

Centro Diocesano Vocazioni - Pisa



GIRO DELLE SETTE CHIESE

Itinerario di preghiera tra le chiese della città

GIOVEDÌ SANTO 2026

800 anni dalla nascita di San Francesco d'Assisi



San Francesco d'Assisi l'innamorato di Cristo



«Fa' di me uno strumento della tua pace»

Introduzione al Cammino

Il Giro delle Sette Chiese è pellegrinaggio di preghiera. In questo itinerario, ogni tappa ripercorre un momento fondamentale nella vita di Francesco di Assisi — il giovane mercante diventato il Poverello che ha rivoluzionato il mondo con la sua radicalità evangelica.

Camminando da una chiesa all'altra, siamo invitati a fare memoria non solo dei gesti di Francesco, ma a lasciarci trasformare dagli stessi incontri con Cristo che hanno segnato la sua vita: il lebbroso sulla strada, l'amore per l'eucarestia, il Crocifisso che parla, il distacco dai beni, la gioia del presepe, le stimmate, il canto di lode alla creazione.



Preghiera di inizio

Signore Gesù, che hai chiamato Francesco a seguirti nella radicalità del Vangelo, guidaci in questo cammino di preghiera. Fa' che ogni passo che compiamo tra queste chiese diventi un passo verso di Te. Come Francesco, aiutaci a riconoscerti nei poveri, ad ascoltare la tua voce nel silenzio, a lodare il Padre per le meraviglie del creato e a essere testimoni di Pace. Amen.

Tappa 1

La rinuncia ai beni paterni

Dal Vangelo secondo Marco (Mc 10,17-22)

«Gesù si mise in cammino quando un tale gli corse incontro e, gettandosi in ginocchio davanti a lui, gli domandò: "Maestro buono, che cosa devo fare per avere in eredità la vita eterna?"... Gesù, fissatolo, lo amò e gli disse: "Una cosa sola ti manca: va', vendi quello che hai e dallo ai poveri, e avrai un tesoro in cielo; e vieni! Seguimi". Ma a queste parole egli si fece scuro in volto e se ne andò rattristato, perché aveva molti beni.»

Riflessione

Il conflitto con il padre Pietro di Bernardone era diventato insanabile. Francesco aveva iniziato a vendere stoffe e persino il cavallo del padre per ricavare denaro da usare per restaurare la chiesa di San Damiano. Il padre lo denunciò al vescovo di Assisi, chiedendo che restituisse tutto.

Davanti al vescovo, alla presenza della città raccolta, Francesco compì un gesto radicale e totale: si spogliò di tutti i suoi abiti, li restituì al padre e disse quelle parole che avrebbero segnato per sempre la sua vita. Il vescovo, commosso, lo coprì col suo mantello. Francesco era libero. Davvero libero.

Spunti personali

Questa tappa ci interroga sulla nostra libertà interiore. A cosa siamo attaccati? Cosa temiamo di perdere? La povertà di Francesco non era solo materiale: era la disponibilità totale ad avere Dio come unico Padre, unica sicurezza, unico patrimonio.

[Momento di silenzio]

Preghiera insieme

Padre che sei nei cieli, liberaci dalla schiavitù delle cose e dell'opinione altrui. Come Francesco, aiutaci a dire con il cuore: sei Tu il mio unico Padre, sei Tu la mia eredità, sei Tu la mia casa. Sciogli i legami che ci impediscono di seguirti con tutto noi stessi. Che il tuo nome sia la nostra unica ricchezza. Amen.

Tappa 2 **L'incontro con il lebbroso**

Dal Vangelo secondo Marco (Mc 1,40-45)

«Venne da lui un lebbroso, che lo supplicava in ginocchio e gli diceva: "Se vuoi, puoi purificarmi". Mosso a compassione, tese la mano, lo toccò e gli disse: "Lo voglio, sii purificato". Subito la lebbra scomparve da lui ed egli fu purificato.»

Riflessione

Francesco era ancora un giovane brillante e ambizioso, pieno di sogni di gloria cavalleresca, quando sulla strada per Assisi si trovò di fronte a un lebbroso. Tutto in lui gridava di allontanarsi: il disgusto istintivo, la paura del contagio, le convenzioni sociali. Eppure, qualcosa — Qualcuno — lo spinse a fermarsi.

Scese da cavallo, si avvicinò all'uomo, lo abbracciò e lo baciò. Quando si rialzò e si voltò, il lebbroso era sparito. Francesco capì: in quell'uomo disfatto aveva incontrato Cristo stesso. Da quel giorno, scrisse nel suo Testamento, «ciò che mi sembrava amaro si tramutò in dolcezza dell'anima e del corpo».

Spunti personali

Questa tappa ci invita a chiederci: chi è il «lebbroso» nella nostra vita? Chi è la persona che evitiamo, che ci fa paura, che ci disturba? Cristo ci aspetta proprio lì.

[*Momento di silenzio*]

Preghiera insieme

Signore, tu che ti nascondi nei volti dei poveri e degli scartati, dona anche a noi il coraggio di Francesco: quello di fermarci, di avvicinarci, di non scappare davanti a ciò che fa paura. Guarisci in noi ogni forma di disgusto e di indifferenza. Che sappiamo riconoscerti in ogni fratello che incontriamo, soprattutto nei più dimenticati. Amen.

Tappa 3

Il Crocifisso di San Damiano

Dal Vangelo secondo Giovanni (Gv 2,13-22)

«I Giudei allora dissero: "Questo tempio è stato costruito in quarantasei anni e tu in tre giorni lo farai risorgere?". Ma egli parlava del tempio del suo corpo. Quando poi fu risuscitato dai morti, i suoi discepoli si ricordarono che aveva detto questo, e credettero alla Scrittura e alla parola detta da Gesù.»

Riflessione

Francesco, ancora alla ricerca del suo cammino, si rifugiava spesso in luoghi solitari per pregare. Un giorno entrò nella piccola chiesa diroccata di San Damiano, quasi un rudere abbandonato sulle colline di Assisi. Davanti al Crocifisso bizantino che pendeva sull'altare, si mise in preghiera.

Dal Crocifisso giunse una voce, chiara e tre volte ripetuta: «Francesco, va' e ripara la mia casa che, come vedi, è tutta in rovina». Francesco inizialmente credette che il Signore parlasse di quella piccola chiesa di pietra. Solo più tardi avrebbe compreso che la casa da riparare era la Chiesa intera, e che lo strumento era lui.

Spunti personali

Questa tappa ci invita a sostare davanti al Crocifisso con la semplicità di Francesco: senza pretendere di capire tutto subito, ma con la disponibilità ad obbedire.

Cosa dice il Signore a ciascuno di noi in questo momento della nostra vita? In che modo mi impegno affinché la mia comunità sia un luogo di Pace?

[Momento di silenzio]

Preghiera insieme

O Signore Gesù crocifisso, come Francesco ti chiediamo la grazia di ascoltare. Spesso siamo sordi alla tua voce, intenti ai nostri progetti e alle nostre sicurezze. Mostraci dove sei «in rovina» nella nostra vita, nella nostra comunità, nel nostro cuore, e donaci la forza per rispondere con slancio: eccomi, Signore, manda me. Amen.

Tappa 4 Francesco e l'Eucaristia
--

Dal Vangelo secondo Giovanni (Gv 6, 51-58)

«Io sono il pane vivo, disceso dal cielo. Se uno mangia di questo pane vivrà in eterno e il pane che io darò è la mia carne per la vita del mondo [...] Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue rimane in me e io in lui.»

Riflessione

Nelle sue Lettere ai Custodi e nella Lettera a tutto l'Ordine, Francesco esortava con accenti appassionati a custodire il Sacramento con ogni cura, a celebrare con riverenza, a non lasciare il corpo del Signore in luoghi indegni. Quando trovava chiese povere o trascurate, lasciava denaro perché si provvedesse a lampade e suppellettili degne. Era capace di

piangere a lungo dopo la comunione, sopraffatto dalla presenza reale del Signore.

Per Francesco l'Eucaristia non era un rito da compiere ma un incontro da vivere: il luogo in cui il Dio infinito si fa cibo, si dona, si lascia ricevere. Era lo stesso stupore dell'Incarnazione — Dio piccolo, Dio fragile, Dio nelle mani dell'uomo — rinnovato ogni giorno sull'altare. E questo stupore lo portava all'adorazione silenziosa, alle lacrime, alla prostrazione.

Spunti personali

Questa tappa ci chiede di riscoprire lo sguardo di Francesco sull'Eucaristia. Non la familiarità distratta di chi «ci va da sempre», ma la meraviglia rinnovata di chi si accorge che Dio, ogni volta, si consegna davvero.

[Momento di silenzio]

Preghiera insieme

Signore Gesù, presente nell'Eucaristia, donaci gli occhi e il cuore di Francesco per riconoscerti. Spesso ci accostiamo a Te con distrazione o abitudine: ridestaci la meraviglia, l'adorazione, la gratitudine. Tu che hai scelto di restare con noi sotto il segno del pane, fa' che la nostra vita diventi, come la tua, pane spezzato per i fratelli. Amen.

Tappa 5 Il Presepe di Greccio (1223)
--

Dal Vangelo secondo Luca (Lc 2,1-20)

«In quei giorni un decreto di Cesare Augusto ordinò che si facesse il censimento di tutta la terra... Mentre si trovavano in quel luogo, si compirono per lei i giorni del parto. Diede alla luce il suo figlio primogenito, lo avvolse in fasce e lo depose in una mangiatoia, perché non c'era posto per loro nell'albergo... E improvvisamente

apparve con l'angelo una moltitudine dell'esercito celeste che lodava Dio e diceva: "Gloria a Dio nel più alto dei cieli e sulla terra pace agli uomini che egli ama".»

Riflessione

Era la Vigilia di Natale del 1223. Francesco aveva ottenuto dal Papa il permesso di realizzare qualcosa di straordinario: rivivere la notte della Natività in modo concreto, visibile, commovente, perché i fedeli di Greccio potessero toccare con mano l'umiltà dell'Incarnazione.

In una grotta sui monti, con un bue, un asino, la paglia, Maria e Giuseppe, Francesco depose un bambino nella mangiatoia. Cantò il Vangelo come diacono, predicò con voce commossa sul Re del mondo che nasce nella povertà. Secondo i testimoni, durante la messa il bambino nella mangiatoia sembrò animarsi tra le braccia di Francesco. Il presepe vivente era nato.

Spunti personali

Questa tappa ci invita a contemplare il mistero dell'Incarnazione con gli occhi stupiti di Francesco: Dio che si fa piccolo, fragile, presente nell'eucarestia.

Domandiamoci: lasciamo che Gesù nasca anche in noi, in questo momento della nostra vita?

[Momento di silenzio]

Preghiera insieme

Gesù bambino, Tu che hai scelto la mangiatoia e la paglia, insegnaci a riconoscere il tuo volto nell'umiltà e nella semplicità. Come Francesco, aiutaci a non cercare la gloria del mondo ma a inginocchiarci davanti alla tua povertà, che è la nostra vera ricchezza. Vieni ad abitare nei cuori vuoti e induriti. Amen.

Tappa 6

Le Stimmate alla Verna (1224)

Dalla lettera di S. Paolo ai Galati (Gal 2,19-20)

«Sono stato crocifisso con Cristo, e non vivo più io, ma Cristo vive in me. E questa vita che vivo nella carne, la vivo nella fede del Figlio di Dio, che mi ha amato e ha dato sé stesso per me.»

Riflessione

Era il settembre del 1224. Francesco si era ritirato sul monte della Verna, luogo aspro e solitario donatogli dal conte Orlando di Chiusi, per prepararsi alla festa dell'Esaltazione della Croce in quaranta giorni di digiuno e preghiera. Aveva chiesto ai frati di non disturbarlo.

Una mattina, nella preghiera intensa, ebbe una visione: un Serafino con sei ali ardenti, crocifisso. Dalla visione scaturì una sensazione mista sia di gioia che di dolore. Quando la visione svanì, Francesco portava nel corpo i segni della Passione: le piaghe nelle mani, nei piedi e nel fianco. Le stimmate. Per la prima volta nella storia cristiana documentata, un uomo portava nel corpo i segni di Cristo.

Spunti personali

Questa tappa ci porta al cuore del mistero cristiano: la conformazione a Cristo crocifisso. Non si tratta di cercare la sofferenza, ma di accettare che l'amore autentico passa attraverso la croce. Quali sono le «stimmate» che il Signore ci chiede di portare nella nostra vita?

[Momento di silenzio]

Preghiera insieme

Signore Gesù, Tu che hai voluto imprimere nel corpo di Francesco i segni del tuo amore, donaci la grazia di accettare le nostre croci quotidiane senza fuggire. Fa' che le

nostre sofferenze, unite alle tue, diventino strumento di salvezza per noi e per i fratelli. Che possiamo dire con San Paolo: porto nel corpo le stimmate di Gesù. Amen.

Tappa 7 **Il Cantico delle Creature (1224-1226)**

Dal libro del profeta Daniele (Dn 3,51-90)

«Benedite, opere tutte del Signore, il Signore, lodatelo ed esaltatelo nei secoli... Benedite, sole e luna... stelle del cielo... piogge e rugiade... venti... fuoco e calore... freddo e gelo... notti e giorni... luce e tenebre... terra... monti e colline... acque... tutto ciò che germoglia dalla terra... uccelli del cielo... animali selvatici e domestici... figli degli uomini.»

Riflessione

Gli ultimi anni di Francesco furono segnati da una sofferenza fisica intensa: quasi cieco, con le stimmate doloranti, affetto da gravi malattie. Eppure, è in questo periodo di massima fragilità che compose il testo più bello della letteratura italiana delle origini: il Cantico di Frate Sole.

Dettato nel 1224 e completato fino alla morte (1226), il Cantico è un inno di lode a Dio attraverso le creature: il sole, la luna, il vento, l'acqua, il fuoco, la terra. E infine — aggiunto poco prima di morire — la lode per «sora nostra morte corporale», la morte stessa, che Francesco accoglieva come un'ultima sorella. Era il tramonto del 3 ottobre 1226.

Spunti personali

Questa tappa conclusiva ci invita a imparare da Francesco l'arte della lode. Non la lode facile dei giorni di sole, ma quella profonda e matura di chi ha attraversato il dolore e ha trovato Dio anche là. La lode come ultimo atto, come respiro finale. Per cosa lodo il Signore in questo momento della mia vita?

[Momento di silenzio]

Preghiera insieme

Altissimo, onnipotente, bon Signore, come Francesco ti lodiamo per tutte le creature, per il creato che ci parla di Te, per le persone che ci ami, per le gioie e anche per i dolori che ci hanno plasmati. E quando verrà l'ora, donaci di accogliere sora nostra morte con la stessa pace con cui Francesco cantava. A Te la lode, la gloria e ogni benedizione. Amen.

Preghiera finale



Abbiamo camminato sulle tracce di Francesco, da chiesa a chiesa, da un momento della sua vita all'altro. Abbiamo incontrato un uomo che ha preso sul serio il Vangelo di Cristo nostra Pace — fino alle conseguenze più radicali. Ora siamo invitati a portare con noi una domanda: cosa ha toccato il mio cuore in questo cammino? Cosa mi ha donato Pace questa sera?

Preghiera di San Francesco per la pace

*Signore, fa' di me uno strumento della tua pace:
dove è odio, che io porti l'amore;
dove è offesa, che io porti il perdono;
dove è discordia, che io porti l'unione;
dove è dubbio, che io porti la fede;
dove è errore, che io porti la verità;
dove è disperazione, che io porti la speranza;
dove è tristezza, che io porti la gioia;
dove sono le tenebre, che io porti la luce.*

*O Maestro, fa' che io non cerchi tanto
ad essere consolato, quanto a consolare;
ad essere compreso, quanto a comprendere;
ad essere amato, quanto ad amare.*

*Poiché è dando che si riceve,
è perdonando che si viene perdonati,
ed è morendo che si risuscita a vita eterna.*

Amen.

