

A cena con la Provvidenza

Alcune proposte per il cibo della cena:

- pane e acqua
- patate
- riso bianco
- minestrone
- pasta e fagioli
- polenta

Canto iniziale

Nel nome del Padre,
del figlio e dello Spirito Santo.
Amen

Il Signore, amore provvidente per ogni uomo della terra, sia con tutti noi.
E con il tuo Spirito

Dal Primo Libro dei Re (17,1-24)

Elia, il Tisbita, uno degli abitanti di Gàlaad, disse ad Acab: «Per la vita del Signore, Dio di Israele, alla cui presenza io sto, in questi anni non ci sarà né rugiada né pioggia, se non quando lo dirò io». A lui fu rivolta questa parola del Signore: «Vattene di qui, dirigiti verso oriente; nasconditi presso il torrente Cherit, che è a oriente del Giordano. Ivi berrai al torrente e i corvi per mio comando ti porteranno il tuo cibo». Egli eseguì l'ordine del Signore; andò a stabilirsi sul torrente Cherit, che è a oriente del Giordano. I corvi gli portavano pane al mattino e carne alla sera; egli beveva al torrente. Dopo alcuni giorni il torrente si seccò, perché non pioveva sulla regione. Il Signore parlò a lui e disse:

«Alzati, va' in Zarepta di Sidòne e ivi stabilisciti. Ecco io ho dato ordine a una vedova di là per il tuo cibo». Egli si alzò e andò a Zarepta. Entrato nella porta della città, ecco una vedova raccoglieva la legna. La chiamò e le disse: «Prendimi un po' d'acqua in un vaso perché io possa bere». Mentre quella andava a prenderla, le gridò: «Prendimi anche un pezzo di pane». Quella rispose: «Per la vita del Signore tuo Dio, non ho nulla di cotto, ma solo un pugno di farina nella giara e un po' di olio nell'orcio; ora raccolgo due pezzi di legna, dopo andrò a cuocerla per me e per mio figlio: la mangeremo e poi moriremo». Elia le disse: «Non temere; su, fa' come hai detto, ma prepara prima una piccola focaccia per me e portamela; quindi ne preparerai per te e per tuo figlio, poiché dice il Signore: La farina della giara non si esaurirà e l'orcio dell'olio non si svuoterà finché il Signore non farà piovere sulla terra». Quella andò e fece come aveva detto Elia. Mangiarono essa, lui e il figlio di lei per diversi giorni. La farina della giara non venne meno e l'orcio dell'olio non diminuì, secondo la parola che il Signore aveva pronunziata per mezzo di Elia.

Benedizione della mensa

Grazie, Signore Gesù,
perché questo cibo è per noi.
E' frutto del lavoro di tanta gente,
è dono della tua provvidenza ,
ed è per noi.

Tu non ti dimentichi della nostra fame
e sei con noi attorno alla tavola.

Al termine della cena si può prevedere l'ascolto di una testimonianza missionaria o la lettura del testo seguente.

LA FAME NEL MONDO

Quando si parla di "fame" nel mondo, bisogna parlare del Terzo mondo, cioè di quell'area geografica che non fa parte né dell'occidente industrializzato, dove l'economia è capitalistica e di mercato (Primo mondo), né di quell'area del cosiddetto "socialismo reale" (Secondo mondo), dove la produzione è pianificata dallo Stato e dove però in questi ultimi anni tale modello di sviluppo è entrato profondamente in crisi.

Che cos'è la fame? Quand'è che si può parlare di alimentazione insufficiente o di denutrizione? Il fabbisogno alimentare degli esseri umani -come noto- viene espresso in calorie, e varia a seconda dell'età, del peso, del sesso, della salute, del lavoro, del clima, del metabolismo, delle abitudini alimentari. Normalmente, un'alimentazione sufficiente deve garantire almeno 2.000 calorie al giorno. Ebbene, si calcola oggi che nel mondo più di 1 miliardo e 300 milioni di persone (circa 1/3 della popolazione mondiale) ha un'alimentazione insufficiente. Secondo l'OMS, di questo 30% almeno 500 milioni non dispongono neppure di 1500 calorie al giorno, per cui soffrono di fame assoluta. Per non parlare del problema della sete. Le ultime ricerche fatte nel Terzo mondo indicano che in Africa circa il 75% della popolazione rurale non ha acqua potabile; in America Latina sono il 77%; in Estremo Oriente circa il 70%. In valori assoluti, sono più di 600 milioni le persone al mondo prive di acqua potabile.

Conseguenze della fame. Un'alimentazione insufficiente porta a: dimagrimento, apatia, debolezza muscolare, depressione del sistema nervoso, minor resistenza alle malattie, invecchiamento precoce, morte per inedia. Queste conseguenze si manifestano soprattutto nei bambini, la cui mortalità nel Terzo mondo è altissima: ventre gonfio, magrezza, avvizzimento della pelle, apatia, ecc. Le malattie parassitarie e infettive colpiscono soprattutto i bambini non solo a causa della denutrizione, ma anche per le precarie condizioni igieniche (acqua inquinata, mancanza di fognie, ecc)

Il problema maggiore è costituito dal fatto che poco meno della metà dei cereali prodotti sulla terra vengono utilizzati in Occidente per alimentare quel bestiame che viene poi consumato, da noi, sotto forma di carne, uova, latte. Ora, per produrre una sola caloria di origine animale ci vogliono ben 7 calorie di cereali. La conseguenza di questo è ovvia: nei paesi avanzati una persona consuma in media molto più cereali di quanti ne consumi una persona del Terzo mondo: praticamente più di 2,5 kg al giorno (pane-pasta-cereali e soprattutto carne-latte-uova), contro i 500 grammi al giorno del Terzo mondo. Se l'enorme quantità di cereali destinati all'alimentazione del bestiame venisse impiegata direttamente nell'alimentazione umana, potrebbero venir nutrite ben 2 miliardi e 500 milioni di persone. Con la sola quantità di cereali che USA e URSS destinano al bestiame, si potrebbero nutrire 1 miliardo di persone.

Preghiamo il Salmo 30 cantando ad ogni strofa il ritornello

Misericordias Domini in aeternum cantabo

In te, Signore, mi sono rifugiato,
mai sarò deluso;
per la tua giustizia salvami.
Porgi a me l'orecchio,
vieni presto a liberarmi.

Sii per me la rupe che mi accoglie,
la cinta di riparo che mi salva.

Tu sei la mia roccia e il mio baluardo,
per il tuo nome dirigi i miei passi.
Scioglimi dal laccio che mi hanno teso,
perché sei tu la mia difesa.
Mi affido alle tue mani;
tu mi riscatti, Signore, Dio fedele.
Esulterò di gioia per la tua grazia,
perché hai guardato alla mia miseria,

hai conosciuto le mie angosce;
non mi hai consegnato nelle mani del nemico,
hai guidato al largo i miei passi.
Io confido in te, Signore;
dico: «Tu sei il mio Dio,
nelle tue mani sono i miei giorni».

Liberami dalla mano dei miei nemici,
dalla stretta dei miei persecutori:
fa' splendere il tuo volto sul tuo servo,
salvami per la tua misericordia.
Quanto è grande la tua bontà, Signore!
La riservi per coloro che ti temono,
ne ricolmi chi in te si rifugia
davanti agli occhi di tutti.

Gloria al Padre, al Figlio e allo Spirito Santo,
come era nel principio ora e sempre
nei secoli dei secoli.
Amen

Concludiamo la cena e la preghiera con la preghiera che Gesù ci ha insegnato: Padre nostro.

Preghiamo
Rendi Signore la nostra vita provvidenza per chi ci incontra,
per chi incrocia il nostro cammino,
per chi è a noi vicino, per chi è invece lontano.
Donaci di assaporare il tuo amore,
che è dono di vita per noi e per il mondo intero.
Per Cristo nostro Signore.
Amen