

ZAKON BRACI MNIEJSZYCH KONWENTUALNYCH



# Pokarm, który syci

*Aby życie było zdrowe i święte*

List Ministra Generalnego  
do wszystkich braci w Zakonie

Rzym 2015

ZAKON BRACI MNIEJSZYCH KONWENTUALNYCH

# Pokarm, który syci

*Aby życie było zdrowe i święte*

List Ministra Generalnego  
do wszystkich braci w Zakonie

Rzym 2015

## **Najdrożsi Bracia,**

*niech Pan Was obdarzy pokojem!*

W obecnym *Liście*, który dotrze do Was w okresie Wielkiego Postu, pragnę skupić moją wypowiedź na zagadnieniu pokarmu i żywienia, na trudnych problemach związanych z jednej strony z plagą głodu, z drugiej – z nadmiernym przejedzeniem, jak również na niesprawiedliwościach, które mają miejsce w trakcie produkcji, dystrybucji i realizacji tego, co powinno służyć zaspokojeniu potrzeb wszystkich. Pomiędzy pokarmem a duchowością od zawsze istnieje powiązanie ścisłe i nierozzerwalne, nie tylko o charakterze funkcjonalnym. Jesteśmy tym, co spożywamy lub nie spożywamy, a nasz sposób traktowania „chleba powszedniego”, który jest pokarmem naszym i innych – daru Pana, którego nie powinno nikomu zabraknąć, mówi wiele o naszej tożsamości chrześcijańskiej.

Temat pokarmu stawia Kościół w bezpośredniej relacji do świata i wewnątrz świata, w takim sensie że *Kościół wychodzący* wskazywany przez papieża Franciszka, musi porzucić wszelką autoreferencyjność, aby dorównać kroku mężczyznom i kobietom naszych czasów. W tym znaczeniu zakonnicy są ludźmi „na pograniczu”, powołanymi do twórczego przeżywania wyzwań wspólnych wszystkim (a to związane z jedzeniem jest jednym z najważniejszych) w du-

chu autentycznego dzielenia się i prorockiej śmiałości. Ich „nie bycie ze świata” nie może w żaden sposób być usprawiedliwieniem ucieczki od świata, która oznacza brak zainteresowania, dlatego że – jak twierdził Teilhard de Chardin – „Kościół bez świata jest jak kwiat wyjęty z wody”. Skoro Kościół jest zbawieniem dla świata, świat jest dla Kościoła zdrowiem, przestrzenią, gdzie misja apostołów staje się spotkaniem, komunikowaniem, wymianą. Pisze papież Franciszek: „Osiągamy pełnię, gdy burzymy ściany, a nasze serce napęcza się twarzami i imionami!” (*Evangelii gaudium*, 274). W tym duchu chcemy podjąć zagadnienie, tak bardzo zasadnicze i pilne dla życia świata.

Ludzie postrzegają franciszkanów jako osoby oszczędne, także przy stole, a przede wszystkim jako braci posłanych do wszystkich, uważnych na potrzeby wszystkich, w szczególności ubogich. Czy zasługujemy na tak wysoką ocenę? Czy możemy w twórczy sposób przemyśleć nasz styl życia, jedzenia, kryteria według których korzystamy z dóbr ziemskich? Tożsamość, która popycha nas do chęci zmiany świata rozpoczyna się od gestów prostych i codziennych, współdzielonych i braterskich, przyjmowanych jako znaki błogosławieństwa, którym Bóg obdarza nas, a poprzez nas – cały świat.

Z tego powodu nie mogę nie wykorzystać okazji, aby wspólnie z wami rzucić okiem na całą złożoną rzeczywistość naszego Zakonu, tak jak jawi się ona w drugiej dekadzie trzeciego tysiąclecia. Ten mój *List* jest pierwszym z serii poświęconej solidarności i stylom życia. Nie tylko

dla zaświadczenia przed światem, że profetyczne naśladowanie przekształca egzystencję człowieka w dar z siebie, ale również po to, by wśród nas, na każdym poziomie (poszczególne brat, klasztor, prowincja, jurysdykcja, zakon) zwracano właściwą uwagę na potrzeby „najmniejszych”, zarówno jednostek i zbiorowości. Podczas ostatniej Kapituły generalnej w Asyżu w 2013 r. została przyjęta uchwała (nr 4), która zawiera zachętę do wzmocnienia *solidarności braterskiej*. Nie o brak chleba chodzi oczywiście, lecz przede wszystkim o umożliwienie wykwalifikowanej formacji w najuboższych obszarach Zakonu, w oparciu o *Discepolato Francescano*, który to tekst, wraz z tekstem nowych Konstytucji, będzie stanowić narzędzia umożliwiające zrealizowanie priorytetów Zakonu (*Życie Ewangelii*) w sześciolecie 2013-2019.

# Wprowadzenie

## Ku Expo 2015

Nigdy dotąd w historii ludzkości nie produkowano tak wielkiej ilości żywności, jak w naszych czasach, i nigdy – jak dziś – problemy związane z wyżywieniem nie były tak dramatyczne: podczas, gdy 800 milionów ludzi nadal dotkniętych jest głodem, około 1,5 miliarda ma nadwagę, z czego 500 milionów cierpi na otyłość. Głód i otyłość w skali globalnej – nie należy im nadawać tak samo dramatycznego wydźwięku – są symptomami tego samego problemu: niewłaściwej i negatywnej relacji do pożywienia, do rezygnacji z niego i do przeceniania jego znaczenia. Dzieje się tak z motywów ekonomicznych i politycznych, niemalże zawsze ze względu na interes i zysk (por. R. Patel, *Stuffed and Starved* [„Otyli i wygłodniali”], Portobello Books Ltd 2007). W świecie zachodnim ponadto narastają problemy związane z anoreksją i bulimią; pierwszy związany jest z kwestią *wyglądu*, czyli estetyki ciała, drugi – z mitem konsumpcji, która wyzwala niekończący się i nie dający się zahamować mechanizm gromadzenia. W obu przypadkach chodzi o dwie kwestie zasadnicze dla współczesnego człowieka. Od chwili, gdy tożsamość

jest coraz bardziej uzależniana jest od wyglądu, jest także w dwojaki sposób powiązana z procesem nabywania dóbr i ich konsumpcją. Refleksja nad złożonością tych powiązań nie pozwala nam stanąć po stronie tych, którzy mogą problem rozwikłać; nasze rozwiązania okazałyby się dalekie od rzeczywistości lub ograniczone do niektórych załedwie krajów lub sytuacji marginalnych.

Okazją do refleksji tego rodzaju jest planowana międzynarodowa wystawa EXPO (oficjalnie: *Esposizione universale*), Mediolan 2015 r., o sugestywnym tytule: *Nutrire il Pianeta, Energia per la Vita (Nakarmić planetę, energia dla życia)*. Celem wydarzenia – które będzie trwało w stolicy ekonomicznej Włoch przez 184 dni, od piątku 1 maja do soboty 31 października 2015 r. – będzie zwrócenie uwagi na najważniejsze kwestie związane z jedzeniem i wyżywieniem dla wszystkich, w kontekście zrównoważonego rozwoju planety. W podwójnej perspektywie: *Food safety* czyli zagwarantowania naturalności produktów żywnościowych, i *Food security*, czyli zagwarantowania wszystkim dostępu do żywności i wody w ilości koniecznej do zaspokojenia własnych potrzeb, tak, aby ostatecznie pokonać plagę głodu na świecie.

Logo EXPO 2015 stanowi rysunek „Człowiek witruwiański” Leonardo da Vinci, znany symbol człowieka, który w sposób doskonały wpisuje się w centrum dynamik planetarnych i kosmicznych. Człowiek witruwiański znajduje się wewnątrz dwóch figur geometrycznych – koła i kwadratu, uważanych przez greckiego filozofa Platona za doskonałe, a które ra-

zem oznaczają stworzenie: kwadrat oznacza Ziemię, a koło – Wszechświat. Człowiek wchodzi w kontakt z tymi dwiema figurami w sposób jednoznacznie proporcjonalny, co symbolizuje doskonałą naturę stworzenia człowieka w zgodności z Ziemią i Wszechświatem. Nawet jeśli dzisiaj ta harmonia człowiek-planeta-wszechświat jest w znacznej części do odbudowania.

W EXPO 2015 weźmie udział ponad 144 krajów, które będą reprezentować 94% ludności świata, a oczekuje się, że wystawę odwiedzą miliony zwiedzających.

## Pokarm, nie tylko paliwo

Żywić się i żywić to dwa zachowania, które stanowią ramy życia i w swej powtarzalności gwarantują jego trwanie. Nawet jeśli rutyna pozbawiła nas tego głębokiego sensu, żywność ciągle przecież jest tym, co nas wyrzuca śmierci, ukazując nam ograniczoność ludzkiej egzystencji, fakt, że jesteśmy stworzeniami potrzebującymi i zależnymi. Pokarm, ponadto, nie karmi jedynie ciała, lecz także umacnia i strzeże relacji, ubogaca je i nadaje im wartość. Także z tego powodu chleb nie jest jedynie chlebem, lecz odsyła nas do relacji dobrych lub złych, które mamy ze światem, rzeczami, innymi bliskimi i dalekimi, ciałem naszym i innych. Żywić się i żywić wyraża także pewnego rodzaju podział czasu, według intensywności znaczenia i ważności, jaką one mają w relacjach personalnych i wspólnotowych. Są posiłki codzienne, świąteczne i są okresy postu, które stanowią czasowe wyrzecz-

nie się pokarmu lub ograniczenie w jego spożywaniu. Tak, jak pokarm świąteczny, w nadmiarze i niemalże w przesadnej ilości jest nasileniem oferty produktów żywnościowych i napojów, które jako cel mają „świętowanie”, tak post odsyła do prawdziwego pokarmu braterskiego i duchowego. W normalnej sytuacji pokarm jest rzeczywistością codzienną, której prawdą jest pojmowanie go jako daru, bez względu na to czy jest go dużo czy mało.

Powiązanie żywności ze światem, z życiem i z innymi jest więc ściślejsze, niż się sądzi, i stawia przed nami „na talerzu” jedną z największych kwestii ludzkiej egzystencji: relację między naturą i kulturą. Pomyślmy tylko o prostym fakcie, że w Eucharystii nie ofiarujemy ziarna i winogron, lecz chleb i wino, zatem jest to historia zdolności i przemiany, pracy i wysiłku, w których człowiek przyjmuje, przystosowuje dla siebie dary Stworzyciela. Ponadto, pokarm jest zawsze odwołaniem do drugiego: tego, kto go produkuje (nierzadko poddany reżimowi wykorzystania lub niesprawiedliwej płacy, albo pozbawionemu praw); do miejsca, gdzie jest wyrobiany (chodzi o produkty wytwarzane na miejscu – „zero kilometrów” – dzięki czemu są naturalne i mniej skażone); do sposobu konsumpcji (w samotności, w formie szybkich i seryjnych obiadów typu *fast food* czy też w towarzystwie innych). Wychodząc od pokarmu, możemy postawić wiele pytań, także dramatycznych: ile sprawiedliwości i ile niesprawiedliwości; ile pokoju i ile niepokoju; ile pracy i ile rozboju w normalnym, spontanicznym i koniecznym spożywaniu? Mówienie o pokarmie, który nie jest jedy-

nie „paliwem” potrzebnym do życia, lecz zakłada wymiar relacyjny o bliższym i dalszym zasięgu, oznacza mówienie o wielkich problemach, które dotyczą i przysparzają troski ludzkości, i ukierunkowuje nasz wzrok ku horyzontom szerszym i często zapomnianym.

## ROZDZIAŁ I

# Nakarmić siebie i nakarmić innych

*Punktem wyjścia poniższych rozważań jest życie, aby do życia powrócić. Nie w sposób bezpośredni, lecz opisywy, stąd też sugestie nie zostaną umieszczone na końcu – w formie punktowego podsumowania – lecz będą pojawiać się w tekście sukcesywnie, w miarę rozwijania tematu.*

### Troska o pokarm

Dla wielu braci, zwłaszcza w wielkich wspólnotach, pokarm jest czymś, co pojawia się na początku posiłku i na jego zakończenie znika (to, co pozostaje) na metalowym wózku z kółkami. Zazwyczaj dostarczany jest już gotowy i ładnie podany na wielkich tacach, aby każdy mógł dokonać własnego wyboru. Jest ktoś, kto zatroszczył się o jego zakupienie, przechowanie i przyrządzenie dla nas, którzy stanowimy ostatnie ogniwo skutecznej „taśmy montażowej”. Niewielu braci, niekiedy nikt – jak to się mówi – „nie wyrabiał ciasta”, a więc nie przyczynił się w żaden sposób



do troski o pokarm, z którego wszyscy korzystamy, zazwyczaj w nie przesadnej, ale jednak obfitości i różnorodności. Pomimo to, niektórzy utrzymują, że Jezus był także *homo culinaris*, czyli umiał gotować (por. G. C. Pagazzi, *La cucina del Risorto. Gesù cuoco per l'umanità affamata*, EMI 2014; [*Kuchnia Zmartwychwstałego. Jezus kucharzem dla wygłodniałej ludzkości*]) i z pewnością czynił to po zmartwychwstaniu dla niektórych ze swoich uczniów („Którzyśmy z Nim jedli i pili po Jego zmartwychwstaniu”, Dz 10,41), dokładniej – nad brzegami Jeziora Tyberiadzkiego; idealny wprost sposób do ponownego nawiązania bliższej relacji i odnowienia kontaktu: „A kiedy zeszli na ląd, ujrzeli żarzące się na ziemi węgle, a na nich ułożoną rybę oraz chleb. Rzekł do nich Jezus: «Przynieście jeszcze ryb, któreście teraz ułowili» (...) «Chodźcie, posilcie się» (...) A Jezus przyszedł, wziął chleb i podał im – podobnie i rybę” (por. J 21,9-13). Zbyt proste i oczywiste porównanie z uczną Eucharystyczną usunęło w cień objawieniowy charakter tych gestów Zmartwychwstałego: nie wyrażają one jedynie tego, co już wcześniej zostało wyrażone, lecz wskazują na nowy konkretny, wyrażony czynem sposób troszczenia się o uczniów. Przekształcając pokarm i przygotowując go dla tych rybaków najpierw zniechęconych, a potem zaskoczonych z „powodu mnóstwa ryb”, które zagarnęli w sieci, Jezus doświadcza przyjemności „com-piacere” (con = wspólnie, razem z; piacere = przyjemność), podjęcia troski o swoich przyjaciół dla odnowienia ich sił fizycznych i w ten sposób ożywienia ich nadziei. *Troska o pokarm, która często w naszych*

*klasztorach powierzana jest w ręce zawodowców, nie jest sprawą, którą należy całkowicie pomijać, ani tym bardziej nią pogardzać, gdyż wyraża ona prawdziwą i bezpośrednią troskę o brata, o jego dobre samopoczucie na ciele i na duszy.*

## Pokarm, który jednoczy

Gdy pragniemy spotkać się z przyjacielem, aby spędzić z nim trochę czasu, na ogół zapraszamy go na obiad lub kolację: „Masz ochotę coś przekąsić?”, lub też, gdy czasu jest niewiele, wypijamy z nim filiżankę kawy, herbaty lub mate... Posiłek jest koniecznością, ale także okazją do przebywania razem, do rozmów i opowiadań, do zapoznania rozmówcy z ostatnimi wydarzeniami, o tym, co słyhać, niekiedy do zwierzeń. Przy stole rodzą się i umacniają przyjaźnie, życie rodzinne, i w podobny sposób – życie każdej wspólnoty ludzkiej czy zakonnej. „Powiedz mi jak (i z kim) jesz, a powiem ci kim jesteś!”, ponieważ zasiadanie przy stole jest ćwiczeniem uczłowieczania.

Jako zakonnicy, często jedynie przy stole jesteśmy tak blisko siebie, tak rozmowni lub milczący, z potrzeby przestrzegania kolejności i dopasowania naszego czasu do czasu innych. Jedni wręcz dosłownie pochłaniają swój posiłek, inni spożywają go wolniej i spokojniej, inni jeszcze – ponieważ są starsi lub chorzy – potrzebują specjalnych diet i muszą używać lub unikać niektórych produktów: wszystko to wymaga uwagi i dyspozycyjności wszystkich.

*Uczestniczenie w posiłku, lub nie, czyni różnicę, ponieważ na dłuższą metę oduczamy się nie tyle jedzenia, co samej relacji, tego wszystkiego, co podczas posiłku i dzięki niemu tworzy nasze relacje z innymi.* Spożywanie we wspólnocie, to czerpanie życia z tego samego źródła, to poczucie, że jesteśmy solidarni i jesteśmy przyjaciółmi, osobami bliskimi sobie i wzajemnie odpowiedzialnymi za dobre samopo-

czucie jeden względem drugiego: jemy i pijemy za czyjeś zdrowie! Jedzenie jest jednocześnie gestem materialnym i duchowym: podczas posiłku tworzymy wspólnotę, wzmacniamy wspólnotę. Z jednej strony pokarm, jak żadna inna rzecz w swej materialności, wydaje się oddalać nas od absolutu (przypomnę tu słynne zdanie Ludwiga Feuerbacha: *człowiek jest tym, co je*), z drugiej – rzeczywistość wcielenia ukierunkowuje nas na pokarm, którym się dzielimy, od chwili, gdy gest spożywania będzie stawał się coraz bardziej „uczłowieczony”; powinien on ulec przemianie od zaspokajania nie dającego się wyeliminować instynktu fizjologicznego i łownego, do osiągnięcia znaczenia otwartości i daru w odniesieniu do drugiego człowieka, aż stanie się gestem objawiającym, jak to nastąpiło podczas wieczerzy w Emaus (por. Łk 24,30-31).

## Pokarm błogosławiony

We wszystkich naszych wspólnotach, zanim zasiądziemy do stołu, gwardian intonuje modlitwę, w którą włączają się wszyscy. Na ogół jest to krótka modlitwa, ponieważ w wielu miejscach wspólny posiłek poprzedzony jest Godziną w ciągu dnia lub Nieszporami. Nie należy jej jednak lekceważyć, ponieważ jej zadaniem jest przede wszystkim wprowadzić zdrowy dystans – choćby jedynie chwilowy – do pokarmu, który już jest podany, ale jeszcze nie mamy go na talerzach. Przez zdystansowanie się poprzez modlitwę zostaje w sposób symboliczny pokonana wszelka chciwość, łakomstwo, żądza: dystans łączy z Bogiem i z braćmi w rzeczywistości pokarmu, wskazuje na pochodzenie pokarmu (od Boga właśnie) i jego przeznaczenie (dla wszystkich obecnych i nie tylko) wraz z dobrocią: „Wszystko, co Bóg stworzył, jest dobre, i niczego, co jest spożywane z dziękczynieniem, nie należy odrzucać. Staje się bowiem poświęcone przez słowo Boże i przez modlitwę” (1Tm 4,4-5). *Pokarm jest w ten sposób, w najgłębszej swej jakości, utożsamiany z darem ze wszechmiar pozytywnym, który otrzymujemy i którym mamy obdarowywać innych; nie można go zawłaszczać ze szkodą dla innych.* Ukierunkowuje ponad niewdzięczność, czyli tę powierzchowność, które to co otrzymujemy każe nam traktować, jak rzecz oczywistą; ponad samowystarczalność, która łączy nas, że wystarczamy sami sobie; ale także ponad obojętność, która pomija drugiego, gdyż uważa jego obecność za zbyt uciążliwą i traktuje go jako rywala.

Skoro błogosławieństwo pokarmu pozwala nam przejść od logiki posiadania, od gromadzenia i jedynie samolubnego wykorzystywania, do logiki współdzielenia i daru, wspólny stół staje się *par excellence* miejscem obrotu „darem”, który dzieli się na poszczególne dary. Swoisty charakter daru polega na tym, że powoduje on krążenie uczuć, bardziej niż przedmiotów, dobra bardziej niż dóbr. *Wspólne posiłki widziane z tej perspektywy są prawdziwymi i właściwymi miejscami strategicznymi naszego pełnego miłości spotkania z braćmi.* Nie są obowiązkiem, który pozwala zdobywać kolejne kalorie w związku z pracą apostołską, lecz przestrzenią braterstwa na wyższym poziomie, i to do tego stopnia, że jeśli nie zdoła się stworzyć braterstwa przy posiłku, trudno będzie uczynić to w innych momentach i kontekstach.

## Pokarm zmarnowany

Jednym z najbardziej dramatycznych skandali naszych czasów jest marnotrawienie żywności. Problem ten dotyczy sieci dystrybucji żywności w wielkich supermarketach – gdzie towary wystawiane są na sprzedaż, publicznych miejsc konsumpcji, ale także zarządzania domową lodówką. Termin konsumpcjonizm, zbyt często nadużywany lub używany w sposób moralizujący, oznacza, oprócz przesadnego i nieproporcjonalnego stylu konsumpcji, logikę, zgodnie z którą rzeczy mają swój termin ważności, a nawet, gdyby go nie miały, należy je jak najszybciej zastąpić innymi, nowymi i bardziej obiecującymi. „Konsumuję, więc jestem!” to imperatyw ludzi coraz bardziej zdezorientowanych, którzy łudzą się uzyskać tożsamość i prestiż w wyniku tego, co konsumują i im więcej konsumują. Paradoksalnie, ekonomia świata zachodniego, która przez jakiś czas prosperowała wykorzystując producentów dóbr, dzisiaj zdobywa swoje zyski wykorzystując konsumentów tych samych dóbr, schlebując im i zwodząc ich oszukańczymi reklamami. Po to, by konsumpcjonizm mógł kontynuować swój zwycięski pochód „potrzeba” odpadów, aż do granic absurdu, który czyni odpady czynnikiem determinującym proces ekonomiczny. „Konsumpcjonizm – według papieża Franciszka – sprawił, iż przyzwyczailiśmy się do tego, że coś zbywa, i do codziennego marnowania żywności, której niekiedy nie potrafimy już przypisać właściwej wartości, przewyższającej parametry czysto ekonomiczne. Pamiętajmy jednak, że żywność, którą się wyrzuca, jest niejako żywnością kra-

dzioną ze stołu ubogich, tych, którzy głodują!” (*Audiencja generalna, 5 czerwca 2013 r.*). „Nie można się godzić, by miliony ludzi na całym świecie umierały z głodu, podczas gdy codziennie wyrzuca się tony żywności z naszych stołów” (*papież Franciszek, Przemówienie do Parlamentu Europejskiego, 25 listopada 2014 r.*). Nie są to słowa nowe, nigdy nie słyszane, lecz słowa, które po raz kolejny przypominają nam, że jedną z największych trudności naszej epoki jest „wrażliwość na drugiego”, wciągnięcie jego dobrobytu czy złego samopoczucia w nasz własny horyzont doświadczeń, z prawdziwą empatią, pozwalając się dotknąć jego realną kondycją życiową, która zresztą jest jedyną możliwością, by człowiek mógł się na nowo reaktywować. *Nakaz niemarnowania powinien być dla nas franciszkanów rodzajem przykazania, gdyż każde marnotrawstwo żywności (woda, energia, ziemia...) jest marnotrawieniem stworzenia i czyni ziemię uboższą i mniej gościnną dla przyszłych pokoleń.* Skoro żywność wyrzucona na śmietnik pochłania tyle zasobów i stanowi obrazę tego, kto cierpi głód, imperatywem staje się zmniejszenie, także w naszych wspólnotach, pojemnika na śmieci.

## Pokarm dla wszystkich

„On daje pokarm wszelkiemu ciału, bo Jego łaska na wieki”. W ten sposób Psalm 136[135],25 opisuje troskę Boga o każde stworzenie, nie tylko człowieka. Każda istota żyjąca ma prawo do otrzymania swojej części żywności, a Bóg sam angażuje się, aby nikomu nie zabrakło tego, co konieczne. Nie jest dziełem przypadku fakt, że cudem najczęściej wspomnianym w Ewangeliach – sześć razy – jest rozmnożenie chlebów, w wyniku którego Jezus rozdaje pokarm dla zgłodniałych ludzi, nawet jeśli oczywiste jest, że ten chleb pochodzi od Boga i to przez Niego zostaje rozdany. „Nikt wcześniej nie jadał tak jak Jezus, jako Syn, który uznaje, że otrzymuje chleb, tak jak otrzymał życie. Także w geście nakarmienia innych zachowuje się On jak Syn, nie zatrzymując dla siebie tego, co wie, że otrzymał” (G. C. Pagazzi, *La cucina del Risorto*, dz. cyt. 18).

Dzisiaj chleb dla wszystkich, żywność konieczna do zagwarantowania minimum potrzebnego dla każdego człowieka nadal nie jest rzeczywistością. W naszym świecie tragedia głodu jest, niestety, zadomowiona, dlatego „stawia nas w obliczu jednego z najpoważniejszych wyzwań, z którymi musi zmierzyć się ludzkość: chodzi o tragiczną sytuację, w jakiej żyją jeszcze miliony głodujących i niedożywionych” (Franciszek, *Orędzie na Światowy Dzień Żywności*, 16 października 2013 r.). Wciąż aktualna pozostaje przypowieść o bogaczu (por. Łk 16,19-31), który „ubierał się w purpurę i bisior i dzień w dzień świetnie się bawił” (w. 19). Jednak to nie owe ekscesy zostają potępione bez-

pośrednio w tekście ewangelicznym, ile raczej jego zaślepienie z nich wynikające w stosunku do żebraka, który „u bram jego pałacu leżał” i „pragnął [on] nasycić się odpadkami ze stołu” (w. 20-21). Brak wrażliwości i zamknięte serce bogacza są ciężkim grzechem naszych czasów, który wyklucza biednych, rezerwując dla nich okruchy, odpadki i resztki, co sprawia, że stajemy wobec „ekonomii wykluczenia i nierówności” (Franciszek, *Evangeli gaudium*, 53). Trudno jest w takim kontekście bronić ekonomicznej teorii «zbytku» (*tamże*, 54), według której skoro kapitalizm powoduje wzrost i dobrobyt dla tych, którzy już są zamożni, to jest to z korzyścią dla biednych, którzy proporcjonalnie do tego stanu rzeczy są jego beneficjentami. To tak jakby powiedzieć, że aby pomóc Łazarzowi, należy tak postępować, aby bogaty żarłok konsumował jeszcze więcej, i produkował coraz więcej okruchów (por. Ó. Maradiaga, *Senza etica niente sviluppo*, EMI 2013, 58-59). Włączenie w społeczeństwo, jakość relacji, uznanie równej godności i równouprawnienia jest ostatecznym celem solidarności i podziału dóbr. Jeśli nie rozwiążemy problemów ludzi ubogich – podtrzymuje papież Franciszek – nie będzie można rozwiązać problemów świata, co więcej, żaden problem globalny w ogóle, nie będzie mógł zostać faktycznie rozwiązany (por. *Evangeli gaudium*, 202).

W jaki sposób? Poprzez *Kościół ubogi dla ubogich*. Oto odpowiedź chrześcijan wraz z papieżem Franciszkiem: o ile druga część tego stwierdzenia – *dla ubogich* – była zawsze praktykowana z wielką hojnością, o tyle pierwsza, *Kościół*

*ubogi* – była do dzisiaj mało brana pod uwagę, zarówno teologicznie, jak i duszpastersko. *Franciszkanów obowiązuje ta sama perspektywa, w tym sensie, że należy przewyciężyć pojmowanie ubóstwa jako cnoty osobistej, po to, by odzyskać jego fundamentalne zakorzenienie chrystologiczne i jego objaśnienie eklezjologiczne* (por. *Lumen gentium*, 8), *podobnie jak jego siłą humanizującą jednostki z względą na solidarność z każdym bratem.*

## Pokarm w nadmiarze

Każda epoka naznaczona była szczególnymi chorobami. Pomyślmy o trądzie czy malarii w Średniowieczu, dżumie w XVII wieku, gruźlicy w XIX wieku, raku czy AIDS w XX wieku, ebola – w najnowszych czasach. W XXI wieku atakują nowe choroby epokowe, wśród których coraz szersze kręgi zatacza otyłość (posiadanie nadwagi w sposób stały i nieproporcjonalny) wraz z jej orszakiem ubocznych negatywnych skutków zdrowotnych: nadciśnienie, cukrzyca, zmiany metabolizmu... Zjawisko jest tak szerokie i zatrwajające, że w 2001 r. Światowa Organizacja Zdrowia ukuła neologizm *globesity* (globalna otyłość); w krajach Zachodu jej przyczyną jest szeroki dostęp do żywności wysoko kalorycznej i wynikający z tego fakt ubytku sił fizycznych, szczególnie w środowisku pracy. W pozostałej części świata mamy do czynienia z prawdziwym i rzeczywistym „zamkniętym kręgiem”: kraje, które niedawno pokonały głód, wchodzą na drogę otyłości. Jednakże, podczas gdy w tych krajach na nowe zagrożenie narażeni są ludzie z wyższych klas społecznych, na Zachodzie problem ten dotyka przede wszystkim niższych sfer społecznych, dlatego odwrócony jest tradycyjny obraz otyłości bogatego i szczupłości biednego. Z jednej strony braki w dostępie do żywności nadal stanowią przyczynę niedożywienia milionów osób i stanowią obrazę godności człowieka, z drugiej – niepożądane i nierozważne wykorzystanie żywności powoduje niemałe problemy fizyczne i psychologiczne. Czasownik „jeść”, który dla jednych oznacza nie-

zaspokojone pragnienie, dla innych stanowi oczywistość codzienną, a dla jeszcze innych może stać się tragiczną obsesją, która niszczy życie, tworząc nierzadko uzależnienia, które gdy przerodzą się w sytuacje chroniczne – wymagają długiego specjalistycznego leczenia.

Możemy się pytać, czy dzisiaj nadal istnieje grzech łakomstwa, modny w przeszłości, a w naszych czasach traktowany z pogardą, widząc że ulega absolutyzacji idea, zgodnie z którą jedzenie jest kulturą, często bez doprecyzowania, że nie każdą kulturę można sprawdzić do jedzenia: mnożenie programów telewizyjnych, książek i czasopism na temat kuchni i jej wspaniałości dobrze charakteryzuje ową tendencję. Sondaż przeprowadzony we Francji jesienią 2003 r. wykazał, jak bardzo wada łakomstwa jest spośród wszystkich najbardziej znana, a jednocześnie uznawana za najmniej ważną.

Pismo Święte przypomina nam, że uczynienie własnego brzucha bogiem prowadzi ku zatraceniu (por. Flp 3,19), nie dlatego, że naturalna potrzeba jedzenia – która zakłada uzasadnioną przyjemność – jest przeciwna wierze chrześcijańskiej, ale w mierze w jakiej popada się w rodzaj „religii jedzenia” i staje się niewolnikami *biznesu* kulinarnego. W przypadku nas, braci, jedzenie łączone jest zawsze ze wspólnotą stołu (*cum-vivere*), która przyprawia produkty słowem, bliskością, braterstwem, dzieleniem się. Nie bez pewnej wstrzemięźliwości, która nie oznacza jedynie przymusowej rezygnacji z pewnych rzeczy, lecz także ich kwalifikowanie, w sensie „mniej, ale lepiej”, mniej ale dla wszyst-

kich, mniej, ale zdrowiej i nieszkodliwie. Wychowywanie do jedzenia, do rozumienia jego wartości i do niebezpieczeństw związanych z jego nadużywaniem, będzie pomagało w budowaniu wspólnot zdrowszych i jednocześnie świętszych.

## Pokarm wybłagany

Istnieje nie tylko modlitwa nad pokarmem, o której mówiliśmy wcześniej, ale także modlitwa o pokarm, którą można umiejscowić wewnątrz podwójnego ruchu: tego ku Ojcu – „Chleba naszego powszedniego daj nam dzisiaj” (Mt 6,11), i tego ku ludziom, którzy chleba potrzebują – „Wy dajcie im jeść!” (Mk 6,37). Bóg daje chleb, aby był on rozdzielony wśród Jego dzieci i aby nikomu go nie brakowało.

Zatrzymajmy się nad wyrażeniem „chleb powszedni”, zawartym w modlitwie, której Jezus nauczył uczniów i powierzył im jako wzór każdej prośby. Po uznaniu centralności Królestwa, którym rozpoczyna się *Ojciec nasz*, następują prośby Królestwa, w centrum których – tak w wersji Mateusza, jak i Łukasza – znajduje się właśnie prośba o „chleb”, jedyny rzeczownik, obok którego znajdujemy przymiotnik „powszedni”. Nie ma życia bez konkretnego chleba, którym żywi się każda codzienność, dlatego należy tutaj unikać wszelkiego uduchowiania, które osłabiłoby materialne znaczenie chleba. Chleb poza tym jest powszedni, ponieważ potrzeba człowieka i przede wszystkim dar Boży odnawiają się każdego dnia, wykluczając jakąkolwiek chęć gromadzenia, która poddaje w wątpliwość Bożą Opatrzność. „Dlatego powiadam wam: Nie troszczcie się zbytnio o swoje życie, o to, co macie jeść i pić, ani o swoje ciało, czym się macie przyodzierać. Czyż życie nie znaczy więcej niż pokarm, a ciało więcej niż odzienie? Przypatrzcie się ptakom w powietrzu: nie sieją ani żną i nie zbierają do spichrzów, a Ojciec wasz niebieski je żywi.

Czyż wy nie jesteście ważniejsi niż one?” (Mt 6,25-26). Dobrym Ojcem jest Ten, który karmi wszystkie stworzenia, zniechęcając ludzi do gromadzenia dóbr, które powoduje niepokoję i formy antagonizmu.

Chleb określany jest ponadto jako „nasz”, zatem dla wszystkich, co zakłada odpowiedzialność za jego dystrybucję, której nie można zaniechać. Dla wielu chrześcijan prośba skierowana do Boga o chleb powszedni, gdy ten jest zagwarantowany i nie stanowi pierwszorzędnej troski, może wydawać się zwykłą formułką. Właśnie owo „nasz” czyni różnicę i poszerza horyzonty, nie pozwala, aby „modlitwa chleba” stała się jedynie pustą i niegroźną formułką. Powinniśmy zastanawiać się nad *eco-gluttony* [eco-łakomstwo], które polega na zaspokojeniu własnych potrzeb za cenę głodu innych, choć na ogół chodzi o osoby nam dalekie i nieznane.

Codziennie we Mszy świętej i w Modlitwie Liturgicznej Kościoła, bracia wielokrotnie odmawiają *Ojciec nasz*, modlitwę synów i braci, która łączy wertykalny wymiar wiary z horyzontalnym. Proszę was, abyście w czasie Wielkiego Postu i przez sześć miesięcy trwania EXPO 2015 modlili się i zachęcali innych do modlitwy do naszego Ojca, ze szczególnym uwzględnieniem wezwania o chleb dla wszystkich.



## Pokarm eucharystyczny

Ostatnia Wieczerza jest wydarzeniem ze wszech miar szczególnym, fundamentalnym w swojej wyjątkowej nowości. Powiązana z Paschą żydowską nie jest jednak jej celebrowaniem, lecz idzie dalej, od momentu, gdy podczas tej wieczerzy Jezus ustanowił *swoją Paschę*. „Wtedy rzekł do nich: «Gorąco pragnąłem spożyć Paschę z wami, zanim będę cierpiał. Albowiem powiadam wam: Już jej spożywać nie będę, aż się spełni w królestwie Bożym»” (Łk 22,15-16). Mamy do czynienia z gestem dwuznacznym, który papież Benedykt XVI tak tłumaczy: „Mogą znaczyć, że Jezus po raz ostatni spożywa zwykłą Paschę ze swoimi. Mogą jednak też znaczyć, że już jej więcej nie spożywa, lecz jest w drodze do nowej Paschy”. (Joseph Ratzinger, Benedykt XVI, *Jezus z Nazaretu. Od wjazdu do Jerozolimy do Zmartwychwstania*. Jedność, Kielce 2011, 126).” Z jednej strony mamy do czynienia z pamiątką historii wyzwolenia, która poprzez wyjście z Egiptu zrodziła naród, z którym Bóg zawarł przymierze; z drugiej – stanowi uprzedzenie Paschy Jezusa, ponieważ dary eucharystyczne są uprzedzeniem Krzyża i Zmartwychwstania. „W akcie oddania swego życia zawarte jest zmartwychwstanie” (*tamże*, 143). Chrześcijanie, w ciągu wieków, spożywając chleb i wino błogosławione i konsekrowane przez kapłana ciągle na nowo aktualizowali historię wyzwolenia i jednocześnie przyjmowali od Jezusa zbawienie, czyli Jego samego. Według *Sacrosanctum concilium* (nr 7), soborowej Konstytucji o świętej liturgii, sposoby, poprzez które Jezus uobecnia się w swoim Kościele to *Jego słowo, sakra-*

*menty, modląca się wspólnota* („Gdzie są dwaj albo trzej zebrani w imię moje, tam jestem pośród nich, Mt 18,20) i w *osobach celebrujących*, ale żadna z tych obecności, mimo iż wszystkie są autentyczne i niezwykle ważne, nie przewyższa *postaci eucharystycznych*. Eucharystia „zawiera bowiem samego Chrystusa i stanowi «jakby pełnię życia duchowego i cel wszystkich sakramentów»” (św. Tomasz, *Suma Teol.* III, q.75, a. 3 e.) [ ] Ta obecność wszakże nazywa się ‘rzeczywista’ nie w sensie wyłączności, jakby inne nie były ‘rzeczywiste’, ale przez szczególną doskonałość, bo jest substancjalna. Przez nią mianowicie obecny staje się Chrystus cały, Bóg i człowiek” (Paweł VI, *Mysterium fidei*, 1965, 39-40).

Codziennie sprawowanie Eucharystii jednoczy nas wewnętrznie z Chrystusem i z braćmi, z ludzkością cierpiącą i zgłodniałą pokarmu materialnego i duchowego. Człowiek żyje chlebem, ale nie tylko chlebem („Nie samym chlebem żyje człowiek, lecz każdym słowem, które pochodzi z ust Bożych”, Mt 4,4), nawet jeśli ciało Chrystusa, pokarm duchowy, stawia nas po stronie Boga, a zatem otwiera nas na solidarność z każdym człowiekiem. „To czynicie na moją pamiątkę” (Łk 22,19) wskazuje nie tylko na potrzebę powtarzania gestu nad chlebem, lecz zachęca do odnawiania, każdego dnia, daru z siebie samego dla braci, w stylu „łamania chleba”, współdzielenia, dla zaspokojenia i ugaszenia wszelkiego głodu Boga i pokarmu.

## ROZDZIAŁ II

# Przy stole Franciszka

### Post

Franciszek z Asyżu, to człowiek żyjący na początku XIII wieku, a zatem w pełni włączony – mimo swojej szczególnej kreatywności – w kulturę i mentalność religijną epoki. Rzeczą bardziej niż oczywistą jest fakt, że zakonnicy praktykowali dłuższe lub krótsze okresy postu, przede wszystkim w okresach przepisanych przez kalendarz liturgiczny; tradycja monastyczna, przez wieki, wydoskoniła ten aspekt ascezy chrześcijańskiej praktykowanej spontanicznie także przez lud. Trzeba dodać ponadto, że w Średniowieczu wykaz siedmiu grzechów głównych funkcjonował na wzór mapy topograficznej, w celu określenia oddalenia się i dystansu od Boga, które były spowodowane każdym ludzkim występkiem. W tej perspektywie łakomstwo, jeden z grzechów cielesnych (innym była żądza), było uważane jako brama („usta”) wszystkich wad, a zatem pierwszym, który należy zwalczyć, aby tym samym uniemożliwić rozwój pozostałych. Zauważmy, że kusiciel zbliża się do Jezusa w chwili, gdy po czterdziestu dniach postu „odczuł w końcu

głód” (Mk 4,2). Pokusa chleba jest tą, która pojawia się jako pierwsza i od razu należy stawić jej czoła. „Nie można się angażować w walkę duchową, jeśli wpraw nie zapanujemy nad wrogiem, który jest w nas, to znaczy nad łakomstwem”, twierdzi Grzegorz Wielki (*Moralia in Job*, Pars sexta, XXX 58). Ten sposób myślenia był zapewne bliski św. Franciszkowi, skoro w *Regule* – po uwagach na temat sprawowania oficjum Boskiego – zamieszcza te dotyczące postu: „Niech poszcza od uroczystości Wszystkich Świętych do Bożego Narodzenia. Co do świętego postu, który zaczyna się od Objawienia Pańskiego i trwa nieprzerwanie przez czterdzieści dni i który Pan uświęcił swoim świętym postem, kto go dobrowolnie zachowa, niech będzie błogosławiony od Pana, a kto nie chce, nie jest do niego zobowiązany. Lecz inny post [czterdziestodniowy] przed Zmartwychwstaniem Pańskim niech bracia zachowują. W innych zaś okresach obowiązani są do postu tylko w piątki. W razie oczywistej potrzeby nie są jednak bracia zobowiązani do postu cielesnego” (*2Reg* 3,5-9). Jak podkreślają komentatorzy ujęcie postu jest znacznie złagodzone w stosunku do *Reguły niezatwierdzonej*, a przede wszystkim do *Reguły benedyktyńskiej* i innych ówczesnych prawodawstw. W wersecie 9 tekstu pojawia się ponadto możliwość odstąpienia od postu cielesnego w przypadku „oczywistej potrzeby” (wyrażenie w sensie bardzo szerokim, nie mające charakteru prawnego), podczas gdy w przedostatnim wersecie trzeciego rozdziału znajdujemy następujące stwierdzenie: „Do któregokolwiek domu wejdziesz, niech wpraw mówią: Pokój temu domowi. I zgodnie ze

świętą Ewangelią mogą spożywać wszystkie potrawy, jakie im podadzą” (*tamże*, 13-14). Ponieważ bracia żyli wśród ludzi ubogich i ciągle przemierzali się z miejsca na miejsce – w odróżnieniu od zwyczajów typowych dla klasztorów – tego rodzaju pozwolenia nie należy traktować jedyne jako liberalizujące („mają na to zgodę”), lecz bardziej jako zachęta do poprzestawania na małym, na tym, co ludzie im ofiarują, zawierzając się Opatrzności i ćwicząc się tym samym w realnym ubóstwie. W istocie zatem to rytm misji apostołskiej decyduje o rytmach i okresach postu, nie odwrotnie.

## Wspólnota stołu

Z jednej strony św. Franciszkowi nie są obce okresy wydłużonego postu, ale zna też wspólnotę stołu, współdzielenie posiłku jako wyraz praktycznej bliskości braterskiej, sposobu troski o potrzeby współbrata, zewnętrzny przejaw, który powinien charakteryzować – także w obfitości – obchody wielkich świąt Pana naszego Jezusa Chrystusa, przede wszystkim Bożego Narodzenia. „Gdy rozprawiano o wstrzeźliwości od potraw mięsnych w Boże Narodzenie, ponieważ wypadło właśnie w piątek, odpowiedział bratu Morico, mówiąc: «Bracie, grzeszysz nazywając dniem Wenery dzień, w którym narodził się Jezus Dziecię. Chcę, żeby w tak wielkim dniu nawet ściany jadły mięso, a skoro nie potrafią, to przynajmniej z wierzchu trzeba je nim natrzeć»” (2*Cel* 199,4-5).

Święty z Asyżu, jak czytamy w pismach źródłowych, był uważny nie tylko na potrzeby żywieniowe braci, jak wówczas, gdy uznał za „obowiązek miłości” przygotowanie stołu dla brata, który w wyniku praktyk pokutnych nocą umierał z głodu i zaprosił do wspólnego posiłku także pozostałych braci (por. 2*Cel* 22,1-4). Ale także był uważny na ich upodobania i szczególne pragnienia, jak w przypadku, gdy towarzyszył do winnicy bratu mającemu akurat ochotę na winogrona: poszedł wraz nim, i jako pierwszy sięgnął po owoce (por. 2*Cel* 75). Nie wykazywał natomiast żadnej wyrozumiałości dla tych, którzy korzystali z owoców jałmużny, w żaden sposób nie przyczyniając się do jej zebrania; brata, który tak postępował

nazwał „bratem muchą”, bliskim „przyjacielem brzucha”, i bezzwłocznie usunął go z Zakonu (por. 2*Cel* 75,3-7).

Piękną syntezę zachowania św. Franciszka w stosunku do pokarmu zawiera Życiorys większy św. Bonawentury: „Był surowy dla siebie, łagodny dla bliźnich i we wszystkim podany Ewangelii Chrystusa. Budował przykładem, nie tylko powstrzymując się od jedzenia, ale także z niego korzystając” (2*B* 5,8). Koniec życia Świętego z Asyżu jest związany, jak wiemy, z pewną dziwną prośbą, która ma niewiele wspólnego z wymiarem duchowym: poprosił panią Jakobinę o ciasteczka migdałowe, które bardzo lubił, a ona dostarczyła mu je bez zwlekania (por. *sLJak*, ZA 8,1-5). Także w ostatnim momencie życia pokarm – w tym przypadku ciasteczka, które wielokrotnie kosztował w Rzymie podczas swojej choroby – nabiera dla św. Franciszka głębokiego wydźwięku relacji międzyludzkich i przyjaźni.

Temat wspólnoty stołu, faktu, że Święty z Asyżu nie chciał nikogo wykluczać od swojego stołu, nabiera w naszych czasach także konkretnego znaczenia o charakterze ekonomicznym, ponieważ dotyczy solidarności w Zakonie, w sensie globalnym. Jeśli jakaś wspólnota ma więcej, niż potrzebuje, w nadmiarze, powinno to być przeznaczone na rzecz innych wspólnot tej samej prowincji, które żyją w stanie niedoboru. Ta sama logika obowiązuje w relacjach między prowincjami i kustodiami tego samego cetusa, jak również pomiędzy cetusami Zakonu. Miłość wobec braci to spojrzenie, które dostrzega i ręka, która

się otwiera, dlatego też styl dostrzegania siebie nawzajem i wzajemnej pomocy powinien stać się z czasem czymś zupełnie normalnym.

## Wdzięczność i uwielbienie

„Przeto czy jecie, czy pijecie, czy cokolwiek innego czynicie, wszystko na chwałę Bożą czyńcie” (1Kor 10,31): dla Franciszka, podobnie jak dla św. Pawła, priorytetem jest ustawienie w centrum Pana i poszukiwanie Go we wspólnocie, podporządkowując temu wszystkie kwestie materialne, także te związane z kwestią wyżywienia, którą doceniał, ale nie przeceniał. Kierowanie uwagi na pokarm było zawsze podporządkowane relacji do Boga i do braci, nigdy nie stanowiło samodzielnego kryterium posiadania czy samego zysku. Bóg był wychwalany zarówno w obfitości i w niedoborze, a Jego dary zawsze muszą prowadzić do spotkania z Dawcą, jako wyraz uznania Jego miłosnego zatroskania o człowieka i wszelkie stworzenie.

„Pochwalony bądź, Panie mój, przez siostrę naszą matkę ziemię, która nas podtrzymuje i rządzi nami, wydaje różne owoce z barwnymi kwiatami i trawami” (*PSł* 9). Od wdzięczności do uwielbienia: to przejście, do którego *Pieśń słoneczna* zachęca w całej swojej rozciągłości i zaprasza do jego praktykowania. Wszystko pochodzi od Boga, w szczególności „matka ziemia”, która jest cennym i jedynym darem podtrzymującym życie wszystkich. Pełne zachwyty spojrzenie św. Franciszka na stworzenie, nie powoduje zaniedbania konieczności „utrzymywania”, widząc, że sformułowanie „podtrzymuje nas i rządzi nami” odnoszące się do ziemi, jest na ogół tłumaczone jako „żywi nas i karmi”. W słowach Franciszka poezja łączy się z konkretem, dlatego Franciszek jest jednocześnie

porwany ku Bogu i uważny na potrzeby innych, troskliwy wobec stworzenia, jako *habitat* chciany przez Najwyższego dla jego stworzeń, i w którym ludzie powinni zacieśniać przymierze poprzez troskliwą opiekę. Z jednej strony „natura jest do naszej dyspozycji, możemy się z niej cieszyć i dobrze ją wykorzystywać; z drugiej jednak strony oznacza, że nie jesteśmy jej panami” (Franciszek, *Przemówienie w Parlamencie Europejskim*, art. cyt.). Jak powiedzieliśmy na początku, temat żywności jest swoistym generatorem, to znaczy rozszerza stopniowo nasze spojrzenie od stołu świata, od naszych potrzeb, ku potrzebom całej ludzkości, od sytuacji incydentalnych, na te dotyczące całej planety. Tak, aby stało się spojrzeniem odpowiedzialnym.

## Zakończenie

Drodzy Bracia, mam nadzieję, że te refleksje wzbudzą wasze zainteresowanie i niektóre zagadnienia wspomniane w *Liście* podejmiecie na nowo razem, we wspólnotach, by je rozwinąć wewnątrz specyficznego kontekstu życiowego, w którym sprawujecie waszą posługę. Bracia Mniejsi Konwentualni są obecni w sześćdziesięciu trzech krajach na pięciu kontynentach, a zatem znajdują się w sytuacjach kulturowych i ekonomicznych bardzo odmiennych, dlatego temat pokarmu nabiera różnych aspektów. Proszę Was ponadto, abyście włączyli w dyskusję także świeckich i wspólnie z nimi szukali stylów życia pozwalających na połączenie wstrzemięźliwości z jakością, dobrobytu ze współdzieleniem.

Dziękujemy każdego dnia Panu dobremu i miłosiernemu za pokarm, który nam daje i sprawia, że nigdy go na naszych stołach nie brakuje. Uczyńmy ze wspólnych posiłków autentyczne spotkania braterskie, podczas których serca otwierają się na wdzięczność i ukierunkowują naszą uwagę na potrzeby braci, zwłaszcza chorych i starszych. *Przeżywajmy je jako czas łaski, który Pan nam daje, byśmy karmili ciało, ducha, i wzajemne relacje.*

Starajmy się być uważni na wszystkich, którym brakuje tego, co konieczne i do których możemy dotrzeć dzięki naszej solidarności, tak aby ze wspólnoty stołu braci nikogo nie wykluczać.

Święta Maryjo, która karmiłaś Jezusa  
i zachowywałaś w sercu Jego słowa,  
spraw, abyśmy wsłuchiwali się w Twego Syna,  
by karmić Nim nasze życie.

Święta Maryjo, Matko zatroskana,  
która podczas wesela w Kanie dostrzegłaś,  
Ty jedyna, to czego brakowało do radości wszystkich,  
uczyn nas uważnymi na potrzeby braci.

Święta Maryjo, która oddałaś chwałę  
Bogu, który „głodnych nasycił dobrami”,  
otwórz nasze oczy na potrzeby świata,  
tak, by nikomu nie zabrakło chleba powszedniego.

Drodzy Bracia, niech Pan Was obdarzy pokojem!

FR. MARCO TASCA  
*Minister generalny*

## Indeks

<b>Wprowadzenie</b> .....	7
Ku Expo 2015 .....	7
Pokarm, nie tylko paliwo .....	9
<b>ROZDZIAŁ I - Nakarmić siebie i nakarmić innych</b> .....	13
Troska o pokarm.....	13
Pokarm, który jednoczy.....	16
Pokarm błogosławiony.....	18
Pokarm zmarnowany.....	20
Pokarm dla wszystkich.....	22
Pokarm w nadmiarze.....	25
Pokarm wyblągany.....	28
Pokarm eucharystyczny.....	30
<b>ROZDZIAŁ II - Przy stole Franciszka</b> .....	33
Post.....	33
Wspólnota stołu .....	36
Wdzięczność i uwielbienie.....	39
<b>Zakończenie</b> .....	41

Marzec 2015  
Villaggio Grafica - Noventa Padovana (PD)



