

LISTOPAD TO NIE TYLKO SZCZEGÓLNY CZAS MODLITWY ZA ZMARŁYCH. 14 LISTOPADA PRZYPADA ŚWIATOWY DZIEŃ UBOGICH, KTÓRY JEST WZYWA DO OKAZANIA TROSKI O NAJSŁABSZYCH.

I WEZ  
ZROB!

W MODLITWIE, WSPOMINAJĄC ZMARŁYCH, NIE ZAPOMINAJ O TYM, BY POMODLIĆ SIĘ W INTENCJI NAJUBOŻSZYCH I O TO, BYŚ UMIAŁ ZROBIĆ COŚ DLA POTRZEBUJĄCEGO, KTÓREGO SPOTKASZ NA SWOJEJ DRODZE. W DZIAŁANIU NIE MUSISZ BYĆ SAM. DZIAŁAJ NA RÓŻNE SPOSOBY:

1. poprzez modlitwę i medytację, dzięki którym zrozumiesz sens skromnego życia
2. poprzez działania na rzecz ubogich
3. mówiąc głośno o konieczności ograniczenia konsumpcyjnego stylu życia.

KORZYSTAJ Z NASZYCH MATERIAŁÓW I INSPIRUJ SIĘ – PROPOZYCJE TEGO, CO MOŻESZ ZROBIĆ. ZNAJDZIESZ NA STRONIE [WWW.LAUDATOSI.CARITAS.PL](http://WWW.LAUDATOSI.CARITAS.PL) ORAZ NA STRONACH KWARTALNIKA.

## NASZE PROPOZYCJE:

1. Zwykle modlimy się o powodzenie w życiu, zdrowie, szczęście. Nie zdajemy sobie sprawy z tego, że szczęściem jest brak przywiązania do rzeczy i wyzbycie się chęci gromadzenia dóbr. Tym razem pomódl się, by rzeczy nie przestonyły ci tego, co najważniejsze:
  - Pomódl się za ubogich i samego siebie modlitwą papieża Franciszka, dla którego wzorem stał się św. Franciszek – modlitwy znajdziesz na odwrocie plakatu Kromka Chleba.
  - Modlitwą może być też rozważanie „Orędzia Ojca Świętego na V Światowy Dzień Ubogich”.
  - Rozważaj życiorysy świętych i błogostawionych, którzy życie poświęcili, by być z ubogimi i chorymi – św. Franciszka z Asyżu, św. brata Alberta czy bł. Hanny Chrzanowskiej – jej życiorys znajdziesz w kwartalniku, wydanie czerwiec 2020 do pobrania ze strony [caritas.pl/pomoc-w-polsce/kwartalnik](http://caritas.pl/pomoc-w-polsce/kwartalnik)
2. Działaj, bo, jak mówił Chrystus „Ubogich zawsze macie u siebie” (Mk 14, 7). Zawsze znajdzie się ktoś, kto potrzebuje twojej pomocy – czy materialnej, czy po prostu twojej uwagi:
  - Zbierz chętnych do pomocy w swojej wspólnotcie, razem pomyślcie o utworzeniu podzielnika – inspirację znajdziesz w artykule „Nie wyrzucaj – wymień”, zamieszczonym kilka stron dalej.
  - Włącz się w swojej parafii w akcję Kromka Chleba – upiecz chleb i podziel się. Ten chleb to symbol tego, że pamiętasz, i pretekst do tego, by podarować komuś choremu, samotnemu twój czas i uwagę. Więcej o akcji czytaj w artykule zamieszczonym kilka stron dalej i na stronie [kromka.caritas.pl](http://kromka.caritas.pl)
  - Zainspiruj znajomych i osoby z twojej wspólnoty zielonym projektem wspólnoty w Sławoborzu i zorganizujcie swój „Stoik św. Franciszka” – więcej o projekcie na [laudatosi.caritas.pl/dzialania-lokalne/koszalin-2019/](http://laudatosi.caritas.pl/dzialania-lokalne/koszalin-2019/)
  - Możesz też przedstawić swój pomysł na to, jak nie marnować żywności i dzielić się nią z potrzebującymi. Może będą to specjalne pojemniki w szkole na niezjedzone czyste śniadanie przyniesione przez uczniów? Więcej zielonych pomysłów na stronie [laudatosi.caritas.pl/dzialania-lokalne](http://laudatosi.caritas.pl/dzialania-lokalne)
3. Możesz głośno mówić o potrzebie zmiany konsumpcyjnego stylu życia i odpowiedzialnym korzystaniu z dóbr:
  - Zachęcaj znajomych do kupowania warzyw i owoców z rodzimych upraw. Istnieje wiele lokalnych inicjatyw, które łączą klientów z lokalnymi producentami – przepis na zorganizowanie kooperatywy znajdziesz w kopercie Caritas Laudato Si (Spizarnia św. Izydora). Pomogą ci też lokalni animatorzy Caritas Laudato Si: [laudatosi.caritas.pl/kontakt](http://laudatosi.caritas.pl/kontakt)
  - Zwracaj uwagę innych na to, jak popularne produkty rujną środowisko naturalne i nasze życie – zainspiruj się artykułem „Zabójczy głód awokado”, który znajdziesz kilka stron dalej.
  - Uczulaj innych na fakt, że dzielenie się nie oznacza oddawania tego, co nam zbywa – zainspiruj się wcześniej felietonem „Z góry, czy z dołu?”, który znajdziesz na końcu kwartalnika.