



François d'Assise :

# UNE GRAINE POUR LA VIE ÉTERNELLE

L'héritage spirituel d'un homme chrétien

1226 — 2026

## Franciscus

Eight Hundredth Anniversary of the Death of St. Francis

En couverture : Saint François, tempera su tavola, Cimabue  
© Museo della Porziuncola presso la Basilica di Santa Maria degli Angeli ad Assisi. Mise en page

et conception graphique : Bureau de communication de la Curie générale OFM

Il y a huit cents ans, François d'Assise quittait ce monde. Mais la graine qu'il a semée continue de germer.

---

Dans sa lettre aux Galates, saint Paul écrit des mots qui semblent mystérieux : « *Celui qui sème pour l'esprit moissonnera la vie éternelle de l'esprit.* »<sup>1</sup>

Ces paroles se sont accomplies en François. Après avoir accueilli en lui l'Esprit de Jésus, au point de porter les marques du Crucifié sur son corps, il est lui-même devenu une semence de l'Évangile remplie des fruits de la vie éternelle.

C'est là le précieux héritage qu'il nous a laissé. Un héritage qui continue aujourd'hui encore de parler au cœur et à l'esprit de notre génération, nous aidant à croire en l'Évangile, « *à avoir l'Esprit du Seigneur et son activité sainte* »<sup>2</sup> et à devenir des signes de paix.

Par cette lettre, nous souhaitons remercier le Seigneur pour la graine de l'Évangile qu'il a semée dans l'Église il y a 800 ans et qui est encore vivante et fructueuse aujourd'hui. Ensemble, nous souhaitons rappeler certains aspects fondamentaux de cette histoire chrétienne. Ces aspects restent un héritage pour tous ceux qui, à la suite de François, souhaitent marcher sur les traces du Seigneur Jésus.

---

<sup>1</sup> Gal 6, 8.

<sup>2</sup> Règle postérieure 10, 8.

Nous nous laisserons guider par le *Testament*, rédigé par le Saint peu avant sa mort. Francis y retrace les moments fondamentaux de son expérience : les événements initiaux, sa rencontre avec l'Église et les fruits qui ont germé avec ses frères. Ce n'est qu'en partant de ce passé, disait-il, qu'il est possible de comprendre le présent et de construire l'avenir.

Il en va de même pour nous. Ce récit est un héritage précieux pour comprendre « les intentions de François ». Nous pouvons ainsi choisir à nouveau notre vocation évangélique aujourd'hui, selon la vie chrétienne vécue par le saint.



## 1. Les rencontres qui ont tout changé

---

Une graine remplie de miséricorde et de foi

*« Le Seigneur m'a donné, frère François, la  
grâce de commencer à faire pénitence. »<sup>3</sup>*

Ainsi commence le Testament. François raconte une conversion profonde : le Seigneur lui a accordé un changement radical dans sa façon de voir et de vivre la vie. Ce n'est plus la logique d'un chevalier qui doit exceller au-dessus de tous les autres, s'élevant au pouvoir. Mais celle d'un frère qui partage le sort des plus petits, descendant parmi les plus humbles dont il fait partie, car lui aussi est lépreux. Cette expérience a transformé les désirs de son cœur et la logique de son esprit. Elle l'a libéré de l'amertume d'une existence dominée par la rivalité. Elle l'a conduit à la douceur d'une vie consacrée à la joie du partage.

### Les yeux des lépreux

Ce revirement s'est produit grâce à deux rencontres : tout d'abord, celle avec les lépreux<sup>4</sup>. François a quitté le confort d'Assise pour aller parmi eux. Le Testament le rappelle en termes simples mais profonds :

---

<sup>3</sup> Testament 1.

<sup>4</sup> Testament 1-3.

« Et le Seigneur lui-même m'a conduit parmi eux et j'ai fait preuve de miséricorde envers eux. »<sup>5</sup>

**Le mot clé est la miséricorde.** La vie de François n'a pas changé parce qu'il a choisi la pauvreté, mais parce qu'il a fait preuve de miséricorde. Bien sûr, la pauvreté était le moyen d'y parvenir. S'il n'était pas devenu un voisin, partageant le sort des pauvres, il n'aurait pas pu leur donner son cœur dans leur misère.

Le choix de la pauvreté englobe toutes les autres vertus chères à François : l'humilité, la patience, la simplicité et la minorité. Sans elles, il n'y aurait pas de miséricorde.

**C'est pourquoi nous ne devons jamais séparer ces deux mots.** La pauvreté sans miséricorde devient une idole. La miséricorde sans pauvreté se réduit à une idéologie.



## RAPPELEZ-VOUS

- La pauvreté sans miséricorde devient une idole.
- La miséricorde sans pauvreté se réduit à une idéologie.

## Les yeux du Crucifié

Sa conversion fut complète lorsque François rencontra le Christ crucifié de San Damiano. Devant lui, une prière jaillit de son cœur, qu'il utilisera constamment avec ses frères, avec le *Pater Noster*, et qu'il voudra plus tard inclure dans son Testament : « *Nous t'adorons, Seigneur Jésus-Christ, dans toutes tes églises à travers le monde entier, et nous te bénissons, car par ta sainte croix tu as racheté le monde.* »<sup>6</sup>

---

<sup>5</sup> Testament 2.

<sup>6</sup> Testament 4-5.

Dans le visage glorieux du Christ crucifié, François vit les yeux ouverts du Fils tournés vers le Père. Ces yeux étaient le signe certain de l'amour de Dieu pour chaque personne blessée et ayant besoin de salut.

C'était là le « *message de la croix* »<sup>7</sup> qu'il avait entendu à San Damiano : Dieu s'est fait pauvre, il est venu parmi nous pour nous montrer sa miséricorde. Dans cette église et dans toutes les autres églises où il contemplait le Christ glorieux, il répétait cette prière comme un résumé de son expérience de foi dans ce visage, dans lequel il reconnaissait et donc adorait et bénissait, louait et remerciait l'amour qu'est Dieu.

## Un homme nouveau était né.

Les yeux des lépreux et les yeux du Crucifié ont donné à François une graine pour la vie éternelle. À partir de ce moment, il a commencé à vivre dans la louange de Dieu le Père révélé en Christ, dans l'humilité envers lui-même, se sentant comme un fils bien-aimé, et dans la miséricorde envers tous les hommes, qu'il accueillait comme des frères bénis. Un homme nouveau était né, en qui l'Évangile avait pris racine, obtenant ainsi une sagesse véritable et nouvelle envers lui-même, envers l'homme et envers Dieu.

---

C'est le premier héritage que François nous laisse : les pauvres et le Christ crucifié comme points de référence fondamentaux et intégrants de notre vision chrétienne de la vie. Oublier cela et vivre différemment signifie laisser s'évaporer notre vocation de franciscains, notre véritable pénitence (c'est-à-dire notre conversion évangélique).

---

---

<sup>7</sup> 1Cor 1, 18.



## 2. L'Église : un sol pauvre mais fertile

---

### Où planter la graine

Après sa conversion, François s'est trouvé confronté à une question cruciale : où devait-il planter la graine que Dieu avait semée en lui ? Quel sol était le plus propice pour qu'elle pousse et porte du fruit ?

La situation ecclésiale à cette époque n'était pas facile. Le clergé était souvent appauvri moralement et spirituellement. De nombreux mouvements laïcs, renforcés par leurs choix évangéliques, jugeaient, condamnaient et abandonnaient l'Église.

Pour François, cependant, l'Église restait ce champ de la parabole dans lequel le semeur<sup>8</sup> n'avait jamais cessé de semer la graine. Même à travers les rochers, les épines et la dureté du sol, ce champ restait le lieu où la graine de l'Évangile pouvait germer.

### San Damiano : apprendre à aimer l'Église

François passa environ un an à San Damiano après avoir quitté la maison de son père et rompu avec son esprit commercial et compétitif.<sup>9</sup> Ce fut le moment où François fut formé à la vie ecclésiale, apprenant à l'aimer avec humilité et fidélité sans tomber dans le

---

<sup>8</sup> Cf. *Mt* 13, 1-23, *Mc* 4, 1-20 et *Lc* 8, 4-15.

<sup>9</sup> *1Cel* 15 ; *Légende des trois compagnons* 19.

orgueil spirituel des parfaits. Il séjourna chez le pauvre prêtre Pierre<sup>10</sup> qui résidait là. Une amitié se développa entre eux.<sup>11</sup>

C'est pendant cette période que « *le Seigneur m'a donné une grande foi dans les prêtres* »<sup>12</sup>, c'est-à-dire dans l'Église. Une expérience si profonde qu'elle durera pour toujours : « *Si je trouve des prêtres pauvres, je veux les craindre, les aimer et les honorer comme mes seigneurs* »<sup>(13)</sup>.

Il avait passé une période cruciale de son développement évangélique avec ce pauvre prêtre. Il avait été éduqué dans la foi de l'Église, reconnue comme le centre sacramental de la révélation de l'amour de Dieu.

## RAPPEL

- L'Église, malgré toutes ses épines, reste le lieu où la graine de l'Évangile peut germer.

## L'Eucharistie : le cœur du mystère

L'Eucharistie était la preuve certaine de ce mystère. En elle, « *chaque jour* »<sup>14</sup> le Très-Haut et Tout-Puissant se laissait manipuler par les mains pauvres et peut-être impures des prêtres.

François s'en souvient avec émerveillement : « *Je ne vois rien de matériel du Fils très haut de Dieu, sauf son Corps et son Sang très saints* »<sup>(15)</sup>.

Deux aspects fondamentaux étaient intimement liés dans sa grande dévotion à l'Eucharistie. Le premier est l'amour pour cette pauvre terre qu'est l'Église,

<sup>10</sup> Cf. *L'Anonyme de Pérouse* I:7.

<sup>11</sup> *Légende des trois compagnons* 21-22.

<sup>12</sup> *Testament* 6.

<sup>13</sup> *Testament* 7-8.

<sup>14</sup> *Admonitions* I:16-18.

<sup>15</sup> *Testament* 10.

dans lequel Dieu s'humilie et « *chaque jour descend sur l'autel entre les mains d'un prêtre* »<sup>(16)</sup>. La seconde consiste à contempler le mystère d'un Dieu qui est « *humilité* »<sup>17</sup>, qui se donne à nous « *sous l'apparence humble du pain* ».

Dans le pain pauvre et humble qu'est l'Eucharistie, François tenait entre ses mains non seulement un mémorial de la valeur de l'Église, mais aussi le sacrement dans lequel contempler chaque jour l'état d'esprit de Jésus : l'humilité et la pauvreté comme seuls moyens de devenir un don de miséricorde.

---

L'Église et l'Eucharistie sont le deuxième héritage que François nous laisse : le sol dans lequel planter notre graine d'évangélisation pour la rendre véritablement chrétienne, et la raison qui nous nourrit chaque jour pour porter le fruit de la vie éternelle.

---

---

<sup>16</sup> Cf. *Admonitions* I:18.

<sup>17</sup> Cf. *Lettre à tout l'Ordre* 28.



### 3. Frères pour apporter la paix au monde

---

#### Le don des frères

À San Damiano, François avait trouvé sa place dans la vie. Il ne cherchait rien d'autre. Mais Dieu le surprit à nouveau en lui offrant le don inattendu des frères.

Avec eux, il vivrait « selon le Saint Évangile »<sup>18</sup> et parcourrait le monde en proclamant la paix<sup>19</sup>. La graine de l'Évangile porterait ses fruits les plus abondants.

#### Une fraternité sans pouvoir

François se souvient : « *Et après que le Seigneur m'eut donné quelques frères, personne ne m'a montré ce que je devais faire, mais le Très-Haut lui-même m'a révélé que je devais vivre selon le modèle du Saint Évangile.* »<sup>20</sup>

Avec ses premiers compagnons, il ne voulait pas créer un ordre pyramidal, mais plutôt une fraternité circulaire. Il voulait éliminer le principe vertical du pouvoir, typique de l'ordre féodal, et établir une réciprocité de service qu'il voyait briller dans l'Évangile.

---

<sup>18</sup> Testament 14-15.

<sup>19</sup> Cf. Testament 23.

<sup>20</sup> Testament 14.

Les différentes positions devaient également correspondre à ce rêve : « *Que personne ne soit appelé « prier », mais que tous soient appelés frères mineurs. Que l'un lave les pieds de l'autre.* »<sup>21</sup>

Deux rôles auraient garanti cela : le supérieur en tant que « *ministre et serviteur* » au service des frères,<sup>22</sup> tout en agissant à la manière d'une « mère » capable de proximité et d'attention dans les moments difficiles.<sup>23</sup> Ce n'est qu'ainsi que les frères auraient pu créer entre eux une véritable « domesticité »<sup>24</sup> et une « familiarité »<sup>25</sup>, fruits authentiques et garantie sûre d'une vie commune « selon l'Évangile ».

C'est la logique que François confirme dans sa belle lettre à un ministre anonyme : les difficultés qu'il rencontrait pour guider ses frères devaient être « *considérées comme une grâce* »<sup>(26)</sup>. Bien que parfois douloureuse, la merveille des relations humaines, lorsqu'elle est vécue au nom de l'Évangile, est ce qui conduit à un monde plus fraternel.

## RAPPEL

- Pas un ordre pyramidal, mais une fraternité circulaire.
- Tous les frères et mineurs : lavez-vous les pieds les uns les autres.

## Témoins qui proclament la paix

Du style de vie fraternel découle le deuxième fruit important : être témoins et proclamateurs de paix.

<sup>21</sup> Ancienne Règle 6.3.

<sup>22</sup> Cf. Règle postérieure 10.

<sup>23</sup> Cf. Règle postérieure 6.

<sup>24</sup> Cf. Règle postérieure 6.7.

<sup>25</sup> Cf. Règle postérieure 10, 5.

<sup>26</sup> Cf. Lettre à un ministre 2.

François rappelle la tâche que le Seigneur lui a confiée : « *Le Seigneur m'a révélé une salutation que nous dirions : « Que le Seigneur vous donne la paix. »* »<sup>27</sup>

C'était bien plus qu'une simple salutation, c'était un programme d'évangélisation. Et cela ne pouvait se réaliser que s'ils restaient de véritables frères mineurs parmi le peuple. Des hommes « *simples et soumis à tous* »<sup>28</sup>, leur simplicité et leur minorité devaient être le contenu de cette salutation de paix et la tactique qui la rendait crédible.

Dans la Règle, il précisait : « *Je conseille, exhorte et recommande à mes frères dans le Seigneur Jésus-Christ de ne pas se quereller, ni se disputer, ni juger les autres lorsqu'ils vont dans le monde ; mais qu'ils soient doux, paisibles, modestes, aimables et humbles, parlant courtoisement à tous, comme il convient.* »<sup>29</sup>

Ce n'est qu'ainsi, libérés de toute violence et fortifiés par leur humble soumission, qu'ils pouvaient accomplir leur tâche : « *Dans toute maison où ils entreront, qu'ils disent d'abord : « La paix soit sur cette maison ! »* »<sup>30</sup>

Ils devaient donc être des « frères mineurs », c'est-à-dire des « *ménéstrrels du Seigneur qui doivent toucher le cœur des gens* » pour les amener à la paix<sup>31</sup>. Plus tôt dans le même texte de la Règle, François avait interdit aux frères de monter à cheval<sup>32</sup>. Ils ne devaient pas aller dans le monde comme des chevaliers du Christ, imposant le pouvoir de leur vérité d'en haut. Ils étaient appelés à rester humbles, à vivre « *parmi les pauvres et les impuissants, les malades et les lépreux, et les mendiants au bord des chemins* ». <sup>33</sup>

---

<sup>27</sup> Testament 23.

<sup>28</sup> Testament 19.

<sup>29</sup> Règle ultérieure 3:10-11.

<sup>30</sup> Règle ultérieure 3:13.

<sup>31</sup> Compilation d'Assise 83.

<sup>32</sup> Cf. Règle ultérieure 3:12.

<sup>33</sup> Ancienne Règle 9:2.

Ce n'est qu'ainsi qu'ils pourraient être la présence humble et pacifique nécessaire pour inspirer le respect et le dialogue. Ce n'est qu'ainsi qu'ils pourraient promouvoir la paix dans l'Église, dans la société et dans le monde.

---

Aujourd'hui plus que jamais, nous percevons que la voie des doux et des humbles de cœur, comme l'était Jésus<sup>(34)</sup>, est la seule qui puisse conduire les hommes à rechercher sincèrement des chemins de paix. Un monde interconnecté et multiforme comme le nôtre exige un esprit de dialogue et de collaboration afin de gérer les tensions et les rivalités sans violence.

---

---

<sup>34</sup>Cf. *Mt* 11, 29.



## La graine continue de germer

---

### L'héritage qui nous interpelle

C'est là la graine de la vie éternelle semée dans le cœur de François. Une graine remplie de miséricorde envers les hommes et de foi en l'amour crucifié du Christ.

Pour l'aider à grandir, il l'a confiée au sol pauvre mais fertile de l'Église. En elle, il voulait commencer à réaliser, dès ce moment de l'histoire, le rêve évangélique d'un monde de paix où nous sommes tous frères et sœurs.

Trois sentiments clés de l'Évangile décrivent cet héritage précieux :

- La miséricorde envers les pauvres et l'amour pour le Christ crucifié.
- La soumission à l'Église, seule capable de rendre présent l'amour de Dieu dans l'Eucharistie.
- Une vie fraternelle de service et d'hospitalité, condition préalable à une proclamation crédible de la réconciliation et de la paix.

## Notre responsabilité

C'est une tâche qui se poursuit aujourd'hui. Elle exige que nous assumions la responsabilité de rendre visible et fructueuse cette semence de vie évangélique.

Depuis 800 ans, les hommes et les femmes de la famille franciscaine répondent à cet appel. Dans un esprit de famille, chacun selon sa vocation personnelle, ils vivent « *selon la forme du Saint Évangile* ».

Ce qui nous est demandé à tous, c'est d'être féconds à partir de notre humilité et de notre pauvreté, et d'être des semeurs persévérants et généreux de la vie chrétienne, quelle que soit la situation dans laquelle nous nous trouvons.

**Être de vrais chrétiens signifie aussi être de bons citoyens.** Aborder les problèmes réels et rechercher des solutions innovantes pour un monde plus juste et plus fraternel. C'est la seule façon d'apporter l'espoir de la paix.

## Pèlerins en route vers la Cité définitive

Afin que nous ne nous décourageons pas dans cette entreprise, François nous rappelle que nous sommes « *des pèlerins et des étrangers dans ce monde* »<sup>35</sup>, des hommes qui vivent dans l'attente de la Cité définitive.

Nos efforts sont ceux de *pèlerins*, de personnes qui n'ont pas la solution définitive, mais qui savent où elles vont. Elles savent qu'elles sont appelées pour l'éternité à vivre en communion avec le Dieu vivant et en communion les unes avec les autres.

Et ils savent que cette communion ne sera complète et définitive que lorsque « *Dieu sera tout en tous* »<sup>(36)</sup>.

---

<sup>35</sup> Règle ultérieure 6, 2 ; 1 P 2, 11.

<sup>36</sup> 1 Co 15, 28.

Seigneur Jésus-Christ,  
merci pour la graine de vie éternelle que tu  
as semée en François.

Merci parce que cette graine continue de germer, de  
génération en génération.

Qu'elle porte également ses fruits en  
chacun de nous : miséricorde envers les

pauvres,  
amour pour Toi crucifié,  
fidélité à l'Église, amour  
pour l'Eucharistie, fraternité  
sans pouvoir, témoignage de  
paix.

Aidez-nous à vivre « selon la forme du Saint Évangile » où que nous  
soyons et quoi que nous fassions.

Que l'Esprit fasse de nous des chrétiens passionnés, citoyens de notre temps,  
capables d'affronter les problèmes réels  
et de rechercher un monde plus juste et plus  
fraternel. Et rappelle-nous que nous sommes  
des pèlerins de l'espérance, en chemin vers la

Cité définitive,

où Dieu, ton et notre Père, sera tout en tous. *Amen.*



---

La graine de François continue de germer.  
C'est à nous de la faire fructifier.

---

Prot. N. 01/26  
Assise, le 10 janvier 2026  
*800e anniversaire de la mort de saint François 1226 – 2026*

*Fr. Massimo Fusarelli, OFM*

Frère Massimo Fusarelli, OFM  
*Ministre général*

*Fr. Amando Trujillo Cano, TOR*

Fr. Amando Trujillo Cano, TOR  
*Ministre général*

*Fr. Carlos Alberto Trovarelli*

Frère Carlos Alberto Trovarelli,  
OFMConv  
*Ministre général*

*Tibor Kausser*

Tibor Kausser, OFS  
*Ministre général*

*Fr. Roberto Genuin*

Frère Roberto Genuin, OFMCap  
*Ministre général*

*Sr Daisy Kalamparamban*

Sr Daisy Kalamparamban  
*Présidente IFC-TOR*

## ANNEXE

---

Suggestions de lectures complémentaires à cette lettre :

**Pour une réflexion personnelle :** lisez une section par jour, en vous concentrant sur les phrases en gras. Utilisez les questions à la fin de chaque section pour votre réflexion.

**Dans un groupe/une communauté :** consacrez une réunion (60/90 minutes) à chacune des trois parties principales. Cette activité doit être soigneusement planifiée afin que chacun puisse s'exprimer dans une atmosphère de dialogue sincère.

**Avec des prières :** Utilisez les prières thématiques à la fin de chaque section pour ouvrir ou clôturer votre réflexion.

### Prière pour commencer le cheminement (au début de chaque réunion)

Seigneur Jésus-Christ,  
qui as appelé François à suivre tes traces,  
lui donnant un cœur capable de miséricorde  
et des yeux pour voir ton visage dans les pauvres et dans le Crucifié, ouvre nos cœurs à ta Parole.

Envoie ton Esprit Saint afin que nous puissions comprendre le précieux héritage que François nous a laissé.

et nous aussi, nous pouvons vivre selon les préceptes du saint Évangile.

*Amen.*

# 1. Les Rencontres qui ont tout changé

## ✓ AUJOURD'HUI EN TEMPS RÉEL

### À l'heure actuelle :

- Faites preuve de miséricorde envers une personne en marge de la société.
- Passez 10 minutes en silence devant un crucifix.
- Écrivez dans votre journal : qui sont les « lépreux » que je rencontre ?

### Pour une réflexion personnelle et communautaire :

- J'essaie de reconnaître les « lépreux » de mon époque ; qui sont les personnes exclues que je rencontre ?
- Quand ai-je fait l'expérience que la miséricorde change plus que la perfection ?
- Où vois-je aujourd'hui les « yeux ouverts » du Crucifix qui me regardent ?

## Prière

Seigneur,

Tu as conduit François parmi les lépreux et là, tu lui as enseigné la miséricorde.

Ouvre mes yeux afin que je puisse voir les « lépreux » de mon temps :

les pauvres, les exclus, les marginalisés, ceux que tout le monde évite et méprise.

Donne-moi le courage de sortir de ma zone de confort,

de m'approcher des autres et de découvrir qui est près de moi, de partager leur sort.

Apprends-moi qu'il ne suffit pas de choisir la pauvreté : je dois faire preuve de miséricorde,

je dois donner mon cœur, pas seulement mes biens.

Délivre-moi de l'amertume de la rivalité et conduis-moi à la douceur qui vient du partage.

*Amen.*

## 2. L'Église : un sol pauvre mais fertile

### ✓ AUJOURD'HUI EN TEMPS RÉEL

#### À l'heure actuelle :

- Participez à l'Eucharistie avec une attention renouvelée.
- Arrivez cinq minutes à l'avance pour vous préparer en silence.
- Rendez grâce pour l'Église, même avec ses défauts.

#### Pour une réflexion personnelle et communautaire

- Comment est-ce que je vis mon appartenance à l'Église avec ses pauvretés et ses richesses ?
- Où « sème-je ma graine » de l'Évangile ? Où sont mes lieux de témoignage ?
- L'Eucharistie est-elle vraiment le centre de ma semaine ? Comment pourrait-elle l'être davantage ?

### Prière

Seigneur

Tu as enseigné à François à aimer l'Église,  
sa mère, avec toute sa pauvreté.

Moi aussi, je veux choisir de planter ma  
graine dans ce sol pauvre mais fertile.

Délivre-moi de la tentation de juger, de  
l'orgueil des parfaits,

de l'orgueil de ceux qui se croient  
supérieurs.

Apprends-moi à voir dans l'Église ce  
champ où Toi, semeur patient,  
continues à semer la graine de l'Évangile.

Accorde-moi une grande foi dans les  
prêtres, dans les mains pauvres desquels

Tu continues à te donner dans l'Eucharistie.

*Amen.*

# 3. Frères pour apporter la paix dans le monde

## ✓ AUJOURD'HUI EN TEMPS RÉEL

### À l'heure actuelle :

- Excusez-vous auprès de quelqu'un au lieu de vous justifier.
- Apportez la paix dans un conflit familial ou professionnel.
- « Lavez les pieds » de quelqu'un ; servez au lieu de dominer.

### Pour une réflexion personnelle et communautaire

- Mes relations semblent-elles « circulaires » ou « pyramidales » ? Dans quels domaines est-ce que j'exerce un pouvoir plutôt que de rendre service ?
- Comment puis-je efficacement apporter la paix là où je vis ?
- Suis-je plutôt un « chevalier » (qui impose) ou un « frère et mineur » (qui dialogue avec humilité) ?

## Prière

Seigneur,  
qui as donné à François ses frères,  
apprends-moi à vivre dans la fraternité.  
Libère-moi du désir de dominer, de la  
tentation du pouvoir.  
Aide-moi à comprendre que les relations  
ne sont pas pyramidales, mais circulaires :  
tous frères, aucun maître.  
Apprends-moi à « laver les pieds » des  
autres, à être un serviteur et non un maître.

Apprends-moi à être comme une mère : à  
accueillir ceux qui commettent des erreurs,  
à être patiente avec ceux qui sont difficiles.

Aide-moi à voir les difficultés dans les  
relations non pas comme des échecs, mais  
comme des bénédictions, des occasions de  
grandir dans l'amour.

*Amen.*

# Conclusion : la graine continue de germer

## ✓ QUESTIONS DE SYNTHÈSE FINALES

- Parmi les trois héritages de François (miséricorde, Église/Eucharistie, fraternité/paix), lequel me semble le plus éloigné de ma vie et de notre vie aujourd'hui ?
- C'est probablement le domaine dans lequel le Seigneur vous appelle à grandir. Que pouvez-vous faire concrètement à ce sujet ?
- Quelle phrase ou expression de cette lettre m'a le plus marqué ? Pourquoi ?
- Écrivez-le, mémorisez-le, répétez-le tout au long de la semaine comme une prière.
- Quel engagement concret est-ce que je veux prendre après avoir lu ceci ?
- Soyez précis : ne dites pas « je veux être plus gentil », mais « cette semaine, j'appellerai cette personne », « je rendrai visite à cette personne malade », « je présenterai mes excuses à cette personne », etc.

## Prière

Seigneur, Prince de la Paix,  
fais de moi un instrument de ta paix.

Apprends-moi à transmettre ta  
salutation : « Que le Seigneur te donne  
la paix ».

Non pas comme une phrase vide de sens,  
mais comme un mode de vie.

Aide-moi à ne pas discuter, à ne pas  
juger, mais à être doux, paisible, gentil.

Fais-moi comprendre que je ne dois pas  
agir comme un « chevalier » qui impose  
la vérité d'en haut,

mais comme un « frère/une sœur et un  
mineur » qui est en dessous,  
ancré dans l'humilité, qui écoute  
avant de parler. Fais de moi un  
bâtisseur de ponts,  
un semeur de réconciliation, une  
présence pacifique  
qui encourage le dialogue et le respect.

*Amen.*

1226 2026

Huit centième anniversaire de la mort de saint François