

# ÊTRE SEL ET LUMIERE SANS SE PERDRE

5<sup>ème</sup> dimanche ordinaire (8 février 2026)

(Is 58, 7-10 ; 1 Co 2, 1-5 ; Mt 5, 13-16)



Dans l'Évangile de ce dimanche, Jésus nous dit deux phrases étonnantes : « Vous êtes le sel de la terre » « Vous êtes la lumière du monde » Il ne dit pas : « Essayez de le devenir », ni « Faites des efforts pour l'être ». Il dit : « Vous l'êtes déjà. » C'est votre identité. C'est votre vocation.

Et pourtant, nous avons souvent compris ces paroles comme un appel à « sauver le monde », à corriger, à

éclairer, à assaisonner tout ce qui nous entoure. Comme si le monde était entièrement fade et obscur. Mais Jésus dit autre chose : Il nous demande surtout de ne pas perdre ce que nous sommes.

Le sel, dans la Bible comme dans la vie quotidienne, sert à deux choses : il donne du goût et il empêche la nourriture de se gâter. Un sel qui perd sa saveur ne sert plus à rien. De même, un disciple qui perd son identité, qui se dilue, qui devient tiède, n'apporte plus rien au monde.

Paul disait aux Colossiens : « Que vos paroles soient pleines de grâce, assaisonnées de sel. » Autrement dit : Que votre manière de parler, d'agir, d'être, donne du goût à la vie.

Être sel, ce n'est pas « saler les autres », leur imposer nos idées ou nos rites. Être sel, c'est être soi-même, avec justesse, avec bonté, avec vérité. C'est vivre l'Évangile de manière telle que la vie autour de nous devienne plus humaine, plus savoureuse, plus belle.

La lumière ne fait pas de bruit. Elle ne force personne. Elle éclaire simplement. Jésus dit : « Une ville sur une montagne ne peut pas être cachée. » « On n'allume pas une lampe pour la mettre sous un récipient. »

Être lumière, ce n'est pas briller pour soi. Ce n'est pas attirer l'attention. Ce n'est pas faire du prosélytisme. Être lumière, c'est laisser Dieu transparaître dans nos gestes, dans nos choix, dans notre manière de vivre. C'est éclairer sans écraser. C'est guider sans dominer. C'est montrer le chemin sans obliger personne à le prendre.

Notre société est multiple, rapide, parfois confuse. Les valeurs changent, les idées circulent, les croyances se vendent comme des produits. On peut facilement se perdre, se laisser emporter, ou au contraire se replier sur soi.

Mais Jésus ne nous demande ni de fuir le monde, ni de le combattre. Il nous demande d'y être présents, pleinement, sans perdre notre identité. Le sel se diffuse. La lumière rayonne. Aucun des deux ne s'impose.

Dans une société multicouche, globalisée, où tout s'entremêle, notre rôle est encore plus important : empêcher la fadeur, éviter la confusion, préserver ce qui est bon, éclairer ce qui est vrai, révéler la présence du Père miséricordieux. Et cela ne se fait pas par des discours, mais par des actes. Jésus dit : « Que vos bonnes œuvres soient vues, et qu'elles conduisent les gens à glorifier votre Père. » Pas nous. Pas notre communauté. Pas notre image. Le Père.

Être sel et lumière, ce n'est pas faire plus. C'est être vrai. C'est être fidèle. C'est être cohérent.

C'est refuser de devenir fades, flous, tièdes. C'est tenir bon même quand on est critiqués, incompris, rejetés. C'est garder la joie, la dignité, la paix intérieure.

Le monde n'a pas besoin de disciples qui se cachent, ni de disciples qui se diluent, ni de disciples qui s'imposent. Le monde a besoin de disciples qui rayonnent humblement, qui donnent du goût, qui éclairent sans juger, qui révèlent Dieu sans l'imposer.

Alors, frères et sœurs, restons ce que Jésus dit que nous sommes : sel de la terre, lumière du monde.

P. Willi SELMAN, *smm*



*C'est dans la faiblesse, craintif et tout tremblant  
que je suis arrivé chez vous*

(1 Co 2,3)

