

Dimanche 8 février 2026

5^e dimanche du temps ordinaire A

Couleur liturgique : **vert**

RESSOURCES

Mettre en œuvre la liturgie

Points forts

- **Le sermon sur la montagne** : Jusqu'à l'entrée en Carême sera proclamé le Sermon sur la montagne de l'Évangile selon saint Matthieu. Il est important d'unifier ces dimanches car le Christ nous livre un enseignement progressif. Pour cela, nous suggérons au célébrant de faire un lien entre les dimanches dans son mot d'accueil.
- **Ne pas se dérober** : Le prophète Isaïe insiste pour que nous ne nous dérobions pas à notre prochain. Pour cela, c'est à Dieu lui-même que nous devons ne pas nous dérober ! Nous vous proposons d'insérer des temps de silence et de méditation après la proclamation de chaque lecture. Chacun pourra laisser à la Parole le temps de trouver le chemin de son cœur.
- **Journée mondiale des malades** : Le 11 février, c'est la Journée mondiale des malades. Il peut être intéressant de le mettre en valeur dès ce dimanche, par exemple en l'annonçant lors des annonces paroissiales. Le thème de cette année 2026 sera « La compassion du Samaritain : aimer en portant la souffrance de l'autre ».

Mots clés

- **Lumière** : Le thème de la lumière est central en ce dimanche. C'est pourquoi un geste de la lumière peut être organisé par les équipes liturgiques. Par exemple, les processions d'entrée et de sortie pourront être précédées du cierge pascal. Si cela est possible, chaque participant recevra un lumignon : au moment de l'envoi, chacun repartira en portant la lumière.
- **Humilité** : La deuxième lecture insiste sur l'humilité de Dieu et sur celle de celui qui le suit : le Christ, saint Paul, nous. La démarche pénitentielle pourra rappeler qu'être humble ne signifie pas s'humilier mais se mettre sous le regard d'amour de Dieu et reconnaître ô combien nous avons besoin de cet amour.
- **Béatitudes** : Les textes de ce jour se situent directement dans la suite de ceux du 4^e dimanche du temps ordinaire et de son évangile sur les Béatitudes. Vivre des Béatitudes, c'est rayonner de la lumière de notre baptême et garder la saveur du sel de notre baptême. Pour signifier cela, les Béatitudes pourront être relues ou chantées après la proclamation de l'Évangile.

Dans les lectures du jour

La foi des chrétiens repose sur un événement inouï : la croix du Christ. La puissance de Dieu se manifeste dans la faiblesse ! Comment laisser Dieu se manifester dans notre faiblesse ? Les lectures de ce jour nous répondent : le prophète Isaïe (1^{re} lecture) insiste sur la cohérence entre paroles et actes ; saint Paul (2^e lecture) met en avant la sagesse de Dieu par opposition à celle des hommes. Enfin, l'évangile décrit une manière de témoigner du Ressuscité : en étant lumière et sel pour les autres.

Première lecture | Isaïe 58, 7-10

« Si tu fais disparaître de chez toi la parole malfaisante, et si tu combles les désirs du malheureux, ta lumière se lèvera dans les ténèbres. »

Si je ne fais pas disparaître le mal de mon cœur, j'aurai beau partager mon pain, agir, ma lumière restera obscurité. Le Seigneur est exigeant avec nous car il nous aime et que l'amour est exigeant : enlever le mal de sa bouche et de son cœur est indispensable pour aimer de l'amour même de Dieu.

Psaume | 111

« Lumière des cœurs droits, il s'est levé dans les ténèbres, homme de justice, de tendresse et de pitié. »

L'homme de justice et de tendresse, c'est Jésus ! Brûlant d'amour pour les hommes, il vient dans nos ténèbres pour nous consoler, nous aimer et nous donner confiance et courage. Au fond de nos cœurs, il est là, il nous attend. Rendons-nous présent à lui, mettons-nous sous son regard.

Deuxième lecture | 1 Corinthiens 2, 1-5

« C'est l'Esprit et sa puissance qui se manifestaient, pour que votre foi repose, non pas sur la sagesse des hommes, mais sur la puissance de Dieu ».

C'est saint Paul qui parle ici mais cela pourrait tout aussi bien être Jésus. Jésus est venu en pauvre et non en sage. Il n'a pas cherché à convaincre mais à aimer et à nous enseigner l'amour véritable. Humble, il vient à nous. Pour le recevoir, dépouillons-nous et faisons-nous humbles.

Évangile | Matthieu 5, 13-16

« Que votre lumière brille devant les hommes : alors, voyant ce que vous faites de bien, ils rendront gloire à votre Père qui est aux cieux. »

Seul Dieu peut briller devant les hommes. En vivant les Béatitudes, nous recevons la lumière de Dieu : douceur, ajustement, miséricorde, paix, cœur pur, justice... Voilà les dons de Dieu qui mettent le cœur en fête et brillent pour tous les hommes.

RITES INITIAUX

Chant d'ouverture

Pour ouvrir cette célébration, nous pouvons lire l'antienne d'ouverture. Elle nous plonge directement dans la dynamique de ce dimanche. Si nous choisissons d'ouvrir la célébration par un chant, l'équipe liturgique veillera à ce qu'il propose la même dynamique.



Retrouvez nos suggestions dans le programme des chants.

CHANTS

Mot d'accueil

Au nom du Père, et du Fils, et du Saint-Esprit. – *Amen.*

Chers frères et sœurs, le Christ nous rassemble et nous enseigne. Dimanche dernier, nous écoutions les Béatitudes. Ce dimanche, le Christ nous appelle lumière et sel de la terre. Nous n'avons pas besoin de le devenir, par notre baptême, nous le sommes déjà ! Pour ne pas cacher cette lumière, ni laisser notre sel s'affadir, Jésus nous l'enseigne, nous devons vivre les Béatitudes.

Acte pénitentiel

Avec humilité, sans nous humilier, mettons-nous sous le regard amoureux de Dieu et de reconnaissons ô combien nous avons besoin de lui. Ensemble, prions.

1^{re} formule :

*– Je confesse à Dieu tout puissant, je reconnais devant vous, frères et sœurs, que j'ai péché en pensée, en parole, par action et par omission ; oui, j'ai vraiment péché.
C'est pourquoi je supplie la bienheureuse Vierge Marie, les anges et tous les saints, et vous aussi, frères et sœurs, de prier pour moi le Seigneur notre Dieu.*

La démarche se poursuit par un chant court.



Retrouvez d'autres suggestions dans le programme des chants.

CHANTS

Gloire à Dieu

Pleins de reconnaissance envers ce Dieu qui nous aime, chantons ensemble sa gloire !

Prière d'ouverture

Le prêtre poursuit avec l'oraison du Missel.

LITURGIE DE LA PAROLE

Ne nous dérobons pas à Dieu, ni à notre prochain ! Nous prendrons à la suite de chaque lecture, quelques minutes de silence pour méditer sur la parole que nous avons entendue et ce qu'elle implique concrètement dans nos vies.

Première lecture | Isaïe 58, 7-10

^ Première lecture

Aime ton frère à la manière de Dieu plutôt que de l'asservir, et ta vie rayonnera la lumière de Dieu...

Quelques minutes de silences peuvent être observées à la suite de la proclamation.

Clé de lecture (Première lecture)

Isaïe est le prophète le plus souvent cité dans le Nouveau Testament, et avec raison puisqu'il anticipe merveilleusement la naissance de l'Emmanuel (Is 7, 14 ; 8, 8), la mission du Serviteur souffrant (Is 52, 13 – 53, 12), la parabole de Jésus sur la vigne (Is 5, 1-7), et tant d'autres passages. Le discours retenu dans l'extrait d'aujourd'hui fait également penser à celui de Jésus dans le chapitre 25 de l'Évangile de Matthieu (Mt 25, 34-46) : la justice qui sera mise en lumière au jour du jugement est celle de l'accueil des pauvres et des sans-abri, le partage des vêtements, les dons de nourriture à celui qui a faim et le soutien des malheureux.

Psaume | 111



T. : AELF ; M. : L. Gros Lambert ; Éd. : ADF.

R **Lumière des cœurs droits, le juste s'est levé dans les ténèbres**

Ou :

Alléluia !

Lumière des cœurs droits, il s'est levé dans les ténèbres,
homme de justice, de tendresse et de pitié.
L'homme de bien a pitié, il partage ;
il mène ses affaires avec droiture. **R**

Cet homme jamais ne tombera ;
toujours on fera mémoire du juste.
Il ne craint pas l'annonce d'un malheur :
le cœur ferme, il s'appuie sur le Seigneur. **R**

Son cœur est confiant, il ne craint pas.
À pleines mains, il donne au pauvre ;
à jamais se maintiendra sa justice,
sa puissance grandira, et sa gloire ! **R**



Quelques minutes de silences peuvent être observées à la suite de la proclamation.

Clé de lecture (Psaume)

Le psaume 111 fait l'éloge du juste et de son bonheur. Chose étonnante, c'est la seule fois dans l'Ancien Testament qu'on attribue explicitement à l'homme les qualités par excellence du Dieu de l'Exode, « tendresse et pitié » (cf. Ex 34, 6). Et que dire de son influence sur les autres, alors qu'il est présenté comme « lumière des cœurs droits » ? Le psalmiste n'est pas à court de mots pour décrire les qualités du juste, qu'il qualifie « d'homme de bien [et de] partage ». Cet homme est « sans crainte » quant à l'avenir, et on fera mémoire de lui notamment pour sa générosité envers les pauvres.

Deuxième lecture | 1 Corinthiens 2, 1-5

^ Deuxième lecture

C'est à travers notre faiblesse et notre pauvreté que l'Esprit Saint manifeste la puissance et l'amour de Dieu.

Quelques minutes de silences peuvent être observées à la suite de la proclamation.

Clé de lecture (Deuxième lecture)

Dès le début de sa lettre, Paul a revendiqué son titre « d'apôtre du Christ Jésus » (1 Co 1, 1) et il a rendu « grâce à Dieu [...] pour [...] toutes les richesses [...] de la parole et de la connaissance de Dieu » attribuées à la communauté de Corinthe. Mais, ayant fait état des divisions entre les membres du groupe, il établit une mise au point capitale au sujet du langage paradoxal qu'ils tiennent. Celui-ci relève d'une « sagesse » qui n'a rien à voir avec celle des hommes, une sagesse apprise de l'Esprit Saint. Paul est lui-même un théologien de grande envergure et un écrivain prolifique, mais il se laisse instruire par « la sagesse du mystère de Dieu » (1 Co 2, 7) et « la pensée du Christ » (1 Co 2, 16) et il demande à ses destinataires d'examiner toute chose à la lumière de l'Esprit.

Acclamation de l'Évangile

Alléluia. Alléluia.

Moi, je suis la lumière du monde, dit le Seigneur. Celui qui me suit aura la lumière de la vie.

Alléluia.

Évangile | Matthieu 5, 13-16

^ Évangile

Nous vous proposons de relire ou de chanter ensemble les Béatitudes après la proclamation de l'évangile. Le célébrant pourra l'introduire en rappelant que pour ne pas cacher la lumière de notre baptême ou perdre de sa saveur, nous sommes appelés à vivre les béatitudes.

Clé de lecture (Évangile)

La vocation des disciples de Jésus n'est pas moindre que celle du juste décrit par le psaume 111. Aussitôt après avoir proclamé le programme des Béatitudes, Jésus conclut que les siens sont « sel de la terre » et « lumière du monde ». Ils le sont, en effet, dans la mesure où ils s'imprègnent de l'esprit de ces Béatitudes et en font l'inspiration de leur engagement au service des autres. Jésus confirme d'ailleurs ce qui fait la vraie grandeur des disciples: « Celui qui veut devenir grand parmi vous sera votre serviteur; et celui qui veut être parmi vous le premier sera votre esclave » (Mt 20, 26-27).

Profession de foi

Pour marquer le temps ordinaire, nous vous proposons le symbole des Apôtres. Celui de Nicée-Constantinople pourra être réservé aux fêtes et aux temps forts.

Prière universelle

Conscients de notre faiblesse et de notre pauvreté, mais aussi confiants dans l'amour de celui qui nous envoie pour être sel de la terre et lumière du monde, ensemble, prions.

Sei - gneur, fais de nous des ou - vri - ers de paix.

Sei - gneur, fais de nous des bâ - tis - seurs d'a - mour.

Bayard liturgie ; M. : M. Wackenheim.

R Seigneur, fais de nous des ouvriers de paix !
Seigneur, fais de nous des bâtisseurs d'amour.

– « Alors ton obscurité sera lumière de midi. »

Prions pour l'Église. Qu'en vivant les Béatitudes, elle soit un lieu de vérité, de liberté, de justice et de paix afin que tout homme y trouve une raison d'espérer et d'aimer. Seigneur, notre lumière, nous te prions. **R**

– « Son cœur est confiant, il ne craint pas. »

Prions pour notre société qui vit souvent dans la peur. Ouvrons nos cœurs à la tendresse de Dieu pour ne plus craindre mais remettre notre confiance dans notre Dieu. Seigneur, notre lumière, nous te prions. **R**

– « Ne te dérobe pas à ton semblable. »

Prions pour nos frères et sœurs qui souffrent physiquement ou moralement : que ton Esprit Saint nous accompagne pour être auprès d'eux de ta lumière et ton sel. Seigneur, notre lumière, nous te prions. **R**

– « Partage ton pain avec celui qui a faim. »

Prions pour notre communauté, que chacun reçoive du Christ le courage et l'amour pour oser un geste fraternel envers celui ou celle qui en a besoin. Seigneur, notre lumière, nous te prions. **R**

Tu nous appelles, Dieu notre Père, à être sel de la terre et lumière du monde : aide-nous à maintenir notre saveur et notre vitalité ; alors, le monde rendra gloire à ton nom, en Jésus, ton Fils, notre Seigneur. –

Amen.

LITURGIE EUCHARISTIQUE

Préparation des dons

Une procession des dons peut être mise en place avec des membres de l'assemblée. C'est l'occasion pour l'assemblée de prendre conscience qu'elle participe à l'action eucharistique.

Prière eucharistique

La 1^{re} préface pour les dimanches du temps ordinaire est bien adaptée pour ce dimanche.

Notre Père

Appelés à sanctifier son nom par le témoignage de notre vie, tournons-nous vers Dieu, pleins de confiance, pour lui dire, comme Jésus nous l'a enseigné : – **Notre Père...**

Geste de paix

Par notre baptême, nous sommes appelés à rayonner de la lumière de Dieu sur le monde, à donner la saveur de Dieu au monde et aussi à donner la paix de Dieu au monde. Partageons cette paix que Dieu nous donne.

Fraction du pain



Retrouvez nos suggestions pour l'Agneau de Dieu dans le programme des chants.

CHANTS

Communion

Prière après la communion

rites de conclusion

Annonces

Vous pouvez annoncer la Journée mondiale des malades qui aura lieu le 11 février.

Bénédictio solennelle

La bénédiction peut être précédée de la prière sur le peuple n° 5 :

Nous t'en prions, Seigneur, dans ta bonté, fais briller ta lumière sur ta famille : en s'accordant à ta volonté, qu'elle soit toujours capable de faire ce qui est bien. Par le Christ, notre Seigneur. – *Amen.*

Envoi

Sel de la terre et lumière du monde. Quelle grâce et quelle responsabilité ! Conscients de notre faiblesse et de notre pauvreté mais confiants dans la force de l'Esprit Saint, allez, allons dans la lumière et la paix du Christ ! –

Nous rendons grâce à Dieu !



Pour accompagner la sortie, retrouvez nos suggestions de chants dans le programme des chants.

CHANTS