



QUARESIMALE 2026 con il Vescovo Alain de Raemy

Una sinfonia di vocazioni

19.03.2026

QUARTA TAPPA:

... Sulle orme di Francesco e Chiara

TESTI DI RIFERIMENTO PER LA MEDITAZIONE di Sr. Elisabetta e di Sr. Maddalena

Preghiera davanti al Crocifisso

Altissimo glorioso Dio,
illumina le tenebre de lo core mio.
E damme fede dritta,
speranza certa e caritade perfetta,
senno e cognoscimento, Signore,
che faccia lo tuo santo e verace comandamento.
Amen.

Dal Testamento del P. S. Francesco (TestsFr 1-3).

Il Signore dette a me, frate Francesco, di incominciare a fare penitenza così: quando ero nei peccati mi sembrava cosa troppo amara vedere i lebbrosi, e il Signore stesso mi condusse tra loro e usai con essi misericordia. E allontanandomi da loro, ciò che mi sembrava amaro mi fu cambiato in dolcezza di animo e di corpo. E in seguito, stetti un poco e uscii dal mondo.

Dalla Leggenda dei tre Compagni

E da quell'ora smise di adorare se stesso e persero via via di fascino le cose che prima amava. Il mutamento però non era totale, perché il suo cuore restava ancora attaccato alle suggestioni mondane. Ma svincolandosi man mano dalla superficialità, si appassionava a custodire Cristo nell'intimo del cuore (3Comp 8).

(...) Mentre passava vicino alla chiesa di San Damiano, fu ispirato ad entrarvi.

Andatoci, prese a fare orazione fervidamente davanti all'immagine del Crocifisso, che gli parlò con commovente bontà: «Francesco, non vedi che la mia casa sta crollando? Va' dunque e restaurala per me». Tremante e stupefatto, rispose: «Lo farò volentieri, Signore». Egli però aveva inteso che si trattasse di quella chiesa che, per la sua antichità, minacciava prossima rovina. Per quelle parole fu colmato di tanta gioia e inondato da tanta luce, che egli senti nell'anima ch'era stato veramente il Cristo crocifisso a parlare con lui. (...)

Da quel momento il suo cuore fu ferito e si struggeva al ricordo della passione del Signore. Finché visse portò sempre nel suo cuore le stimmate del Signore Gesù, come si manifestò chiaramente più tardi quando le piaghe del Crocifisso si riprodussero in modo visibile nel suo corpo (3Comp 13-14).

Dal Testamento della M. S. Chiara (TestsC1-5. 18).

Nel nome del Signore. Amen.

Tra gli altri doni, che ricevemmo e ogni giorno riceviamo dal nostro Donatore, il Padre delle misericordie, per i quali dobbiamo maggiormente rendere grazie allo stesso glorioso Padre, grande è quello della nostra vocazione: e quanto più e grande e perfetta, tanto più a lui siamo obbligate. Perciò l'Apostolo dice: «Conosci la tua vocazione».

Per noi il Figlio di Dio si è fatto via, che ci mostrò e insegnò con la parola e con l'esempio il beatissimo padre nostro Francesco, di lui vero amante e imitatore. (...)

Con quanta sollecitudine e con quanta applicazione di mente e di corpo dobbiamo dunque custodire i comandamenti di Dio e del nostro padre, per restituire con la cooperazione del Signore il talento moltiplicato!

Dal Processo di canonizzazione di S. Chiara (Proc 3, 20).

Anche disse essa testimonia che, essendo la preditta madonna et santa madre presso alla morte, una sera de notte seguendo el sabato, essa beata madre incominciò a parlare, dicendo così: «Va' sicura in pace, però che averai bona scorta: però che quello che te creò, innanti te santificò; e poi che te creò, mise in te lo Spirito Santo e sempre te ha guardata come la madre lo suo figliolo piccolino lo quale ama». Et aggiunse: «Tu, Signore, sii benedetto, lo quale me hai creata».

PREGHIERA**INIZIALE**

Gesù,
Tu sei la luce del mondo.
Quando siamo nel buio,
Tu resti con noi.
Donaci la tua pace.
Pace ai nostri cuori.
Pace alle nostre famiglie.
Pace al mondo intero.
Aiutaci a camminare nella luce
e a portare pace
con le nostre mani
e con le nostre parole.
Amen.

PROGRAMMA

20:15 inizio collegamento
20:15 - saluto
- preghiera iniziale
- Lettura del Vangelo
- **Quaresimale**
del Vescovo Alain
ca.21:00 termine collegamento
segue inizio riflessione
personale e comunitaria

PER LA RIFLESSIONE personale e comunitaria

- Che cosa di quanto è stato detto mi ha colpito in modo particolare?
- Che cosa ha risvegliato alla mia memoria?
- Che cosa mi suggerisce riguardo al mio modo di vivere nella comunità cristiana?
- C'è una qualche domanda in sospeso o da approfondire?

Il Quaresimale è trasmesso
sul [canale YouTube](#)
della **Diocesi di Lugano**

LE PROSSIME DATE

i giovedì di marzo