Seguire le orme del Tuo Figlio

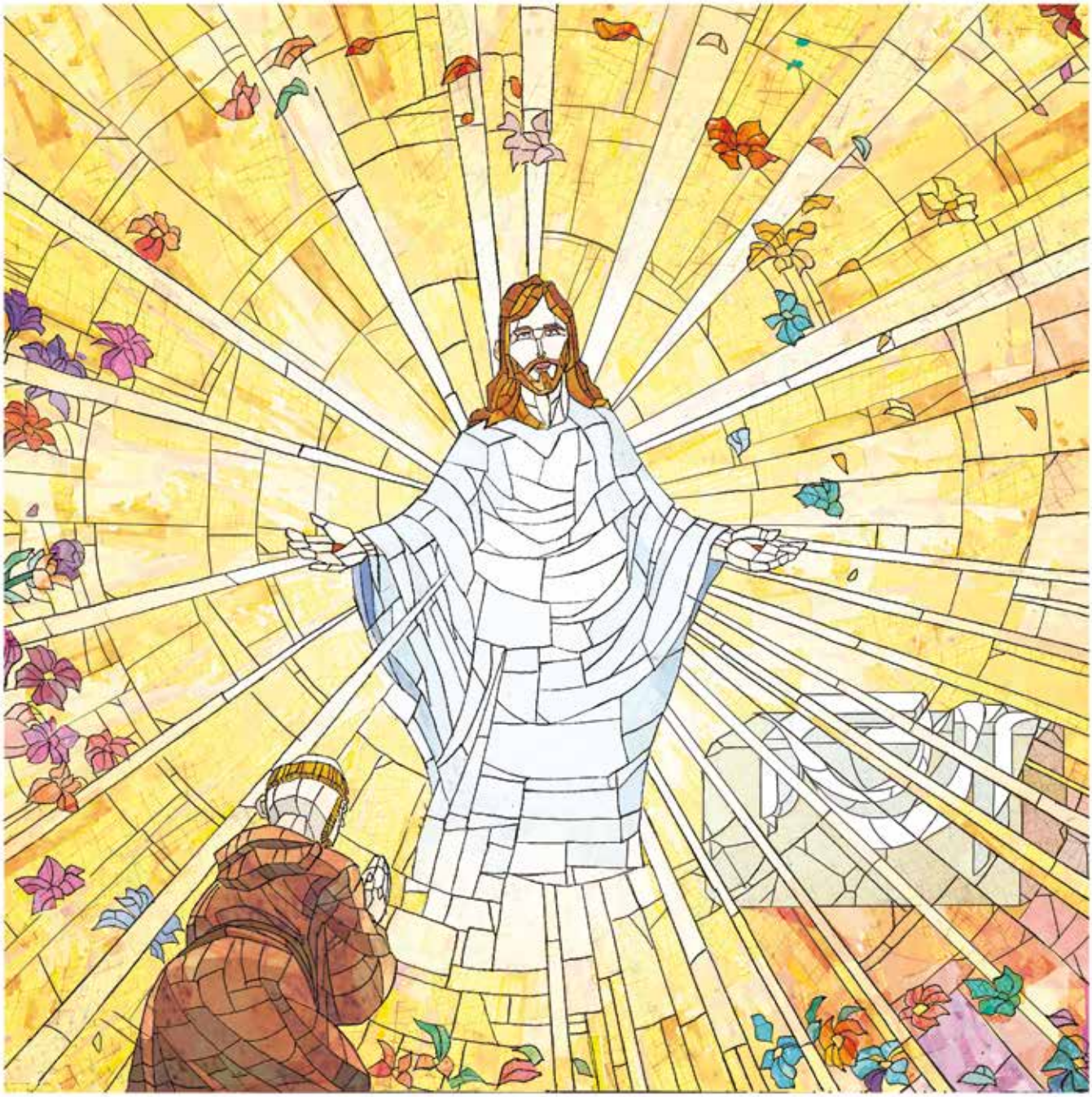
QUARESIMA 2026

DIOCESI DI NOVARA

CON SAN FRANCESCO VERSO LA PASQUA

IL SUSSIDIO DEL CAMMINO PER LE COMUNITA' CRISTIANE

Diocesi di Novara



Introduzione

La Quaresima è tempo di ritorno all'essenziale, di silenzio e di ascolto, di conversione del cuore. È un cammino che conduce alla Pasqua attraverso il deserto, la croce e la luce della Risurrezione. In questo itinerario vogliamo **"Seguire le orme del Figlio"**, lasciandoci guidare dalla testimonianza luminosa di **san Francesco d'Assisi**, uomo plasmato dal Vangelo e innamorato di Cristo crocifisso e risorto.

Francesco non ha semplicemente imitato Gesù: ha scelto di **camminare dietro di Lui**, passo dopo passo, con radicalità e fiducia. La sua vita diventa così una parabola vivente del Vangelo, capace di parlare anche a noi oggi. Attraverso i gesti, le scelte e le esperienze del Santo di Assisi, siamo invitati a rileggere la Parola di Dio e a lasciarla incarnarsi nella nostra quotidianità.

Questo cammino quaresimale si snoda dalla spogliazione alla lode, dalla rinuncia alle false sicurezze alla scoperta della vera libertà dei figli di Dio.

Ogni tappa mette in dialogo il Vangelo della domenica con un episodio della vita di san Francesco e offre un'immagine, una proposta di riflessione, un "fioretto" per aiutare la preghiera personale e comunitaria e favorire il cammino di ciascuno.

Francesco non ha semplicemente imitato Gesù: ha scelto di camminare dietro di Lui, passo dopo passo, con radicalità e fiducia. La sua vita diventa così una parabola vivente del Vangelo, capace di parlare anche a noi oggi.

Tra i **materiali**, che saranno messi a disposizione su www.diocesinovara.it a partire da fine gennaio, si troveranno tracce per l'animazione delle celebrazioni per le comunità parrocchiali, per la Via Crucis e l'Adorazione, per i momenti penitenziali, con un'attenzione particolare per i giovani, i bambini e le famiglie.

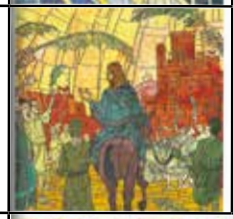
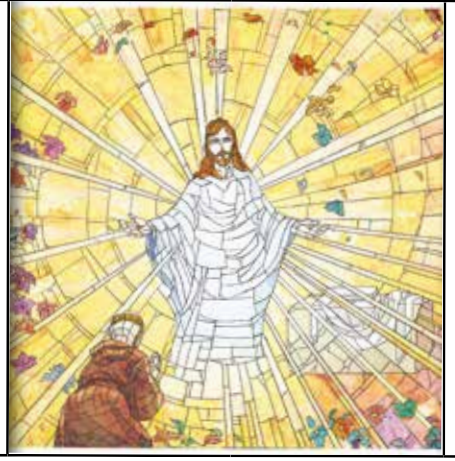
Sarà suggerito anche un gesto per vivere una **"Quaresima di carità"** nel segno di san Francesco e sarà messo a disposizione anche un podcast quotidiano con il commento del Vangelo del giorno.

Ci auguriamo che, invitati a "Seguire le orme del Figlio", con san Francesco, ognuno possa lasciarsi trasformare dall'amore di Dio, per giungere alla Pasqua con un cuore nuovo, capace di riconoscere il Cristo vivente in ogni fratello e in ogni creatura.

Gli Uffici pastorali della Diocesi di Novara

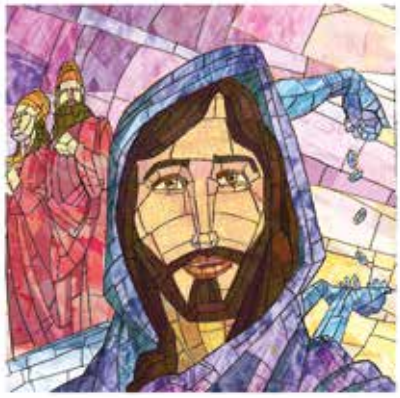
Il cammino

Tappa	Vangelo		Episodio di S. Francesco		Il segno	Il messaggio
Mercoledì Ceneri 18 febbraio *Con umiltà e semplicità*	*Mt 6,1-6.16-18* «Il Padre tuo che vede nel segreto ti ricompenserà»			*FF 344-345* La spogliazione davanti al vescovo di Assisi		Il vero ritorno a Dio passa dalla rinuncia all'apparenza e dal distacco radicale dai beni: Francesco vive pubblicamente ciò che il Vangelo chiede nel segreto del cuore, affidandosi totalmente al Padre.
1° Domenica 22 febbraio *Cercando tua la volontà*	*Mt 4,1-11* Le tentazioni			*FF 1179-1180* Il ritiro in solitudine, digiuno e preghiera		La lotta spirituale si vince nella fiducia in Dio: come Gesù nel deserto, Francesco sceglie la solitudine, il digiuno e la preghiera per discernere la volontà del Padre e rifiutare le false sicurezze
2° Domenica 1° Marzo *Nella preghiera*	*Mt 17,1-9* Trasfigurazione del Signore			*FF 1222-1228* Esperienza della Verna e preghiera sul monte		Sul monte Dio si rivela e trasforma: Francesco, come i discepoli, fa esperienza della luce di Cristo nella preghiera, accogliendo la croce che conduce alla gloria.
3° Domenica 8 marzo *Assetati di misericordia*	*Gv 4,5-42* Gesù e la Samaritana			*FF 110* oppure *1407–1408* Incontro con il lebbroso		L'incontro con l'altro diventa luogo di salvezza: Francesco supera paura e rifiuto, riconoscendo nel lebbroso il volto di Cristo che dona l'acqua viva della misericordia.
4° Domenica 15 marzo *Con la luce della fede*	*Gv 9,1-41* Il cieco nato			*FF 1038* Preghiera davanti al Crocifisso di San Damiano		Lasciarsi illuminare da Cristo per vedere davvero: davanti al Crocifisso, Francesco riceve la luce della fede che gli apre gli occhi sulla sua missione e sulla verità di sé.

5° Domenica 22 marzo *Sempre sperando*	*Gv 11,1-45* Risurrezione di Lazzaro		*FF 1260* Guarigione dell'uomo di Lerida		Dio è Signore della vita e vince la morte: attraverso Francesco, la potenza di Cristo continua a ridare speranza, mostrando che la fede apre alla vita nuova.
Domenica delle Palme 29 marzo *Nell'amore fino alla fine*	*Mt 21,1-11* Ingresso messianico e Passione		*FF 1413* Francesco che piange la Passione del Signore		Seguire Cristo significa condividere il suo amore crocifisso: Francesco contempla la Passione non come sconfitta, ma come rivelazione dell'amore totale di Dio.
Domenica di Pasqua 5 aprile *Nel canto della vita*	*Gv 20,1-9* Risurrezione		*FF 263* Cantico delle Creature		La risurrezione apre alla lode e alla fraternità universale: Francesco canta la gioia della vita nuova, riconoscendo in ogni creatura un segno del Cristo risorto.

Mercoledì delle Ceneri
18 Febbraio 2026

Il vero ritorno a Dio passa dalla rinuncia all'apparenza e dal distacco radicale dai beni: Francesco vive pubblicamente ciò che il Vangelo chiede nel segreto del cuore, affidandosi totalmente al Padre.



Le immagini che raccontano il brano evangelico e l'episodio francescano, una accanto all'altra, accompagnano nella riflessione di questa settimana.

Con umiltà e semplicità

Seguire le orme del Tuo Figlio

Vangelo
Dal Vangelo secondo Matteo
Mt 6,1-6.16-18

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli:
«State attenti a non praticare la vostra giustizia davanti agli uomini per essere ammirati da loro, altrimenti non c'è ricompensa per voi presso il Padre vostro che è nei cieli. Dunque, quando fai l'elemosina, non suonare la tromba davanti a te, come fanno gli ipocriti nelle sinagoghe e nelle strade, per essere lodati dalla gente. In verità io vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. Invece, mentre tu fai l'elemosina, non sappia la tua sinistra ciò che fa la tua destra, perché la tua elemosina resti nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà. E quando pregate, non siate simili agli ipocriti che, nelle sinagoghe e negli angoli delle piazze, amano pregare stando ritti, per essere visti dalla gente. In verità io vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. Invece, quando tu preghi, entra nella tua camera, chiudi la porta e prega il Padre tuo, che è nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà.
E quando digiunate, non diventate malinconici come gli ipocriti, che assumono un'aria disfatta per far vedere agli altri che digiunano. In verità io vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. Invece, quando tu digiuni, profumati la testa e làvati il volto, perché la gente non veda che tu digiuni, ma solo il Padre tuo, che è nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà».

Episodio francescano
La spogliazione (FF 344-345)

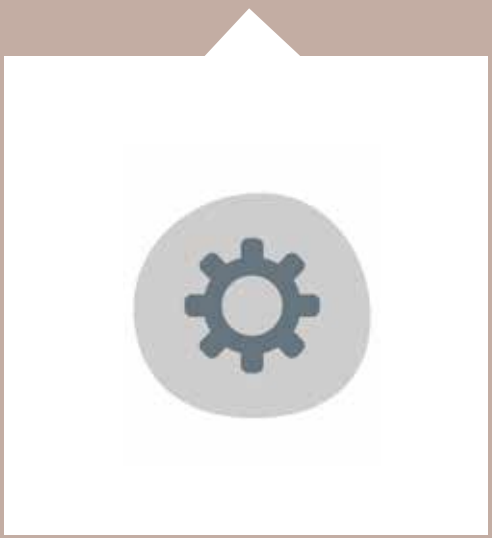
Comparso davanti al vescovo, Francesco non esita né indugia sotto nessun pretesto, anzi, senza dire o aspettare parole, si toglie tutte le vesti e le getta a terra, rendendole al padre. Non ritiene nemmeno le mutande, restando nudo di fronte a tutti. Il vescovo, compresa la sua intenzione e ammirandone il fervore e la risolutezza d'animo, immediatamente si alza, lo abbraccia e lo copre con il suo stesso manto. Comprese chiaramente di essere testimone di un atto ispirato da Dio al suo servo, carico di un significato misterioso. Perciò da quel momento egli si costituì suo aiuto, protettore e conforto, abbracciandolo con sentimento di grande amore.
Ed eccolo ormai lanciarsi nudo contro il nemico nudo e, deposte tutte le cose

LA PREGHIERA DEI FEDELI

Signore tu vedi e conosci tutto di noi: aiutaci in questo tempo quaresimale perché sull'esempio di san Francesco e sostenuti dalla preghiera, ci disponiamo a cambiare il nostro stile di vita per seguire il vangelo.
Noi ti preghiamo.

IL SEGNO

Reset delle Impostazioni
per ricominciare dall'essenziale



del mondo, ricordarsi solo della giustizia divina! Si addestra così al disprezzo della propria vita, abbandonando ogni cura di se stesso, per ottenere, nella sua povertà, la pace nel cammino infestato da insidie, e perché il solo velo della carne lo separi ormai dalla visione di Dio.

Messaggio

Nel gesto pubblico e radicale della spogliazione, Francesco abbandona ogni sicurezza esteriore per consegnarsi totalmente al Padre. Come il Vangelo invita a non confidare nelle apparenze ma nel cuore, Francesco vive una conversione visibile che nasce da una scelta profondamente interiore: tornare a Dio con tutto se stesso.
Non siamo chiamati a copiare il gesto di Francesco – i santi non vanno copiati – ma a lasciarci ispirare dal messaggio che esso comunica: seguire le orme del Figlio con umiltà e semplicità. L'umiltà non è scarsa autostima né sminuirsi, ma vivere nella verità su se stessi, accettando limiti e imperfezioni senza ostentarli. Non implica paragoni, vittimismo o il bisogno di apparire "umili", che sono spesso forme mascherate di orgoglio.
La vera umiltà è silenziosa: non si proclama e non cerca riconoscimento. È vicina all'autenticità, a un modo di essere maturo e libero, fondato sull'onestà verso sé e verso gli altri. Nella tradizione cristiana significa decentrarsi da sé e riconoscere il proprio posto davanti a Dio; non è rassegnazione, ma il fondamento di una crescita vera, perché nasce dal riconoscimento sincero dei propri limiti.
Le persone umili sono libere dal bisogno di lode, gioiscono del bene altrui, sanno sorridere di se stesse, accettano le critiche e non dipendono dall'opinione degli altri. Hanno un effetto positivo su chi incontrano: sono empatiche, grate, capaci di chiedere perdono e di costruire relazioni serene. In sintesi, la vera umiltà rende più umani, più liberi e più maturi, alla maniera di Cristo e di Francesco.

Il Fioretto

Questa settimana ci impegniamo a spegnere il cellulare per qualche ora al giorno e a dedicare del tempo alla preghiera, invece che ai social e ai messaggi (per i bambini: spegnere la TV o altri dispositivi). Proviamo a fare qualche minuto di silenzio insieme con gli occhi chiusi prima della preghiera della tavola.

Sul sito della Diocesi di Novara
www.diocesinovara.it
si possono trovare tutti i materiali
e gli strumenti che accompagnano
questo sussidio.

Su www.sdnews.it si trovano, invece,
tutti i riferimenti per ascoltare il Podcast
quotidiano, con il commento alla Parola del
giorno.

Cercando la tua volontà

Prima domenica di Quaresima

22 febbraio 2026

La lotta spirituale si vince nella fiducia in Dio: come Gesù nel deserto, Francesco sceglie la solitudine, il digiuno e la preghiera per discernere la volontà del Padre e rifiutare le false sicurezze

Le immagini che raccontano il brano evangelico e l'episodio francescano, una accanto all'altra, accompagnano nella riflessione di questa settimana.

Vangelo

Dal Vangelo secondo Matteo

Mt 4,1-11

In quel tempo, Gesù fu condotto dallo Spirito nel deserto, per essere tentato dal diavolo. Dopo aver digiunato quaranta giorni e quaranta notti, alla fine ebbe fame. Il tentatore gli si avvicinò e gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, di' che queste pietre diventino pane». Ma egli rispose: «Sta scritto: "Non di solo pane vivrà l'uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio"».
Allora il diavolo lo portò nella città santa, lo pose sul punto più alto del tempio e gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, gèttati giù; sta scritto infatti: "Ai suoi angeli darà ordini a tuo riguardo ed essi ti porteranno sulle loro mani perché il tuo piede non inciampi in una pietra"». Gesù gli rispose: «Sta scritto anche: "Non metterai alla prova il Signore Dio tuo"».
Di nuovo il diavolo lo portò sopra un monte altissimo e gli mostrò tutti i regni del mondo e la loro gloria e gli disse: «Tutte queste cose io ti darò se, gettandoti ai miei piedi, mi adorerai». Allora Gesù gli rispose: «Vàttene, satana! Sta scritto infatti: "Il Signore, Dio tuo, adorerai: a lui solo renderai culto"».
Allora il diavolo lo lasciò, ed ecco degli angeli gli si avvicinarono e lo servivano.

Episodio francescano

Francesco che cerca costantemente la volontà di Dio (FF 1179-1180)

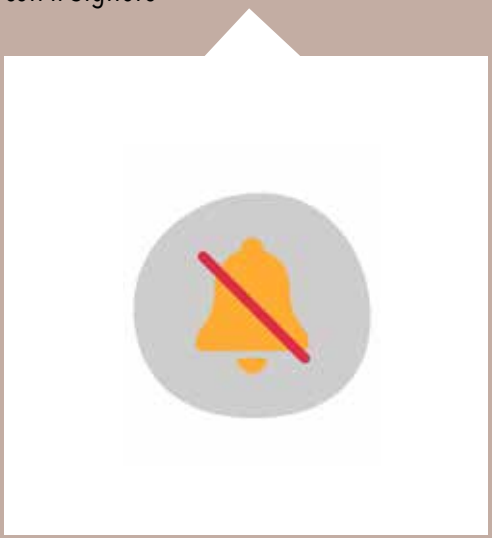
Nell'orazione aveva imparato che la bramata presenza dello Spirito Santo si offre a quanti lo invocano con tanta maggiore familiarità quanto più lontani li trova dal frastuono dei mondani. Per questo cercava luoghi solitari, si recava nella solitudine e nelle chiese abbandonate a pregare, di notte. Là dovette subire, spesso, gli spaventosi assalti dei demoni che venivano fisicamente a conflitto con lui, nello sforzo di stornarlo dall'impegno dell'orazione. Ma egli, munito delle armi celesti, si faceva tanto più forte nella virtù e tanto più fervente nella preghiera, quanto più violento era l'assalto dei nemici. Diceva confidenzialmente a Cristo: «All'ombra delle tue ali proteggimi dai malvagi che tramano la mia rovina». E ai demoni: «Fate pure tutto quello che potete contro di me, o spiriti maligni e ingannatori! Voi non avete potere se non nella misura in cui la mano di Dio ve lo concede e perciò io me ne sto qui con tutta gioia, pronto a sopportare tutto quanto essa ha stabilito di farmi subire».
I demoni superbi non sopportavano simile forza d'animo e si ritiravano

LA PREGHIERA DEI FEDELI

Signore, fa' che non ci lasciamo tentare dalla bramosia del possesso, dalle facili sicurezze e dalla smania di apparire. Non abbandonarci nella tentazione e semina in noi il desiderio di vivere in modo umile e semplice come San Francesco. Noi ti preghiamo.

IL SEGNO

Mi metto in modalità silenziosa, per spegnere il superfluo e riconnettermi con il Signore



sconfitti.
E l'uomo di Dio, restandosene tutto solo e in pace, riempiva i boschi di gemiti, cospargeva la terra di lacrime, si percuoteva il petto e, quasi avesse trovato un più intimo santuario, discorreva con il suo Signore. Là rispondeva al Giudice, là supplicava il Padre, là dialogava con l'Amico. Là pure, dai frati che talvolta piamente lo stavano ad osservare, fu udito interpellare con grida e gemiti la clemenza divina a favore dei peccatori; piangere, anche, ad alta voce la passione del Signore, come se l'avesse davanti agli occhi. Là, mentre pregava di notte, fu visto con le mani stese in forma di croce, sollevato da terra con tutto il corpo e circondato da una nuvoletta luminosa: luce meravigliosa diffusa intorno al suo corpo, che meravigliosamente testimoniava la luce risplendente nel suo spirito. Là inoltre, come testimoniano prove sicure, gli venivano svelati i misteri nascosti della sapienza divina, che egli però non divulgava all'esterno, se non nella misura in cui ve lo sforzava la carità di Cristo e lo esigeva l'utilità del prossimo. Diceva, a questo proposito: «Può succedere che, per un lieve compenso, si perda un tesoro senza prezzo e che si provochi il Donatore a non dare più tanto facilmente una seconda volta».
Quando tornava dalle sue preghiere private, che lo trasformavano quasi in un altro uomo, metteva la più grande attenzione per comportarsi in uniformità con gli altri, perché non avvenisse che il vento dell'applauso, a causa di quanto lui lasciava trapelare di fuori, lo privasse della ricompensa interiore.

Messaggio

Gesù affronta le tentazioni nel deserto affidandosi alla Parola del Padre. Va nel deserto per scegliere come annunciare il Regno, come raccontare Dio, che tipo di Messia essere. Avrebbe potuto scegliere vie alternative, e il diavolo, con tre "se", cerca di sedurlo proponendogli la strada più facile: un Messia potente, trionfatore, acclamato, capace di risolvere i problemi e di fare giustizia secondo criteri umani.
Gesù rifiuta questa logica. Rifiuta i gesti spettacolari e non strumentalizza il suo rapporto di amore con il Padre. Sceglie invece di andare al cuore delle persone, di giocarsi la vita nella logica dell'amore, di rivelare con libertà il vero volto di Dio. Sarà un Messia umile, senza clamore, che combatte il male con l'unica arma dell'amore.
Anche Francesco cerca il silenzio e la solitudine per discernere la volontà di Dio. Impara a scegliere non il potere o il successo, ma una fiducia radicale nel Signore. Entrambi ci ricordano che tutti abbiamo bisogno di spazi di deserto per discernere, per imparare a riconoscere la volontà di Dio nella nostra vita.
Ma cosa è la volontà di Dio? «La volontà di Dio non è innanzi che tu scelga questo o quello, ma che tu ne faccia buon uso; che scelga tu stesso, nei termini di una riflessione leale, scevra dall'egoismo come dalla paura, il modo più fecondo, più lieto di realizzare la tua vita. Tenuto conto di quello che sei, del tuo passato, della tua storia, degli incontri che hai fatto, della percezione che puoi avere dei bisogni della Chiesa e del mondo, quale risposta personale puoi dare agli appelli che hai colto nel Vangelo? Ciò che Dio si attende da te non è che tu scelga questa o quella via che Egli avrebbe previsto per te da tutta l'eternità; è che tu inventi oggi la tua risposta alla sua presenza e alla sua chiamata. Non si tratta più, dunque, di scoprire e di eseguire un programma prestabilito, ma di far nascere una fedeltà. L'esperienza mostra che è un cambiamento di prospettiva abbastanza radicale e che spesso richiede tempo» (p. Michel Rondet s.j).

Il Fioretto

Questa settimana ci impegniamo a trovare il tempo per pregare, da soli o in famiglia. Prendiamo in mano il vangelo e scegliamo un brano che ci aiuti in questo momento di intimità per accogliere la luce di Gesù nella nostra vita.
Proviamo a condividere in famiglia quello che di bello Gesù ci ha detto parlando nel nostro cuore.

Sul sito della Diocesi di Novara
www.diocesinovara.it
si possono trovare tutti i materiali
e gli strumenti che accompagnano
questo sussidio.

Su www.sdnews.it si trovano, invece,
tutti i riferimenti per ascoltare il Podcast
quotidiano, con il commento alla Parola del
giorno.

Seconda domenica di Quaresima
1° marzo 2026

Sul monte Dio si rivela e trasforma: Francesco, come i discepoli, fa esperienza della luce di Cristo nella preghiera, accogliendo la croce che conduce alla gloria

Le immagini che raccontano il brano evangelico e l'episodio francescano, una accanto all'altra, accompagnano nella riflessione di questa settimana.

Nella preghiera

Seguire le orme del Tuo Figlio

Vangelo
Dal Vangelo secondo Matteo
Mt 17, 1-9

In quel tempo, Gesù prese con sé Pietro, Giacomo e Giovanni suo fratello e li condusse in disparte, su un alto monte. E fu trasfigurato davanti a loro: il suo volto brillò come il sole e le sue vesti divennero candide come la luce. Ed ecco apparvero loro Mosè ed Elia, che conversavano con lui.
Prendendo la parola, Pietro disse a Gesù: «Signore, è bello per noi essere qui! Se vuoi, farò qui tre capanne, una per te, una per Mosè e una per Elia».
Egli stava ancora parlando, quando una nube luminosa li coprì con la sua ombra. Ed ecco una voce dalla nube che diceva: «Questi è il Figlio mio, l'amato: in lui ho posto il mio compiacimento. Ascoltatelo».
All'udire ciò, i discepoli caddero con la faccia a terra e furono presi da grande timore. Ma Gesù si avvicinò, li toccò e disse: «Alzatevi e non temete». Alzando gli occhi non videro nessuno, se non Gesù solo.
Mentre scendevano dal monte, Gesù ordinò loro: «Non parlate a nessuno di questa visione, prima che il Figlio dell'uomo non sia risorto dai morti».

Episodio francescano
Esperienza della Verna e preghiera sul monte (FF 1223-1228)

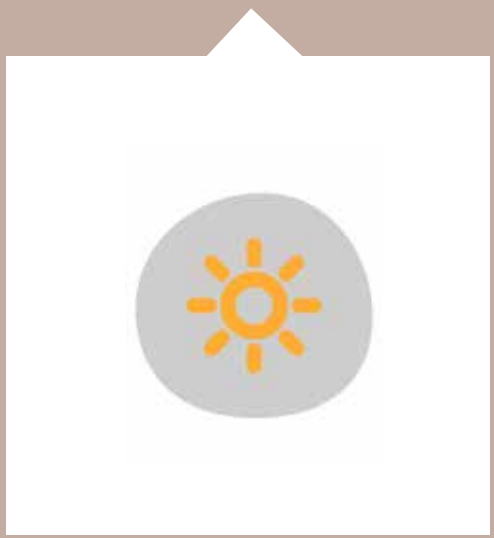
Due anni prima che rendesse lo spirito a Dio, dopo molte e varie fatiche, la Provvidenza divina lo trasse in disparte e lo condusse su un monte eccelso, chiamato monte della Verna. Qui egli aveva iniziato, secondo il suo solito, a digiunare la quaresima in onore di san Michele arcangelo, quando incominciò a sentirsi inondato con maggior abbondanza dalla dolcezza della celeste contemplazione, acceso da più viva fiamma di desideri celesti, più ricolmo del dono di celesti elargizioni. Si elevava a quelle altezze non come un importuno scrutatore della maestà, che viene oppresso dalla gloria, ma come un servo fedele e prudente, teso alla ricerca del volere di Dio, a cui bramava con sommo ardore di conformarsi in tutto e per tutto.
A lui, dunque, fu detto interiormente da una voce divina che, all'apertura del Vangelo, Cristo gli avrebbe rivelato che cosa Dio maggiormente avrebbe gradito in lui e da lui. Perciò, dopo aver pregato molto devotamente, prese dall'altare il sacro libro dei Vangeli e lo fece aprire, nel nome della Santa Trinità, dal suo compagno, uomo davvero a Dio devoto e santo.
Aperto il libro per tre volte, sempre si imbatté nella passione del Signore: allora l'uomo pieno di Dio comprese che, come aveva imitato Cristo nelle azioni della sua vita, così doveva essere a lui conforme nelle sofferenze e nei

LA PREGHIERA DEI FEDELI

Signore, fa' che anche noi come i tuoi primi discepoli e san Francesco facciamo esperienza della tua luce che rigenera i momenti bui della nostra vita. Imparando a pregare come il poverello di Assisi, desideriamo a nostra volta essere portatori di luce in questo nostro tempo, Noi ti preghiamo.

IL SEGNO

Luminosità al massimo, per ricordarci della Presenza del Signore che ci illumina.



dolori della passione, prima di passare da questo mondo. E benché ormai quel suo corpo, che aveva nel passato sostenuto tante austerità e portato senza interruzione la croce del Signore, non avesse più forze, egli non provò alcun timore, anzi si sentì più vigorosamente animato ad affrontare il martirio.

In lui l'incendio indomabile dell'amore per il buon Gesù si era sviluppato in vampe e fiamme di carità così forte, che le molte acque non potevano estinguerla. L'ardore serafico del desiderio, dunque, lo sopraelevava in Dio e un dolce sentimento di compassione lo trasformava in Colui che volle, per eccesso di carità, essere crocifisso. Un mattino, all'appressarsi della festa dell'Esaltazione della santa Croce, mentre pregava sul fianco del monte, vide un Serafino, con sei ali tanto infocate quanto luminose, discendere dalla sublimità dei cieli: esso, con rapidissimo volo, giunse vicino, librato nell'aria, all'uomo di Dio, e allora apparve tra le sue ali l'effigie di un uomo crocifisso, che aveva mani e piedi stesi in forma di croce e confitti alla croce. Due ali si alzavano sopra il suo capo, due si stendevano a volare e due velavano tutto il corpo. A quella vista si stupì fortemente, mentre gioia mista a tristezza gli inondava il cuore. Provava letizia per l'atteggiamento gentile, con il quale si vedeva guardato da Cristo, sotto la figura del serafino; ma il vederlo confitto in croce gli trapassava l'anima con la spada dolorosa della compassione.

Fissava, pieno di stupore, quella visione così misteriosa, conscio che l'infermità della passione non poteva assolutamente coesistere con la natura spirituale e immortale del serafino. Ma da qui comprese finalmente, per divina rivelazione, lo scopo per cui la divina provvidenza aveva mostrato al suo sguardo quella visione, cioè quello di fargli conoscere anticipatamente che lui, l'amico di Cristo, stava per essere trasformato tutto nel ritratto visibile di Cristo crocifisso, non mediante il martirio della carne, ma mediante l'incendio dello spirito.

Scomparendo, la visione gli lasciò nel cuore un ardore mirabile e l'effigie di segni altrettanto meravigliosi lasciò impressa nella sua carne. Subito, infatti, nelle sue mani e nei suoi piedi, incominciarono ad apparire segni di chiodi, come quelli che poco prima aveva osservato nell'immagine dell'uomo crocifisso. Le mani e i piedi, proprio al centro, si vedevano confitti con chiodi; le capocchie dei chiodi apparivano nella parte interna delle mani e nella parte superiore dei piedi, mentre le punte sporgevano dalla parte opposta. Le capocchie nelle mani e nei piedi erano rotonde e nere; le punte invece erano allungate, piegate all'indietro e come ribattute, e uscivano dalla carne stessa, sporgendo sul resto della carne. Il fianco destro era come trapassato da una lancia e coperto da una cicatrice rossa, che spesso emanava sacro sangue, imbevendo la tonaca e le mutande.

Il servo di Cristo vedeva che le stimmate impresse in forma così palese non potevano restare nascoste ai compagni più intimi; temeva, nondimeno, di mettere in pubblico il segreto del Signore ed era combattuto da un grande dubbio: dire quanto aveva visto o tacere? Chiamò pertanto alcuni dei frati e, parlando in termini generali, espose loro il dubbio e chiese consiglio. Uno dei frati, Illuminato di nome e di grazia, intuì che egli aveva avuto una visione straordinaria, per il fatto che sembrava tanto stupefatto, e disse all'uomo santo: «Fratello, sappi che qualche volta i segreti divini ti vengono rivelati non solo per te, ma anche per gli altri. Ci sono dunque buone ragioni per temere

che, se tieni celato quanto hai ricevuto a giovamento di tutti, tu venga giudicato colpevole di aver nascosto il talento». Il santo fu colpito da queste parole e, benché altre volte fosse solito dire: «Il mio segreto è per me», pure

in quella circostanza, con molto timore, riferì come era avvenuta la visione e aggiunse che colui che gli era apparso gli aveva detto alcune cose, che in vita sua non avrebbe mai confidato a nessuno. Evidentemente è da ritenere che i discorsi di quel sacro serafino, mirabilmente apparso in croce, erano stati così sublimi che non era concesso agli uomini di proferirli.
Così il verace amore di Cristo aveva trasformato l'amante nell'immagine stessa dell'amato.

Messaggio

Sul monte Gesù si manifesta nella sua gloria; sul monte della Verna Francesco vive un'esperienza di profonda intimità con Dio. La luce di Cristo trasforma la sua vita e lo prepara al dono totale di sé. Entrambi, sulla propria montagna, vivono un'esperienza intensa di preghiera.
Che cosa impariamo da loro sulla preghiera? Anzitutto che la preghiera è una relazione d'amore: l'amore di un Padre verso un figlio o una figlia, e l'amore di un figlio o di una figlia verso il Padre. È un respiro, uno spazio in cui, poco alla volta, incontriamo il vero volto di Dio e il nostro stesso vero volto. Come direbbe san Francesco: «Chi sono io e chi sei tu».
Se la preghiera è un incontro tra due persone, Dio e noi, come ogni incontro essa passa attraverso alcuni passaggi fondamentali: prepararsi, entrare, stare, uscire. Ci si prepara, decidendo un tempo e un luogo; si entra, lasciando fuori ciò che distrae; si sta, nel dialogo e nell'ascolto; infine si esce, portando con sé ciò che è stato vissuto.
Nella preghiera si può dialogare con Dio attraverso i Salmi, che ci insegnano a parlare di noi stessi senza censure; oppure sostare, come Francesco, su una pagina del Vangelo, lasciandoci interrogare e trasformare. E come in ogni incontro vero, arriva anche il momento del congedo: un ringraziamento, una parola da custodire, un impegno da portare nella vita quotidiana.
La preghiera non è evasione, ma relazione che trasfigura. È l'esperienza di sentirsi guardati e amati, e di tornare alla vita con uno sguardo nuovo.

Il Fioretto

Questa settimana ci impegniamo a trovare il tempo per pregare, da soli o in famiglia. Prendiamo in mano il vangelo e scegliamo un brano che ci aiuti in questo momento di intimità per accogliere la luce di Gesù nella nostra vita. Proviamo a condividere in famiglia quello che di bello Gesù ci ha detto parlando nel nostro cuore.

Sul sito della Diocesi di Novara
www.diocesinovara.it
si possono trovare tutti i materiali
e gli strumenti che accompagnano
questo sussidio.

Su www.sdnews.it si trovano, invece,
tutti i riferimenti per ascoltare il Podcast
quotidiano, con il commento alla Parola del
giorno.

Terza domenica di Quaresima
8 marzo 2026

L'incontro con l'altro diventa luogo di salvezza: Francesco supera paura e rifiuto, riconoscendo nel lebbroso il volto di Cristo che dona l'acqua viva della misericordia

Le immagini che raccontano il brano evangelico e l'episodio francescano, una accanto all'altra, accompagnano nella riflessione di questa settimana.

Assetati di misericordia

Seguire le orme del tuo Figlio

Vangelo
Dal Vangelo secondo Giovanni Gv 4,5-42

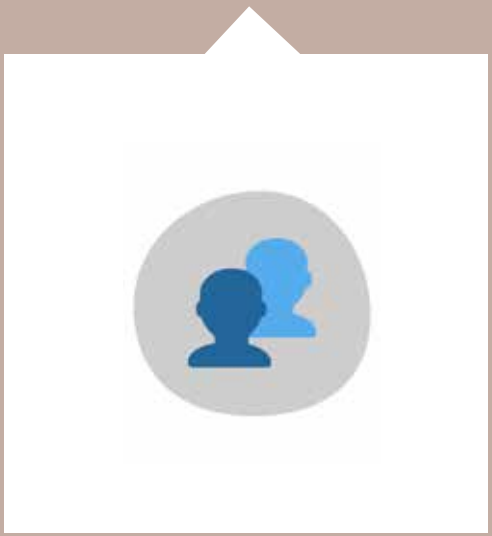
In quel tempo, Gesù giunse a una città della Samarìa chiamata Sicar, vicina al terreno che Giacobbe aveva dato a Giuseppe suo figlio: qui c'era un pozzo di Giacobbe. Gesù dunque, affaticato per il viaggio, sedeva presso il pozzo. Era circa mezzogiorno. Giunge una donna samaritana ad attingere acqua. Le dice Gesù: «Dammi da bere». I suoi discepoli erano andati in città a fare provvista di cibi. Allora la donna samaritana gli dice: «Come mai tu, che sei giudeo, chiedi da bere a me, che sono una donna samaritana?». I Giudei infatti non hanno rapporti con i Samaritani.
Gesù le risponde: «Se tu conoscessi il dono di Dio e chi è colui che ti dice: "Dammi da bere!", tu avresti chiesto a lui ed egli ti avrebbe dato acqua viva». Gli dice la donna: «Signore, non hai un secchio e il pozzo è profondo; da dove prendi dunque quest'acqua viva? Sei tu forse più grande del nostro padre Giacobbe, che ci diede il pozzo e ne bevve lui con i suoi figli e il suo bestiame?». Gesù le risponde: «Chiunque beve di quest'acqua avrà di nuovo sete; ma chi berrà dell'acqua che io gli darò, non avrà più sete in eterno. Anzi, l'acqua che io gli darò diventerà in lui una sorgente d'acqua che zampilla per la vita eterna». «Signore - gli dice la donna -, dammi quest'acqua, perché io non abbia più sete e non continui a venire qui ad attingere acqua». Le dice: «Va' a chiamare tuo marito e ritorna qui». Gli risponde la donna: «Io non ho marito». Le dice Gesù: «Hai detto bene: "Io non ho marito". Infatti hai avuto cinque mariti e quello che hai ora non è tuo marito; in questo hai detto il vero».
Gli replica la donna: «Signore, vedo che tu sei un profeta! I nostri padri hanno adorato su questo monte; voi invece dite che è a Gerusalemme il luogo in cui bisogna adorare». Gesù le dice: «Credimi, donna, viene l'ora in cui né su questo monte né a Gerusalemme adorerete il Padre. Voi adorate ciò che non conoscete, noi adoriamo ciò che conosciamo, perché la salvezza viene dai Giudei. Ma viene l'ora - ed è questa - in cui i veri adoratori adoreranno il Padre in spirito e verità: così infatti il Padre vuole che siano quelli che lo adorano. Dio è spirito, e quelli che lo adorano devono adorare in spirito e verità». Gli rispose la donna: «So che deve venire il Messia, chiamato Cristo: quando egli verrà, ci annuncerà ogni cosa». Le dice Gesù: «Sono io, che parlo con te».
In quel momento giunsero i suoi discepoli e si meravigliavano che parlasse con una donna. Nessuno tuttavia disse: «Che cosa cerchi?», o: «Di che cosa parli con lei?». La donna intanto lasciò la sua anfora, andò in città e disse alla gente: «Venite a vedere un uomo che mi ha detto tutto quello che ho fatto. Che sia lui il Cristo?». Uscirono dalla città e andavano da lui.

LA PREGHIERA DEI FEDELI

Signore, creatore di tutte le cose, che ti fai compagno nel cammino ci aspetti come la Samaritana al pozzo: fa' che ti accogliamo senza maschere, così come siamo per essere disponibili come lei e come san Francesco a cambiare la nostra vita, per raccontarlo nel fare il bene. Noi ti preghiamo

IL SEGNO

Un dialogo vero, per incontrare l'altro che mi è vicino.



Intanto i discepoli lo pregavano: «Rabbì, mangia». Ma egli rispose loro: «Io ho da mangiare un cibo che voi non conoscete». E i discepoli si domandavano l'un l'altro: «Qualcuno gli ha forse portato da mangiare?». Gesù disse loro: «Il mio cibo è fare la volontà di colui che mi ha mandato e compiere la sua opera. Voi non dite forse: ancora quattro mesi e poi viene la mietitura? Ecco, io vi dico: alzate i vostri occhi e guardate i campi che già biondeggiano per la mietitura. Chi miete riceve il salario e raccoglie frutto per la vita eterna, perché chi semina gioisca insieme a chi miete. In questo infatti si dimostra vero il proverbio: uno semina e l'altro miete. Io vi ho mandati a mietere ciò per cui non avete faticato; altri hanno faticato e voi siete subentrati nella loro fatica».
Molti Samaritani di quella città credettero in lui per la parola della donna, che testimoniava: «Mi ha detto tutto quello che ho fatto». E quando i Samaritani giunsero da lui, lo pregavano di rimanere da loro ed egli rimase là due giorni. Molti di più credettero per la sua parola e alla donna dicevano: «Non è più per i tuoi discorsi che noi crediamo, ma perché noi stessi abbiamo udito e sappiamo che questi è veramente il salvatore del mondo».

Episodio francescano

Francesco incontra il lebbroso (FF 1407–1408)

Mentre un giorno stava pregando fervidamente il Signore, gli fu risposto: «Francesco, se vuoi conoscere la mia volontà, devi disprezzare e odiare tutto quello che amavi mondanamente e desideravi possedere. Quando avrai cominciato a fare così, ti parrà insopportabile e amaro quanto per l'innanzi ti era attraente e dolce; e dalle cose che una volta aborrivi, attingerai grande dolcezza e immensa soavità».
Felice di queste parole e divenuto forte nel Signore, Francesco, mentre un giorno cavalcava nei paraggi di Assisi, incontrò sulla strada un lebbroso. E poiché di solito aveva grande orrore dei lebbrosi, fece violenza a se stesso, smontò da cavallo e offrì al lebbroso un denaro, baciandogli la mano. E ricevendone un bacio di pace, risalì a cavallo e seguitò il suo cammino. Da quel giorno cominciò progressivamente a non fare più alcun conto di se stesso, fino a giungere alla perfetta vittoria su di sé, con la grazia di Dio.
Trascorsi pochi giorni, prese con sé molto denaro e si recò all'ospizio dei lebbrosi; li riunì tutti insieme e distribuì a ciascuno l'elemosina, baciando loro la mano. Nel ritorno, ciò che prima gli riusciva amaro, vedere cioè e toccare dei lebbrosi, gli si trasformò veramente in dolcezza. Confidava lui stesso che guardare i lebbrosi gli era talmente increscioso, che non solo si rifiutava di vederli, ma anche di avvicinarsi alle loro abitazioni. E se a volte gli capitava di passare accanto alle loro dimore o di vederne qualcuno, sebbene la compassione lo stimolasse a far loro l'elemosina per mezzo di qualche altra persona, lui però voltava sempre la faccia dall'altra parte e si turava le narici con le proprie mani. Ma per grazia di Dio diventò compagno e amico dei lebbrosi così che, come afferma nel suo Testamento, stava in mezzo a loro e li serviva umilmente.

Messaggio

La Samaritana va al pozzo a mezzogiorno, quando nessuno la vede. Porta con sé una storia ferita, segnata da fallimenti e solitudine. Gesù però non la giudica né la respinge: le offre un'acqua viva che non si compra e non si merita.
Anche Francesco vive un'esperienza simile. Vincendo il disgusto e la paura,

si avvicina al lebbroso e lo abbraccia. In quell'incontro sperimenta una sorgente di vita nuova e di misericordia. L'avventura di Francesco inizia proprio così: all'origine della sua conversione c'è un abbraccio.
Nel corpo piagato del lebbroso, Francesco si riconosce come davanti a uno specchio: vede l'immagine della propria anima ferita, bisognosa di amore. In quell'abbraccio umano sperimenta l'abbraccio di Dio, che accoglie e perdona senza condizioni. È un'esperienza che segna profondamente la sua vita e ne orienta il cammino.
In questa esperienza francescana scopriamo che anche in ciascuno di noi c'è una "lebbra", una fragilità amata gratuitamente da Dio. Sappiamo darle un nome? Riusciamo ad accoglierla e a lasciarci abbracciare da Lui?
Credere nell'amore gratuito di Dio è il fondamento della vita cristiana. Dio non ci ama perché siamo giusti, ma perché siamo suoi figli. Il suo amore non si compra e non si guadagna: si accoglie. È un amore per tutti, senza esclusioni. Accoglierlo significa avere il coraggio di presentarci davanti a Lui senza maschere, come siamo. E quando lo accogliamo davvero, non possiamo tenerlo per noi: come la Samaritana e come Francesco, siamo chiamati a raccontarlo con la vita.

Il Fioretto

Questa settimana ci impegniamo, nel momento della cena, a pensare a qualcuno che sappiamo essere in solitudine o vivere una condizione di esclusione ed emarginazione. Abbracciamo chi ci è seduto a fianco, immaginando di stringere forte quella persona, spiegando l'intento e il significato di questa scelta

Sul sito della Diocesi di Novara
www.diocesinovara.it
si possono trovare tutti i materiali
e gli strumenti che accompagnano
questo sussidio.

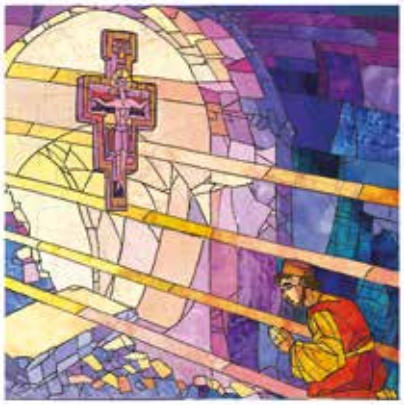
Su www.sdnews.it si trovano, invece,
tutti i riferimenti per ascoltare il Podcast
quotidiano, con il commento alla Parola del
giorno.

Quarta domenica di Quaresima

15 MARZO 2026

Lasciarsi illuminare da Cristo per vedere davvero: davanti al Crocifisso, Francesco riceve la luce della fede che gli apre gli occhi sulla sua missione e sulla verità di sé

Le immagini che raccontano il brano evangelico e l'episodio francescano, una accanto all'altra, accompagnano nella riflessione di questa settimana.



Con la luce della fede

Seguire le orme del tuo Figlio

Vangelo

Dal Vangelo secondo Giovanni

Gv 9,1-41

In quel tempo, Gesù passando vide un uomo cieco dalla nascita e i suoi discepoli lo interrogarono: «Rabbì, chi ha peccato, lui o i suoi genitori, perché sia nato cieco?». Rispose Gesù: «Né lui ha peccato né i suoi genitori, ma è perché in lui siano manifestate le opere di Dio. Bisogna che noi compiamo le opere di colui che mi ha mandato finché è giorno; poi viene la notte, quando nessuno può agire. Finché io sono nel mondo, sono la luce del mondo».

Detto questo, sputò per terra, fece del fango con la saliva, spalmò il fango sugli occhi del cieco e gli disse: «Va' a lavarti nella piscina di Sìloe», che significa "Inviato". Quegli andò, si lavò e tornò che ci vedeva.

Allora i vicini e quelli che lo avevano visto prima, perché era un mendicante, dicevano: «Non è lui quello che stava seduto a chiedere l'elemosina?». Alcuni dicevano: «È lui»; altri dicevano: «No, ma è uno che gli assomiglia». Ed egli diceva: «Sono io!». Allora gli domandarono: «In che modo ti sono stati aperti gli occhi?». Egli rispose: «L'uomo che si chiama Gesù ha fatto del fango, me lo ha spalmato sugli occhi e mi ha detto: "Va' a Sìloe e làvati!". Io sono andato, mi sono lavato e ho acquistato la vista». Gli dissero: «Dov'è costui?». Rispose: «Non lo so».

Condussero dai farisei quello che era stato cieco: era un sabato, il giorno in cui Gesù aveva fatto del fango e gli aveva aperto gli occhi. Anche i farisei dunque gli chiesero di nuovo come aveva acquistato la vista. Ed egli disse loro: «Mi ha messo del fango sugli occhi, mi sono lavato e ci vedo». Allora alcuni dei farisei dicevano: «Quest'uomo non viene da Dio, perché non osserva il sabato». Altri invece dicevano: «Come può un peccatore compiere segni di questo genere?». E c'era dissenso tra loro. Allora dissero di nuovo al cieco: «Tu, che cosa dici di lui, dal momento che ti ha aperto gli occhi?». Egli rispose: «È un profeta!». Ma i Giudei non credettero di lui che fosse stato cieco e che avesse acquistato la vista, finché non chiamarono i genitori di colui che aveva ricuperato la vista. E li interrogarono: «È questo il vostro figlio, che voi dite essere nato cieco? Come mai ora ci vede?». I genitori di lui risposero: «Sappiamo che questo è nostro figlio e che è nato cieco; ma come ora ci veda non lo sappiamo, e chi gli abbia aperto gli occhi, noi non lo sappiamo. Chiedetelo a lui: ha l'età, parlerà lui di sé». Questo dissero i suoi genitori, perché avevano paura dei Giudei; infatti i Giudei avevano già stabilito che, se uno lo avesse riconosciuto come il Cristo, venisse espulso dalla sinagoga. Per questo i suoi genitori dissero: «Ha l'età: chiedetelo a lui!».

Allora chiamarono di nuovo l'uomo che era stato cieco e gli dissero: «Da'

LA PREGHIERA DEI FEDELI

Signore, il cieco nato non vide subito, ma guidato da Te, imparò a riconoscere con occhi nuovi la realtà: come san Francesco, davanti al Crocifisso di S. Damiano, aiutaci a distinguere con una fede rinnovata i segni che tu poni nella nostra vita. Noi ti preghiamo.

IL SEGNO

Sblocca il lucchetto che ti impedisce di aprirti alla Luce e alla Speranza che vengono dal Signore

gloria a Dio! Noi sappiamo che quest'uomo è un peccatore». Quello rispose: «Se sia un peccatore, non lo so. Una cosa io so: ero cieco e ora ci vedo». Allora gli dissero: «Che cosa ti ha fatto? Come ti ha aperto gli occhi?». Rispose loro: «Ve l'ho già detto e non avete ascoltato; perché volete udirlo di nuovo? Volete forse diventare anche voi suoi discepoli?». Lo insultarono e dissero: «Suo discepolo sei tu! Noi siamo discepoli di Mosè! Noi sappiamo che a Mosè ha parlato Dio; ma costui non sappiamo di dove sia». Rispose loro quell'uomo: «Proprio questo stupisce: che voi non sapete di dove sia, eppure mi ha aperto gli occhi. Sappiamo che Dio non ascolta i peccatori, ma che, se uno onora Dio e fa la sua volontà, egli lo ascolta. Da che mondo è mondo, non si è mai sentito dire che uno abbia aperto gli occhi a un cieco nato. Se costui non venisse da Dio, non avrebbe potuto far nulla». Gli replicarono: «Sei nato tutto nei peccati e insegni a noi?». E lo cacciarono fuori.
Gesù seppe che l'avevano cacciato fuori; quando lo trovò, gli disse: «Tu, credi nel Figlio dell'uomo?». Egli rispose: «E chi è, Signore, perché io creda in lui?». Gli disse Gesù: «Lo hai visto: è colui che parla con te». Ed egli disse: «Credo, Signore!». E si prostrò dinanzi a lui. Gesù allora disse: «È per un giudizio che io sono venuto in questo mondo, perché coloro che non vedono, vedano e quelli che vedono, diventino ciechi». Alcuni dei farisei che erano con lui udirono queste parole e gli dissero: «Siamo ciechi anche noi?». Gesù rispose loro: «Se foste ciechi, non avreste alcun peccato; ma siccome dite: "Noi vediamo", il vostro peccato rimane».

Episodio francescano

Preghiera davanti al Crocifisso di San Damiano (FF 1038)

Il servo dell'Altissimo, in questa sua nuova esperienza, non aveva altra guida se non Cristo; perciò Cristo, nella sua clemenza, volle nuovamente visitarlo con la dolcezza della sua grazia. Era egli un giorno uscito nella campagna per meditare. Trovandosi a passare vicino alla chiesa di San Damiano, che per l'eccessiva vecchiezza minacciava rovina, spinto dall'impulso dello Spirito Santo, vi entrò per pregare. Mentre pregava inginocchiato davanti all'immagine del Crocifisso, si sentì invadere da una grande consolazione spirituale e, fissando gli occhi pieni di lacrime nella croce del Signore, udì con gli orecchi del corpo una voce scendere verso di lui dalla croce e dirgli per tre volte: «Francesco, va' e ripara la mia casa che, come vedi, è tutta in rovina!».
All'udire quella voce così meravigliosa, Francesco rimane stupito e tutto tremante, perché nella chiesa è solo, e, percependo nel cuore la forza del linguaggio divino, si sente rapito fuori dei sensi.
Tornato finalmente in sé, si accinge a obbedire, si concentra tutto nella missione di riparare la chiesa di mura, benché la parola divina si riferisse principalmente a quella Chiesa che Cristo acquistò con il suo sangue, come lo Spirito Santo gli avrebbe fatto capire e come egli stesso rivelò in seguito ai frati.

Messaggio

Il cieco nato riacquista la vista e impara progressivamente a riconoscere Gesù come Signore. Il suo non è solo un miracolo fisico, ma un cammino di rinascita dello sguardo. Gesù apre in lui una capacità nuova di leggere la realtà e di riconoscere il senso della propria vita.
Anche Francesco, davanti al Crocifisso di San Damiano, impara a "vedere" in modo nuovo. La croce non è più fallimento, ma chiamata e missione. Come

il cieco nato, anche lui comincia a guardare la vita con la luce della fede.
La fede non cambia immediatamente le circostanze, ma cambia lo sguardo con cui le attraversiamo. È una luce discreta, che non elimina le ombre, ma orienta il cammino anche nell'incertezza. Chi crede non vede "di più", ma vede diversamente.
Questo sguardo rinnovato trasforma il modo di guardare se stessi, gli altri e la realtà. In un mondo che misura il valore in base all'efficienza e al successo, la fede insegna a riconoscersi come persone amate, nonostante i limiti. Le ferite non vengono negate, ma inserite in una storia più grande, in cui l'identità non è definita dal fallimento, ma dalla relazione con Dio.
Avere occhi nuovi non significa avere una vita perfetta, ma riconoscere che la propria storia, così com'è, è abitabile. È una luce che accompagna, sostiene e rende possibile camminare, anche quando non tutto è chiaro.

Il Fioretto

Questa settimana ci impegniamo a riconoscere una situazione in cui ci sentiamo in difficoltà: proviamo a pensare a cosa ci direbbe Gesù se fosse presente accanto a noi in questo momento.
Condividiamo con i membri della famiglia questo pensiero e ringraziamo per la vicinanza di Gesù alle nostre fatiche.

Sul sito della Diocesi di Novara
www.diocesinovara.it
si possono trovare tutti i materiali
e gli strumenti che accompagnano
questo sussidio.

Su www.sdnews.it si trovano, invece,
tutti i riferimenti per ascoltare il Podcast
quotidiano, con il commento alla Parola del
giorno.

Quinta domenica di Quaresima

22 MARZO 2026

Dio è Signore della vita e vince la morte: attraverso Francesco, la potenza di Cristo continua a ridare speranza, mostrando che la fede apre alla vita nuova

Le immagini che raccontano il brano evangelico e l'episodio francescano, una accanto all'altra, accompagnano nella riflessione di questa settimana.

Sempre sperando

Seguire le orme del Tuo Figlio

Vangelo

Dal Vangelo secondo Giovanni

Gv 11,1-45

In quel tempo, un certo Lazzaro di Betània, il villaggio di Maria e di Marta sua sorella, era malato. Maria era quella che cosparse di profumo il Signore e gli asciugò i piedi con i suoi capelli; suo fratello Lazzaro era malato. Le sorelle mandarono dunque a dire a Gesù: «Signore, ecco, colui che tu ami è malato».

All'udire questo, Gesù disse: «Questa malattia non porterà alla morte, ma è per la gloria di Dio, affinché per mezzo di essa il Figlio di Dio venga glorificato». Gesù amava Marta e sua sorella e Lazzaro. Quando sentì che era malato, rimase per due giorni nel luogo dove si trovava. Poi disse ai discepoli: «Andiamo di nuovo in Giudea!». I discepoli gli dissero: «Rabbì, poco fa i Giudei cercavano di lapidarti e tu ci vai di nuovo?». Gesù rispose: «Non sono forse dodici le ore del giorno? Se uno cammina di giorno, non inciampa, perché vede la luce di questo mondo; ma se cammina di notte, inciampa, perché la luce non è in lui».

Disse queste cose e poi soggiunse loro: «Lazzaro, il nostro amico, s'è addormentato; ma io vado a svegliarlo». Gli dissero allora i discepoli: «Signore, se si è addormentato, si salverà». Gesù aveva parlato della morte di lui; essi invece pensarono che parlasse del riposo del sonno. Allora Gesù disse loro apertamente: «Lazzaro è morto e io sono contento per voi di non essere stato là, affinché voi crediate; ma andiamo da lui!». Allora Tommaso, chiamato Dìdimo, disse agli altri discepoli: «Andiamo anche noi a morire con lui!».

Quando Gesù arrivò, trovò Lazzaro che già da quattro giorni era nel sepolcro. Betània distava da Gerusalemme meno di tre chilometri e molti Giudei erano venuti da Marta e Maria a consolarle per il fratello. Marta dunque, come udì che veniva Gesù, gli andò incontro; Maria invece stava seduta in casa. Marta disse a Gesù: «Signore, se tu fossi stato qui, mio fratello non sarebbe morto! Ma anche ora so che qualunque cosa tu chiederai a Dio, Dio te la concederà». Gesù le disse: «Tuo fratello risorgerà». Gli rispose Marta: «So che risorgerà nella risurrezione dell'ultimo giorno». Gesù le disse: «Io sono la risurrezione e la vita; chi crede in me, anche se muore, vivrà; chiunque vive e crede in me, non morirà in eterno. Credi questo?». Gli rispose: «Sì, o Signore, io credo che tu sei il Cristo, il Figlio di Dio, colui che viene nel mondo».

Dette queste parole, andò a chiamare Maria, sua sorella, e di nascosto le disse: «Il Maestro è qui e ti chiama». Udito questo, ella si alzò subito e andò da lui. Gesù non era entrato nel villaggio, ma si trovava ancora là dove Marta gli era andata incontro. Allora i Giudei, che erano in casa con lei a consolarla,

LA PREGHIERA DEI FEDELI

Signore, aiutaci a vivere nella speranza cristiana che non è illusione, ma fiducia certa nella tua presenza: chi spera e pone la sua fiducia in Te non si stanchi e non si chiuda nella rassegnazione, ma da risorto renda una buona testimonianza di fede. Noi ti preghiamo.

IL SEGNO

Due mani che si stringono,
che si aiutano, che dicono
che la riconciliazione è riuscita

vedendo Maria alzarsi in fretta e uscire, la seguirono, pensando che andasse a piangere al sepolcro.
Quando Maria giunse dove si trovava Gesù, appena lo vide si gettò ai suoi piedi dicendogli: «Signore, se tu fossi stato qui, mio fratello non sarebbe morto!». Gesù allora, quando la vide piangere, e piangere anche i Giudei che erano venuti con lei, si commosse profondamente e, molto turbato, domandò: «Dove lo avete posto?». Gli dissero: «Signore, vieni a vedere!». Gesù scoppiò in pianto. Dissero allora i Giudei: «Guarda come lo amava!». Ma alcuni di loro dissero: «Lui, che ha aperto gli occhi al cieco, non poteva anche far sì che costui non morisse?».
Allora Gesù, ancora una volta commosso profondamente, si recò al sepolcro: era una grotta e contro di essa era posta una pietra. Disse Gesù: «Togliete la pietra!». Gli rispose Marta, la sorella del morto: «Signore, manda già cattivo odore: è lì da quattro giorni». Le disse Gesù: «Non ti ho detto che, se crederai, vedrai la gloria di Dio?». Tolsero dunque la pietra. Gesù allora alzò gli occhi e disse: «Padre, ti rendo grazie perché mi hai ascoltato. Io sapevo che mi dai sempre ascolto, ma l'ho detto per la gente che mi sta attorno, perché credano che tu mi hai mandato». Detto questo, gridò a gran voce: «Lazzaro, vieni fuori!». Il morto uscì, i piedi e le mani legati con bende, e il viso avvolto da un sudario. Gesù disse loro: «Liberàtelo e lasciàtelo andare».
Molti dei Giudei che erano venuti da Maria, alla vista di ciò che egli aveva compiuto, credettero in lui.

Episodio francescano

Guarigione dell'uomo di Lerida (FF 1260)

Nella Catalogna, vicino a Lerida (111), un uomo, che si chiamava Giovanni ed era devoto del beato Francesco, una sera stava camminando per una strada, dove era stato teso un agguato per uccidere non già lui, che non aveva nemici, ma un altro che gli assomigliava e quella sera si trovava in sua compagnia. Balzando dal nascondiglio, l'assassino, che aveva scambiato Giovanni per il suo nemico, lo colpì a morte molte volte con la spada. Non c'era più assolutamente speranza di salvarlo. Difatti il primo colpo gli aveva staccato quasi totalmente una spalla e il braccio e un secondo gli aveva aperto sotto la mammella un tale squarcio che il fiato che ne fuorusciva avrebbe potuto spegnere sei candele in una volta. A giudizio dei medici era impossibile curarlo, perché le ferite erano già imputridite ed esalavano un fetore insopportabile, tanto che perfino la moglie ne provava violenta ripugnanza.
Perduta ormai ogni speranza nei rimedi umani, il ferito rivolse tutta la sua devozione a impetrare il patrocinio del beato padre Francesco, che già sotto i colpi aveva invocato con grande fiducia, insieme con la beata Vergine. Ed ecco: mentre languiva nel letto solitario della sua sventura e, vegliando e gemendo, continuava a ripetere il nome di Francesco, gli si avvicinò un tale, vestito da frate minore, che gli sembrava fosse entrato dalla finestra. Chiamandolo per nome, gli disse: «Siccome hai avuto fiducia in me, ecco che il Signore ti libererà». L'infermo gli domandò chi fosse: quello rispose che era san Francesco e subito si accostò a lui, gli slegò le fasciature delle ferite e spalmò un unguento (così sembrava) su tutte le piaghe. Al contatto soave di quelle mani stimmatizzate, che avevano ricevuto dal Salvatore la potenza di risanare, la carne, scomparso il marciume, si reintegrò e le ferite si rimarginarono, lasciandolo completamente sano come prima.
Fatto questo, il beato Francesco scomparve. E quell'uomo, sentendosi

risanato, proruppe in grida di gioia e di lode a Dio e al beato Francesco; chiamò la moglie, che accorse in fretta e vedendolo già in piedi, mentre pensava di doverlo seppellire il giorno dopo, stupefatta e sbigottita incominciò a gridare, facendo accorrere tutto il vicinato. Accorsero i parenti e cercarono di rimetterlo nel letto, credendolo frenetico; ma egli, opponendosi ai loro sforzi, proclamava e dimostrava di essere guarito.
Tutti, folgorati dallo stupore e come fuori di senno, credevano di vedere un fantasma, trovandosi di fronte integro, sano e allegro, colui che poco prima avevano visto dilaniato da orribili ferite e ormai tutto imputridito. Il risanato disse loro: «Non abbiate paura: non è illusorio quel che vedete. San Francesco, che è appena scomparso da qui, mi ha toccato con le sue mani sacre e mi ha risanato integralmente da ogni piaga».
La fama del miracolo si diffonde e ingigantisce; tutto il popolo accorre e riconosce in un prodigio così evidente la potenza delle stimmate di san Francesco e, pieno di ammirazione e di gioia, inneggia e osanna all'alfiere di Cristo. Ben a ragione era conveniente che il beato padre, morto nella carne e ormai vivente con Cristo, facendo vedere la sua presenza in modo mirabile e con il tocco soave delle sue sacre mani, concedesse la salute a un uomo ferito mortalmente. Difatti egli portava in sé le stimmate di Colui che, misericordiosamente morendo e mirabilmente risorgendo, in virtù delle sue piaghe ha risanato il genere umano, ferito e abbandonato mezzo morto sulla via.

Messaggio

Quando Gesù arriva da Lazzaro, questi è realmente morto; allo stesso modo, nell'uomo di Lerida la morte è già all'opera e la situazione appare ormai irreversibile. Quando ogni speranza umana sembra esaurita, Cristo chiama Lazzaro fuori dal sepolcro e l'uomo di Lerida viene guarito per intercessione di Francesco.
Questi due episodi ci ricordano che la speranza cristiana non nasce quando tutto è facile, ma proprio quando ogni via umana è chiusa. Nasce davanti alla morte, non solo quella fisica, ma anche le tante "morti" quotidiane che segnano l'esistenza: fallimenti, ferite profonde, peccati, situazioni che sembrano senza uscita. La speranza cristiana non è un'idea né una consolazione astratta: è una Persona che entra nella nostra notte.
Cristo non evita la morte, ma la attraversa e la vince. Lazzaro ne è il segno, l'uomo di Lerida ne è il testimone, i santi come Francesco ne sono i portatori. In loro vediamo che Dio continua ad agire anche quando tutto sembra perduto.
La speranza cristiana non è un'emozione passeggera, ma la fiducia certa di essere definitivamente e incondizionatamente attesi e amati da Dio. È la grande speranza che sostiene e purifica tutte le altre speranze, senza la quale esse non bastano. Solo Dio può donarci ciò che da soli non possiamo raggiungere: la vita piena, quella che non è minacciata dalla morte.
Chi spera nel Signore non si stanca e non si chiude nella rassegnazione. Anche nella tribolazione sa guardare oltre, riconoscendo i segni discreti del bene, lasciandosi coinvolgere dall'amore di Cristo che ha dato la vita per tutti.
La speranza cristiana non è una pia illusione, ma una forza che trasforma: trasforma il presente, perché rende possibile riconoscere la presenza di Dio anche nelle situazioni più difficili; trasforma il futuro, perché apre alla certezza della promessa; trasforma le persone, perché le libera dalla paura della morte e le apre all'amore.

Il Fioretto

Questa settimana ci impegniamo a vi-vere ogni giorno un piccolo gesto che ridà vita. Tendiamo una mano concre-ta: una parola buona, un tempo di ascolto, una telefonata, un aiuto prati-co, un gesto di riconciliazione, in particolar modo verso chi in questi giorni abbiamo mortificato con le nostre azioni e parole.
Condividiamo brevemente attorno alla tavola come, grazie ad un nostro gesto, la speranza è tornata a respirare

Sul sito della Diocesi di Novara
www.diocesinovara.it
si possono trovare tutti i materiali
e gli strumenti che accompagnano
questo sussidio.

Su www.sdnews.it si trovano, invece,
tutti i riferimenti per ascoltare il Podcast
quotidiano, con il commento alla Parola del
giorno.

Domenica delle Palme
29 MARZO 2026

Seguire Cristo significa condividere il suo amore crocifisso: Francesco contempla la Passione non come sconfitta, ma come rivelazione dell'amore totale di Dio.

Le immagini che raccontano il brano evangelico e l'episodio francescano, una accanto all'altra, accompagnano nella riflessione di questa settimana.

Nell'amore fino alla fine

Seguire le orme del Tuo Figlio

Vangelo
Passione di nostro Signore Gesù Cristo secondo Matteo
Mt 26,14-27,66

Allora i soldati del governatore condussero Gesù nel pretorio e gli radunarono attorno tutta la truppa. Lo spogliarono, gli fecero indossare un mantello scarlatto, intrecciarono una corona di spine, gliela posero sul capo e gli misero una canna nella mano destra. Poi, inginocchiandosi davanti a lui, lo deridevano: «Salve, re dei Giudei!». Sputandogli addosso, gli tolsero di mano la canna e lo percuotevano sul capo. Dopo averlo deriso, lo spogliarono del mantello e gli rimisero le sue vesti, poi lo condussero via per crocifiggerlo (vv. 27-31).

Episodio francescano
Francesco che piange la Passione del Signore (FF 1413)

Una volta andava solingo nei pressi della chiesa di Santa Maria della Porziuncola, piangendo e lamentandosi ad alta voce. Un uomo pio e spirituale, udendolo, suppose ch'egli soffrisse di qualche malattia o dispiacere e, mosso da compassione verso di lui, gli chiese perché piangeva così. Disse Francesco: «Piango la passione del mio Signore, e per amore di lui non dovrei vergognarmi di andare gemendo ad alta voce per tutto il mondo». Allora anche quell'uomo cominciò a piangere insieme a lui ad alta voce.
Spesso, alzandosi dall'orazione, aveva gli occhi che parevano pieni di sangue, tanto amaro era stato il suo piangere. E non si affliggeva solo con le lacrime, ma, in memoria della passione del Signore, si asteneva anche dal mangiare e dal bere.

Messaggio
La Passione non è per Francesco un racconto, ma un evento vivo che lo coinvolge profondamente. Le sue lacrime esprimono una partecipazione reale al dolore di Cristo. Davanti al Crocifisso non si ragiona: si contempla.
Con Cristo al mondo si è aggiunta una nuova dimensione: quella di coloro che danno la vita per ciò che amano. La Croce diventa l'unità di misura di questa nuova umanità che sconfina nell'eterno. Senza la Croce tutto si svuota e diventa disumano. Il Crocifisso è il fermento di una realtà nuova, che trasforma il modo di vivere, di amare, di sperare.
La Passione ci rivela una verità decisiva: la vita si ritrova solo donandola: «Chi perde la propria vita, la ritrova». Il vero impoverimento non è mancanza né di denaro né di successo, ma l'incapacità di spendermi, la chiusura all'amore. Chi può dare è ricco; chi si dona entra in una relazione di fiducia

LA PREGHIERA DEI FEDELI

Signore, oggi contempliamo e ascoltiamo il vangelo della passione, toccati profondamente dal tuo amare fino alla fine. Con san Francesco, che visse sulla sua carne i segni della passione, ti ringraziamo e ci impegniamo a condividere il tuo esempio nel farci prossimi, umili e misericordiosi. Noi ti preghiamo.

IL SEGNO
Fatica, dono, salvezza, amore:
tutto questo dentro la Croce.

senza limiti con Dio.
Nel Crocifisso contempliamo il senso più grande dell'amore: quello con cui Gesù abbraccia la nostra vita fino in fondo. Sul Golgota appare con chiarezza che «Dio è Amore» (1Gv 4,16): un amore che perdona, che dimentica il male, che si offre a tutti senza esclusioni.
Francesco piange davanti al Crocifisso, ma anche il Crocifisso, in un certo senso, piange con noi, condividendo il nostro dolore e offrendo consolazione. Da questa contemplazione nasce una missione. Dal Golgota siamo invitati a scendere nel mondo per portare l'esperienza dell'amore ricevuto, affinché l'umanità sia trasformata, risanata, riedificata dall'amore crocifisso e risorto di Cristo.

Il Fioretto

In questa Settimana Santa ci impe-gniamo, come famiglia, a vivere un gesto concreto di amore e di attenzione reciproca, ricordando Gesù che entra a Gerusalemme mite e umile e dona la sua vita nella Passione.
Ci proponiamo quindi di rinunciare a parole dure, lamentele e giudizi, scegliendo invece il silenzio, l'ascolto e il perdono, soprattutto nei momenti di stanchezza o di difficoltà.
Quando ci sentiamo provocati, ri-spondiamo con un sorriso disarmante, pensando alla mitezza di S. Francesco

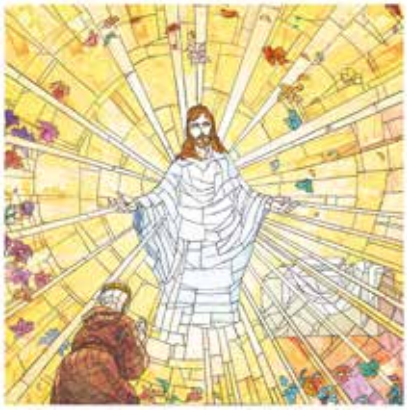
.

Sul sito della Diocesi di Novara
www.diocesinovara.it
si possono trovare tutti i materiali
e gli strumenti che accompagnano
questo sussidio.

Su www.sdnews.it si trovano, invece,
tutti i riferimenti per ascoltare il Podcast
quotidiano, con il commento alla Parola del
giorno.

Domenica di Pasqua
5 APRILE 2026

La risurrezione apre
alla lode e alla fraternità universale:
Francesco canta la gioia
della vita nuova,
riconoscendo in ogni creatura
un segno
del Cristo risorto



Nella domenica di Pasqua ci troviamo di fronte al Signore risorto. In preghiera, davanti a lui San Francesco, e con lui tutti noi.

Nel canto della vita

Seguire le orme del tuo Figlio

Vangelo
Dal Vangelo secondo Giovanni
Gv 20,1-9

Il primo giorno della settimana, Maria di Màgdala si recò al sepolcro di mattino, quando era ancora buio, e vide che la pietra era stata tolta dal sepolcro.
Corse allora e andò da Simon Pietro e dall'altro discepolo, quello che Gesù amava, e disse loro: «Hanno portato via il Signore dal sepolcro e non sappiamo dove l'hanno posto!».
Pietro allora uscì insieme all'altro discepolo e si recarono al sepolcro. Correvano insieme tutti e due, ma l'altro discepolo corse più veloce di Pietro e giunse per primo al sepolcro. Si chinò, vide i teli posati là, ma non entrò.
Giunse intanto anche Simon Pietro, che lo seguiva, ed entrò nel sepolcro e osservò i teli posati là, e il sudario - che era stato sul suo capo - non posato là con i teli, ma avvolto in un luogo a parte.
Allora entrò anche l'altro discepolo, che era giunto per primo al sepolcro, e vide e credette. Infatti non avevano ancora compreso la Scrittura, che cioè egli doveva risorgere dai morti.

Episodio francescano
Cantico di Frate Sole (FF 263)

Altissimo, onnipotente, buon Signore
tue sono le lodi, la gloria e l'onore
ed ogni benedizione.
A te solo, Altissimo, si confanno,
e nessun uomo è degno di te.

Laudato sii, o mio Signore,
per tutte le creature,
specialmente per messer Frate Sole,
il quale porta il giorno che ci illumina
ed esso è bello e raggiante con grande splendore:
di te, Altissimo, porta significazione.

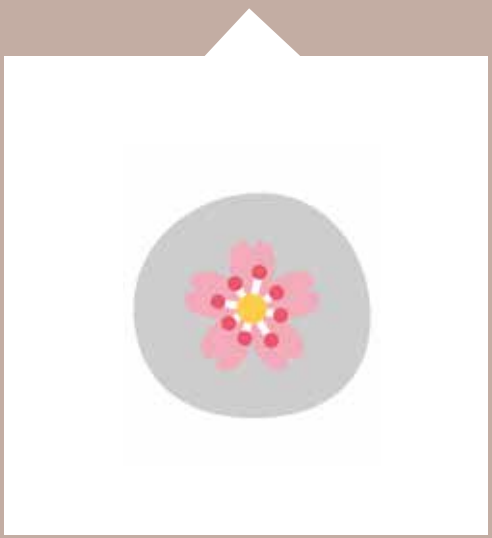
Laudato sii, o mio Signore,
per sora Luna e le Stelle:
in cielo le hai formate
limpide, belle e preziose.

LA PREGHIERA DEI FEDELI

Signore, inondati di gioia pasquale oggi come san Francesco innalziamo a te il nostro cantico di lode per tutte le tue creature, ma ancor più ti ringraziamo per il dono della salvezza: dona a tutti i popoli una pace vera e duratura, primo dono del Cristo risorto.
Noi ti preghiamo.

IL SEGNO

Un fiore che sboccia è segno di vita nuova, crescita, speranza, bellezza.



Laudato sii, o mio Signore, per frate Vento e
per l'Aria, le Nuvole, il Cielo sereno ed ogni tempo
per il quale alle tue creature dai sostentamento.

Laudato sii, o mio Signore, per sora Acqua,
la quale è molto utile, umile, preziosa e casta.

Laudato sii, o mio Signore, per frate Fuoco,
con il quale ci illumini la notte:
ed esso è robusto, bello, forte e giocondo.

Laudato sii, o mio Signore, per nostra Madre Terra,
la quale ci sostenta e governa e
produce diversi frutti con coloriti fiori ed erba.

Laudato sii, o mio Signore,
per quelli che perdonano per amor tuo
e sopportano malattia e sofferenza.
Beati quelli che le sopporteranno in pace
perché da te saranno incoronati.

Laudato sii, o mio Signore,
per nostra sora Morte corporale,
dalla quale nessun uomo vivente può scampare.
Guai a quelli che morranno nel peccato mortale.
Beati quelli che si troveranno nella tua volontà
poiché loro la morte non farà alcun male.

Laudate e benedite il Signore e ringraziatelo
e servitelo con grande umiltate.

Messaggio

La Risurrezione apre alla gioia piena. Francesco canta la vita, il creato, la fraternità: tutto è trasfigurato dalla Pasqua. Il Cantico delle Creature nasce da un cuore abitato dal Risorto, non da una condizione di benessere o di serenità esteriore.
Il contesto in cui Francesco compone il Cantico è tutt'altro che idilliaco. È provato nel corpo, segnato dalla malattia, quasi cieco, ferito dalle stimmate e dalla fatica interiore. Eppure, proprio da questa condizione di fragilità nasce un canto di lode che abbraccia tutta la creazione. Francesco non nega il dolore, ma lo attraversa alla luce della Pasqua.
La Risurrezione di Cristo non è un semplice evento del passato, ma una forza che trasforma la storia dall'interno. È la vittoria dell'amore sulla morte, della vita sulla disperazione. Per questo Francesco può lodare Dio per ogni creatura, persino per la "sorella morte": perché nulla, ormai, è fuori dall'abbraccio dell'amore di Dio.
Il cuore di Francesco è in pace non perché non soffre, ma perché è abitato dal Risorto. La Pasqua non elimina le ferite, ma le trasfigura. In Cristo risorto la vita non è più minacciata dalla morte, ma custodita per sempre nell'amore del Padre.

Il Cantico diventa così un annuncio pasquale: invita a riconoscere che tutto può diventare luogo di lode, che ogni frammento di vita può essere abitato dalla gratitudine. La Risurrezione ci apre a uno sguardo nuovo sulla realtà, capace di cogliere la bellezza anche nella fragilità e di cantare la vita, perché la morte non ha più l'ultima parola.

Sul sito della Diocesi di Novara
www.diocesinovara.it
si possono trovare tutti i materiali
e gli strumenti che accompagnano
questo sussidio.

Su www.sdnews.it si trovano, invece,
tutti i riferimenti per ascoltare il Podcast
quotidiano, con il commento alla Parola del
giorno.