Passione della Terra, Sapienza della Croce

Sessione Tre

Le radici umane della Crisi Ecologica

Indirizzamento cibo, agricultura e fame

Un programma di formazione e azione
in sei sessioni
per coinvolgere la Famiglia Passionista nella Laudato Si'

Prendersi cura della creazione di Dio
Abbracciare la giustizia evangelica
Rinnovare il carisma passionista

"Un certo modo di intendere la vita e l'attività umana è andato storto, a grave danno del mondo che ci circonda. Non dovremmo fermarci a riflettere su questo?"
– Papa Francesco, Laudato Si' (101)

Mantenere viva la memoria della passione nel XXI secolo

Introduzione

Papa Francesco invita le congregazioni religiose ad attuare un piano di azione basato sulla Laudato Si'.

Come potete rispondere tu e la tua comunità?

Famiglia passionista Realizzare una Piattaforma di Azione sulla Laudato Si'

Nel maggio 2020 Papa Francesco ha lanciato un appello alle congregazioni religiosi perché s'imbarcassero in un percorso di sette anni verso la totale sostenibilità secondo lo spirito della Laudato Si' e creassero una piattaforma di azione commisurata dal:

1. Rispondere al grido della terra
2. Rispondere al grido dei poveri
3. Costruire economie ecologiche: consumi ed investimenti etici.
4. Adottare di stili di vita semplice: sobrietà nell'uso delle risorse della terra e dell'energia
5. Creare una educazione ecologica: formazione permanente
6. Ridestare una spiritualità ecologica: ricuperare una visione religiosa della creazione di Dio
7. Promuovere l'azione e la tutela (azione di advocacy) comunitaria: cambiamento sistematico

Clicca qui per accedere alla Piattaforma di Azione Laudato Si' del Vaticano e apprendere di più sulla bussola morale e spirituale delineata da Papa Francesco per creare un mondo più attento, inclusivo e sostenibile.

"Passione della terra, Sapienza della croce" è un programma di formazione e azione per la famiglia passionista in sei sessioni, per assumere la Laudato Si' e creare una piattaforma d'azione sulla Laudato Si.
Ogni sessione include cinque parti:

Parte 1: Educazione – Abbracciare il messaggio

Le sei sessioni del programma richiamano i sei capitoli della Laudato Si'. Questa parte fornisce informazioni per aiutare i partecipanti a capire e ad approfondire un tema centrale del capitolo. Il focus di questa sessione è sul risvegliare l'attenzione a ciò che sta accadendo alla nostra casa comune.

Parte 2: Motivazione - Considerare le questioni

Papa Francesco vuole che "diventiamo dolorosamente consapevoli" (LS 19) di ciò che sta accadendo alla nostra casa comune. In tutta l'enciclica Papa Francesco affronta alcune delle questioni ambientali e sociali più urgenti che affrontiamo come comunità globale. Ogni sessione di questo programma si concentra su una di queste questioni, offrendo ai partecipanti l'opportunità di familiarizzarsi e sensibilizzarsi alla sofferenza della Terra.

Parte 3: Discussione - Impegnarsi nel dialogo

Questa parte offre una guida per strutturare una discussione comunitaria.
I partecipanti dovrebbero leggere le parti 1-4 prima della riunione di gruppo. Idealmente, programmate 90 minuti per una conversazione - 60 minuti sul contenuto dell'enciclica e 30 minuti per considerare un piano d'azione. Usate le domande fornite per guidare la discussione. Il facilitatore dovrebbe decidere in anticipo quali argomenti considerare. Si deve permettere ad ogni persona di condividere le proprie riflessioni per due o tre minuti. L'ascolto è un ingrediente essenziale per il dialogo. Dopo che tutti hanno condiviso, presentate l'argomento della conversazione. Prima di passare alla domanda successiva, lasciate qualche momento di silenzio in modo che le persone si possano ricordare. Chiedete a qualcuno di registrare gli aspetti chiave della condivisione. Questo aiuterà la vostra comunità a rispondere l'invito di Papa Francesco agli ordini religiosi ad attuare una piattaforma d'azione della Laudato Si' che porti ad un'ecologia integrale.

Parte 4: Rispondere - Agire

Papa Francesco ci chiama a riflettere su come i nostri stili di vita possono essere spesso sconsiderati e dannosi. In questa parte c'è una lista di opzioni pratiche e concrete per agire, per attuare le direttive della Laudato Si'. Considera quali cambiamenti puoi fare come individuo e come comunità per proteggere meglio la creazione di Dio e abbracciare la giustizia evangelica. La conversione ecologica richiede alle persone di lasciare che "gli effetti del loro incontro con Gesù Cristo diventino evidenti nella loro relazione con il mondo che li circonda" (LS 217).

Parte 5: Risorse - Per saperne di più

Questa sezione offre ulteriori informazioni per approfondire la vostra formazione, migliorare le conversazioni comunitarie, e fornire link a risorse online per intraprendere un'azione responsabile nella costruzione di una piattaforma della Laudato Si'.

Sessione 3 Obiettivo

Riconsiderare il nostro rapporto con il mondo naturale

PARTE 1

Abbraccia il messaggio

"La libertà umana è capace di limitare la tecnica, di orientarla, e di metterla al servizio di un altro tipo di progresso, più sano, più umano, più sociale e più integrale." (LS 112)

Laudato Si' – Capitolo 3

Le radici umane della crisi ecologica

1. "A nulla ci servirà descrivere i sintomi, se non riconosciamo la radice umana della crisi ecologica. Vi è un modo di comprendere la vita e l'azione umana che è deviato e che contraddice la realtà fino al punto di rovinarla. Perché non possiamo fermarci a riflettere su questo? Propongo pertanto di concentrarci sul paradigma tecnocratico dominante e sul posto che vi occupano l'essere umano e la sua azione nel mondo." (LS 101)

2. "L'umanità è entrata in una nuova era in cui la potenza della tecnologia ci pone di fronte ad un bivio. Siamo gli eredi di due secoli di enormi ondate di cambiamento: la macchina a vapore, la ferrovia, il telegrafo, l'elettricità, l'automobile, l'aereo, le industrie chimiche, la medicina moderna, l'informatica e, più recentemente, la rivoluzione digitale, la robotica, le biotecnologie e le nanotecnologie. È giusto rallegrarsi per questi progressi ed entusiasmarsi di fronte alle ampie possibilità che ci aprono... Mai l'umanità ha avuto tanto potere su sé stessa e niente garantisce che lo utilizzerà bene, soprattutto se si considera il modo in cui se ne sta servendo." (LS 102, 104)

3. "L'antropocentrismo moderno, paradossalmente, ha finito per collocare la ragione tecnica al di sopra della realtà, perché questo essere umano « non sente più la natura né come norma valida, né come vivente rifugio. La vede senza ipotesi, obiettivamente, come spazio e materia in cui realizzare 106un'opera nella quale gettarsi tutto, e non importa che cosa ne risulterà ».92 In tal modo, si sminuisce il valore intrinseco del mondo. Ma se l'essere umano non riscopre il suo vero posto, non comprende in maniera adeguata sé stesso e finisce per contraddire la propria realtà." (LS 115)

Clicca qui per accedere a una copia completa della Laudato Si' disponibile online.

Papa Francesco inizia il terzo capitolo della Laudato si' individuando una ragione fondamentale della crisi ambientale: «Un certo modo di intendere la vita e l'attività umana è andato storto, a grave danno del mondo che ci circonda» (LS 101). Collega questa comprensione distorta e impoverita di noi stessi – e le conseguenze catastrofiche che ne derivano – al paradigma tecnocratico e all'antropocentrismo.

Quando il paradigma tecnocratico domina il modo in cui pensiamo, vediamo, agiamo e persino percepiamo, ci immaginiamo in piedi, al di sopra e in opposizione al mondo naturale piuttosto che in intima relazione con esso; infatti, siamo chiamati a dominare, possedere e persino depredare la creazione perché la natura non ha significato e valore intrinseco. Il paradigma tecnocratico predica che le cose buone della creazione di Dio esistono solo per servire i nostri interessi e bisogni in continua espansione. Inoltre, poiché i progressi tecnologici ci consentiranno sempre più di prendere tutto ciò che la Terra ha da darci, non è necessario vivere con riverenza o moderazione. Con l'antropocentrismo, l'essere umano (non Dio) diventa il centro della realtà e il punto di riferimento per tutto il resto. Quando ci crogioliamo alla luce dell'antropocentrismo, tutto esiste per il nostro bene e non rispondiamo a nessuno.

Poiché «il nostro immenso sviluppo tecnologico non è stato accompagnato da uno sviluppo della responsabilità umana, dei valori e della coscienza», papa Francesco chiede una «audace rivoluzione culturale» (LS 114) per liberarci dagli effetti mortali dell'antropocentrismo e del paradigma tecnocratico. Quella rivoluzione deve essere ispirata e guidata da un'immaginazione profetica. Come membri di una comunità cattolica globale, noi Passionisti siamo chiamati a contribuire a questo progetto pieno di speranza e assolutamente cruciale. Ciò comincia con la nostra personale conversione ecologica.

Considera i problemi

Mangiare è un atto morale

Nel Padre Nostro preghiamo: “Dacci oggi il nostro pane quotidiano”. Il pane quotidiano fornito da Dio viene direttamente dalla Terra. L’atto di mangiare ci unisce al suolo, all’acqua e agli animali di questo pianeta come nient’altro. Non avremmo cibo senza questi doni della creazione di Dio. Ogni acquisto di cibo e ogni atto di mangiare è una decisione morale. Quando si fanno le scelte alimentari, bisogna considerare il modo in cui le colture vengono piantate e fertilizzate, il metodo utilizzato per allevare gli animali da mangiare e il cibo a distanza che deve essere spedito.

Mentre i moderni sistemi agricoli possono produrre molto cibo, ci sono svantaggi distruttivi. I fertilizzanti chimici e i pesticidi delle grandi fattorie industriali contaminano il nostro suolo. I rifiuti animali degli allevamenti intensivi rovinano i nostri ruscelli e fiumi. Il trasporto di cibo su lunghe distanze inquina la nostra aria. Le scelte alimentari hanno un enorme impatto sull’intera creazione.

Molti non riflettono sul tipo di agricoltura o allevamento con il quale è stato realizzato il cibo che stanno mangiando; per loro il cibo proviene semplicemente da un negozio di alimentari o da un fast food. In questo modo, rimaniamo inconsapevoli dei legami tra il creato e la produzione del cibo. Questa inconsapevolezza lascia la nostra alimentazione in balia di un sistema che non vediamo e non capiamo. Se vogliamo essere consumatori alimentari etici dobbiamo educare noi stessi.

Questa sessione mira a sviluppare una maggiore sensibilità su come le nostre scelte alimentari possono rispondere al grido della Terra e al grido dei poveri. Il cardinale Peter Turkson, quando era presidente del Pontificio Consiglio della Giustizia e della Pace, ha affermato che noi cristiani dobbiamo rivolgere la nostra attenzione ad alcune importanti questioni etiche di fondo riguardanti la nostra produzione e il consumo di cibo:

- Come si può vincere la fame?
- Come si può garantire cibo sicuro, conveniente, nutriente e sostenibile?
- Come possono vivere e lavorare con dignità i lavoratori agricoli ei piccoli agricoltori di tutto il mondo?
- Come possono sopravvivere e prosperare le comunità rurali?
- In che modo la terra, l’acqua e altri elementi della creazione di Dio possono essere preservati e protetti nelle pratiche agricole?
- Come possiamo ridurre la quantità di combustibili fossili utilizzati per produrre e trasportare il nostro cibo?

Questa sessione mira a sviluppare una maggiore sensibilità su come le nostre scelte alimentari possono onorare, piuttosto che sfruttare, la sacralità della creazione e risvegliarci alle questioni alimentari globali che hanno un impatto sui più vulnerabili. Poiché il cibo sostiene la vita stessa, non è solamente uno tra i tanti prodotti. Fornire cibo sostenibile per tutti è un imperativo del Vangelo.

Quello che la Chiesa sta dicendo

Il Dicastero Vaticano per lo Sviluppo Umano Integrale, insieme alla Commissione vaticana Covid-19, suggerisce i seguenti pilastri come motori per i necessari cambiamenti nel sistema alimentare al fine di proteggere la nostra casa comune combattendo contro la fame e la malnutrizione:

1. **Sviluppare sistemi alimentari resilienti, dalla produzione e distribuzione al consumo e alla gestione dei rifiuti.** Rafforzare le filiere alimentari locali e internazionali; creare infrastrutture per collegare i piccoli agricoltori con i mercati locali e nazionali per rafforzare le comunità locali; tagliare le emissioni di gas serra in tutte le fasi del ciclo del sistema alimentare; ridurre lo spreco alimentare.
2. **Garantire l’opzione preferenziale per i poveri.** Metti al centro di ogni soluzione i bisogni delle comunità più vulnerabili del mondo. I piccoli agricoltori, che nutrono la maggior parte dei popoli del mondo, tra loro ci sono molte donne, dovrebbero avere l’esperienza, la conoscenza e il coraggio per lottare ogni giorno per il diritto al cibo per tutti ed essere valorizzati e innalzati.
3. **Trasformare gli attuali sistemi alimentari verso percorsi più sostenibili.** Promuovere un modello circolare di produzione e un uso efficiente delle risorse; valorizzare le conoscenze e le pratiche locali con l’obiettivo di garantire una migliore protezione della biodiversità, in accordo con i sistemi alimentari locali; promuovere un uso sostenibile delle terre e degli oceani.
4. **Promuovere diete sane.** Migliorare l’accesso a cibi nutrienti e rendere accessibili a tutti diete sane per sradicare la malnutrizione; sostenere il passaggio a un modello di consumo più sostenibile, soprattutto nei paesi più ricchi, per combattere lo spreco alimentare, l’obesità e altre malattie non trasmissibili legate all’alimentazione; promuovere una dieta più vegetale.
5. **Assicurare un sostegno finanziario adeguato e giusto per sostenere questa trasformazione del sistema alimentare**, in particolare oggi nel contesto della crisi climatica.

Impegnarsi nel dialogo

Discussione comunitaria

Lo scopo del dialogo è aiutarci, come individui e come comunità, a rispondere alla passione della terra prendendoci più cura della creazione di Dio, abbracciando la giustizia evangelica e rinnovando il nostro impegno per il carisma passionista nel contesto della Laudato si'. Pianifica di dedicare circa il 30% del tempo della riunione al n. 9, discutendo e discernendo le azioni suggerite alle pagine 6-7.

1. Preghiera

Inizia con "Una preghiera in unione con il creato" dalla Laudato si' a pagina 10, seguito da tre minuti di silenzio, invitando lo Spirito a benedire l'assemblea. Concludi la sessione con la preghiera a pagina 8.
Il terzo capitolo della Laudato Si' si concentra sulle radici umane della crisi ecologica.

Il terzo capitolo della Laudato Si' si concentra sulle radici umane della crisi ecologica

2. Papa Francesco

afferma chiaramente l'intento del capitolo tre nel suo primo paragrafo: "Non sarebbe utile descrivere i sintomi senza riconoscere le origini umane della crisi ecologica. Un certo modo di intendere la vita e l'attività umana è andato storto, a grave danno del mondo che ci circonda. Non dovremmo fermarci a considerare questo? A questo punto, propongo di concentrarci sul paradigma tecnocratico dominante (efficienza, produzione e accumulo di ricchezza) e sul posto degli esseri umani e dell'azione umana nel mondo". (#101)

- Ha la sensazione, come ha papa Francesco, che qualcosa sia "andato storto" a "danno del mondo che ci circonda"?
- Come descriveresti cosa è "andato storto"?

3. Tecnologia: creatività e potenza (LS 102-105)

Papa Francesco usa l'espressione "il paradigma tecnocratico dominante" per descrivere la mentalità moderna. Riconosce che abbiamo tratto grandi benefici dai progressi tecnologici. "La tecnologia ha posto rimedio a innumerevoli mali che un tempo danneggiavano e limitavano gli esseri umani. Come non provare gratitudine e apprezzamento per questo progresso, soprattutto nei campi della medicina, dell'ingegneria e delle comunicazioni?" (102)

«L'umanità non ha mai avuto un tale potere su se stessa, eppure nulla garantisce che sarà usata con saggezza, soprattutto se consideriamo come viene attualmente utilizzata» (104). Cita l'uso di bombe nucleari, tecnologie crudeli usate dai regimi totalitari e l'arsenale di armi prodotte per la guerra moderna.

Può esserci la tendenza a credere che un aumento di potere sia un aumento in progresso. Ma c'è motivo di grande preoccupazione. "Non possiamo pretendere di avere un'etica sana, una cultura e una spiritualità genuinamente capaci di porre limiti e insegnare a un autocontrollo lucido". (105)

- Ti preoccupi mai che la tecnologia controlli troppo la nostra vita? Come descriveresti le tue preoccupazioni?
- Come descriveresti il tuo rapporto con la tecnologia e come è cambiata nel corso degli anni?

4. La globalizzazione del paradigma tecnocratico (LS 106-114)

Il paradigma tecnocratico "tende a dominare la vita economica e politica" (109). Papa Francesco crede che abbiamo bisogno di una rivoluzione culturale che ponga limiti umani e sostenibili al nostro potere sul mondo naturale e alla nostra sottomissione degli esseri umani. Suggerisce che ci sono segni di speranza che questo stia cambiando: "Abbiamo la libertà necessaria per limitare e dirigere la tecnologia; possiamo metterlo al servizio di un altro tipo di progresso, più sano, più umano, più sociale, più integrale» (112).

"Nessuno suggerisce un ritorno all'età della pietra, ma occorre rallentare e guardare la realtà in modo diverso, per appropriarsi dei progressi positivi e sostenibili compiuti, ma anche per recuperare i valori e i grandi traguardi raggiunti via dalle nostre sfrenate manie di grandezza" (114).

- Quando papa Francesco chiede una "audace rivoluzione culturale", cosa ti viene in mente?
- Siete d'accordo sul fatto che dobbiamo porre dei limiti al dominio umano sul mondo naturale? Che cosa suggeriresti?

5. La crisi e gli effetti dell'antropocentrismo moderno (LS 115-121)

La terza preoccupazione riguarda un moderno antropocentrismo che presuppone che gli esseri umani siano separati e dominanti sul mondo naturale. Questo malinteso porta a una grande distruzione poiché gli esseri umani assumono il "dominio" sul mondo piuttosto che la "gestione" della creazione di Dio. Lascia anche agli esseri umani un senso di isolamento e alienazione dal mondo. "Quando l'essere umano si dichiara indipendente dalla realtà e si comporta con dominio assoluto, le fondamenta stesse della nostra vita cominciano a sgretolarsi" (117).

Papa Francesco promuove un'ecologia integrale che onori la dignità del mondo naturale e della persona umana. "Non può esserci rinnovamento del nostro rapporto con la natura senza un rinnovamento dell'umanità stessa. Non ci può essere ecologia senza un'antropologia adeguata» (118). "Non possiamo pretendere di sanare il nostro rapporto con la natura e l'ambiente senza sanare tutti i rapporti umani fondamentali. Il pensiero cristiano vede l'essere umano come dotato di una dignità particolare al di sopra delle altre creature; infonde così stima per ciascuno e rispetto per gli altri" (119).

- Papa Francesco esprime preoccupazione per un'antropologia inadeguata che fraintende il nostro rapporto umano con il mondo naturale. Qual è il significato della sua affermazione: "non può esserci ecologia senza un'antropologia adeguata"?
- Thomas Berry, CP (1914-2009), che è stato definito "uno dei pensatori più preveggenti e profondi del XX secolo", afferma che la causa fondamentale della crisi ecologica è un "modo di coscienza che ha stabilito una discontinuità radicale tra il modo umano e gli altri modi dell'essere e ha conferito tutti i diritti agli esseri umani". Questa, sostiene, è una "patologia culturale". Dove vede questa patologia?

6. Siamo incoraggiati a mettere in dialogo la nostra ricca tradizione cristiana con tre situazioni:

Relativismo Pratico (LS 122-123). Il relativismo vede tutto come irrilevante a meno che non serva ai propri interessi immediati. "Un antropocentrismo fuorviante porta a uno stile di vita fuorviante... Quando gli esseri umani si mettono al centro, danno priorità assoluta alla comodità immediata e tutto il resto diventa relativo. (È) il culto del potere umano illimitato... che vede tutto come irrilevante se non serve i propri interessi immediati» (LS 122). Questo atteggiamento porta a una logica "usa e getta" che "genera tanto spreco, per il desiderio disordinato di consumare più del necessario" (123).

- Thomas Berry, C.P, afferma che l'universo è una comunione di soggetti, non una collezione di oggetti. Crede che la devastazione del pianeta possa essere vista come una diretta conseguenza di questo atteggiamento «che vede tutto come irrilevante se non serve ai propri interessi immediati» (LS 122). In che modo la vita sarebbe diversa se vedessimo le specie non umane come "soggetti" piuttosto che come "oggetti"?
- Come si partecipa a una "cultura dello scarto"? Quali semplici passi puoi fare in questo momento per uscirne?

7. La necessità di tutelare il lavoro (LS 124-129).

Papa Francesco non si concentra semplicemente sui "posti di lavoro". Il lavoro è un mezzo per esprimere la nostra dignità umana e partecipare è la creazione continua del mondo. "Il lavoro deve fare da cornice a questa ricca crescita personale, in cui entrano in gioco molti aspetti della vita: creatività, progettare il futuro, sviluppare i nostri talenti, vivere i nostri valori, relazionarci con gli altri, dare gloria a Dio» (127). Prosegue affermando che la creazione di posti di lavoro è un servizio essenziale per il bene comune. "Le autorità civili hanno il diritto e il dovere di adottare misure chiare e ferme a sostegno dei piccoli produttori e della produzione differenziata…. la creazione di posti di lavoro come parte essenziale del suo servizio al bene comune" (129).

- Papa Francesco sottolinea che il lavoro è un'opportunità di "ricca crescita personale". In che modo il tuo lavoro è stato un'opportunità per partecipare alla creazione in corso del mondo?

8. Tecnologie biologiche (LS 130-136).

"Il Catechismo afferma fermamente che il potere umano ha dei limiti e che «è contrario alla dignità umana far soffrire o morire inutilmente animali»» (130). Quando si considera la manipolazione genetica di piante e animali "occorre costantemente ripensare gli obiettivi, gli effetti, il contesto generale ei limiti etici di questa attività umana" (131).

- Vi siete mai rifiutati di acquistare un prodotto perché il processo di sviluppo era dannoso per il mondo naturale o non rispettava l'impiego delle persone che hanno prodotto il prodotto?

9. Formazione di un piano d'azione per affrontare il cibo, l'agricoltura e la fame

In questa sessione consideriamo come le nostre scelte alimentari possono contribuire a un mondo più giusto e sostenibile. Ripassa i 10 comandamenti del cibo a pagina 6. Poi considera il menu di opzioni nella Parte 4 a pagina 7-8. Chiedi a qualcuno di registrare gli aspetti chiave della condivisione e di completare online il Rapporto di azione. Vai su www.passiochristi.org per presentare una relazione sul piano d'azione della tua entità per questa sessione. Questi saranno compilati e pubblicati online per formare la nostra Piattaforma d'azione Passionista Laudato Si'.

Il mangiare etico si riferisce alle conseguenze morali delle nostre scelte alimentari: danni all'ambiente, uso di prodotti chimici e pesticidi, trattamento dei lavoratori agricoli, carenza di cibo per gli altri e trattamento crudele degli animali. Papa Francesco incoraggia la trasformazione dei sistemi alimentari "per aumentare la resilienza, rafforzare le economie locali, migliorare la nutrizione, ridurre gli sprechi alimentari, fornire diete sane accessibili a tutti ed essere ambientalmente sostenibili e rispettosi delle culture locali". (Papa Francesco, discorso al Pre-Vertice delle Nazioni Unite sui Sistemi Alimentari, luglio 2021)

I 10 Comandamenti del mangiare

I. Ringrazia per il cibo che mangi.

Una delle principali cause di disagio ambientale è che spesso diamo per scontata la Terra. Partiamo dal presupposto che ci sosterrà sempre. Tuttavia, il consumo sconsiderato di cibo porta danni al pianeta. Sii grato al Creatore e alla Terra da cui proviene tutto il cibo, e a coloro che crescono e preparano il cibo per la tua tavola.

II. Mangia cibo cresciuto il più vicino possibile al luogo in cui vivi.

Fare acquisti localmente nei mercati degli agricoltori e nei negozi di alimentari supporta la popolazione locale e le piccole imprese, oltre a ridurre le emissioni di carbonio. Inoltre, mangiare cibi di stagione coltivati nella tua zona, piuttosto che frutta e verdura fuori stagione che hanno viaggiato per lunghe distanze, significa che il tuo cibo sarà più fresco, avrà meno sostanze chimiche e meno emissioni di carbonio dovute ai trasporti.

III. Acquista con attenzione.

Quando acquisti cibo, cerca di ridurre al minimo l'imballaggio acquistando sfuso e senza imballaggio, ove possibile. Nel complesso, gli imballaggi rappresentano circa il 5% dell'impronta di carbonio degli alimenti. Se devi acquistare cibo confezionato, riutilizza l'imballaggio quando possibile. Anche l'acquisto all'ingrosso può aiutare. Puoi anche sostituire i sacchetti di plastica con quelli riutilizzabili.

IV. Sostieni salari equi per coloro che coltivano e preparano il tuo cibo.

Gli agricoltori e i lavoratori del settore alimentare meritano salari equi. La scelta di prodotti del commercio equo e solidale è un modo per sostenere pratiche agricole sostenibili e garantire condizioni di lavoro migliori e prezzi più equi per coloro che coltivano il tuo cibo. Tutto, da banane, zucchero e fiori a caffè, tè e cotone, può essere classificato come commercio equo.

V. Sostenere l'agricoltura biologica.

Ridurre i danni ambientali di terra, acqua e aria derivanti dalla produzione alimentare e dal sistema alimentare. Quando possibile, scegli di acquistare cibo biologico. Questo aiuta a mantenere la salute del pianeta. L'agricoltura biologica sottolinea l'uso di risorse rinnovabili e la conservazione del suolo e dell'acqua. Carne biologica, pollame, uova e latticini provengono da animali a cui non vengono somministrati antibiotici o ormoni della crescita. Il cibo biologico viene prodotto senza l'uso di fertilizzanti chimici nocivi o pesticidi.

VI. Non sprecare cibo.

Avoid food waste. Eat your leftovers. Research has shown that greenhouse gas emissions from food production and waste breakdown are huge. So the less you throw out, the better it is for our planet. Setting up a composting system is an easy and responsible way to dispose of food scraps.

VII. Mangia meno carne o diventa vegetariano.

La produzione di carne ha un impatto negativo sull'ambiente. È responsabile di oltre il 14% delle emissioni di gas serra. Inoltre, il consumo di carne contribuisce a problemi di salute come malattie cardiache e cancro. Rinunciarvi anche solamente un al giorno alla settimana è più salutare per te e per il pianeta. Se vuoi ridurre al minimo la sofferenza degli animali, allora diventa vegetariano o vegano. L'industria della carne è responsabile della crudeltà di routine nei confronti di innumerevoli maiali, pecore, mucche, polli, anatre e oche.

VIII. Ridurre i danni ambientali causati dalla produzione alimentare.

L'olio di palma è un esempio. È in molte cose, da cibo e bevande a cosmetici, prodotti per la casa e biocarburanti. Vaste aree di foresta pluviale nel sud-est asiatico e sempre più in Africa vengono distrutte per fare spazio alle piantagioni di olio di palma. Queste foreste sono habitat importanti per la fauna selvatica e enormi depositi di carbonio; prelevano il carbonio dall'atmosfera e lo immagazzinano nella torba. Quando le foreste vengono convertite in piantagioni di olio di palma, tutto questo carbonio viene rilasciato e trasformato in gas serra che riscaldano disastrosamente il pianeta.

IX. Proteggere la biodiversità.

Pratiche agricole rispettose della biodiversità sono indispensabili per la sicurezza alimentare e lo sviluppo sostenibile. La biodiversità fornisce molti servizi ecosistemici vitali, come la creazione e il mantenimento di suoli sani, l'impollinazione delle piante, il controllo dei parassiti e la fornitura di habitat per la fauna selvatica.

X. Sforzarsi di porre fine alla fame nel mondo.

Vincere la fame è una delle più grandi sfide dell'umanità. Mentre quasi il 9% della popolazione mondiale (700-800 milioni) va a letto a stomaco vuoto e più di tre miliardi di persone non hanno accesso a una dieta nutriente, circa due miliardi sono in sovrappeso a causa di diete povere e di uno stile di vita sedentario.

Agire

Cibo, agricoltura e fame

Mangiare è un atto morale. Se mangi, partecipi a un sistema agricolo. Le dimensioni etiche della produzione alimentare dovrebbero essere una preoccupazione. Si "vota" tre volte al giorno. Ad ogni pasto puoi scegliere di benedire o rovinare la creazione di Dio. Questa sessione offre suggerimenti su come la spesa, le abitudini alimentari e le pratiche agricole possono fare la differenza.

Quello che mangiamo è una delle nostre abitudini più radicate e questo rende difficile cambiarlo. Ci sono molti modi per mostrare rispetto per la creazione e optare per un mondo più giusto quando si mangia. La cosa più ovvia è iniziare con una preghiera di gratitudine e adottare misure pratiche per ridurre il tuo impatto negativo. Si riduce a mangiare meno carne e più cibo coltivato biologicamente e localmente (non deve essere spedito molto lontano). Renditi conto che i fertilizzanti chimici, il trasporto e l'imballaggio degli alimenti hanno un enorme impatto sul pianeta.

Considera i passi che tu e la tua comunità potete fare per prendervi cura della creazione di Dio e portare alla luce un mondo più giusto grazie alle vostre scelte alimentari. Usa questi suggerimenti o creane uno tuo. Alcune azioni possono essere più appropriate in alcuni paesi che in altri. Le fasi dell'azione che una comunità si impegna a intraprendere dovrebbero essere modellate dal suo contesto: paesi ad alto o basso reddito, contesti urbani o rurali.

Se c'è solo una cosa che puoi fare...

Ridurre il consumo di carne o astenersi del tutto. Allevare e abbattere animali per il cibo è molto peggio per la salute del pianeta che coltivare frutta e verdura per farla mangiare alle persone. Il bestiame richiede più acqua, terra ed energia rispetto a cereali e verdure. La produzione di carne bovina alimentata con cereali richiede 100.000 litri di acqua per ogni chilogrammo di cibo. Per allevare polli da carne occorrono 3.500 litri di acqua per fare un chilogrammo di carne. In confronto, la produzione di soia utilizza 2.000 litri per chilogrammo di cibo prodotto; riso, 1.912; grano, 900; e patate, 500 litri. Un solo chilo di carne bovina crea 70 kg di emissioni di gas serra portando a un riscaldamento più rapido del pianeta. Lo smaltimento dei rifiuti degli allevamenti intensivi di animali inquina le riserve idriche. Oltre 700 milioni di persone soffrono la fame o la malnutrizione, mentre la maggior parte del mais e della soia coltivati nel mondo nutre bovini, maiali e polli per i ricchi mangiatori. Mangiare più in basso nella catena alimentare consumando meno carne e più verdure è uno dei modi più significativi in cui puoi vivere in modo più sostenibile e ridurre il tuo impatto distruttivo sulla creazione di Dio.

L'obiettivo di questa sessione è produrre, acquistare e mangiare il nostro cibo in modo responsabile e prendersi cura di coloro che soffrono la fame, la malnutrizione e l'insicurezza alimentare.

Cosa e dove acquistare

- ☐ Acquista alimenti sostenibili e biologici. Viene coltivato senza pesticidi, fertilizzanti sintetici o additivi nocivi. Il biologico include carne, pollame, uova e latticini provenienti da animali che non vengono nutriti con antibiotici o ormoni della crescita. Rompi la dipendenza dal cibo a buon mercato prodotto nelle fattorie industriali.
- ☐ Se acquisti carne, uova o latticini, scegli prodotti in cui gli animali non sono stati trattati in modo crudele o allevati in operazioni di alimentazione animale concentrata.
- ☐ Quando possibile, trattare direttamente con gli agricoltori locali. Quando acquisti cibo che è stato coltivato e trasformato più vicino a casa tua e venduto nei mercati locali, riduci l'impronta di carbonio della tua dieta. Il trasporto di cibo su lunghe distanze, soprattutto via aerea, genera grandi quantità di emissioni di anidride carbonica causando la crisi climatica globale.
- ☐ Acquista cibi di stagione. Sprechiamo molte energie cercando di coltivare cibo nel posto sbagliato, nel periodo sbagliato dell'anno. Scopri cosa c'è di stagione vicino a te e troverai frutta e verdura perfettamente deliziosa da mangiare che non richiedono enormi investimenti in carburante per portare il cibo nel tuo piatto.
- ☐ Supportare i produttori alimentari su piccola scala. Evitare l'acquisto di cibo prodotto dal sistema agricolo industriale. Una piccola manciata di società controlla l'industria alimentare mondiale dalla fattoria alla tavola. Ciò significa che alcune potenti aziende determinano ciò che gli agricoltori possono coltivare, costringono i lavoratori sul campo a spruzzare sostanze chimiche tossiche non necessarie sui loro raccolti, citano in giudizio le piccole aziende agricole quando i semi OGM brevettati soffiano accidentalmente nei loro campi e producono enormi quantità di fetore e rifiuti dagli allevamenti intensivi. Acquistando da piccoli produttori alimentari, sostieni 1,5 miliardi di persone che vivono in piccole fattorie e incoraggi pratiche agricole sostenibili.
- ☐ Mangia cibo vero. Suggerimento: acquista nelle vicinanze. La maggior parte degli alimenti nei corridoi centrali dei grandi supermercati sono altamente trasformati.

- ☐ Acquista all'ingrosso. Per ridurre al minimo i rifiuti in discarica, supporta i produttori che utilizzano imballaggi minimi.
- ☐ Ti piace caffè o tè? Bevi e mangia quello del commercio equo. Impegnati a dare agli agricoltori un prezzo equo per il loro prodotto e lavoro.
- ☐ Clicca qui per calcolare la tua impronta alimentare e scoprire quanto le tue scelte alimentari influiscono sul pianeta.

Cucina e mangia

- ☐ Fermati in preghiera prima di mangiare per essere grato per la generosità della creazione e per le tante mani che hanno aiutato a portare il cibo sulla tua tavola.
- ☐ Fai a meno di fast food e di cibi altamente trasformati. Se ciò non è possibile, prima di addentare un pezzo di carne, scegli cibo prodotto in modo sostenibile ed etico.
- ☐ Cucina intelligente. Prova a cucinare con meno acqua possibile utilizzando una padella a fondo piatto, coprendo la padella con un coperchio e riducendo il calore non appena l'acqua inizia a bollire: risparmierai energia, acqua e denaro!

- ☐ Supporta una cucina pulita. Quasi una persona su tre usa combustibili da cucina inquinanti come carbone, legna e cherosene. Tale "cucina sporca" è una delle principali fonti di emissioni di carbonio e uccide circa quattro milioni di persone ogni anno, con un impatto maggiore sulle donne.
- ☐ Scegli i frutti di mare che fanno bene a te e agli oceani. Quando scegli di acquistare prodotti ittici sostenibili, spingi i fornitori a procurarsi prodotti più rispettosi dell'ambiente.
- ☐ Risparmiare cibo. Circa il 30% di tutto il cibo prodotto per il consumo umano viene perso o sprecato a livello globale (LS 50). Ciò equivale all'incredibile cifra di 1,3 miliardi di tonnellate di cibo all'anno. I costi di questi rifiuti incontrollabili superano di 25 volte quelli necessari per sfamare il mondo intero. Pianificando i pasti e risparmiando gli avanzi, ridurrai questi sprechi e sarai responsabile di minori emissioni di gas serra.
- ☐ Acquista e allestisci un bidone di compostaggio presso la tua residenza o sede del ministero. Riporta i rifiuti alimentari nel terreno invece che nelle discariche. In natura non esistono rifiuti; tutto dovrebbe scomporsi per diventare parte del suolo.
- ☐ Evitare materiale usa e getta nella ristorazione. L'utilizzo di stoviglie, posate e bicchieri/tazze veri riduce consumi e sprechi.

Sistemi alimentari, sicurezza alimentare e fame

- ☐ Impegnati affinché coloro che ne hanno bisogno abbiano accesso a cibo nutriente e conveniente. Considera i modi per essere coinvolto nel nutrire gli affamati. Attualmente 700-800 milioni di persone sul pianeta soffrono la fame o la malnutrizione – l'8,9% della popolazione mondiale – mentre la maggior parte del mais e della soia coltivati nel mondo nutre bovini, maiali e polli. Papa Francesco denuncia questa situazione: "La fame è criminale; il cibo è un diritto inalienabile". (Fratelli Tutti, 189)
- ☐ Aiuta a costruire sistemi alimentari locali più equi e sostenibili, ad esempio sostenere metodi di agricoltura ecologica, a costruire infrastrutture per l'economia alimentare locale-regionale, creare politiche e pratiche locali che promuovano la sovranità alimentare locale.
- ☐ Organizzati per difendere il diritto al cibo, l'uso sostenibile e non estrattivo della terra, la riforma agraria e altre politiche che ci avvicinano alla sovranità alimentare e consentono ai piccoli agricoltori di sfuggire al dominio dominante, orientato all'esportazione e guidato dalle imprese sistemi alimentari.
- ☐ Evitare il sistema capitalista estrattivo attraverso il sostegno di cooperative di produttori e consumatori che costruiscono coalizioni e alleanze che possono collaborare attorno a obiettivi comuni.
- ☐ Sostenere i Catholic Relief Services o un'altra agenzia che lavora con gli agricoltori per costruire la sicurezza alimentare.
- ☐ Sporcarsi le mani. Partecipa alla produzione alimentare per quanto puoi. Connettiti con la Terra e coltiva un po' del tuo cibo. Apprezzerai meglio il tuo cibo, avendolo conosciuto da tutta la vita.

Preghiera

Dio buono e misericordioso,
hai fornito la manna nel deserto al tuo popolo eletto.
Possiamo noi riconoscere che il nostro cibo viene dalla tua generosità, dalla generosità del nostro pianeta e dal faticoso lavoro di molte mani umane. Insegnaci a riverire la tua creazione che fornisce il nostro cibo. Mostraci come fare spazio a tavola per tutti.

Amen.

Per approndire

Video Vaticano: Cibo per tutti, una chiamata morale

Clicca qui per vedere "Cibo per tutti, una chiamata morale", un video sulla giustizia alimentare realizzato dal Dicastero Vaticano per il Servizio dello Sviluppo Umano Integrale e dalla Commissione vaticana Covid-19.

Caritas International che affronta i problemi alimentari

Scopri i problemi alimentari affrontati da Caritas International, un'organizzazione cattolica che serve i poveri e promuove la carità e la giustizia in tutto il mondo. Affrontano i problemi alimentari di oggi lavorando sulle cause profonde della fame e della scarsità di cibo e promuovendo gli investimenti nello sviluppo agricolo e rurale. Clicca qui. (inglese, spagnolo, francese)

Oxfam International: porre fine alla povertà

Oxfam è un'organizzazione globale che combatte la disuguaglianza per porre fine alla povertà e all'ingiustizia. Lavorando in oltre 90 paesi, offre supporto salvavita in tempi di crisi e sostiene la giustizia economica, l'uguaglianza di genere e l'azione per il clima. Clicca qui. (in più lingue)

Ulteriori informazioni sulla sicurezza alimentare e porre fine alla fame

Clicca qui per conoscere l'Organizzazione per l'Alimentazione e l'Agricoltura (FAO), un'agenzia delle Nazioni Unite che guida gli sforzi internazionali per sconfiggere la fame. Il loro obiettivo è raggiungere la sicurezza alimentare per tutti e assicurarsi che le persone abbiano accesso regolare a cibo sufficiente e di alta qualità. (in più lingue)

Sostieni la sovranità alimentare

Papa Francesco sostiene la sovranità alimentare – (1) il diritto dei popoli a un cibo sano e culturalmente appropriato (2) prodotto attraverso metodi sostenibili (3) in un sistema alimentare che consenta alle persone che producono, distribuiscono e consumano cibo di controllare anche il meccanismi e politiche di produzione e distribuzione alimentare. Clicca qui per saperne di più sul sito web del Comitato di pianificazione internazionale per la sovranità alimentare. (inglese, spagnolo e francese)

Assisti al grido dei poveri

CARE in oltre 100 paesi per attuare programmi a lungo termine per combattere la povertà, rispondere alle emergenze umanitarie e sostenere un cambiamento politico per migliorare la vita delle persone più povere. Clicca qui per conoscere il loro lavoro per superare l'insicurezza alimentare. (inglese, francese, portoghese, spagnolo)

Aiuta ad alleviare la fame nel mondo

Il Programma alimentare mondiale offre assistenza alimentare alle persone che si stanno riprendendo da conflitti, disastri e dall'impatto del cambiamento climatico. In un mondo di abbondanza, in cui viene prodotto cibo a sufficienza per sfamare tutti sul pianeta, la fame dovrebbe essere un ricordo del passato. Tuttavia, i conflitti, i cambiamenti climatici, i disastri, la disuguaglianza e, più recentemente, la pandemia di COVID-19 significano che una persona su nove nel mondo sta ancora andando a letto affamata e la carestia incombe per milioni di persone. Clicca qui per saperne di più. (in più lingue)

Movimento "Slow Food"

Slow Food è un'organizzazione globale di base che lavora per prevenire la scomparsa delle culture e tradizioni alimentari locali, per contrastare l'aumento della vita veloce e combattere il calo dell'interesse delle persone per il cibo che mangia, da dove proviene e come le nostre scelte alimentari influenzano il mondo intorno a noi. Clicca qui, poi vai in fondo alla pagina e clicca sulla mappa per accedere al sito Slow Food del tuo Paese. (in più lingue)

Prodotti del commercio equo e solidale

Guidato da una strategia globale per garantire che tutti gli agricoltori guadagnino un reddito da vivere e che i lavoratori agricoli guadagnino un salario di sussistenza, Fairtrade si impegna a cambiare il modo in cui funziona il commercio internazionale attraverso prezzi migliori, condizioni di lavoro dignitose e un accordo più equo per gli agricoltori e i lavoratori in via di sviluppo Paesi. I principali prodotti promossi con l'etichetta Fairtrade sono caffè, cacao, banana, fiori, tè, riso, spezie, noci, cotone e zucchero. Affrontano questioni relative alla produzione alimentare come il lavoro minorile, l'uguaglianza di genere, mezzi di sussistenza dignitosi, il cambiamento climatico e i diritti umani. Clicca qui. (in più lingue)

Agroecologia: un percorso verso l'agricoltura sostenibile

Clicca qui tper scoprire perché Papa Francesco sostiene l'agroecologia, un percorso per costruire un mondo sostenibile ridisegnando il modo in cui produciamo, distribuiamo, trasportiamo e consumiamo il nostro cibo. L'agroecologia applica i principi ecologici alla progettazione e gestione di sistemi alimentari sostenibili. È incentrato sulla produzione alimentare e agricola che utilizza al meglio le risorse della natura, compresi gli esseri umani. Supporta una buona alimentazione, un mercato equo, la biodiversità, ecosistemi sani e conoscenze e costumi tradizionali. (inglese, spagnolo, francese)

Preghiera

Dalla Laudato Si'

Una preghiera in unione con la creazione

Padre, ti lodiamo con tutte le tue creature.
Sono usciti dalla tua mano onnipotente;
sono tuoi, pieni della tua presenza
e il tuo tenero amore.
Lode a te!

Figlio di Dio, Gesù,
attraverso di te tutte le cose sono state fatte.
Sei stato formato nel grembo di Maria nostra Madre,
sei diventato parte di questa Terra,
e hai guardato questo mondo con occhi umani.
Oggi sei vivo in ogni creatura
nella tua gloria risorta.
Lode a te!

Spirito Santo, per la tua luce
guidi questo mondo verso l'amore del Padre
e accompagnare la creazione mentre cresce nel travaglio.
Tu abiti anche nei nostri cuori
e tu ci ispiri a fare ciò che è buono.
Lode a te!

Tu abiti anche nei nostri cuori
e tu ci ispiri a fare ciò che è buono.
Lode a te!
Signore uno e trino, meravigliosa comunità di amore infinito,
insegnaci a contemplarti
nella bellezza dell'universo,
perché tutte le cose parlano di te.
Risveglia la nostra lode e gratitudine
per ogni essere che hai creato.

Donaci la grazia di sentirci profondamente uniti
a tutto ciò che è.
Dio d'amore, mostraci il nostro posto in questo mondo
come canali del tuo amore
per tutte le creature di questa terra,
perché nessuno di loro è dimenticato ai tuoi occhi.
Illumina coloro che possiedono potere e denaro
affinché evitino il peccato dell'indifferenza,
affinché amino il bene comune, facciano avanzare i deboli,
e prenditi cura di questo mondo in cui viviamo.
I poveri e la terra stanno gridando.
O Signore, prendici con la tua potenza e luce,
aiutaci a proteggere tutta la vita,
per prepararsi a un futuro migliore,
per la venuta del tuo regno
di giustizia, pace, amore e bellezza.
Lode a te!
Amen.

"Dal momento in cui ti metti in bocca un pezzo di pane sei parte del mondo. Chi ha coltivato il grano? Chi ha fatto il pane? Da dove proviene? Sei in relazione con tutti coloro che l'hanno portato in tavola. Siamo meno separati e più in comune quando mangiamo e beviamo."

— Thomas Merton, monaco trappista