

***LECTIO DIVINA***

***IN ASCOLTO DELLA PAROLA***

***per essere  
sorelle minori***



***2024***

*“Lampada per i miei passi è la tua parola, Signore,  
luce sul mio cammino” (Sal 118,105).*

Sorelle carissime,

il versetto 105 del salmo 118 è per noi l'espressione fiduciosa che, nella preghiera liturgica celebrata nelle nostre Comunità, rivolgiamo al Signore con la consapevolezza che il “pellegrinaggio di speranza” intrapreso dal XXI Capitolo generale, ci porterà ad assumere meglio l'identità di sorelle minori se ci manterremo nella “luce” di Dio e se giungeremo, passo dopo passo, al “contatto intimo” con Lui.

La pratica della Lectio Divina, quest'anno, ci metterà **“in ascolto della Parola per essere Sorelle minori”**.

Ogni traccia è caratterizzata da:

- un brano biblico tratto dal Nuovo Testamento, che illumina i nostri passi;
- un passo tratto dalla Regola e Vita TOR che ci guida alla fedeltà francescana;
- un impegno propositivo tratto dal Documento del XXI Capitolo generale che ci orienta nel cammino congregazionale.

Sorelle carissime, con piena fiducia nello Spirito Santo, esercitiamoci costantemente nella pratica della Lectio Divina perché è la via privilegiata per fare esperienza di Dio nella vita personale e, di riflesso, nella vita delle nostre Comunità, orientate ad essere sempre meglio segno profetico nella Chiesa e nel mondo, oggi!

Fraternamente

Le Sorelle del Consiglio generale

Roma, 07 Gennaio 2024

## ***Essere minori: avere gli stessi sentimenti di Cristo***

### ***La PAROLA illumina i nostri passi...***

#### **Dalla lettera San Paolo ai Filippesi (Fil 2,5-11)**

Abbiate in voi gli stessi sentimenti che furono in Cristo Gesù, il quale, pur essendo di natura divina, non considerò un tesoro geloso la sua uguaglianza con Dio; ma spogliò sé stesso, assumendo la condizione di servo e divenendo simile agli uomini; apparso in forma umana, umiliò se stesso facendosi obbediente fino alla morte e alla morte di croce.

Per questo Dio l'ha esaltato e gli ha dato il nome che è al di sopra di ogni altro nome; perché nel nome di Gesù ogni ginocchio si pieghi nei cieli, sulla terra e sotto terra; e ogni lingua proclami che Gesù Cristo è il Signore, a gloria di Dio Padre.

*Parola di Dio*

### ***per rimanere fedeli all' identità di FMSC***

#### **Discorsi Papa Francesco (Udienza - Cap. gen. ofmcap,14 sett. 2018)**

Sulle orme del Divino Maestro e seguendo l' esempio di San Francesco, che incontrando i lebbrosi imparò l'umiltà e il servizio, sforzatevi di vivere le relazioni e l'attività religiosa nella gratuità, nell'umiltà e nella mansuetudine. Così potete realizzare con gesti concreti e quotidiani la "minorità" che caratterizza i seguaci di Francesco. Essa è dono prezioso e di grande necessità per la Chiesa e per l'umanità del nostro tempo. Così agisce il Signore: fa le cose semplicemente. L'umiltà e la semplicità sono lo stile di Dio; ed è questo stile che tutti noi cristiani siamo chiamati ad assumere nella nostra vita e nella nostra missione. La vera grandezza è farsi piccoli e servitori.

Con questa minorità nel cuore e nello stile di vita, voi date il vostro apporto al grande impegno della Chiesa per l'evangelizzazione.

***In cammino insieme come sorelle minori***

1. Il mistero dell'incarnazione, passione, morte e risurrezione di Gesù Cristo che, da ricco che era, si è fatto povero per noi e si è reso obbediente al Padre, fino alla morte in croce, rivela il processo salvifico attraverso il quale conosciamo la condizione dell'essere *minore*. **(Doc. XXI Cap. Gen., p. 11)**

---

---

---

---

---

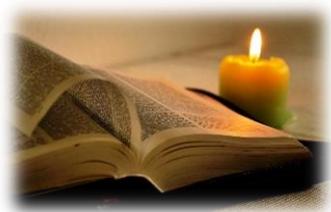
---

---

---

---

---



## ***Essere minori: osservare il Vangelo***

### ***La PAROLA illumina i nostri passi...***

#### **Dal Vangelo di Giovanni (Gv. 1,1; 14-18)**

In principio era il Verbo, il Verbo era presso Dio e il Verbo era Dio. E il Verbo si fece carne e venne ad abitare in mezzo a noi; e noi vedemmo la sua gloria, gloria come di unigenito dal Padre, pieno di grazia e di verità.

Giovanni gli rende testimonianza e grida: "Ecco l'uomo di cui io dissi: Colui che viene dopo di me mi è passato avanti, perché era prima di me". Dalla sua pienezza noi tutti abbiamo ricevuto e grazia su grazia. Perché la legge fu data per mezzo di Mosè, la grazia e la verità vennero per mezzo di Gesù Cristo. Dio nessuno l'ha mai visto: proprio il Figlio unigenito, che è nel seno del Padre, lui lo ha rivelato.

*Parola del Signore*

### ***Per rimanere fedeli all' identità di FMSC***

#### **Regola e Vita TOR**

1. La forma di vita dei fratelli e delle sorelle del Terzo Ordine Regolare di San Francesco è questa: osservare il santo vangelo del Signore nostro Gesù Cristo, vivendo in obbedienza, in povertà e in castità.

Coloro che seguono Gesù Cristo, secondo l'esempio di S. Francesco sono tenuti a fare di più e cose più grandi, osservando i precetti e i consigli del Signore nostro Gesù Cristo, e devono rinnegare sé stessi come ognuno ha promesso a Dio.

2. Essi intendono vivere questa conversione evangelica in spirito di preghiera, di povertà e di umiltà.

## ***In cammino insieme come sorelle minori***

Essere Sorelle Minori è una caratteristica costitutiva della nostra identità carismatica fin dalle origini, presente nella denominazione scelta dai nostri Fondatori, la Duchessa Laura Leroux de Bauffremont e il Venerabile Padre Gregorio Fioravanti ofm: *“Sorelle Minori del Terz’Ordine Regolare di San Francesco per le Missioni Apostoliche”*; particolarità che dobbiamo recuperare nel processo di fedeltà al dono dello Spirito Santo, in obbedienza al carisma della Congregazione.  
**(Doc. XXI Cap. Gen. A, p. 11)**

---

---

---

---

---

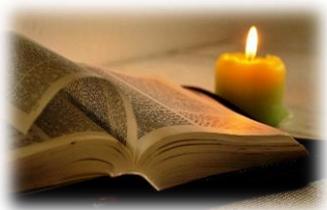
---

---

---

---

---



## ***Essere minori: riconoscere che tutto viene da Dio***

***La PAROLA illumina i nostri passi...***

### **Dal Vangelo di Giovanni (Gv. 6,3-13)**

Gesù salì sulla montagna e là si pose a sedere con i suoi discepoli. Era vicina la Pasqua, la festa dei Giudei.

Alzati quindi gli occhi, Gesù vide che una grande folla veniva da lui e disse a Filippo: "Dove possiamo comprare il pane perché costoro abbiano da mangiare?".

Diceva così per metterlo alla prova; egli infatti sapeva bene quello che stava per fare. Gli rispose Filippo: "Duecento denari di pane non sono sufficienti neppure perché ognuno possa riceverne un pezzo".

Gli disse allora uno dei discepoli, Andrea, fratello di Simon Pietro: "C'è qui un ragazzo che ha cinque pani d'orzo e due pesci; ma che cos'è questo per tanta gente?".

Rispose Gesù: "Fateli sedere". C'era molta erba in quel luogo.

Si sedettero dunque ed erano circa cinquemila uomini.

Allora Gesù prese i pani e, dopo aver reso grazie, li distribuì a quelli che si erano seduti, e lo stesso fece dei pesci, finché ne vollero.

E quando furono saziati, disse ai discepoli: "Raccogliete i pezzi avanzati, perché nulla vada perduto".

Li raccolsero e riempirono dodici canestri con i pezzi dei cinque pani d'orzo, avanzati a coloro che avevano mangiato.

*Parola del Signore*

## *Per rimanere fedeli all' identità di FMSC*

### **Regola e Vita TOR**

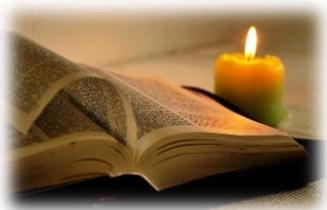
31. Nella carità che è Dio, tutti i fratelli e le sorelle - sia che preghino, sia che servano, sia che lavorino - cerchino di umiliarsi in ogni cosa, di non gloriarsi, di non compiacersi in sé stessi né insuperbirsi interiormente per le buone parole e opere, e neppure di alcun bene che Dio compie o dice e opera qualche volta in loro e per mezzo di loro.

In ogni luogo e in ogni circostanza riconoscano che tutti i beni sono del Signore Dio altissimo e dominatore di tutte le cose: rendano grazie a lui, dal quale procedono tutti i beni.

## *In cammino insieme come sorelle minori*

2. Minorità è avere un atteggiamento di umiltà di fronte a Dio:
  - a. riconoscere che tutto viene da Lui;
  - b. restituire moltiplicato tutto ciò che nella Sua bontà ci ha donato;
  - c. dipendere dalla Provvidenza e dalla Sua protezione ogni momento della nostra vita.

**(Doc. XXI Cap. Gen., p. 12)**



## ***Essere minori: fare la volontà del Padre***

***La PAROLA illumina i nostri passi...***

**Dal Vangelo di Matteo (Mt. 26, 36-44)**

Allora Gesù andò con loro in un podere, chiamato Getsèmani, e disse ai discepoli: "Sedetevi qui, mentre io vado là a pregare".

E presi con sé Pietro e i due figli di Zebedèo, cominciò a provare tristezza e angoscia. Disse loro: "La mia anima è triste fino alla morte; restate qui e vegliate con me".

E avanzatosi un poco, si prostrò con la faccia a terra e pregava dicendo: "Padre mio, se è possibile, passi da me questo calice! Però non come voglio io, ma come vuoi tu!".

Poi tornò dai discepoli e li trovò che dormivano.

E disse a Pietro: "Così non siete stati capaci di vegliare un'ora sola con me? Vegliate e pregate, per non cadere in tentazione. Lo spirito è pronto, ma la carne è debole".

E di nuovo, allontanatosi, pregava dicendo: "Padre mio, se questo calice non può passare da me senza che io lo beva, sia fatta la tua volontà". E tornato di nuovo trovò i suoi che dormivano, perché gli occhi loro si erano appesantiti. E lasciatali, si allontanò di nuovo e pregò per la terza volta, ripetendo le stesse parole.

*Parola del Signore*

## ***Per rimanere fedeli all' identità di FMSC***

### **Regola e Vita TOR**

25. I fratelli e le sorelle, sull'esempio del Signore Gesù che depose la sua volontà nella volontà del Padre, si ricordino che per amore di Dio hanno rinunciato alla propria volontà.

... cerchino in primo luogo il regno di Dio e la giustizia, e si esortino vicendevolmente a osservare meglio la regola che hanno professato e a seguire con fedeltà le orme del Signore nostro Gesù Cristo.

### ***In cammino insieme come sorelle minori***

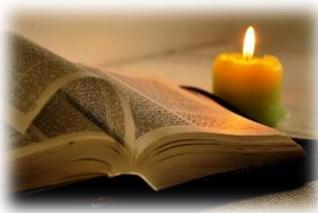
2. Minorità è avere un atteggiamento di umiltà di fronte a Dio:
- d. consegnare la propria volontà al Padre senza chiederci  
*“perché questo, in questo modo e non altrimenti”*  
(Venerabile Padre Gregorio Fioravanti).  
**(Doc. XXI Cap. Gen., p. 12)**

---

---

---

---



## ***Essere minori: seguire l'esempio di Maria***

***La PAROLA illumina i nostri passi...***

### **Dal Vangelo di Giovanni (Gv. 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 lì accanto a lei il discepolo che egli amava, disse alla madre: "Donna, ecco il tuo figlio!". Poi disse al discepolo: "Ecco la tua madre!". E da quel momento il discepolo la prese nella sua casa.

*Parola del Signore*

***Per rimanere fedeli all' identità di FMSC***

### **Regola e Vita TOR**

17. Abbiamo presente anzitutto come modello la beatissima vergine Maria, madre di Dio e del Signore nostro Gesù Cristo. Facciano questo secondo l'esortazione del beato Francesco, il quale ha nutrito una grande venerazione per Maria santissima, Signora e Regina, "verGINE fatta chiesa".

Ricordino che l'immacolata vergine Maria si proclamò "ancella del Signore", e seguano il suo esempio.

### ***In cammino insieme come sorelle minori***

3. La Vergine Maria, *serva del Signore ...* (Lc 1,38), è il nostro modello di minorità:
- a. Il suo silenzio orante con cui *custodisce tutto nel suo cuore* (cfr. Lc 2,51b);
  - b. la sua forza ai piedi della Croce;
  - c. la maternità aperta a tutti.
- (Doc. XXI Cap. Gen., p. 12)**

---

---

---

---

---

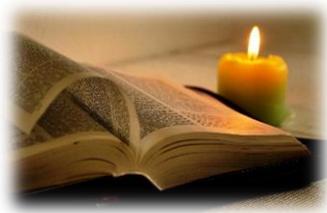
---

---

---

---

---



## ***Essere minori: farsi dono a tutti***

***La PAROLA illumina i nostri passi...***

### **Dal Vangelo di Matteo (Mt 10, 5, 7-13)**

Gesù li inviò dopo averli così istruiti: ...strada facendo, predicate che il regno dei cieli è vicino. Guarite gli infermi, risuscitate i morti, sanate i lebbrosi, cacciate i demòni. Gratuitamente avete ricevuto, gratuitamente date.

Non procuratevi oro, né argento, né moneta di rame nelle vostre cinture, né bisaccia da viaggio, né due tuniche, né sandali, né bastone, perché l'operaio ha diritto al suo nutrimento.

In qualunque città o villaggio entriate, fatevi indicare se vi sia qualche persona degna, e lì rimanete fino alla vostra partenza. Entrando nella casa, rivolgetele il saluto. Se quella casa ne sarà degna, la vostra pace scenda sopra di essa; ma se non ne sarà degna, la vostra pace ritorni a voi.

*Parola del Signore*

***Per rimanere fedeli all' identità di FMSC***

### **Regola e Vita TOR**

20. I fratelli e le sorelle siano miti, pacifici e modesti, mansueti e umili, parlando a tutti dignitosamente, come si conviene.

E dovunque si trovino o vadano per il mondo, non litighino ed evitino dispute di parole, e non giudichino gli altri; piuttosto si mostrino lieti nel Signore, ilari e garbatamente cortesi. E rivolgano il saluto: il Signore ti dia pace!

21. E devono godere quando si intrattengono con persone umili e disprezzate, tra poveri e deboli, infermi e lebbrosi e i mendicanti della strada.

*In cammino insieme come sorelle minori*

4. La minorità è la nostra identità di sorelle che, sull'esempio di San Francesco, umile e povero:
- a. si avvicinano a tutti i fratelli che incontrano nella realtà quotidiana;
  - b. soffrono con chi soffre, gioiscono con chi gioisce;
  - c. condividono i propri doni, spirituali e materiali, e si fanno 'dono'.
- (Doc. XXI Cap. Gen., p. 12-13)**

---

---

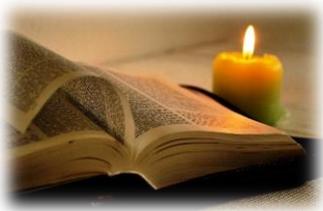
---

---

---

---

---



## ***Essere minori: è dimorare in Dio***

***La PAROLA illumina i nostri passi...***

**Dal Vangelo di Giovanni (Gv. 14, 1,6,15-17,21,23-27)**

Non sia turbato il vostro cuore. Abbiate fede in Dio e abbiate fede anche in me... Io sono la via, la verità e la vita. Nessuno viene al Padre se non per mezzo di me...

Se mi amate, osserverete i miei comandamenti. Io pregherò il Padre ed egli vi darà un altro Consolatore perché rimanga con voi per sempre, lo Spirito di verità che il mondo non può ricevere, perché non lo vede e non lo conosce. Voi lo conoscete, perché egli dimora presso di voi e sarà in voi...

Chi accoglie i miei comandamenti e li osserva, questi mi ama.

Chi mi ama sarà amato dal Padre mio e anch'io lo amerò e mi manifesterò a lui...

Se uno mi ama, osserverà la mia parola e il Padre mio lo amerà e noi verremo a lui e prenderemo dimora presso di lui. Chi non mi ama non osserva le mie parole; la parola che voi ascoltate non è mia, ma del Padre che mi ha mandato. Queste cose vi ho detto quando ero ancora tra voi.

Ma il Consolatore, lo Spirito Santo che il Padre manderà nel mio nome, egli v'insegnerà ogni cosa e vi ricorderà tutto ciò che io vi ho detto. Vi lascio la pace, vi do la mia pace. Non come la dà il mondo, io la do a voi. Non sia turbato il vostro cuore e non abbia timore.

*Parola del Signore*

## *Per rimanere fedeli all' identità di FMSC*

### **Regola e Vita TOR**

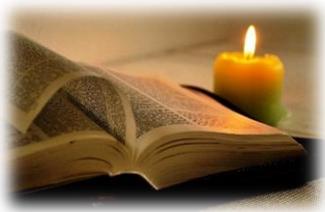
8. Sempre costruiscano in sé stessi una casa e una dimora permanente a colui che è il Signore Dio onnipotente, Padre e Figlio e Spirito santo, perché possano crescere nell'amore universale con cuore indiviso, convertendosi continuamente a Dio e al prossimo.

11. Conformandosi totalmente al santo vangelo, i fratelli e le sorelle meditino nella propria mente e conservino le parole del Signore nostro Gesù Cristo, il Verbo del Padre, e le parole dello Spirito santo, che sono spirito e vita.

### *In cammino insieme come sorelle minori*

1. La minorità e la fraternità francescana nascono dall'esperienza dell'incontro con il Signore; questo richiede di:
  - a. impegnarci coraggiosamente in un cammino di conversione e di crescita personale e comunitaria;
  - b. sostenerci con la preghiera, grate al Signore per il dono della vocazione e della fraternità.

**(Doc. XXI Cap. Gen., p. 14)**



## ***Essere minori: servire e dare la propria vita***

***La PAROLA illumina i nostri passi...***

### **Dal Vangelo di Marco (Mc 10,35-45)**

Gli si avvicinarono Giacomo e Giovanni, i figli di Zebedèo, dicendogli: "Maestro, noi vogliamo che tu ci faccia quello che ti chiederemo". Egli disse loro: "Cosa volete che io faccia per voi?". Gli risposero: "Concedici di sedere nella tua gloria uno alla tua destra e uno alla tua sinistra". Gesù disse loro: "Voi non sapete ciò che domandate. Potete bere il calice che io bevo, o ricevere il battesimo con cui io sono battezzato?". Gli risposero: "Lo possiamo".

E Gesù disse: "Il calice che io bevo anche voi lo berrete, e il battesimo che io ricevo anche voi lo riceverete. Ma sedere alla mia destra o alla mia sinistra non sta a me concederlo; è per coloro per i quali è stato preparato".

All'udire questo, gli altri dieci si sdegnarono con Giacomo e Giovanni. Allora Gesù, chiamatili a sé, disse loro: "Voi sapete che coloro che sono ritenuti capi delle nazioni le dominano, e i loro grandi esercitano su di esse il potere.

Fra voi però non è così; ma chi vuol essere grande tra voi si farà vostro servitore, e chi vuol essere il primo tra voi sarà il servo di tutti. Il Figlio dell'uomo infatti non è venuto per essere servito, ma per servire e dare la propria vita in riscatto per molti".

*Parola del Signore*

## ***Per rimanere fedeli all' identità di FMSC***

### **Regola e Vita TOR**

21. Tutti i fratelli e le sorelle si impegnino a seguire l'umiltà e la povertà del Signore nostro Gesù Cristo che, essendo incomparabilmente ricco, volle scegliere nel mondo, insieme con la beatissima sua madre, la povertà, e spogliò sé stesso.

22. Coloro che sono veramente poveri in spirito, seguendo l'esempio del Signore non si appropriano di alcuna cosa né contendono nulla ad alcuno, ma vivono in questo mondo come pellegrini e forestieri.

### ***In cammino insieme come sorelle minori***

1. La minorità e la fraternità francescana nascono dall'esperienza dell'incontro con il Signore; questo richiede di:
  - c. compiere tutto a gloria di Dio; non appropriarci del bene che facciamo, né dei ruoli che ci sono stati affidati;
  - d. riporre la nostra piena fiducia nel Signore come fece Maria: *“Eccomi, sono la serva del Signore. Avvenga di me secondo la tua parola.”* (Lc 1,38)  
**(Doc. XXI Cap. Gen., p. 15)**

## ***Essere minori: amarsi a vicenda per amore di Dio***

***La PAROLA illumina i nostri passi...***

**Dal Vangelo di Giovanni (Gv. 15,4-5, 9-12)**

Rimanete in me e io in voi. Come il tralcio non può far frutto da se stesso se non rimane nella vite, così anche voi se non rimanete in me. Io sono la vite, voi i tralci. Chi rimane in me e io in lui, fa molto frutto, perché senza di me non potete far nulla.

Come il Padre ha amato me, così anch'io ho amato voi. Rimanete nel mio amore. Se osserverete i miei comandamenti, rimarrete nel mio amore, come io ho osservato i comandamenti del Padre mio e rimango nel suo amore. Questo vi ho detto perché la mia gioia sia in voi e la vostra gioia sia piena. Questo è il mio comandamento: che vi amiate gli uni gli altri, come io vi ho amati. *Parola del Signore*

***Per rimanere fedeli all' identità di FMSC***

**Regola e Vita TOR**

23. I fratelli e le sorelle si amano a vicenda per amore di Dio, come dice il Signore; questo è il mio comandamento, che vi amiate gli uni gli altri come io ho amato voi.

E mostrino con le opere l'amore che hanno tra loro. E con fiducia l'uno manifesti all'altro le proprie necessità, affinché vicendevolmente procurino e servano ciò di cui ognuno ha bisogno.

Beati quelli che amano l'altro quando è malato, e non può compensarli, tanto come lo amano quando è sano e può compensarli. E di tutto ciò che accade loro rendano grazie al Creatore e desiderino essere come li vuole il Signore, sia in buona salute che infermi.

## *In cammino insieme come sorelle minori*

2. La minorità rende possibile la vita fraterna nella quotidianità:
- a. è lo stile di vivere in fraternità, nell'ascolto e nel dialogo, manifestando le proprie necessità, offrendoci servizio con umiltà, in obbedienza reciproca;
  - b. è accogliere e valorizzare le positività e qualità che sono in ciascuna come doni ricevuti per il bene di tutte.

**(Doc. XXI Cap. Gen., p. 15)**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



## ***Essere minori: unirsi all'offerta salvifica dell'Amore redentivo***

***La PAROLA illumina i nostri passi...***

**Dal Vangelo di Matteo (Mt. 26,26-30)**

Ora, mentre essi mangiavano, Gesù prese il pane e, pronunciata la benedizione, lo spezzò e lo diede ai discepoli dicendo: "Prendete e mangiate; questo è il mio corpo".

Poi prese il calice e, dopo aver reso grazie, lo diede loro, dicendo: "Bevetene tutti, perché questo è il mio sangue dell'alleanza, versato per molti, in remissione dei peccati.

Io vi dico che da ora non berrò più di questo frutto della vite fino al giorno in cui lo berrò nuovo con voi nel regno del Padre mio".

E dopo aver cantato l'inno, uscirono verso il monte degli Ulivi.

*Parola del Signore*

***Per rimanere fedeli all'identità di FMSC***

**Regola e Vita TOR**

13. Niente altro desiderino, pertanto, che il Salvatore nostro, il quale offrì sé stesso, mediante il suo sangue, come sacrificio e come vittima sull'altare della croce per i nostri peccati, lasciando a noi l'esempio affinché seguiamo le sue orme.

***In cammino insieme come sorelle minori***

2. La minorità rende possibile la vita fraterna nella quotidianità:

- d. è accogliere le situazioni in cui ci troviamo, vivendole con fede forte, speranza certa e nell'offerta salvifica in unione all'Amore redentivo,
- e. è fortificarci nella "spiritualità sinodale della pazienza", come espressione di speranza.

**(Doc. XXI Cap. Gen., p. 15-16)**

---

---

---

---

---

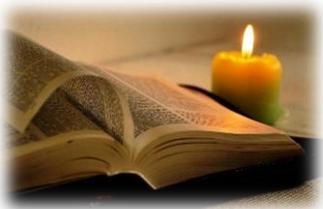
---

---

---

---

---



## ***Essere minori: attirare alla pace, alla bontà, alla concordia***

***La PAROLA illumina i nostri passi...***

**Dal Vangelo di Matteo (Mt 25,34-40)**

Venite, benedetti del Padre mio, ricevete in eredità il regno preparato per voi fin dalla fondazione del mondo.

Perché io ho avuto fame e mi avete dato da mangiare, ho avuto sete e mi avete dato da bere; ero forestiero e mi avete ospitato, nudo e mi avete vestito, malato e mi avete visitato, carcerato e siete venuti a trovarmi. Allora i giusti gli risponderanno: Signore, quando mai ti abbiamo veduto affamato e ti abbiamo dato da mangiare, assetato e ti abbiamo dato da bere? Quando ti abbiamo visto forestiero e ti abbiamo ospitato, o nudo e ti abbiamo vestito?

E quando ti abbiamo visto ammalato o in carcere e siamo venuti a visitarti? Rispondendo, il re dirà loro: In verità vi dico: ogni volta che avete fatto queste cose a uno solo di questi miei fratelli più piccoli, l'avete fatto a me.

*Parola del Signore*

***Per rimanere fedeli all' identità di FMSC***

**Regola e Vita TOR**

29. I fratelli e le sorelle amino Dio con tutto il cuore, con tutta l'anima e la mente, con tutte le loro forze e amino il prossimo come sé stessi. Ed esaltino il Signore nelle loro opere, poiché egli li ha inviati per il mondo intero a testimoniare la sua voce con la parola e con le opere e perché facciano conoscere a tutti che non c'è altro onnipotente fuori di lui.

30. Nessuno per causa loro sia provocato all'ira o allo scandalo, ma tutti siano attirati, per la loro mitezza, alla pace, alla bontà, e alla concordia.

Infatti i fratelli e le sorelle sono stati chiamati a curare i feriti, risollevare gli abbattuti e richiamare gli smarriti.

***In cammino insieme come sorelle minori***

3. Essere 'sorelle minori' significa 'prossimità':
- a. è renderci accessibili a tutti, prendendoci cura di ogni fratello e sorella, senza distinzione di condizione sociale, credo, lingua e provenienza;
  - b. è avere lo sguardo amorevole di Gesù verso i sofferenti e i poveri, consapevoli che la povertà ha sempre volti concreti di persone che Lui stesso pone accanto a noi;
  - c. è saper creare unità e armonia con le persone con cui collaboriamo nella missione.

**(Doc. XXI Cap. Gen., p. 16)**

---

---

---

---



## ***Essere minori: è custodire la dignità di ogni persona - "terra sacra"***

***La PAROLA illumina i nostri passi...***

### **Dal Vangelo di Giovanni (Gv. 13,1-15)**

Prima della festa di Pasqua Gesù, sapendo che era giunta la sua ora di passare da questo mondo al Padre, dopo aver amato i suoi che erano nel mondo, li amò sino alla fine.

Mentre cenavano, quando già il diavolo aveva messo in cuore a Giuda Iscariota, figlio di Simone, di tradirlo, Gesù sapendo che il Padre gli aveva dato tutto nelle mani e che era venuto da Dio e a Dio ritornava, si alzò da tavola, depose le vesti e, preso un asciugatoio, se lo cinse attorno alla vita.

Poi versò dell'acqua nel catino e cominciò a lavare i piedi dei discepoli e ad asciugarli con l'asciugatoio di cui si era cinto. Venne dunque da Simon Pietro e questi gli disse: "Signore, tu lavi i piedi a me?". Rispose Gesù: "Quello che io faccio, tu ora non lo capisci, ma lo capirai dopo". Gli disse Simon Pietro: "Non mi laverai mai i piedi!".

Gli rispose Gesù: "Se non ti laverò, non avrai parte con me". Gli disse Simon Pietro: "Signore, non solo i piedi, ma anche le mani e il capo!". Soggiunse Gesù: "Chi ha fatto il bagno, non ha bisogno di lavarsi se non i piedi ed è tutto mondo; e voi siete mondi, ma non tutti".

Sapeva infatti chi lo tradiva; per questo disse: "Non tutti siete mondi". Quando dunque ebbe lavato loro i piedi e riprese le vesti, sedette di nuovo e disse loro: "Sapete ciò che vi ho fatto? Voi mi chiamate Maestro e Signore e dite bene, perché lo sono. Se dunque io, il Signore e il Maestro, ho lavato i vostri piedi, anche voi dovete lavarvi i piedi gli uni gli altri. Vi ho dato infatti l'esempio, perché come ho fatto io, facciate anche voi.

*Parola del Signore*

***Per rimanere fedeli all' identità di FMSC***

**Regola e Vita TOR**

25. Non esercitino potere o dominio soprattutto fra di loro, ma in ispirito di carità volontariamente si servano e si obbediscano a vicenda.

***In cammino insieme come sorelle minori***

4. Essere sorelle minori è:

- a. custodire la dignità di ogni persona nella fraternità e nella missione perché l'altro è "terra sacra";
- b. vigilare su qualsiasi atteggiamento di "abuso" nel servizio di autorità, nelle relazioni fraterne e nella gestione di opere e uffici.

**(Doc. XXI Cap. Gen., p. 16)**

---

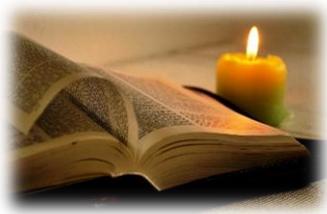
---

---

---

---

---



## **SUGGERIMENTI di PREGHIERE di San FRANCESCO per iniziare la LECTIO**



### **PREGHIERA DAVANTI AL CROCIFISSO**

O alto e glorioso Dio,  
illumina le tenebre del cuore mio.  
Dammi una fede retta, speranza certa,  
carità perfetta e umiltà profonda.  
Dammi, Signore, senno e discernimento  
per compiere la tua vera e santa volontà. Amen.

### **PREGHIERA ALLO SPIRITO SANTO**

Onnipotente, eterno, giusto e misericordioso Iddio  
concedi a noi miseri di fare, per la forza del tuo amore,  
ciò che sappiamo che tu vuoi,  
e di volere sempre ciò che a te piace,  
affinché, interiormente purificati,  
interiormente illuminati e accesi dal fuoco dello Spirito Santo,  
possiamo seguire le orme del tuo Figlio diletto,  
il Signore nostro Gesù Cristo, e, con l'aiuto della tua sola grazia,  
giungere a te, o Altissimo,  
che nella Trinità perfetta e nella Unità semplice  
vivi e regni glorioso, Dio onnipotente per tutti i secoli dei secoli. Amen.

### **SALUTO ALLA BEATA VERGINE MARIA**

Ave, Signora, santa regina, santa Madre di Dio, Maria  
che sei vergine fatta Chiesa.  
ed eletta dal santissimo Padre celeste,  
che ti ha consacrata insieme col santissimo suo Figlio diletto  
e con lo Spirito Santo Paraclito;  
tu in cui fu ed è ogni pienezza di grazia e ogni bene.

Ave, suo palazzo, ave, suo tabernacolo, ave, sua casa.  
Ave, suo vestimento, ave, sua ancella, ave, sua Madre.  
E saluto voi tutte, sante virtù,  
che per grazia e illuminazione dello Spirito Santo  
venite infuse nei cuori dei fedeli,  
perché da infedeli fedeli a Dio li rendiate. Amen

### **PREGHIERA DI ESORTAZIONE**

L'umanità trepidi, l'universo intero tremi, e il cielo esulti,  
quando sull'altare, nelle mani del sacerdote, è il Cristo figlio di Dio vivo.  
O ammirabile altezza, o degnazione stupenda!  
O umiltà sublime! O sublimità umile, che il Signore dell'universo, Dio e  
Figlio di Dio, così si umili da nascondersi, per la nostra salvezza, in poca  
apparenza di pane!  
Guardate, frati, l'umiltà di Dio, e *aprite davanti a Lui i vostri cuori;*  
*umiliatevi* anche voi, perché egli vi *esalti*.  
Nulla, dunque, di voi, tenete per voi;  
affinché vi accolga tutti colui che a voi si dà tutto (FF 221)

### **DOVE È AMORE**

Dove è amore e sapienza,  
ivi non è timore né ignoranza.  
Dove è pazienza e umiltà,  
ivi non è ira né turbamento.  
Dove è povertà con letizia,  
ivi non è cupidigia né avarizia.  
Dove è quiete e meditazione,  
ivi non è affanno né dissipazione.  
Dove è il timore del Signore a custodire la sua casa,  
ivi il nemico non può trovare via d'entrata.  
Dove è misericordia e discrezione,  
ivi non è superfluità né durezza.



**SUGGERIMENTI di PREGHIERE**  
**di San FRANCESCO**  
**per terminare la LECTIO**

**LODI DI DIO ALTISSIMO**

Tu sei santo, Signore, solo Dio, che operi cose meravigliose.  
Tu sei forte, Tu sei grande, Tu sei altissimo,  
Tu sei re onnipotente, Tu, Padre santo, re del cielo e della terra.  
Tu sei trino ed uno, Signore Dio degli dèi,  
Tu sei il bene, ogni bene, il sommo bene, il Signore Dio vivo e vero.  
Tu sei amore e carità, Tu sei sapienza, Tu sei umiltà, Tu sei pazienza,  
Tu sei bellezza, Tu sei mansuetudine, Tu sei sicurezza, Tu sei quiete.  
Tu sei gaudio e letizia, Tu sei la nostra speranza, Tu sei giustizia,  
Tu sei temperanza, Tu sei tutta la nostra ricchezza a sufficienza.  
Tu sei bellezza, Tu sei mansuetudine.  
Tu sei protettore, Tu sei custode e nostro difensore,  
Tu sei forza, Tu sei refrigerio.  
Tu sei la nostra speranza, Tu sei la nostra fede, Tu sei la nostra carità.  
Tu sei tutta la nostra dolcezza,  
Tu sei la nostra vita eterna, grande e ammirabile Signore,  
Dio onnipotente, misericordioso Salvatore.

**CANTICO DI FRATE SOLE**

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 raggianti 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.  
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 sostiene 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 supporteranno 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 umiltà.

## **LODI PER OGNI ORA**

1. Santo, santo, santo il Signore Dio onnipotente,  
che è, che era e che verrà;

**E lodiamolo ed esaltiamolo nei secoli.**

2. Tu sei degno, Signore Dio nostro,  
di ricevere la lode, la gloria e l'onore e la benedizione;

**E lodiamolo ed esaltiamolo nei secoli.**

3. Degno è l'Agnello, che è stato immolato  
di ricevere potenza e divinità,  
sapienza e forza, onore e gloria e benedizione;

**E lodiamolo ed esaltiamolo nei secoli.**

4. Benediciamo il Padre e il Figlio con lo Spirito Santo;

**E lodiamolo ed esaltiamolo nei secoli.**

5. Benedite il Signore, opere tutte del Signore;

**E lodiamolo ed esaltiamolo nei secoli.**

6. Date lode al nostro Dio voi tutti suoi servi  
voi che temete Dio, piccoli e grandi;

**E lodiamolo ed esaltiamolo nei secoli.**

7. Lodino lui, glorioso, i cieli e la terra;

**E lodiamolo ed esaltiamolo nei secoli.**

8. E ogni creatura che è nel cielo e sopra la terra e sotto terra,  
e il mare e le creature che sono in esso;

**E lodiamolo ed esaltiamolo nei secoli.**

9. Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo;

**E lodiamolo ed esaltiamolo nei secoli.**

10. Come era nel principio e ora e sempre  
e nei secoli dei secoli. Amen.

**E lodiamolo ed esaltiamolo nei secoli.**

### **PREGHIERA di LODE**

Onnipotente, santissimo, altissimo e sommo Iddio,  
ogni bene, sommo bene, tutto il bene, che solo sei buono,  
fa' che noi ti rendiamo ogni lode, ogni gloria,  
ogni grazia, ogni onore, ogni benedizione e tutti i beni.  
Fiat! Fiat! Amen.

### **PREGHIERA ABSORBEAT**

Rapisca, ti prego, o Signore,  
l'ardente e dolce forza del tuo amore  
la mente mia da tutte le cose che sono sotto il cielo,  
perché io muoia per amore dell'amor tuo,  
come tu ti sei degnato morire  
per amore dell'amor mio.

### **ALLA VERGINE MARIA**

Santa Maria Vergine, non vi è alcuna simile a te,  
nata nel mondo, fra le donne, figlia e ancella dell'altissimo Re,  
il Padre celeste, madre del santissimo Signore nostro Gesù Cristo,  
sposa dello Spirito Santo;  
prega per noi con san Michele arcangelo  
e con tutte le virtù dei cieli, e con tutti i santi,  
presso il tuo santissimo Figlio diletto, nostro Signore e Maestro.