

9 Februari 2026 - Vijfde zondag door het Jaar A



**Laat zo je licht maar schijnen bij alles wat je doet,
zo dat de mensen zeggen: God is goed!**

Heb je wel eens je vinger in een pot zout gedoopt en er daarna van geproefd?

Dan weet je dat zout wel heel pittig smaakt.

Heb je wel eens een boterham of soep gegeten waarin geen zout zat?

Dan weet je dat dit een beetje flauw smaakt, niet lekker dus.

Zout geeft dus smaak. Een klein beetje is al genoeg.

Weet je wat mensen in de tijd dat men nog geen koelkast had,
hebben gebruikt om eten goed te bewaren?

Ja, dat is zout!

Heb je wel eens meegemaakt dat je in het pikkedonker zit?

Dat was vast niet fijn!

En wat doe je als je midden in de nacht je bed uit moet?

Ik denk dat je eerst een lampje aandoet zodat je beter kunt zien.

Nu is het in de wereld van vandaag niet overal fijn. Er is ruzie, verdriet, zelfs oorlog.

Gelukkig zijn er ook mensen die anderen helpen, troosten, vriendelijk zijn,
mensen die met anderen delen, mensen die elkaar vergeven.

Weet je wat Jezus over zulke mensen zegt?

‘Jullie zijn het zout van de aarde en het licht van de wereld!’



**Zullen we gaan lezen wat Hij daar nu precies mee bedoelt?
Mag er dan eerst een kaarsje worden aangestoken?**

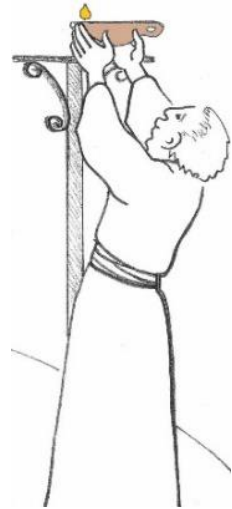


Allen: In de Naam van de Vader, en de Zoon en de heilige Geest.

Verteller: Uit het heilig Evangelie van onze Heer Jezus Christus volgens Matteüs.

Mat. 5, 13-16

Jezus: Op een dag zei Jezus tegen zijn leerlingen:
"Jullie zijn het zout van de aarde.
Maar als het zout is uitgewerkt,
waarmee zal men dan zouten?
Het is nergens meer goed voor
dan om weggegooid te worden
en door de mensen te worden vertrapt.
Jullie zijn het licht van de wereld.
Een stad kan niet verborgen blijven
als ze boven op een berg ligt!
Men steekt toch ook niet een lamp aan
om ze onder een korenmaat te zetten.
Men plaatst ze op een kandelaar,
zodat ze licht geeft voor allen die in huis zijn.
Laat zo ook jullie licht stralen voor de mensen.
Dan zien ze jullie goede werken
en verheerlijken ze jullie Vader die in de hemel is."



Verteller: **Woord van de Heer.**

OM TE DOEN

Gesprekje:

1. Vertel met eigen woorden aan elkaar wat Jezus bedoelt met zijn uitspraak: 'Jullie zijn het zout van de wereld. Jullie zijn het licht van de wereld.'
2. Waarom vindt Jezus het belangrijk dat je zout of licht van de wereld bent?
3. Is er iemand in jouw leven, die voor jou zout of een lichtje is of is geweest?

Gebod:

Lieve Jezus,
U houdt van mij zoals ik ben. Dank U wel.
U vraagt van mij om zout en licht te zijn.
Dat vind ik niet altijd gemakkelijk.
Wilt U mij helpen om goede dingen te doen
voor de mensen om mij heen,
door te helpen, te luisteren,
een bezoekje te brengen aan iemand die alleen is?
Mag ik zo Gods liefde laten zien?
Amen.



Om te zingen: Laat je licht maar schijnen

Tekst en muziek: Marcel Zimmer

<https://www.youtube.com/watch?v=zuZqd4smBcM&t=3s>

Refrein Laat je licht maar schijnen (echo)
 in de duisternis (echo)
 Laat je licht maar schijnen (echo)
 waar geen licht meer is (echo)

geheel herhalen



1. Want je bent het licht
hier in deze wereld
schijn dan voor de mensen om je heen
Net zoals een stad
boven op een heuvel
heel goed is te zien voor iedereen

2. Als het donker is
fiets je met je licht aan
zo laat jij je zien in het verkeer
Laat dan zo je licht
door je goede daden
zichtbaar zijn en God krijgt alle eer
Denk aan wat je zelf wilt
dat een ander voor je doet
doe dat voor die ander
en dan doe je 't goed



Tip van de week



Ken je misschien iemand
... die altijd klaarstaat om een ander te helpen?
... die altijd vriendelijk is en nooit zeurt of klaagt?
... die altijd bereid is om met anderen te delen?
... die altijd naar anderen luistert, ook als er eigenlijk geen tijd voor is?
... die altijd opkomt voor iemand die dat nodig heeft?
... die altijd als eerste wil vergeven?
Maak dan een mooie tekening of kaart voor hem of haar,
schrijf er iets liefs op en breng deze met een stralende lach.

