

# CENTENAIRE FRANCISCAIN

## 2023-2026

2024 : 800 ANS DES STIGMATES



SECRETARIAT POUR LA FORMATION  
CIOFS



# PRÉSENTATION

Il s'agit de la deuxième des quatre années (2023-2026) au cours desquelles la Famille franciscaine célèbre cinq centenaires. Après les anniversaires de la dernière règle (Regula Bullata) et Noël à Greccio en 2023, nous célébrons cette année les 800 ans du don des stigmates.

## « LE DON DES STIGMATES : 800 ANS DE MYSTÈRE »

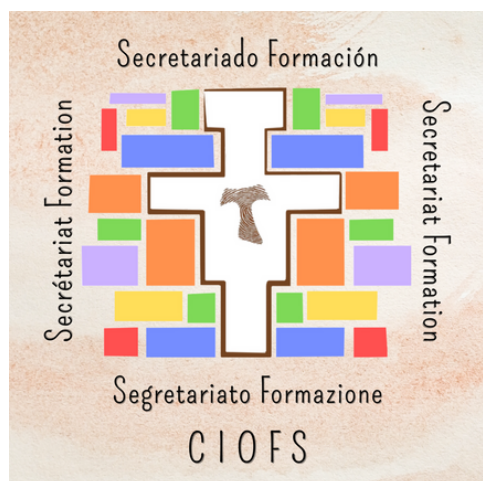
Le but de la célébration des centenaires est de s'ouvrir à l'invitation de Dieu ici et maintenant, alors que nous marchons ensemble comme des sœurs et frères des fraternités locales, en tant que toute la famille franciscaine et en tant que peuple de Dieu. Nous sommes prêts à nous inspirer de notre frère François à la suite du Christ, afin de devenir plus humains, plus chrétiens et plus franciscains.

Comme proposé par la Conférence de la Famille Franciscaine (CFF, 2022), le Secrétariat de Formation de l'OFS a préparé ce matériel pour toutes les fraternités de l'OFS et de la JeFra. Le thème principal est considéré dans ses quatre dimensions : théologique, anthropologique, ecclésiologique et sociologique – parce que nous vivons dans le Christ, comme des sœurs et des frères, dans la communion et dans le monde. Ce matériel doit être développé par les fraternités locales, et « il serait très approprié que toutes les activités et initiatives, au niveau national et/ou régional, soient coordonnées par une commission représentant toute la Famille franciscaine » (CFF, 2022).

« Les centenaires ne sont pas destinés à avoir un impact positif uniquement au sein de la Famille franciscaine. L'imagination et la créativité doivent être mises à contribution pour que les centenaires aient un impact extérieur sur les environnements sociaux et culturels non ecclésiaux. « Tous ceux qui sont attirés par la beauté évangélique du Poverello (cf. Laudato si' 10) [sont invités] à se joindre à nous pour célébrer ces centenaires. Les centenaires nous offrent une occasion précieuse de revigorer la richesse de notre charisme avec une vision prophétique de l'avenir. (CFF, 2022)

Nous encourageons chaque fraternité nationale à utiliser le matériel suivant pour d'autres activités au cours de cette année 2024. Soyons attentifs et ouverts au mystère vécu par notre frère François à La Verna. Laissons-nous toucher et transformer par le même Amour crucifié, qui l'a rendu disposé à imiter le Bien-Aimé et à devenir vulnérable.

Avec soin et amour,  
Vos sœurs et vos frères,



## SECRETARIAT POUR LA FORMATION CIOFS

Silvia Noemí Diana OFS  
Eremenciana Chinyama OFS  
Fray Stefan Acatrinei OFM Conv  
Alonso Acevedo OFS  
Diane Frances Menditto OFS  
Lucía Hidveghyova OFS  
Mayara Ingrid Sousa Lima OFS

Mai 2024

Ccoopération:

Traduction:  
Claire Dechenaux OFS

Dessins tirés du document :  
Alejandro Maldonado OFS

Mise en page du document :  
Ailén Lucía Natali OFS

Images de couverture :  
Giotto di Bondone

Dans ce matériel, nous utilisons la méthodologie : Voir/Ecouter, discerner, agir, et célébrer (cf Mater et Magistra 236)

# “LE CADEAU DES STIGMATES : 800 ANS DE MYSTERE

La stigmatisation de saint François n'est pas seulement une acceptation des signes extraordinaires de la souffrance du Christ dans la chair. C'est aussi la grande joie et la consolation de la proximité de Dieu, en même temps que la douleur de voir la croix, peu de temps avant de recevoir les stigmates. Dans les sources les plus anciennes, ces éléments se trouvent côte à côte et avec la même intensité, nous les considérerons donc ensemble.

Pour François, les stigmates ne sont pas apparus sur son corps pendant la vision mystérieuse, mais après qu'elle ait été terminée, lorsqu'il a eu du mal à en comprendre la signification. Au début, il était rempli de quelque chose de beau et de bienheureux, à la fois par ce qu'il voyait et par la façon dont l'homme sur la croix le regardait (qu'il avait été vu). Puis vint la douleur quand il réalisa que cet homme était attaché à la croix. Ce n'est qu'à ce moment-là que les stigmates sont devenus apparents. Comment pouvons-nous comprendre cela ?

Il y a plusieurs possibilités. Nous pourrions penser au regret de nos propres échecs qui causent un tourment semblable à une crucifixion dans l'âme d'une personne. Ou encore, en réfléchissant sur les blessures et les douleurs, celles du Christ d'il y a 2000 ans, et celles qui sont aujourd'hui portées par son corps mystique - les nombreux solitaires et malades dans leur corps et leur âme, les membres des minorités, les marginalisés, les personnes sans soutien ni travail, persécutées, maltraitées, poussées à l'insécurité par diverses circonstances... Nous nous tenons devant l'invitation à voir le regard bienveillant du Christ qui nous regarde du milieu de cette souffrance.

Nous sommes invités à voir la présence de Dieu au milieu des blessures que nous portons et des blessures que nous touchons. Dieu nous regarde et nous voit dans chacune de nos souffrances, non seulement de l'extérieur, comme un observateur, mais comme quelqu'un qui souffre avec nous. Nous portons son image dans nos âmes, et il nous porte dans son cœur, même avec notre vulnérabilité et nos blessures.

Nous sommes ceux que Dieu voit et nous regarde de la même manière captivante et délicate qu'il a regardé François. Un regard qui insuffle de la joie et de l'espérance dans nos âmes - lorsque nous nous exposons à lui et que nous restons proches de lui, dans la sécurité de son amour ; quand nous touchons ses plaies glorifiées, comme Thomas dans l'Évangile.

Si nous permettons à cette joie de nous pénétrer, nous aurons la force de souffrir avec ceux qui souffrent et de porter les blessures sur notre propre corps (et dans notre âme), comme François. Alors nous ne serons pas détruits en devenant vulnérables, ce sera le Christ en nous qui souffrira, dont les plaies sont déjà glorifiées. Sa résurrection est notre espérance.



# 1 VOIR / ECOUTER:

Dans cette section, il y a les réflexions personnelles de cinq membres de la famille franciscaine. Ils représentent les trois ordres et montrent la richesse de la spiritualité franciscaine. Espérons qu'ils nous inspireront tous pour réfléchir sur le sens des stigmates de saint François dans notre propre vie, puisque nous suivons le Christ dans ses pas.

## UNE SOEUR OFS

*À l'âge de 7 ans, alors que je me préparais au sacrement de la confirmation, j'apprenais aussi à connaître saint François, car la paroisse où j'ai grandi était dirigée par les franciscains. Plus tard, lorsque j'ai terminé mes études collégiales, j'ai tout de suite adhéré à l'OFS. Depuis, ma vie a beaucoup changé. J'ai décidé de quitter mon pays en raison de la situation politique. La chose la plus difficile à accepter à ce sujet a été la séparation d'avec ma fraternité et l'Église. Cependant, je me suis assurée tout ce que je désire, et le besoin est gravé dans mon cœur.*

*Le transit de l'Érythrée vers l'Ouganda n'a pas été facile. Je devais me préparer au pire des scénarios. Je n'arrêtais pas de penser à saint François et il m'accompagnait sur le chemin.*

*La vie d'un réfugié signifie la vie en suspens sans aucune liberté d'exercer son droit à l'éducation, au travail et à d'autres droits. Même avec des documents juridiques, vous êtes toujours dans l'ombre de tant d'incertitudes. Au cours de ces années, la réflexion sur les stigmates de saint François m'a aidé et m'aide encore à retrouver mon équilibre dans la vie. Saint François aimait Jésus et à travers lui, je trouve toujours des conseils dans ce que je pouvais faire, comment je devais traiter les autres dans toutes sortes de situations. Je vis parmi des gens de croyances et de cultures différentes. Nous faisons tous face à nos peurs et à notre douleur, ce qui conduit souvent à des comportements blessants. En plus de cela, je m'occupe des problèmes financiers, d'emploi et de sécurité. Pourtant, je crois que la souffrance a un sens, qui est la participation au mystère du Christ.*

*Comme François, nous rencontrerons tous la souffrance sur notre chemin avec le Christ. Ne regardons jamais la souffrance comme si Dieu était absent. Voyons plutôt, avec Saint François d'Assise que Dieu agit à travers nos souffrances, en nous apprenant à aimer, à faire confiance et à porter notre fardeau avec humilité et patience, parce qu'il est toujours avec nous, et que nous pouvons faire appel à son amour à tout moment.*

Veronica Ghebrehiwet Mehari OFS  
Kampala, Ouganda



*Quand j'étais petite, le premier saint qui est devenu mon ami a été François d'Assise. Je pense même qu'il a précédé la Vierge Marie dans le timing. Il m'a conquis par son amour pour la création et par son désir d'être uni à Dieu et de former ainsi une famille avec tout ce qui respire et loue le Seigneur.*

*En grandissant, saint François a aussi grandi en moi, et le Christ aussi. Peu à peu, François a commencé à m'appeler pour que je connaisse de plus en plus le Christ à travers ses yeux, ses oreilles, sa bouche et ses mains. Et ainsi, nous avons lentement marché ensemble sur le chemin de la paix et du bien. Il m'apprend à chanter le cantique de Frère Soleil et à revêtir des vêtements neufs – une habitude – c'est-à-dire le corps du Christ et sa croix. Il me présente les bienheureux au cœur pur et la noble Dame Pauvreté, jusqu'à ce qu'il culmine avec Sœur Obéissance, qui accueille François sur le Mont La Verna, pendant que j'attends en bas. François a été obéissant jusqu'à la mort, jusqu'à la mort jusqu'au péché et jusqu'à la rencontre avec Sœur Mort. Il m'enseigne que pour Dieu, il y a toujours la mort comme la vie de frère, la guerre comme paix, les ténèbres comme lumière et la douleur comme joie.*

*Alors que je suis assise dans ma chambre à Bratislava, il me semble parfois que François sur le mont La Verna est trop éloigné et inaccessible. Mais quand je me tais, je l'entends chanter et m'appeler à ne pas craindre de quitter le monde de la richesse et de la chevalerie séduisante de notre temps, mais à gravir la montagne dans le silence, la pauvreté et la solitude. Et cette chanson est tellement entraînante et belle que je la comprends petit à petit, et je dois admettre que l'imbécile après tout, c'est moi et le monde, pas François. Je suis fasciné par son incroyable naturel et son authenticité. Et c'est pourquoi ses stigmates et les plaies du Christ deviennent lentement de plus en plus naturels et significatifs pour moi. Ils sont ouverts – ouverts à tous ceux qui veulent y mettre le doigt et y croire. Ce sont les tables vivantes gravées, apportées au monde par François du mont La Verna (comme ces deux tables de la Loi, données par amour et apportées par Moïse du mont Sinaï), afin que nous puissions nous détourner du péché d'idolâtrie et découvrir la nature et la proximité de la Loi de Dieu. Eux, les stigmates, deviennent une nouvelle création chez François, et bien que je ne sache que peu de choses à leur sujet, au moins je comprends que je peux les saluer comme des Plaies de Sœurs, parce qu'elles ont été créées par « le doigt de Dieu », et qu'elles sont bonnes, belles et créatives.*

Theresa Yungova, Slovaquie

*Notre vie est parsemée de rencontres diverses.*

*« Le véritable amour du Christ a transformé l'amant en l'image exacte du Bien-Aimé » (Légende majeure 13, 5). Nos vies sont parsemées de rencontres diverses. Certaines ne sont que momentanées, d'autres nous interpellent pour un temps, d'autres laissent une certaine marque, mais il y a aussi celles qui durent toute une vie. Le temps semble s'être arrêté... Pas dans le sens de la raideur, de la fermeture, au contraire, beaucoup de choses se passent, mais le passage du temps prend une dimension différente.*

*Au début de cette rencontre, il y a un toucher, on ressent le toucher de l'amour. S'il y répond, cela commencera à le guider. Peut-être chacun d'entre nous a-t-il vécu cette expérience d'une manière ou d'une autre. Le toucher de l'amour est encore plus puissant lorsqu'il vient de sa source, de Dieu. François en a fait l'expérience, qui a rencontré le Crucifié à San Damien et ne pouvait plus l'oublier..., cela a été vécu par beaucoup de ses disciples. Moi aussi, j'en ai fait l'expérience...*

*Il y a des années, alors que j'entrais dans le couloir latéral adjacent à l'église franciscaine, j'ai vu une statue grandeur nature. Il représentait le Christ sur la croix essayant d'embrasser François et il lui tendait la main de tout son être. C'était une joie, chaque matin, d'assister à ce désir silencieux et fort de l'un pour l'autre, à cette lutte d'amour pour surmonter la distance qui les séparait encore. La courte distance était pleine de silence, de regards fixés l'un sur l'autre, de dévotion et d'abandon, mais aussi du désir qu'il ne les sépare plus. L'amour surmonte les distances, mais il ne marche pas seul. Son compagnon inséparable est la douleur. L'amour sans douleur pourrait se transformer en complaisance, et la douleur sans amour serait dévastatrice. Tous deux sont les guides fidèles sur le chemin vers le Bien-Aimé. François les a demandées à la fin de son pèlerinage, sur le mont La Verna. À ce moment-là, l'amour et la douleur ont pleinement manifesté leur pouvoir de transformer les plaies en signes précieux de l'amour du Christ.*

*Cette courte distance, entre le Christ sur la croix et moi, est un chemin d'amour dans l'abandon, dans la participation à la vie du Bien-Aimé, dans le bien et dans les difficultés. Il est ouvert à toutes les douleurs, blessures, déceptions... qui, dans l'Amour et avec l'Amour, acquièrent leur sens et leur vrai caractère.*

Sr. Pacifika OSF, Rome, Italie

*La rencontre de François avec le Christ à la Verna*

*Mon expérience des stigmates est qu'en toute vérité, vous ne pouvez pas être le disciple du Christ sans la Croix. Les fleurs de Bugambilia (Vogabilla) dans notre monastère me rappellent constamment cette belle réalité. Ces fleurs ne sont pas seulement belles dans leurs multiples couleurs, mais aussi résistantes et fortes. Ce qui m'inspire et c'est unique chez elles, c'est la vie qui vient de leurs épines. Elles fleurissent à partir des épines. Avec cela, elles m'ont appris que si ma vie dans le cloître doit être fructueuse et pleine de sens, elle doit être blessée de la manière qui plaît à mon Époux bien-aimé. Il m'a amené dans l'enclos pour être fertile, pas pour être stérile. Les difficultés de la vie doivent être là pour faire mûrir ma foi en Jésus et approfondir mes racines dans la réalité de ma vocation religieuse et chrétienne : Le temps de l'adoration et de la prière, où j'écoute Dieu, et Lui confie toutes les espérances et les angoisses de notre monde en vivant le Silence et la réclusion... qui embrassent toute l'Église dans le ciel et sur la terre... Ce sont mes moments les plus précieux dans le cloître.*

*Pour moi, c'est ce qui signifie la stigmatisation ou la rencontre de François avec le Christ crucifié à La Verna dans ces moments spéciaux.*

Sr. Maria Tamele, Zimbabwe





*Les stigmates de saint François sont la manifestation des plaies du Christ sur une personne qui a un lien spirituel profond avec lui. Je suis un prêtre zimbabwéen et un capucin franciscain, et je vais réfléchir sur la signification et la signification des stigmates pour ma vie et mon ministère.*

*Le Zimbabwe est un pays confronté à des crises politiques et économiques, à la violence et à la pauvreté depuis des décennies. J'ai vu la souffrance et la résilience de notre peuple, en particulier des pauvres et des marginalisés.*

*J'ai rejoint l'ordre franciscain, qui suit l'exemple et les enseignements de saint François d'Assise. C'était un homme qui renonçait aux richesses et aux plaisirs mondains et embrassait une vie de pauvreté, de simplicité et de service. Il avait un amour profond pour Dieu, pour la création et pour toutes les créatures, en particulier les pauvres et les lépreux. Il avait également une dévotion particulière à la passion du Christ, ce qui l'a conduit à recevoir les stigmates en 1224.*

*Les stigmates de saint François sont les signes de son union intime avec le Christ, qui a souffert et est mort pour notre salut. Ils sont aussi le signe de sa compassion pour la souffrance de l'humanité, qu'il a partagée dans sa propre chair. Les stigmates ne sont pas une récompense ou un privilège, mais un don et une responsabilité. C'est un appel à suivre le Christ de plus près, à imiter son amour et son humilité, et à être ses instruments de paix et de justice dans le monde.*

*En tant que prêtre zimbabwéen, je trouve les stigmates de saint François très pertinents et inspirants pour mon ministère et ma mission. Cela me rappelle que je suis appelé à être témoin de l'amour et de la miséricorde du Christ dans un monde blessé, en particulier parmi les pauvres et les opprimés. Cela me met au défi de vivre en solidarité avec ceux qui souffrent, de partager leurs joies et leurs peines, et de leur offrir espoir et guérison.*

*Les stigmates de saint François sont le message universel pour l'Église et pour le monde. Ils nous invitent à contempler l'amour de Dieu révélé dans le Christ crucifié et ressuscité, à répondre à son appel à la conversion et à la sainteté, et à participer à sa mission de réconciliation et de transformation.*

Frère Elvis Gwangwava OFM Cap,  
Zimbabwe

Ci-dessous, il y a des extraits de deux premières vies de saint François. Le premier a été écrit par Thomas de Celano au moment de la canonisation de François (1229). Plus tard, elle fut remplacée par une autre vie, écrite par saint Bonaventure (1260), alors qu'il était ministre général. Lectures suggérées : 1 Celano 93-96, FF 483-486 ; Légende majeure 13 : 1-10, FF 1222-1236 ; 1-2, FF 261 ; Bénédiction pour frère Léo, FF 262 ; 2 Celano 49, FF 635.

La vie de Saint François par Thomas de Celano (1 Celano 94-96, FF 484-486).

Alors qu'il (François) séjournait dans cet ermitage appelé La Verna, du nom de l'endroit où il est situé, deux ans avant le moment où il rendit son âme au ciel, il vit dans la vision de Dieu un homme, ayant six ailes comme un Séraphin, debout au-dessus de lui, les bras étendus et les pieds joints, attaché à une croix. Deux de ses ailes étaient levées, deux étaient étendues au-dessus de sa tête comme pour voler, et deux couvraient tout son corps. Ésaïe 6 :2 Quand le serviteur béni du Très-Haut vit ces choses, il fut rempli de la plus grande crainte, mais ne pouvait décider ce que cette vision signifiait pour lui. De plus, il se réjouit beaucoup et fut ravi du regard aimable et gracieux qu'il vit que le Séraphin lui donnait. La beauté du Séraphin dépassait l'entendement, mais le fait que le Séraphin était fixé à la croix et l'amère souffrance de cette passion l'effrayaient profondément. Par conséquent, il se leva à la fois triste et heureux alors que la joie et le chagrin se relayaient dans son cœur. Préoccupé par la question, il ne cessait de penser à ce que cette vision pouvait signifier et son esprit était anxieux de discerner un sens sensible à partir de la vision. Ps 143 :4 [Vulgate, Ps 142 :4]

Bien qu'il fût incapable de percevoir quoi que ce soit de clairement compréhensible dans la vision, sa nouveauté pressait beaucoup son cœur. Des signes des clous commencèrent à apparaître sur ses mains et ses pieds, tout comme il les avait vus un peu plus tôt sur l'homme crucifié planant au-dessus de lui.

95 Ses mains et ses pieds semblaient percés par le milieu par des clous, les têtes des clous apparaissant sur la partie interne de ses mains et sur la partie supérieure de ses pieds, et leurs pointes dépassant des côtés opposés. Ces marques à l'intérieur de ses mains étaient rondes, mais plutôt oblongues à l'extérieur ; et de petits morceaux de chair étaient visibles comme des pointes de clous, pliés et aplatis, s'étendant au-delà de la chair qui les entourait. Sur ses pieds, les marques des clous étaient piétinées de la même manière et soulevées au-dessus de la chair environnante. Son côté droit était marqué d'une cicatrice oblongue, comme percée d'une lance, et cela dégoulinait souvent de sang, de sorte que sa tunique et ses sous-vêtements étaient souvent tachés de son sang sacré.

... deux ans avant qu'il (François) ne rende son esprit au ciel, après une variété de nombreux travaux, il a été conduit par la providence divine à un haut lieu à part appelé le mont La Verna. Lorsque, selon sa coutume, il y eut commencé à jeûner pendant quarante jours en l'honneur de saint Michel Archange, il éprouva plus abondamment que de coutume un débordement de la douceur de la contemplation céleste...

... Un certain matin, vers la fête de l'Exaltation de la Croix, alors que François priait sur le flanc de la montagne, il vit descendre du ciel un Séraphin à six ailes, aussi bien ardentes que brillantes. Et lorsque, dans un vol rapide, il était arrivé à un endroit dans l'air près de l'homme de Dieu, il apparut entre les ailes la ressemblance d'un homme crucifié, avec ses mains et ses pieds étendus en forme de croix et attachés à une croix. Deux des ailes étaient levées au-dessus de sa tête, deux étaient déployées pour le vol et deux couvraient tout son corps. Voyant cela, il a été bouleversé et son cœur a été inondé d'un mélange de joie et de chagrin. Il se réjouissait de la manière gracieuse dont le Christ le regardait sous l'apparence du Séraphin, mais le fait qu'il était attaché à une croix lui transperça l'âme d'une épée Lc 2 :35 de tristesse compatissante. Il s'étonnait infiniment à la vue d'une vision si insondable, sachant que la faiblesse de la passion du Christ n'était nullement compatible avec l'immortalité de l'esprit séraphique. Finalement, il comprit par cela, par le Seigneur qui le révélait, que la divine Providence lui avait montré une vision de ce genre afin que l'ami du Christ apprenne à l'avance qu'il devait être totalement transformé à l'image du Christ crucifié, non par le martyre de sa chair, mais par l'embrasement de son âme. Au moment où la vision disparaissait, elle laissa dans son cœur un feu merveilleux et imprima dans sa chair une ressemblance de signes non moins merveilleux. En effet, aussitôt les marques de clous commencèrent à apparaître dans ses mains et ses pieds, comme il l'avait vu un peu auparavant dans la figure de l'homme crucifié. Ses mains et ses pieds semblaient être percés au centre par des clous, les têtes des ongles apparaissant sur la face interne des mains et la face supérieure des pieds et leurs pointes sur les côtés opposés. Les têtes des clous de ses mains et de ses pieds étaient rondes et noires ; Leurs pointes étaient oblongues et courbées comme si elles avaient été repoussées avec un marteau, et elles émergeaient de la chair et dépassaient au-delà. Son côté droit, comme percé d'une lance, était également marqué d'une plaie rouge d'où coulait souvent son sang sacré, humectant sa tunique et ses sous-vêtements.

... Après que le véritable amour du Christ ait transformé l'amant à son image, 2 Co 3, 18 .

Nous vous encourageons à lire la version complète dans les sources, et pas seulement les textes sélectionnés. Nous recommandons également de les comparer avec la vie critique contemporaine de François selon notre choix.

### 3 AGIR:

En tant que sœurs et frères de la famille franciscaine, nous réfléchirons, discuterons et partagerons sur les sujets suivants :

1. François n'a pas cherché la souffrance, il a cherché le Christ. Il l'aimait et voulait être uni à lui, même sur la croix. Cet amour l'a transformé – l'amant – en Bien-Aimé. Comment pouvez-vous vous en inspirer dans votre vie quotidienne?
2. Quelle est votre expérience personnelle (ou votre lutte) avec la prière silencieuse, avec ses défis et sa beauté ?
3. François fut rempli de joie par le regard du Séraphin. Il le regardait et il a été vu par lui. Puis il a fait l'expérience de la douleur, réalisant la croix. Lorsque nous recherchons la présence de Dieu, au milieu de (notre) douleur, cela peut être vraiment une expérience formatrice. Pouvons-nous partager des moments aussi enrichissants de notre vie avec nos sœurs et nos frères ?
4. Nous sommes appelés par notre Règle à faire de la prière et de la contemplation l'âme de tout ce que nous sommes et de tout ce que nous faisons, et à revivre les mystères de la vie du Christ (cf. Règle 8). Comment pouvons-nous approfondir cette dimension de notre vie, encouragés par l'exemple de François, qui jeûnait et contemplait la Passion du Christ avant de recevoir les stigmates ?



## 4 CELEBRER:

Cette année, nous célébrons ensemble, en tant que famille franciscaine, le don des stigmates de différentes manières. S'il vous plaît, soyez créatif en ajustant les propositions ci-dessous en fonction de vos propres conditions locales. Laissons-nous inspirer par François, qui « trouvait plus facile de faire ce qui est parfait que d'en parler ; ... Parce que les mots ne font pas ce qui est bon, ils ne font que le désigner. (1 Celano, 93)

1. La prière est une relation avec Dieu, les mots ne sont pas toujours nécessaires. Le silence est un espace dans lequel nous pouvons expérimenter et célébrer la présence de Dieu au-delà des mots. Commençons chaque prière privée et communautaire de cette année par une minute de silence, conscients de la Sainte Trinité.
2. Le silence est une condition fondamentale pour être à l'écoute de Dieu, de nous-mêmes et des autres. Les Fraternités de la famille franciscaine sont invitées à organiser ensemble une retraite ou une journée de récollection.
3. Reconnaissons les « blessures » de votre entourage et collaborons avec l'Église locale pour les « guérir » en tendant la main aux nécessiteux et aux plus petits d'entre nous. Nous pouvons rendre visite ensemble aux personnes âgées, aux sans-abri, aux prisonniers, aux migrants, aux personnes seules ou malades (selon nos conditions).
4. Pratiquons l'art de contempler le Christ dans nos douleurs et dans les difficultés des personnes que nous rencontrons chaque jour. Nous ne sommes jamais seuls et ses plaies glorifiées nous donnent de l'espoir.