COMPARTIR ÉS ALIMENTAR LA PAU

PRIMERA SETMANA d'Advent

Desperta



Hi ha fam, continuaràs sense veure-la?

- La fam aguda al món afecta 645 milions de persones.
- El 80% de les persones amb més inseguretat alimentària del planeta viu en zones de guerra.

Ho sé. I què puc fer?

No és deixar de consumir, ni preparar la casa per a aquestes festes, sinó prendre consciència d'altres realitats, properes i llunyanes. Aquestes no deixen d'existir després de les llums de Nadal, sinó que han de quedar il·luminades enmig de l'enrenou.

Despertar al llum de la Paraula

Mt 25, 35-40

Perquè vaig tenir fam, i em vau donar a menjar; vaig tenir set, i em vau donar a beure; vaig ser foraster, i em vau recollir...

Pregària

Desperta el meu cor i la meva consciència per saber reconèixer-te en els més necessitats. Estova el meu cor perquè no passi de llarg davant del dolor aliè.
Beneeix i protegeix els qui avui passen fam i set, i multiplica'ns els qui podem compartir el que tenim. Amén.

COMPARTIR ÉS ALIMENTAR LA PAU

SEGONA SETMANA d'Advent

Prepara el camí



Pensa en allò que consumeixes

- El 55% dels espanyols admet que malgasta aliments durant les festes de Nadal.
- Entre 28 i 31 euros per persona llençats literalment a les escombraries durant la campanya nadalenca.

Ho sé. I què puc fer?

La fam no se soluciona únicament donant menjar. Pregunta't quins aliments malbaratem, què compro, quant necessito realment, què faig amb allò que em sobra i com podem consumir d'una manera més justa.

Despertar al llum de la Paraula

Jn 6, 1-13

...Quan es van sadollar, diu als seus deixebles: «Recolliu els trossos sobrants perquè res no es perdi.»...

Pregària

Senyor, et demanem perdó per les vegades que hem desaprofitat el menjar sense pensar en els que pateixen fam.
Que la brillantor de l'Advent ens ajudi a veure allò que veritablement necessitem i a reconèixer la fam real de les nostres vides, preparant-nos amb un cor net per a la teva vinguda. Amén.

COMPARTIR ÉS ALIMENTAR LA PAU

TERCERA SETMANA d'Advent

Sembra esperança



L'esperança es construeix recuperant la dignitat

La justícia social als països en vies de desenvolupament és un dels desafiaments més urgents del segle XXI. La cerca de l'equitat s'enfronta a barreres estructurals històriques, la manca de recursos financers i la feblesa institucional.

Ho sé. I què puc fer?

Dóna suport al comerç just.
Compra en negocis del teu barri o petits productors.
Defensa la inclusió: No toleris acudits, comentaris... que impliquin discriminació.
Fes servir la teva veu per visibilitzar la injustícia.

Despertar al llum de la Paraula

Sant 2, 14-17

...Si un germà o una germana estan nus i manquen del suport diari, i algun de vosaltres els diu: «Aneu en pau, escalfeu-vos i afarteu-vos», però no els doneu el necessari per al cos, de què serveix?...

Pregària

Senyor Jesús, en aquest Advent desperta la nostra consciència per reconèixer que cada persona és reflex de la teva dignitat. Dóna'ns un cor que tingui fam i set de justícia, que busqui allò que veritablement necessitem com a germans i germanes i que treballi per un món on es respecti la vida de tots. Amén.

COMPARTIR ÉS ALIMENTAR LA PAU

QUARTA SETMANA d'Advent

Fes-te present



Compromet-te. No només amb paraules sinó amb fets

- El 25% de les persones ajuda de forma directa els seus veïns, familiars o comunitats.
- Només l'11,7% ho fa mitjançant ONG, fundacions o estructures formals.

Ho sé. I què puc fer?

Transformar el teu entorn diari mitjançant l'amor, la justícia i el servei. L'Evangeli actua com el llevat: transforma la massa des de dins, de mica en mica. És temps de transformació personal, de relacions properes, empatia, consum responsable i d'acció social: voluntariat i denúncia de la injustícia.

Despertar al llum de la Paraula

Mt 5, 13-16

...«Vosaltres sou la sal de la terra. Però si la sal es desvirtua, amb què se la salarà? Ja no serveix per a res més que per ser tirada fora i trepitjada pels homes....

Pregària

Senyor Jesús, em crides a ser sal de la terra i llum del món, et demano que transformis el meu cor. Que jo pugui transformar el meu entorn. No permetis que la meva fe es quedi amagada ni insípida. Dóna'm la valentia per actuar amb justícia, portar la teva pau i per oferir la meva escolta i servei als més oblidats. Que les meves accions reflecteixin el teu amor i descobreixin la teva llum a través de les meves obres. Amén.