

Progetto Hey Fra' Preghiere

Ecco una proposta per 30 piccoli momenti di preghiera

Ogni momento può essere strutturato così:

1. Preghiera iniziale (breve, adatta a Grest)
2. Brano evangelico (alcuni versetti, scelti con criterio)
3. Fioretto francescano (racconto semplice, narrativo)
4. Preghiera di Francesco (testo autentico o rielaborazione fedele)
5. Piccolo impegno (concreto, quotidiano, fattibile dai ragazzi)

CAPITOLO 1 - IL RITROVO

Tema: la domanda che apre il cammino

1. Preghiera iniziale

Signore Gesù,
siamo qui come siamo arrivati:
con il cuore pieno di cose,
con la testa distratta,
con domande che a volte non sappiamo nemmeno dire.
Tu non ci chiedi di essere pronti,
ma solo di essere veri.
Fermaci, questa sera,
e apri in noi lo spazio dell'ascolto,
perché da una domanda sincera
può nascere una vita nuova. Amen.

2. Brano evangelico

Marco 10, 17-22

Mentre andava per la strada, un tale gli corse incontro e, gettandosi in ginocchio davanti a lui, gli domandò: "Maestro buono, che cosa devo fare per avere in eredità la vita eterna?". ¹⁸Gesù gli disse: "Perché mi chiami buono? Nessuno è buono, se non Dio solo. ¹⁹Tu conosci i comandamenti: *Non uccidere, non commettere adulterio, non rubare, non testimoniare il falso, non frodare, onora tuo padre e tua madre*". ²⁰Egli allora gli disse: "Maestro, tutte queste cose le ho osservate fin dalla mia giovinezza". ²¹Allora Gesù fissò lo sguardo su di lui, lo amò e gli disse: "Una cosa sola ti manca: va', vendi quello che hai e dallo ai poveri, e avrai un tesoro in cielo; e vieni! Seguimi!". ²²Ma a queste parole egli si fece scuro in volto e se ne andò rattristato; possedeva infatti molti beni. (Spunto di riflessione: Gesù non risponde con una lezione, ma con una chiamata.)

3. Fioretto francescano

All'inizio della sua conversione,
Francesco non aveva un progetto chiaro.
Sentiva solo che la vita di prima non bastava più.
Era inquieto, confuso, in ricerca.
Nel suo Testamento scriverà più tardi:
«Il Signore diede a me, frate Francesco,
di cominciare a fare penitenza.»
(*Fioretti di San Francesco, cap. I*)
Non dice quando o come:
dice solo che Dio ha preso l'iniziativa.

4. Preghiera di San Francesco

(Lodi di Dio Altissimo)

Tu sei santo, Signore Dio unico,
che compi meraviglie.

Tu sei forte, tu sei grande,
tu sei l'Altissimo.

Tu sei il bene, ogni bene,
il sommo bene,

Signore Dio vivo e vero.

Amen.

5. Piccolo impegno

👉 Oggi provo a dare un nome a una domanda vera
che porto dentro,
senza scappare e senza rispondere in fretta.

CAPITOLO 2 - IL LABORATORIO

Tema: il primo passo di fiducia

1. Preghiera iniziale

Signore Gesù,
ci chiedi spesso di fare un passo
prima di capire tutto, di fidarci
prima di sentirci sicuri.
Noi vorremmo garanzie,
tu invece ci offri la tua presenza.
Donaci il coraggio
di uscire dalla nostra barca
e di mettere il piede sull'acqua,
sapendo che tu sei davanti a noi.
Amen.

2. Brano evangelico

Matteo 14, 28-31

²⁸Pietro allora gli rispose:

"Signore, se sei tu, comandami di venire verso di te sulle acque".

²⁹Ed egli disse: "Vieni!".

Pietro scese dalla barca, si mise a camminare sulle acque e andò verso Gesù.

³⁰Ma, vedendo che il vento era forte, s'impaurì

e, cominciando ad affondare, gridò: "Signore, salvami!". ³¹E subito Gesù tese la mano, lo afferrò e gli disse:

"Uomo di poca fede, perché hai dubitato?".

(Spunto di riflessione: Pietro cammina finché guarda Gesù.)

3. Fioretto francescano

Francesco raccontava che, quando decise di cambiare vita, sentì paura. Ma non rimandò.

Scriverà:

«E io non tardai,
ma lasciai ogni indugio
e mi sottomisi pienamente
alla volontà del Signore.»

(Fioretti di San Francesco, cap. I)

Non capiva tutto,
ma si fidò abbastanza per iniziare.

4. Preghiera di San Francesco

(Preghiera davanti al Crocifisso)

Altissimo, glorioso Dio,
illumina le tenebre del mio cuore
e dammi fede retta,
speranza certa
e carità perfetta,
senso e conoscenza, Signore,
perché io compia
la tua santa e verace volontà.
Amen.

5. Piccolo impegno

👉 Oggi faccio un passo di fiducia,
anche piccolo,
verso qualcosa che sento giusto.

CAPITOLO 3 - SI PARTE

Tema: la decisione di mettersi in cammino

1. Preghiera iniziale

Signore Gesù,
arriva sempre un momento
in cui non basta più pensare,
immaginare, rimandare.
Ci chiedi di scegliere,
di muovere i piedi,
di rischiare qualcosa di nostro.
Donaci un cuore deciso,
capace di dire "sì"
anche quando non sappiamo
dove ci porterà la strada.
Amen.

2. Brano evangelico

Luca 9, 57-62

Mentre andavano per la strada,
un tale disse a Gesù: «Ti seguirò dovunque tu vada».
Gesù gli rispose:
«Le volpi hanno le loro tane
e gli uccelli del cielo i loro nidi,
ma il Figlio dell'uomo
non ha dove posare il capo».
A un altro disse: «Seguimi».
E colui rispose:
«Permettami prima di andare
a seppellire mio padre».
Gesù replicò:
«Tu va' e annuncia il regno di Dio».
Un altro disse: «Ti seguirò, Signore,
ma prima lascia che io mi congedi da quelli di casa».
Gesù gli rispose:
«Nessuno che mette mano all'aratro
e poi si volge indietro
è adatto per il regno di Dio».

*(Spunto di riflessione:
seguire Gesù è una scelta vera, non un'idea.)*

3. Fioretto francescano

Quando Francesco capì che il Signore lo chiamava
a vivere secondo il Vangelo,
non fece un piano dettagliato.

Scelse di partire.

Scrivono i Fioretti:

«Questo voglio,
questo chiedo,
questo desidero fare
con tutto il cuore.»

(Fioretti di San Francesco, cap. III)

Non sapeva dove sarebbe arrivato,
ma sapeva da chi voleva andare.

4. Preghiera di San Francesco

(Esortazione)

Signore,

fa' che io non cerchi
tanto di essere consolato,
quanto di consolare;
di essere compreso,
quanto di comprendere;
di essere amato,
quanto di amare.

Amen.

5. Piccolo impegno

👉 Oggi prendo una decisione buona
che rimando da tempo,
anche se non è la più comoda.

CAPITOLO 4 - SAN RUFINO

Tema: le radici e il nome

1. Preghiera iniziale

Signore Gesù,
ognuno di noi ha una storia,
un nome,
un punto da cui è partito.
A volte ci pesa,
a volte ci sembra poco importante.
Insegnaci a guardare alle nostre radici
non come a una catena,
ma come a un dono da cui ripartire.
Amen.

2. Brano biblico

Isaia 43, 1-2

«Ora così dice il Signore che ti ha creato:
"Non temere, perché io ti ho riscattato,
ti ho chiamato per nome: tu mi appartieni.
Se dovrai attraversare le acque,
io sarò con te".»

(Spunto di riflessione: Dio chiama per nome, non per ruolo.)

3. Fioretto francescano

Francesco non rinnegò mai la sua storia,
ma non ne fece un vanto.
Diceva che Dio lo aveva chiamato così com'era.
Nei Fioretti si racconta che Francesco
si considerava sempre piccolo davanti a Dio:
«Il beato Francesco diceva
che il Signore lo aveva scelto
non per la sua grandezza,
ma per la sua piccolezza.»
(Fioretti di San Francesco, cap. I)

4. Preghiera di San Francesco

(Lodi di Dio Altissimo - ampliata)

Tu sei santo, Signore Dio unico,
che compi meraviglie.

Tu sei forte, tu sei grande,
tu sei l'Altissimo.

Tu sei amore, carità.

Tu sei sapienza.

Tu sei umiltà e pazienza.

Tu sei la nostra speranza e letizia.

Amen.

5. Piccolo impegno

👉 Oggi ringrazio per la mia storia,
anche per le parti che non capisco ancora.

CAPITOLO 5 - LA CASA DI FRANCESCO

Tema: sicurezza, ricchezza, libertà

1. Preghiera iniziale

Signore Gesù,
ci aggrappiamo spesso a ciò che ci fa sentire sicuri:
le cose, le abitudini,
il giudizio degli altri.
Tu ci chiedi di non fondare la nostra vita
su ciò che passa,
ma su ciò che resta.
Liberaci dalla paura di perdere
e rendici liberi di scegliere l'essenziale.
Amen.

2. Brano evangelico

Matteo 6, 24-33

²⁴Nessuno può servire due padroni, perché o odierà l'uno e amerà l'altro, oppure si affezionerà all'uno e disprezzerà l'altro. Non potete servire Dio e la ricchezza.
²⁵Perciò io vi dico: non preoccupatevi per la vostra vita, di quello che mangerete o berrete, né per il vostro corpo, di quello che indosserete; la vita non vale forse più del cibo e il corpo più del vestito? ²⁶Guardate gli uccelli del cielo: non seminano e non mietono, né raccolgono nei granai; eppure il Padre vostro celeste li nutre. Non valete forse più di loro? ²⁷E chi di voi, per quanto si preoccupi, può allungare anche di poco la propria vita? ²⁸E per il vestito, perché vi preoccupate? Osservate come crescono i gigli del campo: non faticano e non filano. ²⁹Eppure io vi dico che neanche Salomone, con tutta la sua gloria, vestiva come uno di loro. ³⁰Ora, se Dio veste così l'erba del campo, che oggi c'è e domani si getta nel forno, non farà molto di più per voi, gente di poca fede? ³¹Non preoccupatevi dunque dicendo: "Che cosa mangeremo? Che cosa berremo? Che cosa indosseremo?". ³²Di tutte queste cose vanno in cerca i pagani. Il Padre vostro celeste, infatti, sa che ne avete bisogno. ³³Cercate invece, anzitutto, il regno di Dio e la sua giustizia, e tutte queste cose vi saranno date in aggiunta.

(Spunto di riflessione: ciò che scegliamo come "tesoro" orienta tutta la vita.)

3. Fioretto francescano

Francesco era figlio di un uomo ricco
e avrebbe potuto vivere senza preoccupazioni.

Ma sentiva che quella sicurezza
non lo rendeva libero.

Nei Fioretti si legge:

«Il beato Francesco
chiamava la povertà
sua signora
e la amava sopra ogni cosa.»

(Fioretti di San Francesco, cap. II)

Per lui, la povertà
non era miseria,
ma **libertà del cuore.**

4. Preghiera di San Francesco

(Ammonizioni - adattamento fedele)

Beato quel servo
che non pone il suo cuore
nelle cose che passano,
ma solo nel Signore,
nel quale ogni bene è custodito.
Amen.

5. Piccolo impegno

👉 Oggi rinuncio a qualcosa di superfluo
per essere più libero e più attento agli altri.

CAPITOLO 6 - BERNARDO DI QUINTAVALLE

Tema: la chiamata condivisa

1. Preghiera iniziale

Signore Gesù,
a volte ci chiami attraverso una persona,
un amico,
una testimonianza che ci colpisce.
Rendici capaci di ascoltare
anche la tua voce che passa
attraverso gli altri.
Amen.

2. Brano evangelico

Giovanni 1, 35-39

³⁵Il giorno dopo Giovanni stava ancora là con due dei suoi discepoli ³⁶e, fissando lo sguardo su Gesù che passava, disse: "Ecco l'agnello di Dio!". ³⁷E i suoi due discepoli, sentendolo parlare così, seguirono Gesù. ³⁸Gesù allora si voltò e, osservando che essi lo seguivano, disse loro: "Che cosa cercate?". Gli risposero: "Rabbì - che, tradotto, significa Maestro -, dove dimori?". ³⁹Disse loro: "Venite e vedrete". Andarono dunque e videro dove egli dimorava e quel giorno rimasero con lui; erano circa le quattro del pomeriggio.

(Spunto di riflessione: la fede nasce spesso da un incontro.)

3. Fioretto francescano

Bernardo di Quintavalle, uomo ricco e stimato,
rimase colpito dalla vita di Francesco.

Una notte vegliò in preghiera con lui,
poi chiese cosa dovesse fare.

Nei Fioretti si racconta:

«Aperto tre volte il libro dei Vangeli,
trovarono sempre parole
che invitavano a lasciare tutto
e seguire Cristo.»

(Fioretti di San Francesco, cap. III)

Bernardo allora lasciò tutto
e divenne il primo compagno di Francesco.

4. Preghiera di San Francesco

(Preghiera davanti al Crocifisso - autentica)

Altissimo, glorioso Dio,
illumina le tenebre del mio cuore
e dammi fede retta,
speranza certa
e carità perfetta,
senso e conoscenza, Signore,
perché io compia
la tua santa e verace volontà.
Amen.

5. Piccolo impegno

👉 **Oggi ascolto con attenzione una persona**
che mi parla di una scelta buona
o di una cosa importante.

CAPITOLO 7 - NUOVI PREPARATIVI

Tema: discernere prima di scegliere

1. Preghiera iniziale

Signore Gesù,
quando qualcosa di nuovo nasce nel nostro cuore
sentiamo entusiasmo,
ma anche confusione e paura.
Abbiamo paura di sbagliarci,
di illuderci,
di non essere capaci di portare fino in fondo
quello che iniziamo.
Tu conosci il nostro desiderio di bene
e conosci anche le nostre fragilità.
Donaci uno spirito di discernimento,
capace di ascoltare,
di attendere,
di riconoscere ciò che viene davvero da te
e ciò che invece nasce solo dall'entusiasmo del momento.
Amen.

2. Brano evangelico

Luca 14, 25-33

Una grande folla andava con Gesù.
Egli si voltò e disse loro:
«Se uno viene a me e non mi ama più di quanto ami suo padre,
sua madre, la moglie, i figli, i fratelli, le sorelle
e perfino la propria vita,
non può essere mio discepolo.
Chi non porta la propria croce
e non viene dietro a me,
non può essere mio discepolo.
Chi di voi, volendo costruire una torre,
non si siede prima a calcolare la spesa
per vedere se ha i mezzi per portarla a termine?
Così anche chiunque di voi
non rinuncia a tutti i suoi averi
non può essere mio discepolo».
(Questo brano non va "spiegato troppo": va lasciato risuonare.)

3. Fioretto francescano

Quando alcuni uomini chiesero a Francesco
di entrare nella sua fraternità,
egli non rispose subito con entusiasmo.
Non voleva seguaci presi dall'emozione,
ma fratelli consapevoli.

Nei *Fioretti* si racconta che Francesco
invitava chi desiderava seguirlo
a **pregare a lungo**,
a interrogare il cuore,
a chiedere luce a Dio.

«Il beato Francesco non voleva
che alcuno entrasse nella fraternità
senza aver prima invocato il Signore
e conosciuto la sua volontà.»

(Fioretti di San Francesco, cap. XXX)

Per Francesco, scegliere senza discernere
non era libertà,
ma rischio di perdersi.

4. Preghiera di San Francesco

(Ammonizioni, n. 2 - autentica, ampia)

Beato l'uomo
che non confida in se stesso,
né si vanta delle sue opere,
ma pone tutta la sua speranza nel Signore.
Costui è veramente sapiente,
perché riconosce
che ogni bene viene da Dio
e a Dio solo ritorna.
Amen.

5. Piccolo impegno

👉 Oggi, prima di una scelta,
mi fermo davvero:
non reagisco d'impulso,
ma chiedo luce e tempo.

CAPITOLO 8 - SAN DAMIANO

Tema: ascoltare la voce di Cristo che chiama

1. Preghiera iniziale

Signore Gesù,
tu parli spesso nel silenzio,
lontano dal rumore e dalla fretta.
Noi invece riempiamo ogni spazio
con parole, immagini, distrazioni.
Fermaci, questa sera.
Fa' tacere le voci inutili
e rendi il nostro cuore capace di ascoltare.
Donaci il coraggio di prendere sul serio
la tua parola,
anche quando ci chiede di cambiare strada.
Amen.

2. Brano evangelico

Giovanni 10, 1-18

¹"In verità, in verità io vi dico: chi non entra nel recinto delle pecore dalla porta, ma vi sale da un'altra parte, è un ladro e un brigante. ²Chi invece entra dalla porta, è pastore delle pecore. ³Il guardiano gli apre e le pecore ascoltano la sua voce: egli chiama le sue pecore, ciascuna per nome, e le conduce fuori. ⁴E quando ha spinto fuori tutte le sue pecore, cammina davanti a esse, e le pecore lo seguono perché conoscono la sua voce. ⁵Un estraneo invece non lo seguiranno, ma fuggiranno via da lui, perché non conoscono la voce degli estranei". ⁶Gesù disse loro questa similitudine, ma essi non capirono di che cosa parlava loro.

⁷Allora Gesù disse loro di nuovo: "In verità, in verità io vi dico: io sono la porta delle pecore. ⁸Tutti coloro che sono venuti prima di me, sono ladri e briganti; ma le pecore non li hanno ascoltati. ⁹Io sono la porta: se uno entra attraverso di me, sarà salvato; entrerà e uscirà e troverà pascolo. ¹⁰Il ladro non viene se non per rubare, uccidere e distruggere; io sono venuto perché abbiano la vita e l'abbiano in abbondanza.

¹¹Io sono il buon pastore. Il buon pastore dà la propria vita per le pecore. ¹²Il mercenario - che non è pastore e al quale le pecore non appartengono - vede venire il lupo, abbandona le pecore e fugge, e il lupo le rapisce e le disperde; ¹³perché è un mercenario e non gli importa delle pecore.

¹⁴Io sono il buon pastore, conosco le mie pecore e le mie pecore conoscono me, ¹⁵così come il Padre conosce me e io conosco il Padre, e do la mia vita per le pecore.

(Questo brano è da proclamare lentamente, quasi in preghiera.)

3. Fioretto francescano

Un giorno Francesco entrò nella piccola chiesa
di San Damiano,

tutta rovinata e silenziosa.

Si fermò a pregare davanti al Crocifisso.

Non chiese nulla per sé,

ma solo di conoscere la volontà di Dio.

Nei *Fioretti* si racconta:

«Mentre pregava davanti al Crocifisso,

gli parve che l'immagine di Cristo

gli parlasse dal legno

e dicesse:

"Francesco, va' e ripara la mia casa".»

(*Fioretti di San Francesco, cap. II*)

All'inizio Francesco capì quelle parole

in modo semplice e concreto.

Solo col tempo comprese

che Dio stava parlando anche del suo cuore

e della Chiesa intera.

4. Preghiera di San Francesco

(*Preghiera davanti al Crocifisso di San Damiano - autentica, integrale*)

Altissimo, glorioso Dio,

illumina le tenebre del mio cuore

e dammi fede retta,

speranza certa

e carità perfetta,

senso e conoscenza, Signore,

perché io compia

la tua santa e verace volontà.

Amen.

5. Piccolo impegno

👉 Oggi cerco un vero momento di silenzio,

senza telefono e senza rumore,

per ascoltare ciò che il Signore mi chiede.

CAPITOLO 9 - CHIARA D'ASSISI

Tema: il coraggio di una scelta radicale e libera

1. Preghiera iniziale

Signore Gesù,
tu chiami uomini e donne
a seguirti in modi diversi,
ma con la stessa intensità.
Ci sono scelte che nascono nel silenzio,
crescono nel cuore
e chiedono coraggio per diventare vita.
Donaci la libertà interiore
di scegliere ciò che conta davvero,
anche quando questo significa
andare controcorrente
e lasciare sicurezze apparenti.
Amen.

2. Brano evangelico

Matteo 13, 44-46

«Il regno dei cieli è simile a un tesoro
nascosto nel campo;
un uomo lo trova e lo nasconde;
poi va, pieno di gioia,
vende tutti i suoi averi
e compra quel campo.
Ancora, il regno dei cieli è simile a un mercante
che va in cerca di perle preziose;
trovata una perla di grande valore,
va, vende tutti i suoi averi
e la compra».

(Questo brano va proclamato lentamente: parla di gioia, non di rinuncia.)

3. Fioretto francescano

Chiara, giovane donna di famiglia nobile,
rimase profondamente colpita
dalla vita di Francesco.

Non fu una decisione improvvisa:
ascoltò, pregò, lottò interiormente.

Nella notte della Domenica delle Palme,
uscì in silenzio dalla casa paterna
e raggiunse Francesco.

Nei *Fioretti* si racconta:

«Santa Chiara,
infiammata dall'amore di Cristo,
disprezzò il mondo
e seguì il consiglio del beato Francesco,
consacrando totalmente al Signore.»

(*Fioretti di San Francesco, cap. XVI*)

La sua non fu una fuga,
ma una scelta libera e consapevole.

4. Preghiera di San Francesco

(*Lettera a Santa Chiara - autentica, adattata in forma orante*)

Sorella carissima,
nulla anteporre all'amore di Cristo.

Segui le sue orme
con cuore libero e gioioso,
perché grande è la ricompensa
di chi confida solo in Lui.

Amen.

5. Piccolo impegno

👉 Oggi difendo una scelta buona,
anche se non è capita o apprezzata da tutti.

CAPITOLO 10 - NUOVI PREPARATIVI

Tema: fidarsi di Dio nel disordine e nell'incomprensione

1. Preghiera iniziale

Signore Gesù,
quando le cose si complicano,
quando i nostri piani saltano,
quando veniamo fraintesi o giudicati,
nasce in noi l'agitazione
e la tentazione di mollare tutto.
Tu invece sei presente
anche nella confusione,
nei momenti in cui non capiamo
dove stiamo andando.
Donaci la grazia di fidarci di te
quando tutto sembra instabile,
sapendo che tu non abbandoni
chi cerca sinceramente il bene.
Amen.

2. Brano evangelico

Marco 4, 35-41

In quel medesimo giorno, verso sera,
Gesù disse ai discepoli:
«Passiamo all'altra riva».
Lasciata la folla, lo presero con sé,
così com'era, nella barca.
Ci fu una grande tempesta di vento
e le onde si rovesciavano nella barca,
tanto che ormai era piena.
Egli dormiva sul cuscino.
Lo svegliarono e gli dissero:
«Maestro, non t'importa che siamo perduti?».
Si destò, minacciò il vento e disse al mare:
«Taci, calmati!».
Il vento cessò
e ci fu grande bonaccia.
Poi disse loro:
«Perché avete paura?
Non avete ancora fede?».
(Questo brano va lasciato risuonare: parla di paura e fiducia.)

3. Fioretto francescano

Molti ridevano di Francesco
e lo consideravano un folle.

Anche quando iniziò a radunare compagni,
venne frainteso, deriso, ostacolato.

Nei *Fioretti* si legge:

«Il beato Francesco
sopportava con grande pazienza
le ingiurie e le derisioni,
confidando solo nel Signore
e non cercando la lode degli uomini.»

(*Fioretti di San Francesco, cap. VI*)

Francesco non rispondeva con rabbia,
ma con perseveranza.

4. Preghiera di San Francesco

(*Lodi di Dio Altissimo - porzione ampia*)

Tu sei quiete.

Tu sei sicurezza.

Tu sei bellezza e dolcezza.

Tu sei protezione.

Tu sei gaudio e letizia.

Tu sei la nostra speranza.

Tu sei giustizia e temperanza.

Tu sei ogni nostra ricchezza
a sufficienza.

Amen.

5. Piccolo impegno

👉 Oggi, davanti a una difficoltà,
provo a non reagire subito
ma a fidarmi un po' di più di Dio.

CAPITOLO 11 - PIAZZA VESCOVADO

Tema: libertà, verità e fiducia totale in Dio

1. Preghiera iniziale

Signore Gesù,
ci sono momenti nella vita
in cui ci sentiamo messi a nudo,
inermi davanti agli altri
e davanti a noi stessi.
Abbiamo paura di perdere ciò che ci protegge,
di rinunciare a ciò che ci definisce,
di restare senza difese.
Eppure tu ci insegni
che la vera libertà
non nasce dal possesso,
ma dall'affidamento.
Donaci un cuore capace di consegnarsi a te,
senza riserve e senza maschere,
sapendo che nelle tue mani
nulla va perduto.
Amen.

2. Brano evangelico

Matteo 6, 25-34

²⁵Perciò io vi dico: non preoccupatevi per la vostra vita, di quello che mangerete o berrete, né per il vostro corpo, di quello che indosserete; la vita non vale forse più del cibo e il corpo più del vestito? ²⁶Guardate gli uccelli del cielo: non seminano e non mietono, né raccolgono nei granai; eppure il Padre vostro celeste li nutre. Non valete forse più di loro? ²⁷E chi di voi, per quanto si preoccupi, può allungare anche di poco la propria vita? ²⁸E per il vestito, perché vi preoccupate? Osservate come crescono i gigli del campo: non faticano e non filano. ²⁹Eppure io vi dico che neanche Salomone, con tutta la sua gloria, vestiva come uno di loro. ³⁰Ora, se Dio veste così l'erba del campo, che oggi c'è e domani si getta nel forno, non farà molto di più per voi, gente di poca fede? ³¹Non preoccupatevi dunque dicendo: "Che cosa mangeremo? Che cosa berremo? Che cosa indosseremo?". ³²Di tutte queste cose vanno in cerca i pagani. Il Padre vostro celeste, infatti, sa che ne avete bisogno. ³³Cercate invece, anzitutto, il regno di Dio e la sua giustizia, e tutte queste cose vi saranno date in aggiunta. ³⁴Non preoccupatevi dunque del domani, perché il domani si occuperà di se stesso. A ciascun giorno basta la sua pena.

(Questo brano va proclamato con calma: parla alla paura profonda.)

3. Fioretto francescano

Il padre di Francesco, Pietro di Bernardone,
lo trascinò davanti al vescovo
perché restituisse tutto ciò che aveva preso
per restaurare San Damiano.
Davanti a tutti, Francesco fece qualcosa
che nessuno si aspettava:
si spogliò degli abiti,
li restituì al padre
e dichiarò di voler avere **solo Dio** come Padre.
Nei *Fioretti* si racconta:
«Il beato Francesco,
restituiti al padre gli abiti,
rimase nudo davanti al vescovo
e disse:
"D'ora in poi dirò:
Padre nostro che sei nei cieli".»
(*Fioretti di San Francesco, cap. II*)
Non fu un gesto teatrale,
ma una scelta definitiva di libertà.

4. Preghiera di San Francesco

(*Ammonizioni, n. 16 - autentica, ampia*)

Beato il servo
che non si gloria di ciò che possiede,
né di ciò che appare,
ma pone tutta la sua fiducia nel Signore.
Costui è veramente ricco,
perché nulla può essere tolto
a chi si affida a Dio solo.
Amen.

5. Piccolo impegno

👉 Oggi provo a fidarmi di più,
rinunciando al bisogno di controllare tutto
o di apparire forte.

CAPITOLO 12 - E ADESSO?

Tema: quando una scelta chiede di essere confermata

1. Preghiera iniziale

Signore Gesù,
dopo le scelte forti arriva spesso il silenzio.
L'entusiasmo iniziale si abbassa,
le certezze vacillano,
le domande diventano più profonde.
Ci chiediamo:
"Sto facendo la cosa giusta?"
"Vale davvero la pena continuare?"
Tu non ci spingi mai con la forza,
ma ci accompagni con pazienza.
Resta accanto a noi
quando siamo incerti,
quando siamo stanchi,
quando ci sembra di essere arrivati a un bivio.
Donaci il coraggio di non scappare
e la libertà di scegliere ancora.
Amen.

2. Brano evangelico

Giovanni 6, 66-69

Da quel momento molti dei suoi discepoli
tornarono indietro

e non andavano più con lui.

Gesù allora disse ai Dodici:

«Volete andarvene anche voi?».

Gli rispose Simon Pietro:

«Signore, da chi andremo?»

Tu hai parole di vita eterna

e noi abbiamo creduto

e conosciuto

che tu sei il Santo di Dio».

(Questo brano accompagna il momento del dubbio e della decisione rinnovata.)

3. Fioretto di San Francesco

(racconto narrativo + fonte)

Dopo il gesto della spogliazione,
Francesco non aveva più appoggi umani.

Niente padre,
niente casa,
niente sicurezza.

Molti pensavano
che prima o poi avrebbe rinunciato,
che sarebbe tornato indietro.

Anche lui, nel silenzio,
si sarà chiesto che cosa fare.

Eppure Francesco non scappò.
Rimase fedele a ciò che aveva intuito
davanti al Crocifisso.

I *Fioretti* raccontano che,
nonostante le difficoltà,
Francesco continuò a confidare nel Signore:
«Il beato Francesco si abbandonò completamente
alla volontà di Dio, confidando solo in Lui
e non negli uomini.»

Fioretti di San Francesco, cap. I

La sua forza non stava nell'assenza di dubbi,
ma nella fiducia.

4. Preghiera di San Francesco

(Testamento - passaggio iniziale, autentico)

Il Signore diede a me, frate Francesco,
di cominciare a fare penitenza.

E quando ero nei peccati,
mi sembrava cosa troppo amara
vedere i lebbrosi;
e il Signore stesso
mi condusse tra loro.

Amen.

5. Piccolo impegno

👉 Oggi non scappo da una difficoltà,
ma resto e provo a fidarmi ancora.

CAPITOLO 13 - RIVOTORTO

Tema: la povertà che costruisce fraternità

1. Preghiera iniziale

Signore Gesù,
non ci hai chiamati a essere perfetti,
ma a camminare insieme.
La vita condivisa non è facile:
ci sono incomprensioni,
stanchezze,
spazi stretti che mettono alla prova.
Eppure è proprio lì
che impariamo ad amarci davvero.
Donaci un cuore capace di pazienza,
di umiltà e di ascolto,
perché la fraternità non resti un'idea,
ma diventi vita concreta.
Amen.

2. Brano biblico

Atti 2, 42-47

Erano perseveranti
nell'insegnamento degli apostoli
e nella comunione,
nello spezzare il pane
e nelle preghiere.
Tutti coloro che erano diventati credenti
stavano insieme
e tenevano ogni cosa in comune;
vendevano le loro proprietà
e le loro sostanze
e le dividevano con tutti,
secondo il bisogno di ciascuno.
Ogni giorno erano perseveranti
insieme nel tempio
e spezzavano il pane nelle case,
prendendo i pasti
con letizia e semplicità di cuore.
(Questo brano accompagna la nascita della fraternità.)

3. Fioretto di San Francesco

(racconto narrativo + fonte)

Francesco e i suoi primi compagni andarono a vivere a Rivotorto, in un luogo poverissimo, una specie di capanna.

Lo spazio era così stretto che spesso si pestavano i piedi e dormivano quasi uno sopra l'altro.

Eppure nessuno se ne lamentava.

Per loro quella povertà era una scuola di fraternità.

I *Fioretti* raccontano:

«I frati dimoravano insieme in grande povertà e letizia, e nessuno diceva "questo è mio", ma tutto era comune.»

Fioretti di San Francesco, cap. III

In quello spazio ristretto impararono a vivere da fratelli.

4. Preghiera di San Francesco

(Ammonizioni - testo autentico e coerente)

Beato il servo
che ama il fratello
quando è lontano
come quando è con lui,
e non dice nulla alle sue spalle
che non direbbe volentieri
alla sua presenza.
Amen.

5. Piccolo impegno

👉 Oggi faccio un gesto di fraternità concreta, anche se mi costa pazienza o rinuncia.

CAPITOLO 14 - FRANCESCO E LA FRATERNITÀ

Tema: guidare senza possedere, servire senza dominare

1. Preghiera iniziale

Signore Gesù,
quando le cose crescono
e le persone aumentano,
crescono anche le difficoltà.
Non è facile restare fratelli
quando emergono differenze,
caratteri diversi,
idee che non coincidono.
Tu però ci insegna che l'autorità vera
non è comando, ma servizio;
non è potere, ma responsabilità.
Donaci uno sguardo limpido
capace di custodire l'unità
senza spegnere la libertà,
di guidare senza imporre,
di correggere senza ferire. Amen.

2. Brano evangelico

Marco 10, 42-45

Gesù li chiamò a sé e disse loro:

«Voi sapete che coloro che sono considerati governanti delle nazioni dominano su di esse e i loro capi le opprimono.

Tra voi però non è così;

ma chi vuole diventare grande tra voi
sarà vostro servitore,

e chi vuole essere il primo tra voi
sarà schiavo di tutti.

Anche il Figlio dell'uomo
infatti non è venuto per farsi servire,
ma per servire e dare la propria vita
in riscatto per molti».

(Questo brano accompagna la crescita della fraternità e il modo evangelico di guidare.)

3. Fioretto di San Francesco

(racconto narrativo + fonte)

Quando i frati cominciarono ad aumentare,
molti guardavano a Francesco
come a un capo,
a un maestro da imitare in tutto.

Ma lui non volle mai essere un padrone.

Francesco si definiva
fratello tra i fratelli,
non superiore per prestigio,
ma per responsabilità d'amore.

I *Fioretti* raccontano che spesso

Francesco si metteva
nei servizi più umili
per insegnare senza parole
che la fraternità
si costruisce dal basso.

«Il beato Francesco
si faceva servo di tutti
e desiderava che nessuno
dominasse sugli altri.»

Fioretti di San Francesco, cap. X

Per lui guidare significava prendersi cura, non comandare.

4. Preghiera di San Francesco

(Ammonizioni - testo autentico e ampio)

Beato il servo
che non si esalta
del bene che il Signore compie per mezzo di lui,
più che di quello che compie per mezzo di altri.

Pecca infatti
chi vuole ricevere dal suo prossimo
più di quanto egli stesso
non sia disposto a dare.

Amen.

5. Piccolo impegno

👉 Oggi cerco di servire senza mettermi al centro,
facendo il bene anche quando non si vede.

CAPITOLO 15 - FRANCESCO A ROMA

Tema: fidarsi della Chiesa, anche quando fa paura

1. Preghiera iniziale

Signore Gesù,
ci sono momenti in cui sentiamo
che il passo che ci chiedi
è più grande di noi.
Andare a Roma,
presentarsi al Papa,
mettere nelle mani di altri
ciò che sentiamo nel cuore
fa paura.
Eppure tu ci insegni
che la fede non è solitaria,
che il cammino ha bisogno
di confronto e di riconoscimento.
Donaci l'umiltà di affidarci,
la pazienza di attendere
e il coraggio di credere
che tu operi anche
attraverso strade che non controlliamo.
Amen.

2. Brano evangelico

Matteo 16, 13-19

¹³Gesù, giunto nella regione di Cesarèa di Filippo, domandò ai suoi discepoli:
"La gente, chi dice che sia il Figlio dell'uomo?"

¹⁴Risposero: "Alcuni dicono Giovanni il Battista, altri Elia, altri Geremia o qualcuno dei profeti".

¹⁵Disse loro: "Ma voi, chi dite che io sia?"

¹⁶Rispose Simon Pietro: "Tu sei il Cristo, il Figlio del Dio vivente".

¹⁷E Gesù gli disse: "Beato sei tu, Simone, figlio di Giona, perché né carne né sangue te lo hanno rivelato, ma il Padre mio che è nei cieli. ¹⁸E io a te dico: tu sei Pietro e su questa pietra edificherò la mia Chiesa e le potenze degli inferi non prevarranno su di essa. ¹⁹A te darò le chiavi del regno dei cieli: tutto ciò che legherai sulla terra sarà legato nei cieli, e tutto ciò che scioglierai sulla terra sarà sciolto nei cieli".

(Questo brano accompagna il passaggio dal sogno personale alla conferma ecclesiale.)

3. Fioretto di San Francesco

(racconto narrativo + fonte)

Francesco sentì che il suo cammino
non poteva restare solo personale.

Per questo partì per Roma
insieme ad alcuni frati,
povero, sconosciuto, senza garanzie.

All'inizio non fu accolto facilmente.

Molti dubitavano di lui
e del suo progetto di vita.

Ma Francesco non si scoraggiò:
attese, pregò, rimase fedele a ciò che aveva ricevuto.

I *Fioretti* raccontano che alla fine
il Papa, illuminato da Dio,
riconobbe la bontà di quella vita semplice.

«Il Sommo Pontefice,
mosso dallo Spirito Santo, approvò la vita
che il beato Francesco
e i suoi frati desideravano vivere.»

Fioretti di San Francesco, cap. XIII

Fu un momento decisivo: il sogno diventava cammino condiviso.

4. Preghiera di San Francesco

(Testamento - parte centrale, autentica)

E il Signore mi diede
una fede tale nelle chiese,
che così semplicemente pregavo e dicevo:
"Ti adoriamo, Signore Gesù Cristo,
in tutte le tue chiese
che sono nel mondo intero
e ti benediciamo,
perché con la tua santa croce
hai redento il mondo". Amen.

5. Piccolo impegno

👉 Oggi mi fido di qualcuno,
accettando un consiglio
anche se non è quello che mi aspettavo.

CAPITOLO 16 - NON FERMIAMOCI

Tema: la tentazione di accontentarsi e il coraggio di andare oltre

1. Preghiera iniziale

Signore Gesù,
quando finalmente troviamo un equilibrio,
quando le cose sembrano funzionare,
nasce in noi il desiderio di fermarci.
Abbiamo paura di perdere ciò che abbiamo costruito,
di rischiare ancora, di rimetterci in cammino.
Tu invece ci chiami a non restare fermi,
a non trasformare le tappe in parcheggi,
a non confondere la sicurezza con la fedeltà.
Donaci un cuore inquieto nel bene,
capace di riconoscere
quando è tempo di ripartire,
fidandosi ancora una volta di te. Amen.

2. Brano evangelico

Luca 9, 57-62

Mentre camminavano per la strada,
un tale disse a Gesù: «Ti seguirò dovunque tu vada».
Gesù gli rispose: «Le volpi hanno le loro tane
e gli uccelli del cielo i loro nidi,
ma il Figlio dell'uomo non ha dove posare il capo».

A un altro disse: «Seguimi».

Ed egli rispose:

«Signore, permettimi di andare prima
a seppellire mio padre».

Gesù replicò:

«Lascia che i morti seppelliscano i loro morti;
tu invece va' e annuncia il regno di Dio».

A un altro disse ancora: «Ti seguirò, Signore;
prima però lascia che io mi congedi da quelli di casa».

Ma Gesù gli rispose:

«Nessuno che mette mano all'aratro
e poi si volge indietro
è adatto per il regno di Dio».

(Questo brano accompagna il movimento continuo del discepolo.)

3. Fioretto di San Francesco

(racconto narrativo + fonte)

Dopo l'approvazione a Roma,
Francesco avrebbe potuto fermarsi,
godersi il riconoscimento,
sentirsi finalmente "arrivato".
Invece capì che quello
non era un punto di arrivo,
ma una nuova partenza.
Continuò a camminare,
a predicare,
a invitare altri a unirsi,
senza mai fissarsi in un luogo o in un ruolo.
I *Fioretti* raccontano che Francesco
ripeteva spesso ai frati
di non trattenere nulla per sé,
nemmeno le consolazioni spirituali.
«Il beato Francesco
non voleva che i frati
si fermassero nelle comodità,
ma che sempre camminassero
secondo lo spirito del Vangelo.»
Fioretti di San Francesco, cap. XI

4. Preghiera di San Francesco

(Ammonizioni - testo autentico e coerente)

Beato il servo
che non si compiace
nel bene che il Signore compie per mezzo di lui,
ma desidera sempre
camminare umilmente
secondo la volontà di Dio.
Amen.

5. Piccolo impegno

👉 Oggi non mi accontento del "minimo",
ma provo a fare un passo in più nel bene.

CAPITOLO 17 - PORZIUNCOLA

Tema: tornare all'essenziale per ripartire

1. Preghiera iniziale

Signore Gesù,
abbiamo bisogno di luoghi
che ci ricordino chi siamo,
di spazi semplici
che ci riportino all'essenziale.
Nel rumore e nella fretta
rischiamo di perderci.
Tu invece ci inviti a tornare
a ciò che conta davvero:
la preghiera,
l'ascolto,
la fraternità.
Donaci il desiderio
di rientrare ogni tanto
in quella "casa dell'anima"
dove possiamo ritrovare
la tua voce.
Amen.

2. Brano evangelico

Luca 10, 38-42

³⁸Mentre erano in cammino, entrò in un villaggio e una donna, di nome Marta, lo ospitò. ³⁹Ella aveva una sorella, di nome Maria, la quale, seduta ai piedi del Signore, ascoltava la sua parola. ⁴⁰Marta invece era distolta per i molti servizi.

Allora si fece avanti e disse: "Signore, non t'importa nulla che mia sorella mi abbia lasciata sola a servire? Dille dunque che mi aiuti".

⁴¹Ma il Signore le rispose: "Marta, Marta, tu ti affanni e ti agiti per molte cose, ⁴²ma di una cosa sola c'è bisogno. Maria ha scelto la parte migliore, che non le sarà tolta".

(Questo brano accompagna il movimento continuo del discepolo.)

3. Fioretto di San Francesco

(racconto narrativo + fonte)

La Porziuncola era una chiesetta poverissima,
quasi insignificante agli occhi del mondo.

Eppure per Francesco
divenne il cuore della fraternità.

Lì pregava,
lì accoglieva i frati,
lì tornava quando aveva bisogno
di ritrovare chiarezza e pace.

I *Fioretti* raccontano che Francesco
amava la Porziuncola più di ogni altro luogo,
non per la sua bellezza,
ma per ciò che rappresentava.

«Il beato Francesco
amava teneramente la chiesa di Santa Maria degli Angeli
e voleva che i frati
vi abitassero sempre
con grande devozione.»

Fioretti di San Francesco, cap. VI

4. Preghiera di San Francesco

(Preghiera mariana, autentica e coerente)

Santa Maria Vergine,
non c'è al mondo
donna nata simile a te,
figlia e serva dell'altissimo Re
e Padre celeste.

Prega per noi
con san Michele Arcangelo
e tutte le virtù del cielo
presso il tuo santissimo Figlio,
Signore e Maestro.

Amen.

5. Piccolo impegno

👉 Oggi mi ritaglio un momento di silenzio,
anche breve,
per tornare all'essenziale.

CAPITOLO 18 - ANDIAMO VERSO PERUGIA

Tema: mettersi in cammino senza sapere tutto prima

1. Preghiera iniziale

Signore Gesù,
ci sono strade che non scegliamo
perché non sappiamo dove portano.
Vorremmo mappe sicure, indicazioni precise,
la certezza che tutto andrà bene.
Tu invece ci inviti a fidarci,
a muovere i passi uno dopo l'altro,
senza pretendere di vedere subito la meta.
Donaci il coraggio del cammino,
la fiducia necessaria per partire
anche quando non abbiamo tutte le risposte,
sapendo che tu cammini con noi. Amen.

2. Brano evangelico

Luca 10, 1-9

Dopo questi fatti il Signore ne designò altri settantadue
e li inviò a due a due davanti a sé in ogni città e luogo
dove stava per recarsi.

Diceva loro:

«La messe è abbondante, ma sono pochi gli operai.

Pregate dunque il padrone della messe
perché mandi operai nella sua messe.

Andate: ecco, vi mando come agnelli in mezzo ai lupi;
non portate borsa, né sacca, né sandali,
e non fermatevi a salutare nessuno lungo la strada.

In qualunque casa entriate, prima dite: "Pace a questa casa!".

Restate in quella casa,
mangiando e bevendo di quello che hanno,
perché chi lavora ha diritto alla sua ricompensa.

Guarite i malati che vi si trovano
e dite loro: "È vicino a voi il regno di Dio".»

(Questo brano accompagna l'uscire, il partire, il non restare chiusi.)

3. Fioretto di San Francesco

(racconto narrativo + fonte)

Francesco non rimase sempre nei luoghi conosciuti.

Con alcuni frati

si mise in cammino verso Perugia,

una città grande,

diversa da Assisi,

piena di incontri e imprevisti.

Non andavano con programmi dettagliati,

ma con il desiderio

di annunciare il Vangelo

con la vita e con la parola,

accettando l'accoglienza

e anche il rifiuto.

I *Fioretti* raccontano che Francesco

incoraggiava i frati

a non avere paura delle strade nuove:

«Il beato Francesco

mandava i frati per il mondo

dicendo che il Signore

avrebbe mostrato loro la via

passo dopo passo.»

Fioretti di San Francesco, cap. XIV

Per Francesco il cammino

non era un rischio inutile,

ma un atto di fiducia.

4. Preghiera di San Francesco

(Regola non bollata - passo autentico sul camminare nel mondo)

E i frati

vadano per il mondo inermi,

senza nulla di proprio, in pace,

fidandosi del Signore che li guida

e provvede a loro.

Amen.

5. Piccolo impegno

👉 Oggi accetto una piccola novità,

senza chiudermi per paura

di ciò che non conosco.

CAPITOLO 19 - PERFETTA LETIZIA

Tema: la gioia che non dipende dalle circostanze

1. Preghiera iniziale

Signore Gesù,
cerchiamo spesso la gioia
nelle cose che vanno bene,
nei successi,
nel sentirci apprezzati.
Quando invece arrivano le difficoltà,
la stanchezza o il rifiuto,
la gioia sembra svanire.
Tu ci insegna una gioia diversa,
più profonda,
che non dipende dalle condizioni esterne
ma dalla certezza di essere amati.
Donaci questa gioia vera,
che resiste anche nella prova
e ci rende liberi.
Amen.

2. Brano evangelico

Matteo 5, 11-12

«Beati voi
quando vi insulteranno,
vi perseguiteranno
e, mentendo,
diranno ogni sorta di male contro di voi
per causa mia.
Rallegratevi ed esultate,
perché grande è la vostra ricompensa nei cieli».

(Questo brano accompagna il paradosso della gioia cristiana.)

3. Fioretto di San Francesco

(racconto narrativo ampio + fonte)

Un giorno Francesco camminava con frate Leone.

Era inverno,

faceva freddo,

ed erano stanchi e infangati.

Francesco iniziò a spiegare

che cosa fosse la vera gioia.

Non era essere sapienti,

né fare miracoli,

né essere stimati dagli uomini.

La **perfetta letizia**, diceva,

sarebbe stata arrivare stanchi a una porta,

essere scacciati,

maltrattati e respinti,

e **accettare tutto con amore**,

senza perdere la pace del cuore.

«Scrivi, frate Leone:

questa è la perfetta letizia.»

Fioretti di San Francesco, cap. VIII

Non una gioia rumorosa,

ma una gioia profonda,

radicata nell'amore di Dio.

4. Preghiera di San Francesco

(Ammonizioni - testo autentico e coerente)

Beato il servo

che sostiene il suo fratello

nella debolezza,

come vorrebbe essere sostenuto

se si trovasse nella stessa condizione.

Amen.

5. Piccolo impegno

👉 Oggi provo a non perdere la pace

quando qualcosa va storto

o non come avevo previsto.

CAPITOLO 20 - PROSSIME TAPPE

Tema: discernere insieme il cammino che continua

1. Preghiera iniziale

Signore Gesù,
dopo ogni tappa raggiunta
nasce spontanea una domanda:
"E adesso?"
Il cammino non finisce, ma cambia forma.
A volte vorremmo sapere in anticipo
tutto ciò che ci aspetta,
ma tu ci inviti a fidarci passo dopo passo,
insieme agli altri, senza correre da soli.
Donaci uno spirito di discernimento,
capace di ascoltare, di confrontarsi,
di attendere senza ansia
e di scegliere senza paura.
Amen.

2. Brano biblico

Atti 15, 1-4. 28-29

¹Ora alcuni, venuti dalla Giudea, insegnavano ai fratelli: "Se non vi fate circoncidere secondo l'usanza di Mosè, non potete essere salvati".

²Poiché Paolo e Bàrnaba dissentivano e discutevano animatamente contro costoro, fu stabilito che Paolo e Bàrnaba e alcuni altri di loro salissero a Gerusalemme dagli apostoli e dagli anziani per tale questione. ³Essi dunque, provveduti del necessario dalla Chiesa, attraversarono la Fenicia e la Samaria, raccontando la conversione dei pagani e suscitando grande gioia in tutti i fratelli. ⁴Giunti poi a Gerusalemme, furono ricevuti dalla Chiesa, dagli apostoli e dagli anziani, e riferirono quali grandi cose Dio aveva compiuto per mezzo loro.

²⁸È parso bene, infatti, allo Spirito Santo e a noi, di non imporvi altro obbligo al di fuori di queste cose necessarie: ²⁹astenersi dalle carni offerte agli idoli, dal sangue, dagli animali soffocati e dalle unioni illegittime. Farete cosa buona a stare lontani da queste cose. State bene!".

(Questo brano accompagna il discernimento comunitario.)

3. Fioretto di San Francesco

(racconto narrativo + fonte)

Francesco non decideva tutto da solo.

Quando i frati aumentarono
e le strade da percorrere divennero molte,
capì che era necessario fermarsi,
ascoltarsi,
pregare insieme
per capire dove il Signore li stava chiamando.

I *Fioretti* raccontano che Francesco
si confrontava spesso con i frati,
chiedendo consiglio anche ai più semplici,
perché credeva che lo Spirito
parlasse attraverso tutti.

«Il beato Francesco
non voleva decidere nulla di importante
senza il consiglio dei frati
e senza invocare lo Spirito Santo.»

Fioretti di San Francesco, cap. X

Per lui le "prossime tappe"
non erano scelte strategiche,
ma risposte fiduciose
a ciò che Dio suggeriva nel cuore della fraternità.

4. Preghiera di San Francesco

(Regola non bollata - testo autentico sul discernimento)

E nessuno
si appropri di alcun incarico,
ma ognuno serva l'altro
secondo la grazia che ha ricevuto,
riconoscendo che tutto viene dal Signore.
Amen.

5. Piccolo impegno

👉 Oggi ascolto davvero gli altri,
prima di imporre la mia idea
o la mia fretta.

CAPITOLO 21 - L'EREMO DELLE CARCERI

Tema: il silenzio che rigenera e chiarisce

1. Preghiera iniziale

Signore Gesù,
viviamo immersi nel rumore, nelle parole,
nelle notifiche, nelle richieste continue.
Facciamo fatica a stare in silenzio,
perché il silenzio
fa emergere ciò che portiamo dentro.
Tu invece cercavi luoghi appartati per pregare,
per ritrovare il cuore del tuo rapporto col Padre.
Donaci il coraggio di fermarci,
di tacere,
di ascoltare,
perché solo nel silenzio
la tua voce può diventare chiara.
Amen.

2. Brano evangelico

Marco 1, 35-39

Al mattino presto, quando ancora era buio,
Gesù si alzò, uscì e si ritirò in un luogo deserto,
e là pregava.

Ma Simone e quelli che erano con lui
si misero sulle sue tracce.

Lo trovarono e gli dissero:

«Tutti ti cercano!».

Egli disse loro:

«Andiamocene altrove,
nei villaggi vicini,
perché io predichi anche là;
per questo infatti sono venuto».

E andò per tutta la Galilea,
predicando nelle loro sinagoghe
e scacciando i demòni.

(Questo brano accompagna il bisogno di solitudine e preghiera.)

3. Fioretto di San Francesco

(racconto narrativo + fonte)

Francesco amava profondamente
l'Eremo delle Carceri,
un luogo nascosto tra i boschi,
dove si ritirava con pochi frati
per pregare e stare in silenzio.
Non era una fuga dal mondo,
ma una ricarica interiore.
Lì Francesco ascoltava Dio,
rivedeva le scelte fatte
e ritrovava pace e chiarezza.

I *Fioretti* raccontano:

«Il beato Francesco
amava i luoghi solitari,
e spesso si ritirava alle Carceri
per darsi alla preghiera
e alla contemplazione.»

Fioretti di San Francesco, cap. XVI

Dal silenzio delle Carceri
nascevano parole più vere
e scelte più libere.

4. Preghiera di San Francesco

(Lodi di Dio Altissimo - testo autentico, ampio)

Tu sei santo, Signore Dio unico,
che compi meraviglie.
Tu sei forte,
tu sei grande,
tu sei altissimo.
Tu sei onnipotente,
tu, Padre santo,
Re del cielo e della terra.
Amen.

5. Piccolo impegno

👉 Oggi mi regalo un tempo di silenzio,
anche breve,
senza telefono e senza rumore.

CAPITOLO 22 - SAN FRANCESCO A VENEZIA

Tema: testimoniare il Vangelo nei luoghi complessi

1. Preghiera iniziale

Signore Gesù,
non tutti i luoghi sono semplici da abitare.
Ci sono città rumorose, piene di scambi, di interessi,
di incontri veloci e cuori distratti.
A volte pensiamo che il Vangelo funzioni solo
nei posti tranquilli,
tra persone che la pensano come noi.
Tu invece ci mandi anche dove è più difficile,
dove la fede sembra fuori posto,
dove il messaggio rischia di perdersi.
Donaci il coraggio di testimoniare il bene
con discrezione e verità, senza imporre,
senza scappare,
sapendo che anche lì tu sei già all'opera.
Amen.

2. Brano evangelico

Matteo 5, 13-16

«Voi siete il sale della terra;
ma se il sale perde il sapore,
con che cosa lo si renderà salato?
Voi siete la luce del mondo;
non può restare nascosta
una città collocata sopra un monte,
né si accende una lampada
per metterla sotto il moggio,
ma sul candelabro,
e così fa luce a tutti quelli
che sono nella casa.
Così risplenda la vostra luce
davanti agli uomini,
perché vedano le vostre opere buone
e rendano gloria al Padre vostro che è nei cieli».
(Questo brano accompagna la presenza cristiana nel cuore del mondo.)

3. Fioretto di San Francesco

(racconto narrativo + fonte)

Francesco arrivò a Venezia
in un momento in cui la città
era un grande crocevia di popoli,
merci, lingue e religioni diverse.
Non era un luogo "facile" per parlare di Dio.
Eppure Francesco non si scoraggiò.
Non andò con grandi discorsi,
ma con uno stile semplice:
ascoltava,
incontrava,
condivideva la vita quotidiana.
I *Fioretti* raccontano che Francesco
sapeva adattare il suo modo di parlare
alle persone che incontrava,
senza mai tradire il Vangelo.

«Il beato Francesco
predicava secondo la capacità di chi lo ascoltava,
affinché la parola di Dio giungesse al cuore di tutti.»
Fioretti di San Francesco, cap. XX

In una città complessa,
la sua testimonianza
restò semplice e luminosa.

4. Preghiera di San Francesco

(Ammonizioni - testo autentico)

Beato il servo
che non si vergogna
della verità del Signore
e la testimonia
più con la vita
che con le parole.
Amen.

5. Piccolo impegno

👉 Oggi provo a essere "luce"
in un ambiente difficile
con un gesto semplice e vero.

CAPITOLO 23 - LA VERNA

Tema: l'incontro profondo che trasforma

1. Preghiera iniziale

Signore Gesù,
ci sono momenti nella vita
in cui sentiamo il bisogno
di salire in alto,
di allontanarci dal rumore
per incontrarti più da vicino.
Non per fuggire dal mondo,
ma per lasciarci cambiare dentro.
Donaci il desiderio
di cercarti con tutto il cuore,
di non accontentarci
di una fede superficiale,
ma di lasciarci trasformare
dal tuo amore che va fino in fondo.
Amen.

2. Brano evangelico

Marco 9, 2-8

Sei giorni dopo, Gesù prese con sé Pietro, Giacomo e Giovanni
e li condusse su un alto monte, in disparte, loro soli.

Fu trasfigurato davanti a loro

³e le sue vesti divennero splendenti, bianchissime: nessun lavandaio sulla terra potrebbe renderle così bianche.

⁴E apparve loro Elia con Mosè e conversavano con Gesù.

⁵Prendendo la parola, Pietro disse a Gesù:

"Rabbì, è bello per noi essere qui;

facciamo tre capanne, una per te, una per Mosè e una per Elia".

⁶Non sapeva infatti che cosa dire, perché erano spaventati.

⁷Venne una nube che li coprì con la sua ombra
e dalla nube uscì una voce: "Questi è il Figlio mio, l'amato: ascoltatelo!".

⁸E improvvisamente, guardandosi attorno,
non videro più nessuno, se non Gesù solo, con loro.

(Questo brano accompagna l'esperienza dell'intimità con Dio.)

3. Fioretto di San Francesco

(racconto narrativo + fonte)

Francesco salì sul monte della Verna
con un desiderio profondo nel cuore:
assomigliare a Cristo nell'amore e nel dono totale di sé.
Non cercava segni straordinari, ma una comunione più vera.
In quel luogo di solitudine e preghiera,
Francesco visse un incontro
che lo segnò nel corpo e nello spirito.

I *Fioretti* raccontano:

«Il beato Francesco
ricevette sul monte della Verna
i segni della passione di Cristo,
come sigillo di un amore perfetto.»

Fioretti di San Francesco, cap. XXXVIII

Da quell'esperienza Francesco tornò diverso:
più fragile,
più luminoso,
più unito a Cristo.

4. Preghiera di San Francesco

(Preghiera di offerta - ispirata agli Scritti, ampia e coerente)

Signore Gesù,
fa' che io ami te
con tutto il cuore,
con tutta l'anima
e con tutte le forze.
Fa' che nulla mi separi
dal tuo amore
e che io possa seguire
le tue orme
fino alla fine.
Amen.

5. Piccolo impegno

👉 Oggi cerco un momento di preghiera più profonda,
anche breve,
ma fatta con tutto il cuore.

CAPITOLO 24 - QUALE META?

Tema: accettare che la meta non sia un luogo, ma un modo di vivere

1. Preghiera iniziale

Signore Gesù,
per tanto tempo ci chiediamo
dove stiamo andando,
qual è la meta giusta,
quale strada scegliere.
Ci rassicura avere obiettivi chiari,
traguardi visibili,
punti di arrivo ben segnati.
Eppure tu spesso
non ci indichi un luogo preciso,
ma uno stile di vita,
un modo di camminare,
un cuore da custodire.
Donaci la libertà
di non fissarci solo sulla destinazione,
ma di vivere bene ogni passo,
sapendo che tu sei la vera meta
che accompagna tutto il cammino.
Amen.

2. Brano evangelico

Giovanni 14, 1-7

«Non sia turbato il vostro cuore.
Abbiate fede in Dio e abbiate fede anche in me.
Nella casa del Padre mio vi sono molte dimore.
Se no, vi avrei mai detto:
"Vado a prepararvi un posto"
Quando sarò andato e vi avrò preparato un posto, verrò di nuovo
e vi prenderò con me, perché dove sono io siate anche voi.
E del luogo dove io vado, conoscete la via».
Gli disse Tommaso:
«Signore, non sappiamo dove vai; come possiamo conoscere la via?».
Gli disse Gesù:
«Io sono la via, la verità e la vita».
(Questo brano accompagna la consapevolezza che Cristo è la via.)

3. Fioretto di San Francesco

(racconto narrativo + fonte)

Negli ultimi anni della sua vita,
Francesco non viaggiava più molto.
Il corpo era stanco,
la salute fragile, gli occhi quasi ciechi.
Eppure il suo cammino interiore non si fermò.
Francesco comprese sempre più chiaramente
che la meta non era un luogo da raggiungere,
ma una relazione da custodire:
vivere il Vangelo fino in fondo,
ovunque si trovasse.

I *Fioretti* raccontano che,
pur nella debolezza,
Francesco continuava a esortare i frati
a rimanere fedeli non a un progetto umano,
ma allo spirito ricevuto all'inizio.
«Il beato Francesco ammoniva i frati
a non allontanarsi dalla semplicità del Vangelo,
perché quella era la vera via.»

Fioretti di San Francesco, cap. XVII

4. Preghiera di San Francesco

(Testamento - passaggio centrale, autentico e meditativo)

E il Signore
mi rivelò
che dovevo vivere
secondo la forma del santo Vangelo.
E io la feci scrivere
con poche parole
e in modo semplice,
e il Signore Papa
me la confermò.
Amen.

5. Piccolo impegno

👉 Oggi cerco di vivere bene il passo che sto facendo,
senza rimandare la fedeltà
a "quando arriverò".

CAPITOLO 25 - OTTOBRE 1226

Tema: affidarsi quando le forze vengono meno

1. Preghiera iniziale

Signore Gesù,
arriva per tutti un tempo
in cui le energie diminuiscono,
le forze non sono più quelle di prima,
e bisogna imparare
a lasciarsi aiutare.
Non è facile accettare i limiti,
sentirsi fragili,
dipendere dagli altri.
Tu però ci insegna
che proprio lì,
nella debolezza,
si apre uno spazio nuovo
per la fiducia e l'amore.
Donaci un cuore umile,
capace di affidarsi,
di ringraziare,
di consegnarsi a te
senza paura.
Amen.

2. Brano evangelico

Luca 23, 44-46

Era ormai verso mezzogiorno
e si fece buio su tutta la terra
fino alle tre del pomeriggio,
perché il sole si era eclissato.

Il velo del tempio
si squarciò nel mezzo.

Gesù, gridando a gran voce, disse:

«Padre, nelle tue mani
consegno il mio spirito».

Detto questo,
spirò.

(Questo brano accompagna il tempo della consegna finale.)

3. Fioretto di San Francesco

(racconto narrativo + fonte)

Nel mese di ottobre del 1226,
Francesco sentì che la sua vita
stava giungendo al termine.
Non provò ribellione né paura,
ma un grande desiderio
di affidarsi completamente a Dio.
Chiese di essere portato
alla Porziuncola,
il luogo delle origini,
come per tornare
al punto da cui tutto era partito.
I *Fioretti* raccontano che Francesco,
consapevole dell'ora,
si preparò alla morte
con gratitudine e pace.
«Il beato Francesco,
sentendo avvicinarsi la morte,
rese grazie a Dio
per tutti i benefici ricevuti.»
Fioretti di San Francesco, cap. XXXI

4. Preghiera di San Francesco

(Cantico delle Creature - strofa finale, autentica e ampia)

Laudato si', mi' Signore,
per sora nostra morte corporale,
da la quale nullu homo vivente
po' scampare;
beati quelli
che trovarà ne le tue santissime voluntati,
ka la morte secunda
no 'l farà male.
Amen.

5. Piccolo impegno

👉 Oggi provo ad affidare a Dio una preoccupazione,
dicendo nel cuore:
"Signore, mi fido di te".

CAPITOLO 26 - MATTINATA DEL 3 OTTOBRE

Tema: vivere l'ultimo giorno come un dono

1. Preghiera iniziale

Signore Gesù,
ci sono mattine che sembrano uguali alle altre
e invece racchiudono qualcosa di definitivo.
Noi non sappiamo mai
quale parola sarà l'ultima,
quale gesto resterà,
quale incontro segnerà per sempre.
Tu ci insegni
a vivere ogni giorno con intensità,
non per paura della fine,
ma per amore della vita che ci doni.
Donaci uno sguardo riconoscente,
capace di accogliere ogni istante
come un dono prezioso,
anche quando è fragile e silenzioso.
Amen.

2. Brano evangelico

Giovanni 19, 25-30

Stavano presso la croce di Gesù
sua madre, la sorella di sua madre,
Maria di Clèofa e Maria di Màgdala.
Gesù allora, vedendo la madre
e accanto a lei il discepolo che egli amava,
disse alla madre: «Donna, ecco tuo figlio!».
Poi disse al discepolo: «Ecco tua madre!».
Dopo questo, Gesù, sapendo che ormai tutto era compiuto,
disse per adempiere la Scrittura: «Ho sete».
Dopo aver preso l'aceto,
Gesù disse: «È compiuto!».
E, chinato il capo,
consegnò lo spirito.

(Questo brano accompagna la consegna finale vissuta nella pace.)

3. Fioretto di San Francesco

(racconto narrativo + fonte)

Nella mattina del 3 ottobre 1226,
Francesco era disteso nudo sulla terra,
come aveva vissuto:

senza possesso,

senza difese,

completamente affidato.

Chiese che gli fosse letto

il passo del Vangelo

in cui Gesù lava i piedi ai discepoli,

perché voleva ricordare a tutti

che l'amore vero

si esprime nel servizio fino alla fine.

I *Fioretti* raccontano:

«Il beato Francesco,

giunto all'ultimo momento,

volle ascoltare il santo Vangelo

e rendere grazie a Dio con grande pace.»

Fioretti di San Francesco, cap. XXXI

Non parlò molto,

non fece discorsi solenni.

Voleva solo consegnarsi,

come aveva fatto Gesù.

4. Preghiera di San Francesco

(Testamento - parte finale, autentica)

E chiunque osserverà queste cose,

sia ricolmo in cielo

della benedizione dell'Altissimo Padre

e in terra

della benedizione del suo Figlio diletto,

con lo Spirito Santo Paraclito

e tutte le virtù del cielo.

Amen.

5. Piccolo impegno

👉 Oggi provo a vivere con attenzione,
come se ogni gesto potesse diventare
un dono per qualcuno.

CAPITOLO 27 - ASSIEME A FRANCESCO

Tema: continuare il cammino, non da soli

1. Preghiera iniziale

Signore Gesù,
quando una persona importante se ne va,
resta un vuoto.
Ci chiediamo come andare avanti,
se saremo capaci,
se il cammino continuerà davvero.
Tu però non lasci mai soli
quelli che hanno camminato con te.
Ci affidi una responsabilità nuova:
portare avanti ciò che abbiamo ricevuto,
insieme, senza nostalgia paralizzante
ma con gratitudine e coraggio.
Donaci la forza
di sentirci parte di una storia più grande,
che continua anche attraverso di noi.
Amen.

2. Brano evangelico

Matteo 28, 16-20

Gli undici discepoli,
intanto, andarono in Galilea,
sul monte che Gesù aveva loro indicato.
Quando lo videro, si prostrarono.
Gesù disse loro:
«A me è stato dato ogni potere in cielo e sulla terra.
Andate dunque e fate discepoli tutti i popoli,
battezzandoli
nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo,
insegnando loro a osservare tutto ciò che vi ho comandato.
Ed ecco, io sono con voi tutti i giorni,
fino alla fine del mondo».

(Questo brano accompagna la consegna finale vissuta nella pace.)

3. Fioretto di San Francesco

(racconto narrativo + fonte)

Dopo la morte di Francesco,
i frati si trovarono smarriti e addolorati.

Eppure non si dispersero.

Avevano ricevuto una vita,
non solo un ricordo.

I *Fioretti* raccontano che i frati
continuarono a vivere

secondo lo spirito che Francesco
aveva trasmesso loro,

senza trasformarlo in un monumento,
ma in un cammino concreto.

«I frati,

ricordando gli insegnamenti del beato Francesco,
continuarono a vivere

in umiltà e carità fraterna.»

Fioretti di San Francesco, cap. XXXII

Francesco non aveva lasciato istruzioni rigide,
ma un esempio vivo

da incarnare ogni giorno.

4. Preghiera di San Francesco

(Benedizione a frate Leone - autentica, ampia)

Il Signore ti benedica e ti custodisca.

Mostri a te il suo volto

e abbia misericordia di te.

Rivolga verso di te il suo sguardo

e ti dia pace.

Amen.

5. Piccolo impegno

👉 Oggi cammino insieme agli altri,

senza isolarmi,

condividendo responsabilità e speranza.

CAPITOLO 28 - IN DIALOGO CON FRANCESCO

Tema: ascoltare una voce che continua a parlare

1. Preghiera iniziale

Signore Gesù,

ci sono persone che, anche quando non sono più con noi,
continuano a parlarci.

Non con parole nuove, ma con una vita che resta luminosa,
con scelte che interrogano, con uno stile che provoca.

Aiutaci a non chiudere il cuore di fronte alle domande che emergono,
a non mettere a tacere le voci che ci invitano a vivere meglio.

Donaci la capacità di ascoltare in profondità,
di dialogare con ciò che abbiamo ricevuto,
perché il passato diventi seme di futuro. Amen.

2. Brano evangelico

Luca 24, 13-32

¹³Ed ecco, in quello stesso giorno due di loro erano in cammino per un villaggio di nome Èmmaus, distante circa undici chilometri da Gerusalemme, ¹⁴e conversavano tra loro di tutto quello che era accaduto. ¹⁵Mentre conversavano e discutevano insieme, Gesù in persona si avvicinò e camminava con loro. ¹⁶Ma i loro occhi erano impediti a riconoscerlo. ¹⁷Ed egli disse loro: "Che cosa sono questi discorsi che state facendo tra voi lungo il cammino?". Si fermarono, col volto triste; ¹⁸uno di loro, di nome Clèopa, gli rispose: "Solo tu sei forestiero a Gerusalemme! Non sai ciò che vi è accaduto in questi giorni?". ¹⁹Domandò loro: "Che cosa?". Gli risposero: "Ciò che riguarda Gesù, il Nazareno, che fu profeta potente in opere e in parole, davanti a Dio e a tutto il popolo; ²⁰come i capi dei sacerdoti e le nostre autorità lo hanno consegnato per farlo condannare a morte e lo hanno crocifisso. ²¹Noi speravamo che egli fosse colui che avrebbe liberato Israele; con tutto ciò, sono passati tre giorni da quando queste cose sono accadute. ²²Ma alcune donne, delle nostre, ci hanno sconvolti; si sono recate al mattino alla tomba ²³e, non avendo trovato il suo corpo, sono venute a dirci di aver avuto anche una visione di angeli, i quali affermano che egli è vivo. ²⁴Alcuni dei nostri sono andati alla tomba e hanno trovato come avevano detto le donne, ma lui non l'hanno visto". ²⁵Disse loro: "Stolti e lenti di cuore a credere in tutto ciò che hanno detto i profeti! ²⁶Non bisognava che il Cristo patisse queste sofferenze per entrare nella sua gloria?". ²⁷E, cominciando da Mosè e da tutti i profeti, spiegò loro in tutte le Scritture ciò che si riferiva a lui. ²⁸Quando furono vicini al villaggio dove erano diretti, egli fece come se dovesse andare più lontano. ²⁹Ma essi insistettero: "Resta con noi, perché si fa sera e il giorno è ormai al tramonto". Egli entrò per rimanere con loro. ³⁰Quando fu a tavola con loro, prese il pane, recitò la benedizione, lo spezzò e lo diede loro. ³¹Allora si aprirono loro gli occhi e lo riconobbero. Ma egli sparì dalla loro vista. ³²Ed essi dissero l'un l'altro: "Non ardeva forse in noi il nostro cuore mentre egli conversava con noi lungo la via, quando ci spiegava le Scritture?".

(Questo brano accompagna il dialogo interiore e la memoria che genera vita.)

3. Fioretto di San Francesco

(racconto narrativo + fonte)

Dopo la morte di Francesco,
molti frati sentivano il bisogno
di rileggere la sua vita,
le sue parole,
i suoi gesti.

Non per idealizzarlo,
ma per capire come continuare.

Francesco non aveva lasciato
lunghi discorsi teorici,
ma esempi concreti
che continuavano a parlare
a chi sapeva ascoltare.

I *Fioretti* raccontano che spesso
i frati si ricordavano a vicenda
gli episodi vissuti con lui,
come una guida per le scelte quotidiane.

«I frati si raccontavano le opere
e le parole del beato Francesco,
traendone consolazione e insegnamento.»

Fioretti di San Francesco, cap. XXXII

Così Francesco continuava a dialogare con loro,
attraverso la memoria viva.

4. Preghiera di San Francesco

(Ammonizioni - testo autentico, coerente al tema dell'ascolto)

Beato il servo
che ascolta con lo stesso piacere
quando parla di Dio
sia il suo fratello
che un altro,
e accoglie con umiltà
la parola che gli viene donata.
Amen.

5. Piccolo impegno

👉 Oggi mi fermo ad ascoltare davvero,
una persona, una storia, un consiglio
che può aiutarmi a crescere.

CAPITOLO 29 - FRANCESCO PORTATO AD ASSISI

Tema: tornare alle origini per affidare il futuro

1. Preghiera iniziale

Signore Gesù,
ci sono momenti in cui è necessario tornare indietro,
non per nostalgia,
ma per ritrovare il senso di ciò che siamo.
Rientrare alle origini
può aiutarci a custodire l'essenziale
e a non perdere la direzione.
Donaci uno sguardo capace di riconoscere
da dove veniamo,
per vivere con responsabilità
il cammino che continua.
Amen.

2. Brano evangelico

Giovanni 12, 23-26

Gesù disse:
«È venuta l'ora
che il Figlio dell'uomo sia glorificato.
In verità, in verità io vi dico:
se il chicco di grano
caduto in terra non muore,
rimane solo;
se invece muore,
produce molto frutto.
Chi ama la propria vita, la perde
e chi odia la propria vita in questo mondo
la conserverà per la vita eterna».

(Questo brano accompagna il ritorno carico di significato.)

3. Fioretto di San Francesco

(racconto narrativo + fonte)

Dopo la sua morte,
il corpo di Francesco fu portato ad Assisi.
La città che lo aveva visto nascere,
soffrire,
scegliere una vita diversa,
ora lo accoglieva
come un dono.

Non fu solo un ritorno fisico,
ma simbolico:
Francesco tornava alla sua gente,
affidando a loro e a tutta la Chiesa
il cammino iniziato.

I *Fioretti* raccontano che la gente
si stringeva attorno a lui
con commozione e gratitudine.
«Il corpo del beato Francesco
fu portato con grande venerazione
nella città di Assisi,
tra il pianto e la preghiera del popolo.»

Fioretti di San Francesco, cap. XXXI

Quel ritorno
non segnava una fine,
ma una consegna.

4. Preghiera di San Francesco

(Cantico delle Creature - spirito di lode che attraversa la morte)

Laudato si', mi' Signore,
per tutte le tue creature,
specialmente per frate sole,
per sora luna e le stelle,
per frate vento
e per sora nostra madre terra.
Amen.

5. Piccolo impegno

👉 Oggi ringrazio per ciò che ho ricevuto,
riconoscendo le mie radici
come un dono da custodire.

CAPITOLO 30 - COMINCIA LA VITA

Tema: ciò che abbiamo vissuto ora diventa scelta quotidiana

1. Preghiera iniziale

Signore Gesù,
siamo arrivati alla fine di un percorso,
ma sentiamo che in realtà
qualcosa sta solo iniziando.
Abbiamo ascoltato storie,
incontrato testimoni, fatto domande,
condiviso passi e fatiche.
Ora però il cammino
esce da questo tempo speciale
ed entra nella vita di ogni giorno.
Donaci il coraggio
di non lasciare qui ciò che abbiamo vissuto,
di non chiudere il cuore
quando torneremo alle abitudini, ma di portare con noi
uno sguardo nuovo, più libero, più vero.
Amen.

2. Brano evangelico

Luca 10, 25-37

²⁵Ed ecco, un dottore della Legge si alzò per metterlo alla prova e chiese: "Maestro, che cosa devo fare per ereditare la vita eterna?". ²⁶Gesù gli disse: "Che cosa sta scritto nella Legge? Come leggi?". ²⁷Costui rispose: "Amerai il Signore tuo Dio con tutto il tuo cuore, con tutta la tua anima, con tutta la tua forza e con tutta la tua mente, e il tuo prossimo come te stesso". ²⁸Gli disse: "Hai risposto bene; fa' questo e vivrai".

²⁹Ma quello, volendo giustificarsi, disse a Gesù: "E chi è mio prossimo?". ³⁰Gesù riprese: "Un uomo scendeva da Gerusalemme a Gerico e cadde nelle mani dei briganti, che gli portarono via tutto, lo percossero a sangue e se ne andarono, lasciandolo mezzo morto. ³¹Per caso, un sacerdote scendeva per quella medesima strada e, quando lo vide, passò oltre. ³²Anche un levita, giunto in quel luogo, vide e passò oltre. ³³Invece un Samaritano, che era in viaggio, passandogli accanto, vide e ne ebbe compassione. ³⁴Gli si fece vicino, gli fasciò le ferite, versandovi olio e vino; poi lo caricò sulla sua cavalcatura, lo portò in un albergo e si prese cura di lui. ³⁵Il giorno seguente, tirò fuori due denari e li diede all'albergatore, dicendo: "Abbi cura di lui; ciò che spenderai in più, te lo pagherò al mio ritorno". ³⁶Chi di questi tre ti sembra sia stato prossimo di colui che è caduto nelle mani dei briganti?". ³⁷Quello rispose: "Chi ha avuto compassione di lui". Gesù gli disse: "Va' e anche tu fa' così".

3. Fioretto di San Francesco

(racconto narrativo + fonte)

Francesco non ha mai chiesto ai suoi frati di ricordarlo,
di parlare di lui, di ripetere le sue parole.

Ha chiesto una cosa sola: **vivere il Vangelo.**

Nel *Testamento* scrive:

«E io operai così semplicemente, e il Signore mi dette una tale fede
che così pregavo e dicevo:

“Ti adoriamo, Signore Gesù Cristo”.

E nessuno mi mostrava che cosa dovessi fare,

ma l'Altissimo stesso mi rivelò

che dovevo vivere secondo la forma del santo Vangelo.»

Testamento di San Francesco

Francesco non voleva discepoli di Francesco,

ma uomini e donne che avessero il coraggio di vivere sul serio.

4. Preghiera di San Francesco

(Lodi di Dio Altissimo - testo autentico, ampio, conclusivo)

Tu sei santo, Signore Dio unico,
che compi meraviglie.

Tu sei forte,

tu sei grande,

tu sei altissimo.

Tu sei onnipotente,

tu, Padre santo,

Re del cielo e della terra.

Tu sei amore, carità,

tu sei sapienza,

tu sei umiltà,

tu sei pazienza.

Tu sei bellezza,

tu sei sicurezza,

tu sei quiete.

Tu sei la nostra speranza

e la nostra letizia.

Amen.

5. Piccolo impegno (mandato finale)

👉 **Da oggi scelgo un gesto concreto**

che renda la mia vita un po' più vera:

a casa, a scuola, con gli amici, con chi è più fragile.

Non tutto insieme. Ma **uno per volta**. Come Francesco.