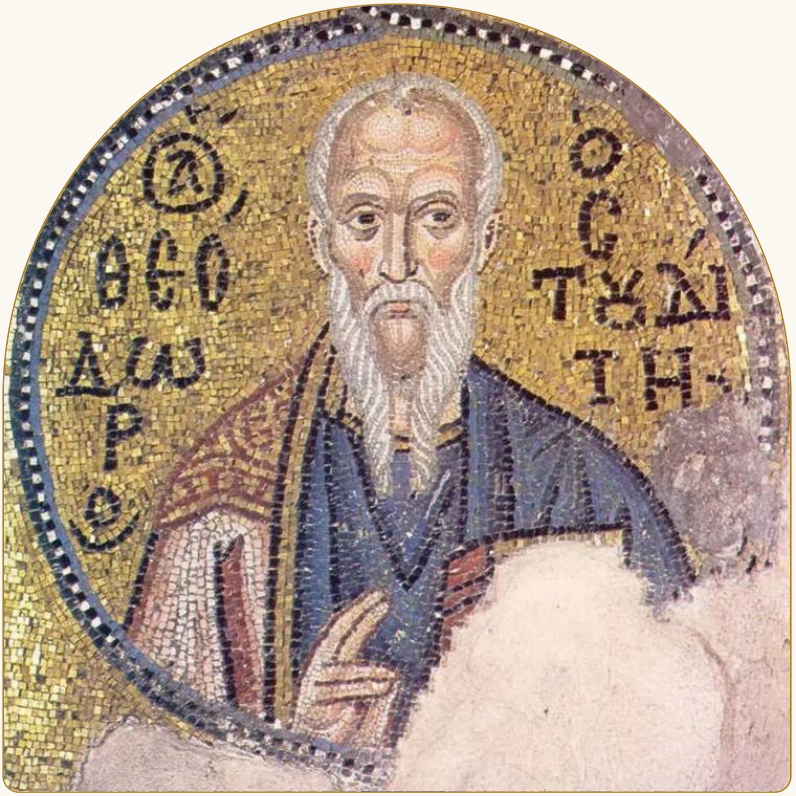


LIBRETTO DA STAMPARE

San Teodoro Studita

Vita, preghiera e novena

Festa: 11 novembre

Saintspedia · saintspedia.com

IN BREVE

San Teodoro Studita

Monaco bizantino, egumeno del monastero di Studion a Costantinopoli, riformatore monastico e difensore delle icone.

Festa	11 novembre
Nascita	759, Costantinopoli
Morte	11 novembre 826, monastero di San Trifone, golfo di Nicomedia (Bitinia)
Canonizzazione	culto immemorabile
Epoca	IX wiek

In questo libretto

La vita

Preghiera a san Teodoro Studita, difensore delle icone

Novena a san Teodoro Studita

Crediti e fonti

Libretto offerto da Saintspedia, la guida ai santi della Chiesa cattolica: vite dei santi, preghiere, novene e luoghi di pellegrinaggio, su saintspedia.com. Testi redatti da Saintspedia, tranne le preghiere tradizionali indicate come tali. Le preghiere e le novene composte per Saintspedia non sono testi liturgici ufficiali. Libretto gratuito, da stampare e condividere per uso personale, familiare o parrocchiale; si prega di non venderlo.

LA VITA

San Teodoro Studita

San Teodoro Studita è un monaco bizantino vissuto tra l'VIII e il IX secolo, egumeno, cioè abate, del grande monastero di Studion a Costantinopoli. Riformatore della vita monastica, fu anche uno dei più ardenti difensori delle icone durante la crisi iconoclasta, cosa che gli costò per tre volte l'esilio, il carcere e la flagellazione. Morì nell'826. Venerato in Oriente come in Occidente, è iscritto nel Martirologio Romano all'11 novembre.

Chi è san Teodoro Studita?

Teodoro è un uomo tutto d'un pezzo. Ha messo tutta la sua energia al servizio di tre cause: una vita monastica fervente e ben ordinata, la libertà della Chiesa di fronte al potere imperiale e la venerazione delle icone, che considerava una conseguenza diretta dell'Incarnazione. Lo conosciamo grazie a diverse *Vite* scritte dopo la sua morte, ma soprattutto grazie ai suoi scritti, in particolare più di cinquecento lettere e le catechesi che rivolgeva ai suoi monaci. Papa Benedetto XVI gli ha dedicato una catechesi nel 2009.

Date principali della vita di Teodoro Studita

- **759**: Nasce a Costantinopoli da una famiglia di alti funzionari.
- **Verso il 780**: Con il padre, i fratelli e lo zio san Platone diventa monaco nel monastero di Sakkudion, in Bitinia.
- **787**: Il II concilio di Nicea ristabilisce il culto delle immagini; Teodoro è ordinato sacerdote dal patriarca Tarasio.
- **794**: Diventa egumeno di Sakkudion.
- **797**: Esiliato a Tessalonica per aver condannato il secondo matrimonio illegittimo dell'imperatore Costantino VI.

- **Verso il 798-799**: Si stabilisce con i suoi monaci nel monastero di Studion, a Costantinopoli, che fa rinascere.
- **809-811**: Secondo esilio, nelle isole dei Principi.
- **815-821**: L'imperatore Leone V ristabilisce l'iconoclasmo; Teodoro, imprigionato e flagellato, guida la resistenza con le sue lettere.
- **11 novembre 826**: Muore nel monastero di San Trifone, sul golfo di Nicomedia.
- **844**: I suoi resti sono riportati a Studion, dopo il ripristino definitivo delle icone.

Un'intera famiglia in monastero

Teodoro nasce nel 759 in una famiglia agiata e colta di Costantinopoli. Riceve un'ottima educazione in grammatica, retorica e filosofia. Verso il 780 lo zio Platone, ex alto funzionario divenuto monaco, convince tutta la famiglia ad abbracciare la vita religiosa. Il padre, i fratelli e gli zii partono per fondare il monastero di Sakkudion, in Bitinia, mentre la madre, Teoctista, e la sorella entrano in un monastero femminile. Teodoro diventa il braccio destro di Platone, poi gli succede come egumeno nel 794.

Il difensore del matrimonio

Nel 795 l'imperatore Costantino VI ripudia la moglie per risposarsi con una dama di corte. Il patriarca finisce per cedere. Teodoro invece rifiuta: denuncia pubblicamente questo matrimonio contrario alla legge della Chiesa e rompe la comunione con il sacerdote che lo ha benedetto. L'imperatore fa chiudere il monastero; Teodoro viene flagellato ed esiliato a Tessalonica. È richiamato qualche mese dopo, quando l'imperatore viene rovesciato. Più tardi, sotto un altro imperatore, si opporrà allo stesso modo alla riabilitazione di quel sacerdote, e questo gli costerà un nuovo esilio.

La riforma di Studion

Verso il 798 l'imperatrice Irene affida a Teodoro e ai suoi monaci l'antico monastero di San Giovanni di Studion, a Costantinopoli, quasi abbandonato. In pochi anni Teodoro ne fa il monastero più importante della capitale, che arriverà a contare diverse centinaia di monaci. Vi organizza una vita comunitaria molto regolata: preghiera alle ore stabilite, lavoro obbligatorio per tutti, completa comunione dei beni, silenzio e obbedienza all'egumeno, considerato il padre spirituale di ciascuno.

Il lavoro vi occupa un grande spazio. Ci sono giardinieri, falegnami, tessitori, infermieri e soprattutto copisti, il cui *scriptorium* ha contribuito a diffondere la scrittura minuscola nei manoscritti bizantini. Teodoro proibisce ai suoi monaci di possedere schiavi, perché l'essere umano è fatto a immagine di Dio. Compone anche inni liturgici, in particolare per la Quaresima. Le regole di Studion ispireranno più tardi i monasteri del monte Athos e quelli dell'antica Russia.

La battaglia per le icone

Nell'815 l'imperatore Leone V l'Armeno ristabilisce l'iconoclasmo, la dottrina che proibisce le immagini di Cristo e dei santi. Nella domenica delle Palme Teodoro fa sfilare i suoi monaci in processione nel giardino del monastero, con le icone in mano, sotto gli occhi di tutti. Viene arrestato e rinchiuso in fortezze dell'Asia Minore, poi a Smirne. Continua però a scrivere ai suoi monaci e ai suoi sostenitori, e chiede al papa san Pasquale I e ai patriarchi d'Oriente di difendere le immagini. Viene flagellato crudelmente.

Per Teodoro, rifiutare di rappresentare Cristo significa negare che sia diventato veramente uomo. Poiché il Figlio di Dio ha preso un volto umano, lo si può dipingere, e l'onore reso all'immagine passa a colui che essa rappresenta. Liberato nell'821, non vede la fine della crisi. Muore l'11 novembre 826,

dettando le sue ultime raccomandazioni al discepolo Naucrazio. Il culto delle immagini sarà ristabilito definitivamente nell'843, e i suoi resti riportati a Studion l'anno seguente.

Un amico di Roma

Nelle sue battaglie Teodoro ha cercato spesso l'appoggio della sede di Roma, e ne ha parlato con grande rispetto. Ha sempre rifiutato che l'imperatore decidesse da solo le questioni della Chiesa. In un'epoca in cui si esitava, ha anche sostenuto una posizione sorprendente: interrogato sulla pena di morte contro gli eretici, rispose che bisognava convertirli e non ucciderli. Questi tratti ne fanno un santo caro ai cattolici come agli ortodossi.

Che cosa ci insegna san Teodoro Studita?

Teodoro ha unito una vita di preghiera esigente a un impegno senza paura nei dibattiti del suo tempo. Ha mostrato che la fedeltà a Cristo può obbligare a dire di no ai potenti, anche a prezzo della sofferenza. La sua difesa delle icone ricorda che la fede cristiana non disprezza la materia né il volto umano, poiché Dio si è fatto carne. Puoi pregarlo per i monaci, per gli artisti e gli iconografi, per chi difende il matrimonio e la vita, e per l'unità delle Chiese. Per pregare con lui, scopri la preghiera a san Teodoro Studita.

Dove pregare san Teodoro Studita?

- **Istanbul**: le rovine della chiesa del monastero di Studion, nel quartiere di Samatya, dove visse e fu sepolto.
- Nelle chiese cattoliche orientali e ortodosse, che lo festeggiano l'11 o il 12 novembre.
- Nei monasteri che vivono della tradizione monastica bizantina.

Da scoprire anche

- San Tarasio, il patriarca che lo ordinò sacerdote e presiedette il concilio di Nicea II.
- San Giovanni Damasceno, altro grande difensore delle icone.
- San Massimo il Confessore, monaco bizantino anche lui perseguitato per la fede.
- San Pasquale I, il papa a cui scrisse durante la persecuzione.
- San Benedetto da Norcia, il padre dei monaci d'Occidente.

PREGARE

Preghiera a san Teodoro Studita, difensore delle icone

San Teodoro Studita ha lasciato catechesi, inni liturgici e più di cinquecento lettere. Questa pagina propone una delle sue raccomandazioni più forti, rivolta ai superiori dei monasteri, e poi una preghiera per chiedere la sua intercessione.

Una parola di san Teodoro Studita da meditare

> *«Non acquisterai come schiavo, né per il tuo uso personale, né per il monastero che ti è affidato, né per i tuoi campi, l'essere umano fatto a immagine di Dio.»*

Fonte: san Teodoro Studita, raccomandazioni a un egumeno, dette il suo «Testamento», raccolte nelle *Lettere* (I, 10).

Teodoro ha difeso le icone perché credeva che il Figlio di Dio avesse preso veramente un volto umano. La stessa convinzione gli fa rifiutare che un uomo venga trattato come una cosa: ogni persona porta l'immagine di Dio.

Preghiera a san Teodoro Studita

San Teodoro, tu che hai lasciato una vita brillante per seguire Cristo nella vita monastica, insegnami a dare a Dio il primo posto.

Tu che hai ordinato la vita dei tuoi fratelli nella preghiera, nel lavoro e nella condivisione, aiutami a mettere ordine nelle mie giornate e a fare del mio lavoro un'offerta.

Tu che hai difeso le sante icone a prezzo del carcere e della flagellazione, apri i miei occhi sul volto di Cristo, presente nelle immagini che lo rappresentano e in ogni persona umana creata a sua immagine.

Tu che hai saputo dire di no ai potenti per restare fedele al Vangelo, dammi il coraggio della verità. Prega per chi soffre a causa della propria coscienza, per gli sposi, per i monaci e le monache e per l'unità dei cristiani d'Oriente e d'Occidente. Ti affido la mia intenzione: (nominala in silenzio).

Per tua intercessione, la mia vita diventi anch'essa un'icona di Cristo. Amen.

Quando pregare san Teodoro Studita?

Il Martirologio Romano fa memoria di san Teodoro Studita l'11 novembre, giorno della sua morte nell'826; le Chiese d'Oriente lo festeggiano l'11 o il 12 novembre. Puoi pregarlo anche nella prima domenica di Quaresima, che le Chiese bizantine dedicano al ripristino delle icone. Scopri anche la vita di san Teodoro Studita.

NOVENA

Novena a san Teodoro Studita

Per nove giorni questa novena a san Teodoro Studita segue il monaco bizantino nei grandi momenti della sua vita: la conversione della sua famiglia, la riforma monastica, la difesa del matrimonio e la lunga battaglia per le sante icone. Per concluderla alla vigilia della sua festa, iniziala il 2 novembre e terminala il 10 novembre, poiché il Martirologio Romano ne fa memoria l'11 novembre. Puoi pregarla anche in Quaresima, prima della domenica dell'Ortodossia, o ogni volta che hai bisogno di coraggio per restare fedele.

Come pregare questa novena?

Scegli ogni giorno un momento tranquillo, possibilmente davanti a un'icona di Cristo o della Madre di Dio. Fai il segno della croce, leggi la meditazione del giorno, poi recita la preghiera del giorno, seguita da un Padre nostro, un'Ave Maria e un Gloria al Padre. Ogni giorno si conclude con un piccolo gesto concreto. Se dimentichi un giorno, continua semplicemente il giorno dopo.

Giorno 1: Lasciare tutto per Cristo

Teodoro era nato in una famiglia ricca e colta, e avrebbe potuto fare una brillante carriera alla corte imperiale. Verso il 780 sceglie invece di seguire Cristo come monaco. Dio non chiede a tutti di lasciare il mondo, ma chiede a tutti di dargli il primo posto.

Preghiera: San Teodoro, tu hai preferito Cristo agli onori e alle ricchezze. Aiutami a vedere ciò che mi tiene lontano da Dio, e dammi la libertà di metterlo al primo posto nella mia vita. Amen.

Gesto del giorno: Rinuncia a una piccola comodità o a una distrazione, e offri quel tempo a Dio.

Giorno 2: Una famiglia rivolta a Dio

Platone, lo zio di Teodoro, trascinò tutta la famiglia verso la vita religiosa: il padre, i fratelli, gli zii, la madre e la sorella. La fede si trasmette spesso attraverso i legami familiari, e una famiglia può aiutare ciascuno dei suoi membri a crescere nella santità.

Preghiera: San Teodoro, tu hai seguito Dio insieme alla tua famiglia. Ti affido tutti i membri della mia, soprattutto quelli che sono lontani dalla fede. Che ci aiutiamo gli uni gli altri sulla strada del cielo. Amen.

Gesto del giorno: Prega per ogni membro della tua famiglia, chiamandolo per nome.

Giorno 3: La preghiera e il lavoro

A Studion Teodoro organizzò una vita comune in cui la preghiera a ore fisse e il lavoro quotidiano andavano di pari passo. Giardinieri, tessitori, carpentieri e copisti servivano tutti Dio con le loro mani. Il lavoro ordinario, offerto a Dio, diventa una via di santità.

Preghiera: San Teodoro, riformatore della vita monastica, aiutami a dare alle mie giornate un ritmo di preghiera e a fare il mio lavoro con cura, come un'offerta a Dio. Amen.

Gesto del giorno: Stabilisci un'ora di preghiera nella tua giornata, e mantienila.

Giorno 4: Ogni persona è a immagine di Dio

Teodoro proibiva ai suoi monaci di possedere schiavi, perché l'essere umano è creato a immagine di Dio. In ogni epoca ci sono persone trattate come cose: i poveri, i migranti, i bambini non ancora nati, gli anziani, i lavoratori sfruttati per il profitto. Teodoro ci invita a vedere in ciascuno il volto di Dio.

Preghiera: San Teodoro, tu hai rispettato la dignità di ogni persona umana. Apri i miei occhi su coloro che, intorno a me, sono disprezzati o sfruttati, e fa' di me il loro difensore. Amen.

Gesto del giorno: Tratta con un rispetto particolare una persona il cui lavoro di solito passa inosservato.

Giorno 5: Il difensore del matrimonio

Quando l'imperatore Costantino VI ripudiò la moglie per sposarne un'altra, Teodoro rifiutò di tacere, anche se il patriarca aveva ceduto. Fu flagellato ed esiliato. Il matrimonio è un'alleanza che merita di essere protetta, e le coppie hanno bisogno di sostegno e di preghiera.

Preghiera: San Teodoro, tu hai difeso la santità del matrimonio a prezzo dell'esilio. Ti affido le coppie di sposi, soprattutto quelle che attraversano difficoltà. Rafforza la loro fedeltà e il loro amore. Amen.

Gesto del giorno: Prega per una coppia che conosci, oppure riserva un'attenzione speciale al tuo coniuge.

Giorno 6: Il coraggio di dire di no

Per tre volte Teodoro fu mandato in esilio perché rifiutava di cedere all'imperatore in materia di fede. La fedeltà a Cristo chiede a volte di dire di no: alle pressioni, ai compromessi, a ciò che tutti accettano. Questo no si può dire con calma, senza odio.

Preghiera: San Teodoro, tu hai resistito davanti ai potenti del tuo tempo. Dammi il coraggio della verità, unito alla carità, e la forza di restare fedele quando mi costa. Amen.

Gesto del giorno: Parla o agisci secondo coscienza in una situazione in cui di solito taceresti.

Giorno 7: Dio ha un volto umano

Per Teodoro, rifiutare di rappresentare Cristo significava negare che si fosse fatto veramente uomo. Poiché il Figlio di Dio ha preso un volto umano, possiamo dipingerlo, e l'onore reso all'immagine passa a colui che essa rappresenta. Le icone ci aiutano a pregare con gli occhi oltre che con il cuore.

Preghiera: San Teodoro, difensore delle sante icone, aiutami a contemplare il volto di Cristo nelle immagini sacre, nell'Eucaristia e nel mio prossimo. Amen.

Gesto del giorno: Trascorri cinque minuti in silenzio davanti a un'immagine di Cristo.

Giorno 8: Fedele in prigione

Imprigionato e flagellato crudelmente sotto Leone V, Teodoro non smise di scrivere ai suoi monaci e ai suoi amici per incoraggiarli. Anche in catene restava un padre e una guida. La sofferenza non lo ha chiuso in se stesso.

Preghiera: San Teodoro, tu hai incoraggiato gli altri mentre tu stesso soffrivi. Ti affido tutti i cristiani perseguitati per la loro fede e tutti i carcerati. Dona loro forza e speranza. Amen.

Gesto del giorno: Scrivi qualche parola di incoraggiamento a una persona in difficoltà.

Giorno 9: Per l'unità dei cristiani

Durante la persecuzione Teodoro si rivolse alla sede di Roma e scrisse al papa Pasquale I. È venerato sia dai cattolici sia dagli ortodossi. La sua vita ci ricorda che l'Oriente e l'Occidente condividono una stessa fede e una stessa tradizione di santità, e che la divisione ferisce il Corpo di Cristo.

Preghiera: San Teodoro, santo dell'Oriente e dell'Occidente, prega per l'unità di tutti i cristiani. Che un giorno possiamo riunirci attorno allo stesso altare, come Cristo desidera. Amen.

Gesto del giorno: Recita lentamente il Padre nostro per l'unità dei cristiani, oppure scopri una Chiesa cattolica orientale.

Preghiera conclusiva

Signore Gesù Cristo, vero Dio e vero uomo, tu hai dato a san Teodoro Studita un amore ardente per te, per i suoi fratelli e per la verità. Per sua intercessione, concedimi la grazia che ti chiedo in questa novena (nomina la tua intenzione), se è secondo la tua volontà. Rendimi fedele nella preghiera, coraggioso nella verità e attento al tuo volto in ogni persona. Tu che vivi e regni nei secoli dei secoli. Amen.

San Teodoro Studita, prega per noi.

Per approfondire: la vita di san Teodoro Studita e la preghiera a san Teodoro Studita.

CREDITI

Crediti e fonti

Testi: Saintspedia (saintspedia.com). Le fonti citate in ogni parte sono quelle della pagina corrispondente del sito. Dati biografici in parte da Wikidata (CC0). Carattere: EB Garamond (licenza SIL Open Font).

Immagini

- Copertina: Anonymous, pubblico dominio, via Wikimedia Commons. Fonte · Licenza

✦

Altri libretti gratuiti

Vite dei santi, preghiere, novene e luoghi di pellegrinaggio: tutti i libretti da stampare su

saintspedia.com