

Mans  **Unides**
CAMPANYA CONTRA LA FAM

Declara la
GUERRA
a la
FAM

**L'hora de
la fam 2026**

Divendres 6 de febrer



Què és la iniciativa “L'HORA DE LA FAM”?

“**L'hora de la fam**” consisteix en una pregària o reflexió, per fer durant una hora concreta de la setmana prèvia al segon diumenge de febrer, dia de la **Jornada Nacional de Mans Unides**. Durant aquesta hora des d'aquesta associació eclesial, convidem a aturar l'activitat quotidiana per centrar la ment i el cor a prendre consciència de l'immens drama que significa la fam per a milions de persones. De manera complementària a la tradicional iniciativa dels “Sopars de la Fam”, oferim aquesta proposta.

Aquest any “**declarem la guerra a la fam**”, no és una intenció sinó una decisió, des del context de pau i drets humans que ens proposa la nova campanya; per fer, en un món en què 1.100 milions de persones passen gana i no tenen el més elemental, un pas endavant per aturar aquest desastre humanitari i obrir-nos a la pau, que necessita la justícia del compartir per ser veritable, perquè com diu el Salm: “**s'abraçaran la bondat i la pau**”.

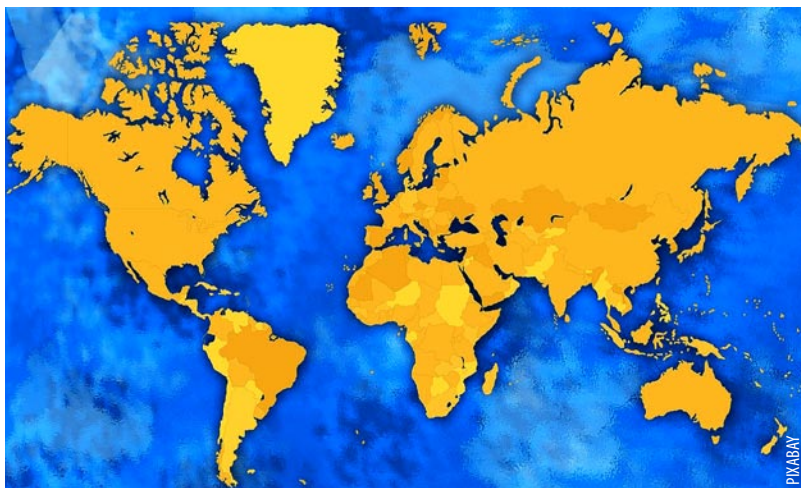
En aquest sentit el papa Lleó XIV, en el vuitè aniversari de la FAO, ens va recordar: “No podem aspirar a una vida social més justa si no estem disposats a desfer-nos de l'apatia que justifica la fam com si fos música de fons a què ens hem acostumat, un problema sense solució o, simplement, responsabilitat dels altres. No podem exigir als altres que actuïn si nosaltres mateixos no complim els nostres propis compromisos. Amb la nostra omissió, ens convertim en còmplices de la promoció de la injustícia”. “Al compromís concret pels pobres també cal associar un canvi de mentalitat que pugui incidir en la transformació cultural”. (*Dilexi te*, 11).

QUÈ FER EN AQUESTA "HORA DE LA FAM"?

Ambientació

Disposar de:

- Una esfera o un mapa de la Terra, per fer visibles alguns països, o llocs, on avui hi ha guerres, terrorisme, enfrontaments ètnics, dictadures, persecució... i que ocasionen gana, dolor, desplaçaments a aquests països o zones. Assenyalen aquests llocs en vermell, amb creus, en negre, amb imatges ...



- Retoladors i post-it per enganxar-los al mapa, durant la pregària.
- Flors blanques o altres signes de la pau.

Introducció

Contemplem en silenci i fem nostres els sentiments, els patiments, la por i l'angoixa dels germans i germanes que pateixen aquestes situacions de violència.

Preguem

Déu de la pau, tu que ets la pau mateixa, que governes el món amb amor paternal, i que vas dir que els qui treballen per la pau seran anomenats fills de Déu, et preguem que tots formem una sola família en la pau, visquem units per l'amor fratern, i treballem sense parar, per instaurar al món la justícia que ve de tu, l'única que garanteix a la família humana una pau ferma i duradora. Per Jesucrist nostre Senyor.

Escoltem la cançó

- "El Peregrino", de Ricardo Cantalapiedra.

<https://www.youtube.com/watch?v=p3g5BUmetjg>



Reconeixem la realitat

Veure el vídeo de la campanya 2026:

"Declara la guerra a la fam"

<https://youtu.be/q-rjdZKJaEw>



Acollim els missatges

● La Paraula a la Sagrada Escripura

"Revestiu-vos, doncs, dels sentiments que escauen a escollits de Déu, sants i estimats: sentiments de compassió entranyable, de bondat, d'humilitat, de dolcesa, de paciència; suporteu-vos els uns als altres, i si algú tingués res contra un altre, perdoneu-vos-ho. El Senyor us ha perdonat: perdoneu també vosaltres. Però, per damunt de tot, revestiu-vos de l'amor, que tot ho lliga i perfecciona. Que la pau de Crist regni en els vostres cors, ja que per a obtenir aquesta pau heu estat cridats a formar un sol cos" (Col 3,12-15).

"Jesús deia als setanta-dos: Aneu: jo us envio com anyells enmig de llops... Quan entreu en una casa, digueu primer: "Pau en aquesta casa." Si allí hi ha algú que n'és digne, la pau que li desitgeu reposarà damunt d'ell.... cureu els malalts que hi hagi i digueu a la gent: "El Regne de Déu és a prop vostre". (Lc 10,1-6.9).



● La Paraula acollida en l'Església

"La tragèdia constant de la fam i la malnutrició generalitzades, que persisteix en molts països avui dia, és encara més trista i vergonyosa quan ens adonem que, encara que la terra és capaç de produir aliments suficients per a tots els éssers humans, i malgrat els compromisos internacionals en matèria de seguretat alimentària, és lamentable que tants pobres del món segueixin mancant del pa nostre de cada dia". (Missatge del Papa Lleó XIV als participants al XLIV període de sessions de la conferència de la FAO -Organització de les Nacions Unides per a l'Alimentació i l'Agricultura)¹.

¹ <https://www.vatican.va/content/leo-xiv/es/messages/pont-messages/2025/documents/20250630-messaggio-fao.html>

"Amb la força de la pregària, amb les mans nues, alçades al cel i obertes cap als altres, hem de fer que aquesta etapa de la història marcada per la guerra i la prepotència de la força acabi aviat i comenci una història nova. No podem acceptar que aquest moment s'allargui més, que modelï la mentalitat dels pobles, que ens acostumem a la guerra com a companya normal de la història humana. Prou! És el crit dels pobres i el crit de la terra. Prou! Senyor, escolta el nostre clam!" (*Discurs del papa Lleó XIV als participants a la Trobada Internacional de Pregària per la Pau*)²

"Sense l'ajut i la guia de Crist, la pau veritable, estable i universal no és possible. La pau de Crist no fa febles els homes, no els converteix en gent poruga i víctimes de la prepotència dels altres, sinó que els fa capaços de lluitar per la justícia i de resoldre molts problemes amb generositat i amor" (*Sant Pau VI. 08.12.1977*).

"Fins que no es reverteixin l'exclusió i la iniquitat a la societat i entre els diferents pobles, serà impossible eradicar la pobresa" (EG 59). "La pau no es pot entendre com a absència de violència, imposada per un sector sobre els altres... La pau es construeix dia a dia en la instauració de l'ordre estimat per Déu, basat en la justícia". (EG 219 y 221).



Reflexió personal

- Reflexiona sobre la situació de guerra que reflecteix el mapa que s'ha treballat.
- Reflexiona sobre la situació de fam, dolor, mort que aquestes guerres ocasionen.
- Coneixes les causes que han provocat alguna de les guerres o conflictes? Què et diuen?

² <https://press.vatican.va/content/salastampa/es/bollettino/pubblico/2025/10/28/281025d.html>



Compartim en el grup

- Compartir en el grup les causes que han motivat les guerres i quines són les conseqüències per als països o comunitats en els que es desenvolupa el conflicte.
- Com hi estem implicats?

Gest de compromís per la pau

Apaguem el foc destructor de la violència amb el foc de vida de l'amor.

- Ens apropem al mapa o al globus de la Terra, i col·loquem sobre cada focus de violència una paraula, un dibuix, una flor o qualsevol altre símbol de la pau.
- Mentrestant posem música de fons o cantem una cançó:
"Pequeñas aclaraciones", de Manzano, Oliver i Cecilia Echenique.
<https://acortar.link/JQuqa8>
- Què puc fer per ser "artesà de la pau" al meu dia a dia? Escriu el compromís, pots compartir-lo i emportar-te'l per recordar-lo al llarg de l'any.



Preguem

"Senyor, Déu de la pau, et beneïm perquè ens vas enviar Jesús, el teu fill estimat.

Tu el vas fer l'autor de la nostra salvació, la font de tota pau, el llaç de tota fraternitat.

Et donem gràcies pels desitjos, els esforços i les accions que el teu Esperit de pau suscita avui dia,

per substituir l'odi per l'amor, la desconfiança per la comprensió, la indiferència per la solidaritat.

Obre el nostre cor a les exigències concretes de l'amor als nostres germans,

perquè siguem, cada cop més, artífexs de la Pau.

Recorda't dels que lluiten, pateixen i moren pel naixement d'un món nou. Que a tots arribi el teu Regne de justícia, pau i amor".

(Sant Pau VI per la Pau).



Comiat

Ens donem la pau mentre escoltem el cant final:

"Tuve hambre y me diste de comer", de C. Gabaraín:

<https://shre.ink/q8uD>



Declara la
GUERRA
a la
FAM