DOMENICA

15 novembre 2026

Quindici novembre duemilaventisei

TEMPO LITURGICO	SETTIMANA / ANNO	COLORE
Da verificare alla CEI	Consulta la fonte CEI	Da verificare

SANTO DEL GIORNO



✦ Sant'Alberto Magno — 15 novembre

Frate domenicano e vescovo, maestro di san Tommaso d'Aquino e studioso della natura.

Oggi: dedica cinque minuti a leggere qualcosa su un argomento che ti incuriosisce e annota una cosa nuova che hai imparato.

Illustrazione originale fornita dall'autore · uso autorizzato per REGULA
Fonte: archivio dell'autore, immagini/11-15.svg. Nessuna licenza aperta dichiarata.

VANGELO E ASCOLTO

Il Vangelo alla fonte

Il riferimento biblico di questa data non è ancora verificato in REGULA. Consulta la liturgia ufficiale CEI.

Conferenza Episcopale Italiana · Liturgia del 15 novembre

PENSIERO DEL GIORNO · INVITO ORIGINALE REGULA

Quale piccolo bene puoi compiere oggi, nel lavoro, in famiglia o verso una persona che incontri?

Invito personale, distinto dal testo biblico. Commento esegetico verificato non ancora disponibile.

UNA PAROLA DA PORTARE CON ME

Santo: tabella fornita dall'editore, ricorrenze fisse. La celebrazione effettiva e le precedenze si verificano sul calendario CEI o diocesano.

Un ritmo buono, liberamente scelto.

Preghiera, lavoro, famiglia, cura del corpo e servizio. Suggerimenti personali: puoi completare, rimandare o indicare che un’attività non è applicabile.

Mattino

- [ ] Segno della croce · Da vivere
- [ ] Offerta della giornata · Da vivere
- [ ] Preghiera del mattino · Da vivere
- [ ] Ascolta il Vangelo · Da vivere
- [ ] Un proposito per oggi · Da vivere

Durante il giorno

- [ ] Lavoro e responsabilità · Da vivere
- [ ] Un momento di raccoglimento · Da vivere
- [ ] Angelus o Regina Caeli · Da vivere
- [ ] Sport e movimento · Da vivere
- [ ] Sport all’aperto e avventura · Da vivere
- [ ] Una scelta responsabile nei beni · Da vivere
- [ ] Sobrietà e penitenza · Da vivere
- [ ] Un gesto di carità · Da vivere
- [ ] Una visita in chiesa o la Messa · Da vivere

Sera

- [ ] Ringrazia per un dono · Da vivere
- [ ] Esame di coscienza · Da vivere
- [ ] Chiedi perdono · Da vivere
- [ ] Preghiera della sera · Da vivere
- [ ] Prepara il domani · Da vivere

CORPO E MOVIMENTO

Se puoi, dedica cinque minuti a una passeggiata tranquilla; rispetta le tue possibilità e il riposo.

San Basilio, misura e sport

ECONOMIA E BENI

Rileggi per cinque minuti una spesa non necessaria e valuta se destinare qualcosa alla condivisione.

DSC, lavoro e denaro

PENITENZA E RICONCILIAZIONE

Rinuncia a una distrazione e dedica cinque minuti a un gesto concreto di aiuto, secondo le tue possibilità.

Sobrietà, digiuno e ascesi

APPUNTI E IMPEGNI

PREGHIERA E INTENZIONI

Suggerimenti facoltativi, non obblighi canonici universali. Nessun punteggio e nessun confronto. La penitenza non richiede pratiche lesive.