

Dimanche 1^{er} février 2026

Esaië 58, 5-10 Est-ce là le jeûne auquel je prends plaisir, Un jour où l'homme humilie son âme ? Courber la tête comme un jonc, Et se coucher sur le sac et la cendre, Est-ce là ce que tu appelleras un jeûne, Un jour agréable à l'Eternel? **6**Voici le jeûne auquel je prends plaisir: Détache les chaînes de la méchanceté, Dénoue les liens de la servitude, Renvoie libres les opprimés, Et que l'on rompe toute espèce de joug;**7**Partage ton pain avec celui qui a faim, Et fais entrer dans ta maison les malheureux sans asile; Si tu vois un homme nu, couvre-le, Et ne te détourne pas de ton semblable.**8**Alors ta lumière poindra comme l'aurore, Et ta guérison germera promptement; Ta justice marchera devant toi, Et la gloire de l'Eternel t'accompagnera.**9**Alors tu appelleras, et l'Eternel répondra; Tu crieras, et il dira: Me voici! Si tu éloignes du milieu de toi le joug, Les gestes menaçants et les discours injurieux,**10**Si tu donnes ta propre subsistance à celui qui a faim, Si tu rassasies l'âme indigente, Ta lumière se lèvera sur l'obscurité, Et tes ténèbres seront comme le midi.

Matthieu 5, 13-16 Vous êtes le sel de la terre. Mais si le sel perd sa saveur, avec quoi la lui rendra-t-on? Il ne sert plus qu'à être jeté dehors, et foulé aux pieds par les hommes.**14**Vous êtes la lumière du monde. Une ville située sur une montagne ne peut être cachée; **15**et on n'allume pas une lampe pour la mettre sous le boisseau, mais on la met sur le chandelier, et elle éclaire tous ceux qui sont dans la maison. **16**Que votre lumière luise ainsi devant les hommes, afin qu'ils voient vos bonnes oeuvres, et qu'ils glorifient votre Père qui est dans les cieux.

« ***Vous êtes le sel de la terre ; vous êtes la lumière du monde*** » (Matthieu 5, 13-14)

Voilà des paroles que nous connaissons tous. Mais à force de les entendre, ont-elles encore pour nous une saveur de bonne nouvelle ? Que signifient-elles pour nous aujourd'hui ?

Cette parole de Jésus suit immédiatement les Béatitudes où Jésus nous dit (juste quelques exemples)

- Heureux ceux qui pleurent, Dieu les consolera,
- Heureux les doux, ils hériteront de la terre,
- Heureux les cœurs purs, ils verront Dieu

Les Béatitudes sont pour moi, à la fois de belles promesses que Jésus nous adresse pour être « heureux », pour être en paix avec soi-même ; et en même temps quelque chose de difficile à vivre en réalité.

En effet, il n'est pas tous les jours facile d'être toujours heureux, particulièrement lorsque nous pleurons, ou encore plus difficile lorsque nous sommes persécutés, insultés (Mt 5, 11).

De même il est aussi difficile de croire que nous sommes « *sel de la terre et lumière du monde* ».

Spontanément, nous avons plutôt tendance à croire que nous sommes des mauvais témoins de l'évangile.

Voilà plus de 2 000 ans qu'on nous parle d'amour, d'espérance, de solidarité ... mais il semble bien que ce soit l'égoïsme, la violence, la mort qui ont toujours le dernier mot.

Et ce n'est pas nous « petits » protestants d'Orthez, du Béarn qui allons changer le monde !

Et si cette parole de Jésus qui nous dit que **nous sommes déjà** (c'est une réalité et non une promesse) **le sel et la lumière du monde**, là où nous sommes ; était la mise en pratique (même imparfaite), la conséquence des Béatitudes dans notre vie.

Pour nous aider à changer notre regard, « plus lumineux », pour nous aider à voir de quelle manière nous sommes tous « *sel et lumière du monde* », je vous propose d'abord de voir quelle est l'utilité du sel et de la lumière, puis de voir s'ils ont des points communs.

L'utilité du sel et de la lumière

Le sel sert à donner du goût, mais aussi à conserver les aliments (c'était un aliment précieux lorsque les frigos et congélateurs n'existaient pas.) ou encore on l'utilise pour faire fondre la glace sur les routes glissantes. Pendant très longtemps le sel était si précieux qu'il était utilisé pour payer l'impôt aux différents seigneurs

La lumière, qu'elle soit naturelle ou artificielle, sert à éclairer les choses, les personnes, les situations.

Grâce à elle les obstacles, les embûches deviennent visibles. Si la lumière ne permet pas de supprimer les dangers, grâce à elle on peut les voir, les surmonter et ainsi continuer nos chemins de vie.

Les points communs entre le sel et la lumière.

1. **Ils apportent la joie.** Il est possible de manger sans sel ... mais c'est fade, sans goût. De même on peut vivre dans l'obscurité, mais les journées sans lumière sont bien tristes.
2. **Ils sont des révélateurs.** Le sel met en valeur la saveur des aliments, comme la lumière nous aide à mieux voir la beauté du monde, d'une œuvre d'art.
3. **Ils nous invitent à l'humilité.** Le sel et la lumière sont au « service des autres ». Ils ont comme vocation de se faire oublier, de disparaître pour mieux révéler la saveur des choses, des êtres. (On ne doit pas être ébloui par la lumière et un plat trop salé n'est plus bon)
4. **Mais une petite quantité** suffit pour remplir leur vocation. Juste une pincée de sel et cela change tout ! De même, une petite bougie chasse l'obscurité ... certes il peut faire encore sombre, mais il est possible avec une petite lumière de voir et d'éviter les obstacles de la vie.

Je me suis alors posée la question pourquoi on avait associé à cette parole « du sel et de la lumière de la terre », le passage d'Esaïe 58, 5-10 ? (C'est les 2 textes pour ce dimanche)

En lisant avec attention Esaïe, j'ai eu l'impression que certains versets étaient comme une mise en pratique du fait que nous sommes « Sel et lumière du monde ».

Es 58, 6 : « Ce que je t'aime, le voici, vous le savez bien : c'est libérer ceux qui sont injustement enchaînés, c'est les délivrer des contraintes qui pèsent sur eux, c'est rendre la liberté à ceux qui sont opprimés, bref, c'est supprimer tout ce qui les tient esclaves. »

Comme je viens de l'expliquer, être sel et lumière permet d'apporter de la joie, d'apporter pour l'autre du mieux-être, même si cela ne supprime pas la difficulté ... et cela même avec juste une petite dose de sel ou une petite lumière.

Ainsi si dans le quotidien de nos vies, nous ne pouvons pas intervenir pour les personnes qui sont enchaînées, qui sont esclaves ... nous pouvons interpréter ce verset 6 de façon symbolique. Je crois que nous pouvons aider, être source de lumière pour des personnes de notre entourage qui sont par exemple esclaves de différentes addictions, qui se sentent enchaînées par des situations familiales ou professionnelles douloureuses.

Certes on ne va pas supprimer la situation douloureuse mais je crois que par notre présence, par une écoute bienveillante, par des petits gestes de tendresses nous pouvons mettre un peu de lumière dans une situation obscure.

Je continue mes exemples ; v 7 « *C'est partager ton pain avec celui qui a faim, c'est ouvrir ta maison aux pauvres et aux déracinés* ». Là encore on peut interpréter « avoir faim » pas seulement de pain, mais aussi de relation (beaucoup de personnes sont seules, après une séparation, un deuil, ou des personnes dont la famille est absente ou éloignée géographiquement) et leur ouvrir notre table pour un repas ... le repas ainsi partagé devient particulièrement savoureux !

Enfin j'aime beaucoup le v 8 « *alors ta lumière jaillira comme l'aurore, et ta plaie ne tardera pas à se cicatiser* »

Il est possible de voir une cicatrice de deux façons absolument différentes. Pour certaines personnes les cicatrices doivent absolument être cachées car elles sont à la fois le souvenir d'une blessure mais surtout vue comme quelque chose de laid, particulièrement dans une société qui met l'accent sur la beauté, la perfection, la toute-puissance.

Mais on peut aussi regarder une cicatrice comme le signe, symbole d'une victoire sur une épreuve, signe d'une petite ou grande résurrection. Certes il faut du temps pour que la cicatrisation se réalise et parfois, certains jours, la cicatrice peut redevenir douloureuse (par exemple lorsqu'il pleut) mais elle est le signe que nous avons traversé avec l'aide de Dieu mais aussi d'amis, des personnes de notre famille qui ont été dans

l'épreuve des petites lumières pour nous accompagner humblement vers le chemin de la guérison, de la vie. Cette nouvelle vie peut être très différente de celle que nous avons avant, lorsque nous n'avions pas encore cette cicatrice ... mais la cicatrice est le symbole que nous avons été plus forts que la blessure ; que la vie est bien plus forte que les accidents de la vie, que la maladie ... et cela est d'autant plus vrai lorsque nous ne sommes pas seuls ! Avec la présence de Dieu mais aussi de multiples petites lumières du monde, que nous pouvons tous être les uns pour les autres, la cicatrisation est plus rapide ou moins douloureuse.

Alors si les pessimistes nous disent qu'il n'est pas possible de changer le monde grâce à l'amour, l'attention aux autres, le partage ... ; je veux croire que par petites touches, par des petites pincées de sel, grâce à différentes petites bougies vacillantes, nous sommes tous les uns pour les autres « ***le sel de la terre ; et la lumière du monde*** ».

Voilà notre vocation, certes invisible aux yeux de monde, mais si importante, même pour une seule personne de notre entourage plus ou moins proche. Dieu a besoin de chacun de nous pour mettre un peu plus de lumière dans notre monde parfois si sombre. En ce début de mois de février, où la lumière devient de jour en jour plus grande, plus longue, voilà une bonne nouvelle !

Marie Vialard