir aquests manaments: *Si vols guardaràs els manaments: ets tu qui has de decidir*. I aquesta és la *saviesa que no és d'aquest món* de la que parla Pau a la segona lectura. El camí de Jesús és difícil, però és possible de seguir i al final ens portarà a experimentar *això que Déu té preparat per als qui l'estimen, que cap ull no ha vist mai, ni cap orella no ha sentit, ni el cor de l'home somniava*: és a dir a una felicitat plena, total, inimaginable.

Mn. Jaume Pedrós

### ▶ Lectura del llibre de Jesús Fill de Sira (Sir 15,15-20)

Si tu vols, guardaràs els manaments; ets tu qui has de decidir si et mantindràs fidel. Tens al davant foc i aigua: pren el que tu vulguis. L'home té al davant la vida i la mort: li donaran allò que voldrà. La saviesa del Senyor és gran; el Senyor és molt poderós i tot ho veu. Els ulls de Déu veuen el que ell ha creat; ell coneix tot el que fa cadascú. No mana a ningú que faci el mal ni autoritza ningú a pecar.

### ▶ Salm responsorial (118)

R. *Feliços els qui segueixen la llei del Senyor.*

Feliços els homes de conducta irreprovable, / que segueixen la llei del Senyor. / Feliços els homes que guarden el seu pacte / i busquen el Senyor amb tot el cor. R.

Heu donat els vostres preceptes / perquè siguin observats fidelment. / Tant de bo que els meus camins no es desviïn / de guardar els vostres decrets. R.

Feu aquesta gràcia al vostre servent: / que visqui pensant en la paraula que heu donat. / Obriu-me els ulls i podré contemplar / les meravelles de la vostra llei. R.

Mostreu-me el camí dels vostres decrets, / que el vull seguir fins al final. / Feu-me entendre la vostra llei, / que la vull guardar amb tot el cor. R.

### ▶ Lectura de la primera carta de sant Pau als cristians de Corint (1Co 2,6-10)

Germans, als qui tenen una fe prou madura, sí que els ensenyem una saviesa, però una saviesa que no és del món present ni dels dirigents, que estan a punt de ser destituïts, sinó la saviesa enclosa en el pla que Déu s'ha proposat, amagada fins ara, però que abans de tots els temps Déu ja tenia decidida, perquè sigui la nostra glòria. Cap dels dirigents del món present no l'havia coneguda, perquè, si l'haguessin coneguda, mai no haurien clavat a la creu el Senyor de la glòria. Però, tal com diu l'Escriptura: «Cap ull no ha vist mai, ni cap orella no ha sentit, ni el cor de l'home somniava això que Déu té preparat per als qui l'estimen», però a nosaltres, Déu ens ho ha revelat per obra de l'Esperit, ja que l'Esperit tot ho penetra, fins al més profund de Déu.

### ▶ Lectura de l'Evangeli segons sant Mateu (Mt 5,17-37) (Versió abreujada)

En aquell temps, Jesús digué als seus deixebles: «Jo us dic que si no sou més justos del que ho són els mestres de la Llei i els fariseus, no entrareu pas al Regne del cel. Ja sabeu que als antics els van manar: "No matis", i tothom que mati, serà reu davant el tribunal. Doncs jo us dic: El qui s'enfadi amb el seu germà, serà reu davant el tribunal. Ja sabeu que està manat: "No cometis adulteri." Doncs jo us dic: Tothom que mira una dona amb mal desig, en el fons del cor ja ha comès adulteri. També sabeu que als antics els van manar: "No trenquis els juraments." I també: "Compleix tot allò que has jurat en nom del Senyor." Doncs jo et dic: No juris mai: Digueu senzillament sí quan és sí, i no quan és no. Tot allò que dieu de més, ve del Maligne.»

### ▶ Lectura del llibre del Eclesiàstic (Eclo 15,15-20)

Si quieres, guardarás los mandamientos y permanecerás fiel a su voluntad. Él te ha puesto delante fuego y agua, extiende tu mano a lo que quieras. Ante los hombres está la vida y la muerte, y a cada uno se le dará lo que prefiera. Porque grande es la sabiduría del Señor, fuerte es su poder y lo ve todo. Sus ojos miran a los que le temen, y conoce todas las obras del hombre. A nadie obligó a ser impío, y a nadie dio permiso para pecar.

### ▶ Salmo responsorial (118)

R. *Dichoso el que camina en la ley del Señor.*

Dichoso el que, con vida intachable, / camina en la ley del Señor; / dichoso el que, guardando sus preceptos, / lo busca de todo corazón. R.

Tú promulgas tus mandatos / para que se observen exactamente. / Ojalá esté firme mi camino, / para cumplir tus decretos. R.

Haz bien a tu siervo: viviré / y cumpliré tus palabras; / ábreme los ojos, y contemplaré / las maravillas de tu ley. R.

Muéstrame, Señor, el camino de tus decretos, / y lo seguiré puntualmente; / enséñame a cumplir tu ley / y a guardarla de todo corazón. R.

### ▶ Lectura de la primera carta del apóstol san Pablo a los Corintios (1Cor 2,6-10)

Hermanos: Hablamos de sabiduría entre los perfectos; pero una sabiduría que no es de este mundo ni de los príncipes de este mundo, condenados a perecer, sino que enseñamos una sabiduría divina, misteriosa, escondida, predestinada por Dios antes de los siglos para nuestra gloria.

Ninguno de los príncipes de este mundo la ha conocido, pues, si la hubiesen conocido, nunca hubieran crucificado al Señor de la Gloria. Sino que, como está escrito: «Ni el ojo vio, ni el oído oyó, ni el hombre puede pensar lo que Dios ha preparado para los que lo aman».

Y Dios nos lo ha revelado por el Espíritu; pues el Espíritu lo sondea todo, incluso lo profundo de Dios.

### ▶ Lectura del santo Evangelio según san Mateo (Mt 5,17-37) (Versión abreviada)

En aquel tiempo, dijo Jesús a sus discípulos: «Os digo que, si vuestra justicia no es mayor que la de los escribas y fariseos, no entraréis en el reino de los cielos. Habéis oído que se dijo a los antiguos: "No matarás", y el que mate será reo de juicio. Pero yo os digo: todo el que se deja llevar de la cólera contra su hermano será procesado. Habéis oído que se dijo: "No cometerás adulterio". Pero yo os digo: todo el que mira a una mujer deseándola, ya ha cometido adulterio con ella en su corazón. También habéis oído que se dijo a los antiguos: "No jurarás en falso" y "Cumplirás tus juramentos al Señor". Pero yo os digo que no juréis en absoluto. Que vuestro hablar sea sí, sí, no, no. Lo que pasa de ahí viene del Maligno».