

# Coltivare la fede nei giorni difficili del coronavirus

Suggeriamo alcuni link utili per chi desidera coltivare la propria vita interiore nel momento difficile che stiamo vivendo. L'articolo viene aggiornato giorno per giorno.

19/05/2020

## Novità

Meditazione audio sulla beata Guadalupe | Messaggio del prelato (15 maggio 2020) | Giornata di

preghiera e digiuno con papa  
Francesco | Dal 18 maggio 2020  
riprenderanno le messe con il popolo  
| Audio sulla maternità della  
Madonna | Romerie digitali | Amare  
il mondo appassionatamente, audio  
italiano

## Indice

Seguire il Papa | Meditazioni audio |  
Riflessioni su questi giorni | La Santa  
Messa | Storie di questi giorni | Dal  
prelato | Commento al Vangelo |  
Distacco dai sacramenti | Pregare  
con san Josemaría

---

## Seguire il Papa

► Papa Francesco ha raccolto l'invito dell'Alto Comitato per la Fratellanza e ha invitato i fedeli a seguirlo in una giornata di preghiera e digiuno per la fine dell'epidemia, il 14 maggio 2020.

- Abbiamo raccolto 15 frasi di papa Francesco sulla virtù della pazienza, che tutti siamo chiamati a coltivare in questi giorni.
- Qui è possibile leggere le parole del Papa durante la Settimana Santa 2020.
- Videomessaggio per l'inizio della Settimana Santa.
- A questo link è possibile seguire in diretta la Messa mattutina a Casa Santa Marta (ogni mattina alle 7), l'udienza generale (ogni mercoledì alle 9.30) e l'Angelus (ogni domenica alle 12).
- Papa Francesco invita a pregare in due momenti precisi per chiedere al Signore la fine della pandemia, e chiede di pregare per i malati e i sofferenti.
- Il testo della meditazione pronunciata dal Papa sul sagrato di

piazza San Pietro a Roma il 27 marzo 2020. Qui abbiamo raccolto **dieci frasi centrali** della meditazione.

## **Meditazioni audio da ascoltare quando vuoi**

- Meditazione audio sulla beata Guadalupe, di don Alberto Ortoloani
- Meditazione audio sulla maternità della Madonna, di don Dario Salimbeni
- Amare il mondo appassionatamente, audio italiano
- Meditazione audio sul lavoro, di don Claudio Tagliapietra
- Meditazione audio sulla fede di san Tommaso, di don Vincenzo Cammarota
- Meditazione audio sulla Pasqua, di don Giovanni Zaccaria

- Meditazione audio sul Sabato Santo, di don Matteo Fabbri
- Meditazione audio sul Venerdì Santo, di don Ugo Borghello
- Meditazione sulla confessione per chi non può confessarsi, di don Carlo De Marchi
- Il dolore di Maria, meditazione di don Luca Brenna
- Meditazione sulle prove da affrontare nel deserto quaresimale, di don Giulio Maspero
- Meditazione sulla Messa per chi non può andarci, di don Carlo De Marchi
- Il commento al vangelo del giorno, di don Luca Brenna
- I sogni di san Giuseppe, di don Mario Filippa

- Non temere Maria, di don Andrea Mardegan
- Quaresima, sulle orme di Gesù, di don Matteo Fabbri
- Un'omelia audio di san Josemaría su san Giuseppe

## Un momento particolare

- Una riflessione sull'aiuto spirituale e la compagnia che possiamo offrire agli amici che hanno più bisogno.
- Che cos'è la **comunione dei santi** e perché è così importante in questi giorni? Ne parliamo in questo articolo.
- Don Andrea Mardegan ha commentato la Benedizione Urbi et Orbi del 27 marzo 2020

- Com'è possibile che gli afflitti saranno consolati? [Una riflessione sulla sofferenza attraverso lo studio di alcuni autori di spiritualità cristiana](#) fatta da una madre di famiglia a partire dalla sua esperienza come catechista
  - Qual è la risposta cristiana al male fisico, come quello causato dal Coronavirus? [Una riflessione di don Giuseppe Tanzella - Nitti.](#)
  - Un articolo di [don Michele Peláez](#) e uno di [don Giovanni Zaccaria](#) per riflettere sul senso profondo della Messa.
  - [Don Andrea Mardegan](#) offre alcune considerazioni e consigli per questi giorni.
- 

## **La Santa Messa**

► Una bella notizia: dal 18 maggio 2020 riprendono le messe con il popolo

► **In questa meditazione audio** don Carlo De Marchi riflette su come vivere interiormente la Santa Messa anche se non possiamo partecipare fisicamente.

► 6 Consigli per vivere bene la Messa in streaming online

► Cosa fare quando non si può accedere alla comunione sacramentale? Alcuni esempi di comunione spirituale.

---

**Buon uso del tempo e idee concrete per vivere al meglio questi giorni**

► La Messa di Pasqua da un terrazzo di Roma



- Prepararsi alla Pasqua rimanendo in casa
  - Consigli per connettersi bene in famiglia
  - Diario di una mamma durante la quarantena
  - Alcuni esempi di come pregare e stare insieme anche se lontani
  - Farsi forza tra amici nonostante la distanza
- 

## Messaggi del prelato

- Messaggio del prelato (15 maggio 2020).
- Messaggio del prelato (29 aprile 2020).

- Video-messaggio in occasione della Pasqua.
- Meditazione del prelato sulla Pasqua.
- Meditazione del prelato sul mistero della Croce.
- Meditazione del prelato sul Comandamento Nuovo.
- Meditazione a pochi giorni dall'inizio della Settimana Santa.
- Mons. Fernando Ocáriz ci invita a guardare Cristo in Croce che ci salva ed è sorgente di speranza.
- Un messaggio di incoraggiamento da parte di mons. Fernando Ocáriz.
- In questo messaggio, mons. Fernando Ocáriz invita a ricorrere all'intercessione di san Giuseppe in occasione della sua festa.

---

## Commento al Vangelo

- Ogni giorno don Luca Brenna pubblica sulla piattaforma Speaker un breve commento al Vangelo.
  - Qui è possibile leggere i commenti al vangelo delle ultime domeniche.
- 

## Il distacco dai sacramenti

- Vivere il sacramento del Battesimo durante la quarantena, un approfondimento di don Giovanni Zaccaria.
- Esame di coscienza per una sincera richiesta di perdono a Dio.
- Stiamo sperimentando anche la mancanza dei sacramenti. Ecco due articoli per riflettere su questa

situazione così impegnativa: **La contrizione e il sacramento della confessione** e **Le corse di Dio.**

- **Nota della Penitenzieria Apostolica sulla Confessione** in questo **tempo così difficile per l'accesso ai sacramenti.**
  - **Decreto della Penitenzieria Apostolica** sulla possibilità di **speciali indulgenze.**
- 

## Pregare con san Josemaría

- Romerie digitali con san Josemaría
- Un'omelia audio di san Josemaría su san Giuseppe
- La novena dei malati è uno strumento per pregare, con san Josemaría, per le persone malate.

- Un approfondimento sulla **Comunione Spirituale** che recitava san Josemaría.
- 

pdf | documento generato automaticamente da <https://opusdei.org/it-ch/article/coltivare-la-fede-nei-giorni-difficili-del-coronavirus/> (04/02/2026)