

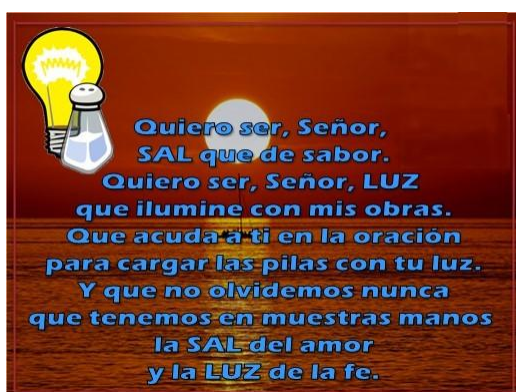
SUGERENCIAS AL 8. FEBRERO.2026
QUINTO DOMINGO DEL TIEMPO ORDINARIO -
CICLO A

SUGERENCIAS:

- El texto del evangelio de hoy es continuación de las **bienaventuranzas** del domingo pasado. Jesús nos invita a ser **luz y sal** del mundo. La luz lo ilumina todo, vence a la oscuridad y lo saca todo a relucir; se nos invita a iluminar el mundo con las buenas obras, sin apagarlos. La sal conserva, transforma, absorbe lo que penetra, actúa más en la medida que desaparece; **es una forma de presencia, de estar en el mundo** que transforma, que descubre la felicidad que propone las bienaventuranzas.
- **Ser sal y ser luz: Dialogamos cómo poder** dar sabor a la vida en familia, en el cole, en los juegos, en la parroquia. **También vemos cómo iluminar** los problemas de nuestros amigos, cómo buscar luz en los evangelios a las dificultades que vamos encontrando. **Para ser sal y luz** procura ser limpio y ordenado, estudioso, obediente, generoso, querer a todos, decir la verdad, perdonar, ayudar a todos... Verán en ti a Jesús.
- Podríamos hacer una actividad: Leemos el evangelio de hoy Mt. 5,13-16 y pedimos a los niños que aporten lo que han entendido del evangelio. Luego en una cartulina escribimos: **“más vale cerilla encendida que ciento apagadas”**. Y al final de la celebración damos una cerilla a cada asistente encendiéndola después de explicar que Dios nos da cada día la posibilidad de brillar y ser luz, como esa cerilla, pero que a nosotros nos corresponde encendernos y alumbrar a los demás.
- Preparamos algún **canto** y podemos representarlo: “Sois la sal” de Luis Guitarrá o “Sal y luz” (ver en vídeos).



- Se podría desarrollar la idea de que vamos a **dar sabor a la parroquia**. Hacemos con los niños bolsas (de papel o de plástico) con un poquito de sal dentro poniendo por afuera: "De parte de Jesús" y dentro el niño escribe un papelito que ponga una cualidad que tiene: simpatía, servicio, alegría, amabilidad, compartir.... Los niños reparten las bolsas al final de la eucaristía. Antes de repartirlas se le explica el gesto: unos niños hicieron estas bolsas y en cada una de ellas explican como ellos son dan sabor al mundo. Os invitamos a los mayores a que también penséis cómo vais a poner sabor en el barrio, en la familia. Que la sal nos invada a todos hoy.
- Preparamos una doble cartulina blanca. Vamos colocando 10 flores iguales, que antes han coloreado, en cada parte. Comentamos entre todos el evangelio de hoy. Luego pintamos la cartulina izquierda de gris o de blanco y la derecha de colores. Luego hablamos de las diferencias: es importante ser sal y luz (eso es el color) porque en un mundo gris todo pasa desapercibido (blanco sobre blanco).
- Recordemos el **rito de la luz en el bautismo**: "Recibe la luz de Cristo", dice el sacerdote al niño bautizado. Desde que entramos a formar parte de la Iglesia, hemos recibido el don de la luz de Dios. Cada cristiano recibe la misión de iluminar, de convertirse en llamarada de fuego del Espíritu Santo para arrojar luz a los corazones que viven en las tinieblas del egoísmo. Iluminemos con la luz de Dios a nuestra familia, a toda la sociedad, haciéndola más luminosa, más amable, más bonita.



VÍDEOS Ord-5ºA, Mateo 5, 13-16: Luz y sal del mundo

- Mateo 5, 13-16, película: <http://youtu.be/pBAODZHXCjY>
- Vosotros sois la sal de la tierra, evangelio: <http://youtu.be/iKOrEvrQtD4>
- La sal de la tierra, película: <https://youtu.be/vqqgjnltPks>
- Sal de la tierra y luz del mundo, dibujos: https://youtu.be/D6aE-J4E_Q4
- La luz del mundo para niños: <https://youtu.be/gSLrinw8j6Y>
- Historia de mi abuela- VD 2011: <http://youtu.be/t-PgvPBji-8>
- No te escondas, ¡sal!, Verbo Divino 2014, reflexión: <http://youtu.be/aYjCNYbOb9g>
- Tienes la llave, VD 2017, reflexión: <https://youtu.be/sxeQFlgHhOw>
- Manos, VD 2020, reflexión: <https://youtu.be/2NmkP7NZx8M>
- Ser luz, Verbo Divino-2023, reflexión: <https://youtu.be/5mlyrmZsrCs>
- Sois la sal de la tierra, en portugués, muy duro, sobre el hambre: <http://youtu.be/idklcn5uYd0>
- Somos la luz del mundo, de J.M.Cotelo (Catequízis 44): <https://youtu.be/V86GrG4sbBw>
- Envíame, de Ixcís: <https://goo.su/ChZEr9C>
- Sois la sal, canción de Luis Guitarra: <http://youtu.be/qOHhYr0LxbE>
- Sal y luz, Brotes de Olivo, canción: <https://youtu.be/95ve8L7TnmU> https://youtu.be/KId_xSfnqMo
- Somos la sal, Unai Quirós: <https://youtu.be/ZhJaz6gNoyw&t=1s>
- La luz y la sal, canción: <https://youtu.be/oDy3FTW1NFY>
- Yo soy la luz, canción: <https://youtu.be/3bxZEphHQMqw>
- El Evangelio y la canción en Rap: <http://youtu.be/xzZObpN0Yvc>
- Ustedes son la sal de la tierra, canción de Javier Brú: <https://youtu.be/SF6cl9etqGo>
- Salmo 111: <https://youtu.be/RCZIOE3qOqk>
- Lecturas en lenguaje de signos: <https://youtu.be/ckE5DNhJLEk> <https://youtu.be/bJBjr3IYb9U> <https://youtu.be/j8gyzr5Yuoq>

Como "Campaña contra el Hambre", Manos Unidas no puede dejar de recordar que de por sí, el hambre es un arma silenciosa, más letal que las armas de guerra, y que también se utiliza de forma estratégica en los propios conflictos armados. Acabar con este "fracaso colectivo" construyendo comunidades justas, prósperas y dignas está en nuestras manos.

Como decía Mary Salas, la primera presidenta de Manos Unidas: *«El día en que los hombres decidan que no haya más hambre sobre la capa de la tierra, no la habrá. Supone una toma de conciencia semejante a la de la abolición de la esclavitud. Será un mundo nuevo».*

Y como añadió el Papa León XIV ante la FAO

"Si se derrota el hambre, la paz será el terreno fértil del bien común".



900 811 888 - manosunidas.org