

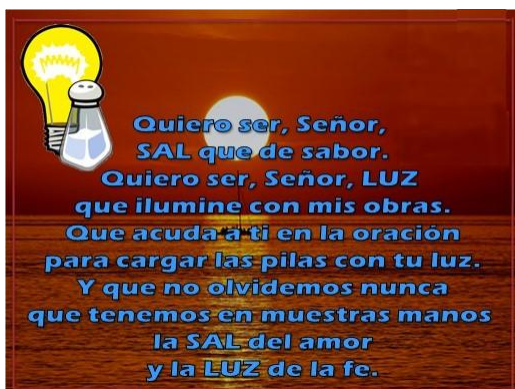
SUXESTIÓNS AO 8. FEBREIRO.2026
QUINTO DOMINGO DO TEMPO ORINARIO -
CICLO A

SUXESTIÓNS:

- **O testo do evanxeo de hoxe é continuación das benaventuranzas** do domingo pasado. Xesús convida-nos a ser luz e sal do mundo. A luz ilumina-o todo, vence á escuridade e sáca-o todo a relucir; convida-nos a iluminar o mundo coas boas obras, sen apagarnos. O sal conserva, transforma, absorbe o que penetra, actúa máis na medida que desaparece; é unha **forma de presenza, de estar no mundo** que transforma, que descobre a felicidade que propón as benaventuranzas.
- **Ser sal e ser luz: Dialogamos como poder** dar sabor á vida en familia, no cole, nos xogos, na parroquia. **Tamén vemos como iluminar** os problemas dos nosos amigos, como buscar luz nos evanxeos ás dificultades que imos atopando. **Para ser sal e luz** procura ser limpo e ordenado, estudoso, obediente, xeneroso, querer a todos, dicir a verdade, perdoar, axudar a todos... Verán en ti a Xesús.
- Poderíamos facer unha actividade: Lemos o evanxeo de hoxe Mt. 5,13-16 e pedimos aos nenos que acheguen o que entenderon do evanxeo. Logo nunha cartolina escribimos: **“máis vale misto aceso que cento apagados”**. E ao final da celebración damos un misto a cada asistente acendéndoa despois de explicar que Divos dános cada día a posibilidade de brillar e ser luz, como ese misto, pero que a nós correspóndenos acendernos e alumar aos demais.
- Preparamos algún **canto** e podemos representalo: “Sodes o sal” de Luís Guitarra ou “Sal e luz” (ver en vídeos).



- Poderíase desenvolver a idea de que imos **dar sabor á parroquia**.
Facemos cos nenos bolsas (de papel ou de plástico) cun pouquiño de sal dentro poñendo por fóra: “De parte de Xesús” e dentro o neno escribe un papeliño que poña unha calidade que ten: simpatía, servizo, alegría, amabilidade, compartir.... Os nenos reparten as bolsas ao final da eucaristía. Antes de repartilas explícaselle o xesto: uns nenos fixeron estas bolsas e en cada unha delas explican como eles son dan sabor ao mundo. Convidámosvos os maiores a que tamén pensedes como ides poñer sabor no barrio, na familia. Que o sal nos invada a todos hoxe.
- Preparamos unha dobre cartolina branca. Imos colocando 10 flores iguais, que antes colorearon, en cada parte. Comentamos entre todos o evanxeo de hoxe. Logo pintamos a cartolina esquerda de gris ou de branco e a dereita de cores. Logo falamos das diferenzas: é importante ser sal e luz (iso é a cor) porque nun mundo gris todo pasa desapercibido (branco sobre branco).
- Lembremos o **rito da luz no bautismo**: “Recibe a luz de Cristo”, di o sacerdote ao neno bautizado. Desde que entramos a formar parte de la Igrexa, recibimos o don da luz de Dios. Cada cristián recibe a misión de iluminar, de converterse en labarada de lume do Espírito Santo para lanzar luz aos corazóns que viven nas tebras do egoísmo. Iluminemos coa luz de Dios á nosa familia, a toda a sociedade, facéndoa máis luminosa, máis amable, máis bonita.



VÍDEOS Ord-5ºA, Mateo 5, 13-16: Luz e sal do mundo

- Mateo 5, 13-16, película: <http://youtu.be/pbaodzhhxjy>
- Vós sodes o sal da terra, evanxeo: <http://youtu.be/ikorevrqtd4>
- O sal da terra, película: <https://youtu.be/vqqgjnlTPks> -Sal da terra e luz do mundo, debuxos: https://youtu.be/D6aE-J4E_Q4
- A luz do mundo para nenos: <https://youtu.be/gSLrinw8j6E>
- Historia da miña avoa- VD 2011: <http://youtu.be/t-PgvPBJi-8>
- Non te escondas, sal!, Verbo Divino 2014, reflexión: <http://youtu.be/ayjcnybob9g>
- Tes a chave, VD 2017, reflexión: <https://youtu.be/sxeQFlgHhOw>
- Mans, VD 2020, reflexión: <https://youtu.be/2NmKp7NZx8M>
- Ser luz, Verbo Divino-2023, reflexión: <https://youtu.be/5mlyrmZsrCs>
- Sodes o sal da terra, en portugués, moi duro, sobre a fame: <http://youtu.be/idkicn5uYd0>
- Somos a luz do mundo, de J. M. Cotelo (Catequízis 44): <https://youtu.be/V86GrG4sbBw>
- Envíame, de Ixcís: https://goo.o_seu/ChZEr9C -Sodes o sal, canción de Luís Guitarra: <http://youtu.be/qohhyr0LxbE>
- Sal e luz, Brotes de Oliveira, canción: <https://youtu.be/95ve8L7TnmU> https://youtu.be/Kid_xSfnqMo
- Somos o sal, Unai Quirós: <https://youtu.be/ZhJaz6gNoyw&t=1s>
- A luz e o sal, canción: <https://youtu.be/oDy3FTW1NFY> -Eu son a luz, canción: <https://youtu.be/3bxZEpHQMqW>
- O Evanxeo e a canción en Rap: <http://youtu.be/xzzobpn0Yvc>
- Vostedes son o sal da terra, canción de Javier Brú: <https://youtu.be/SF6cl9etqGo>
- Salmo 111: <https://youtu.be/RCZI0E3qOqk> -Lecturas en linguaxe de signos: <https://youtu.be/ckE5DNhJLEk>
<https://youtu.be/bJBjr3IYb9Ou> <https://youtu.be/j8gyzr5Yuog>

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