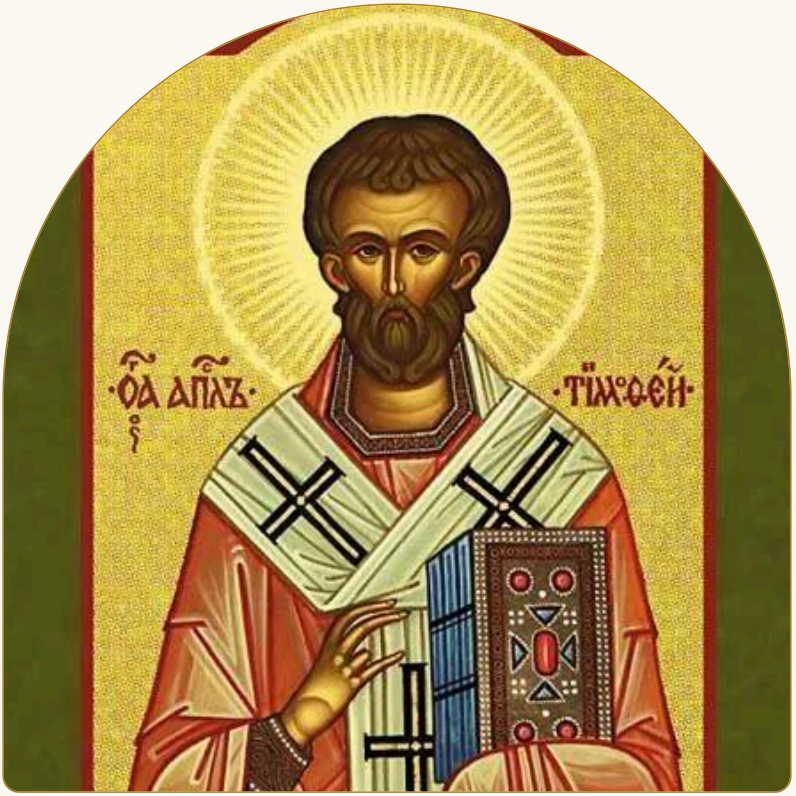


LIBRETTO DA STAMPARE

San Timoteo, vescovo di Efeso

Vita, preghiera, novena e pellegrinaggio

Festa: 26 gennaio

Saintspedia · saintspedia.com

IN BREVE

San Timoteo, vescovo di Efeso

Discepolo e collaboratore di san Paolo, primo vescovo di Efeso secondo la tradizione.

Festa	26 gennaio
Nascita	I secolo, Listra (Licaonia, oggi in Turchia)
Morte	fine del I secolo, secondo la tradizione, Efeso
Canonizzazione	culto immemorabile
Epoca	I wiek

In questo libretto

La vita

Preghiera a san Timoteo: «uno spirito di forza e di carità»

Novena a san Timoteo

Cattedrale di Termoli e reliquie di san Timoteo

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 Timoteo, vescovo di Efeso

San Timoteo è il discepolo più vicino a san Paolo. Nato a Listra, in Asia Minore, da madre ebrea divenuta cristiana e da padre greco, accompagna l'apostolo per una quindicina d'anni, porta i suoi messaggi alle comunità e firma con lui diverse lettere. Due lettere del Nuovo Testamento sono indirizzate a lui. La tradizione ne fa il primo vescovo di Efeso. Si festeggia il 26 gennaio insieme a san Tito, all'indomani della Conversione di san Paolo. In Italia le sue reliquie sono venerate nella cattedrale di Termoli, in Molise.

Chi è san Timoteo?

Timoteo, il cui nome greco significa «che onora Dio», cresce a Listra, una piccola città della Licaonia, nel centro dell'attuale Turchia. Il libro degli Atti precisa che è figlio di una donna giudea credente e di padre greco (At 16,1). La seconda lettera a Timoteo nomina la nonna Loide e la madre Eunice, e loda la fede sincera che gli hanno trasmesso, insieme alla sua conoscenza delle Scritture fin dall'infanzia (2 Tm 1,5; 3,15).

Probabilmente diventa cristiano durante il primo passaggio di Paolo e Barnaba a Listra, verso il 46-48. Quando Paolo torna nella regione qualche anno dopo, i fratelli di Listra e di Iconio danno buona testimonianza del giovane, e l'apostolo decide di portarlo con sé.

Date principali

- **Verso il 46-48**: Probabile conversione durante il primo viaggio di Paolo a Listra.
- **Verso il 49-50**: Si unisce a Paolo per il secondo viaggio missionario, in Macedonia e in Grecia.

- **Verso il 50-51**: Paolo lo manda a Tessalonica a sostenere la giovane comunità; lo raggiunge poi a Corinto.
- **Anni 50**: Missioni a Corinto e in Macedonia; è nominato con Paolo all'inizio di diverse lettere.
- **Anni 60**: Secondo la prima lettera a Timoteo, resta a Efeso per guidarvi la Chiesa.
- **Fine del I secolo**: Secondo la tradizione, muore martire a Efeso.
- **356**: Le sue reliquie vengono trasferite a Costantinopoli, nella chiesa dei Santi Apostoli.
- **1945**: Reliquie attribuite a san Timoteo vengono ritrovate nella cattedrale di Termoli, in Italia.

Il compagno di san Paolo

Prima di portarlo con sé, Paolo fa circoncidere Timoteo, a causa dei giudei della regione che sapevano che suo padre era greco (At 16,3). Il giovane condivide allora i lunghi cammini, i pericoli e le fondazioni dell'apostolo: la Macedonia, Filippi, Tessalonica, Berea, poi Atene e Corinto. Più tardi lo ritroviamo accanto a Paolo a Efeso, e poi durante il viaggio che conduce l'apostolo verso Gerusalemme.

Paolo gli affida missioni delicate. Lo manda a Tessalonica per confermare cristiani perseguitati (1 Ts 3,2), a Corinto per ricordare a una comunità divisa il modo di vivere dell'apostolo (1 Cor 4,17), a Filippi per avere notizie. Ai Filippesi Paolo scrive di non avere nessun altro che condivida così sinceramente i suoi sentimenti, e che Timoteo ha servito il Vangelo insieme a lui «come un figlio con il padre» (Fil 2,20-22). Il suo nome compare, accanto a quello di Paolo, all'inizio della seconda lettera ai Corinzi, delle lettere ai Filippesi, ai Colossesi, a Filemone e delle due lettere ai Tessalonicesi.

Le lettere a Timoteo

Due lettere del Nuovo Testamento sono indirizzate a Timoteo. Insieme alla lettera a Tito formano le «lettere pastorali», dedicate alla guida delle comunità. Molti esegeti ritengono che siano state scritte dopo la morte di Paolo da uno dei suoi discepoli, nella fedeltà al suo insegnamento; altri le considerano opera dell'apostolo stesso. In ogni caso tracciano un ritratto affettuoso di Timoteo: un responsabile ancora giovane, forse timido e di salute fragile, che Paolo incoraggia con affetto.

Vi si leggono consigli celebri: «Nessuno disprezzi la tua giovane età» (1 Tm 4,12), oppure l'invito a «ravvivare il dono di Dio» ricevuto con l'imposizione delle mani, perché Dio non ci ha dato «uno spirito di timidezza, ma di forza, di carità e di prudenza» (2 Tm 1,6-7). La seconda lettera, presentata come il testamento di Paolo prigioniero, si chiude con un appello pressante a raggiungerlo.

Vescovo di Efeso e martire

La prima lettera indica che Paolo ha lasciato Timoteo a Efeso per combattervi le false dottrine e organizzare la comunità (1 Tm 1,3). Lo storico Eusebio di Cesarea, nel IV secolo, riferisce che fu il primo vescovo di quella grande città. Un racconto più tardo, gli *Atti di Timoteo*, narra che fu ucciso dai pagani per aver protestato contro gli eccessi di una festa religiosa; si tratta di una tradizione, non di un fatto accertato. Nel 356 le sue reliquie furono portate a Costantinopoli, nella chiesa dei Santi Apostoli, accanto a quelle di sant'Andrea e di san Luca.

Che cosa ci insegna la sua santità?

Timoteo è il santo della fedeltà discreta. Non fonda grandi Chiese a suo nome, ma serve, trasmette e accompagna. La sua fede gli viene anzitutto dalla madre e dalla nonna: ricorda l'importanza della trasmissione in famiglia. Giovane

responsabile sostenuto da un maestro più anziano, è un modello per i giovani che si impegnano, per i sacerdoti e per tutti coloro che ricevono un incarico più grande di loro. La sua festa, unita a quella di san Tito, onora quei collaboratori senza i quali l'opera di Paolo non sarebbe durata.

Per pregare con lui, leggi la preghiera a san Timoteo oppure segui la novena a san Timoteo, dal 17 al 25 gennaio: termina nel giorno della Conversione di san Paolo, vigilia della sua festa.



La cattedrale di Termoli, dove sono venerate le reliquie di san Timoteo.

Dove pregare san Timoteo?

- **Termoli** (Molise): la cattedrale, la cui cripta custodisce reliquie attribuite a san Timoteo.
- **Efeso** (Turchia): il sito antico dove secondo la tradizione guidò la Chiesa, vicino a Selçuk.

- **Listra** (Turchia): il sito della sua città natale, vicino a Konya, di cui resta solo una collinetta.
- Nelle numerose chiese a lui dedicate, spesso insieme a san Tito.

Scopri anche

- San Paolo, il suo maestro e suo «padre nella fede».
- San Sila, che viaggiò con loro in Macedonia e in Grecia.
- San Barnaba, che evangelizzò Listra con Paolo.
- San Luca, che racconta i loro viaggi negli Atti degli Apostoli.
- Sant'Onesimo, altro discepolo di Paolo, nominato nella lettera a Filemone firmata anche da Timoteo.

PREGARE

Preghiera a san Timoteo: «uno spirito di forza e di carità»

Non ci è giunta alcuna preghiera composta da san Timoteo. Il Nuovo Testamento contiene però due lettere indirizzate a lui, e alcuni loro passi si prestano molto bene alla preghiera. Questa pagina ne propone uno, e poi una preghiera a san Timoteo.

«Uno spirito di forza, di carità e di prudenza» (2 Tm 1,6-7)

All'inizio della seconda lettera a Timoteo, Paolo ricorda al discepolo il giorno in cui ha ricevuto, con l'imposizione delle mani, il dono di Dio per il suo ministero. Il testo è quello della traduzione italiana della Bibbia CEI.

> *«Per questo motivo ti ricordo di ravvivare il dono di Dio, che è in te mediante l'imposizione delle mie mani. Dio infatti non ci ha dato uno spirito di timidezza, ma di forza, di carità e di prudenza.»*

Fonte: Seconda lettera a Timoteo, capitolo 1, versetti 6-7.



San Paolo e san Timoteo.

Un'altra parola da meditare

> *«Nessuno disprezzi la tua giovane età, ma sii di esempio ai fedeli nel parlare, nel comportamento, nella carità, nella fede, nella purezza.»*

Fonte: Prima lettera a Timoteo, capitolo 4, versetto 12.

Preghiera a san Timoteo

San Timoteo, tu che hai ricevuto la fede da tua nonna Loide e da tua madre Eunice, ti affido le famiglie che trasmettono la fede ai loro figli. I genitori e i nonni non si scoraggino, e i figli accolgano questo tesoro.

Tu che eri giovane quando Paolo ti ha affidato missioni pesanti, prega per i giovani che si impegnano nella Chiesa e nel mondo. Nessuno disprezzi la loro giovane età, e non si lascino fermare dalla paura.

Tu che hai servito l'apostolo come un figlio serve il padre, insegnami la fedeltà nelle piccole cose e la gioia di lavorare con altri per il Vangelo. Quando mi sento debole o inadeguato, ricordami che Dio non dà uno spirito di timidezza, ma di forza, di carità e di prudenza.

Ti affido i sacerdoti e i vescovi, tuoi successori, e la mia intenzione: (nominala in silenzio). Amen.

Quando pregare san Timoteo?

San Timoteo si festeggia il 26 gennaio insieme a san Tito, all'indomani della festa della Conversione di san Paolo. Puoi pregarlo per un giovane che assume una responsabilità, per la trasmissione della fede in famiglia o per i sacerdoti. Per un tempo di preghiera più lungo, segui la novena a san Timoteo e scopri la vita di san Timoteo.

NOVENA

Novena a san Timoteo

Questa novena si nutre delle lettere di san Paolo e degli Atti degli Apostoli. Non è un testo liturgico ufficiale. Per concluderla alla vigilia della sua festa, iniziala il 17 gennaio: termina il 25 gennaio, giorno della Conversione di san Paolo.

Come pregare questa novena?

Ogni giorno affida a Dio la tua intenzione, leggi la meditazione e il versetto indicato, recita la preghiera del giorno e poi un Padre nostro. Il gesto proposto aiuta a vivere la preghiera durante la giornata.

Giorno 1: Una fede ricevuta in famiglia

Paolo ricorda la fede sincera di Loide e di Eunice, la nonna e la madre di Timoteo (2 Tm 1,5). La fede si trasmette anzitutto in casa, con l'esempio e con la parola.

Preghiera: Signore, grazie per coloro che mi hanno trasmesso la fede. Fa' che anch'io, a mia volta, sia un testimone per chi mi sta accanto.

Gesto del giorno: Ringraziare o pregare per la persona che ti ha fatto conoscere Dio.

Giorno 2: Le Scritture fin dall'infanzia

Fin da bambino Timoteo conosce le sacre Scritture, che danno la sapienza che conduce alla salvezza (2 Tm 3,15). La Parola di Dio fa crescere chi la frequenta.

Preghiera: Signore, donami il gusto della tua Parola e la fedeltà di leggerla ogni giorno.

Gesto del giorno: Leggere un capitolo di una lettera di san Paolo.

Giorno 3: Rispondere alla chiamata

Paolo passa da Listra e propone a Timoteo di seguirlo (At 16,1-3). Il giovane lascia la sua città e la sua famiglia per una vita di missione.

Preghiera: Signore, rendimi attento alle tue chiamate e donami la generosità di rispondere.

Gesto del giorno: Pregare per i giovani che si chiedono quale sia la loro vocazione.

Giorno 4: Confermare gli altri

Paolo manda Timoteo a Tessalonica per confermare e incoraggiare cristiani perseguitati (1 Ts 3,2). È l'uomo del sostegno e della consolazione.

Preghiera: Signore, fa' di me un sostegno per chi è messo alla prova nella fede.

Gesto del giorno: Fare visita o scrivere a una persona che attraversa una prova.

Giorno 5: Servire come un figlio

Paolo scrive ai Filippesi che Timoteo ha servito il Vangelo con lui «come un figlio con il padre» (Fil 2,22). La sua grandezza sta nel servizio umile e fedele.

Preghiera: Signore, custodiscimi dal cercare il mio interesse. Insegnami a servire con un cuore di figlio.

Gesto del giorno: Rendere un servizio a una persona anziana.

Giorno 6: Non avere paura della propria giovinezza

«Nessuno disprezzi la tua giovane età» (1 Tm 4,12). Paolo incoraggia un responsabile ancora giovane a essere un modello invece di scusarsi di esistere.

Preghiera: Signore, ti affido i giovani del nostro tempo. Dona loro fiducia, e dona agli adulti di saperli accogliere.

Gesto del giorno: Incoraggiare un giovane in un progetto o in un impegno.

Giorno 7: Ravvivare il dono ricevuto

Paolo invita Timoteo a ravvivare il dono di Dio ricevuto con l'imposizione delle mani (2 Tm 1,6). Le grazie ricevute nel battesimo, nella cresima o nell'ordinazione possono assopirsi: chiedono di essere ridestate.

Preghiera: Spirito Santo, ravviva in me il fuoco del mio battesimo e i doni che mi hai affidato.

Gesto del giorno: Ritrovare la data del tuo battesimo e rendere grazie.

Giorno 8: Prendersi cura di sé

Paolo consiglia a Timoteo di non bere soltanto acqua e di prendere un po' di vino, a causa dello stomaco e dei suoi frequenti disturbi (1 Tm 5,23). L'apostolo si preoccupa anche del corpo del suo discepolo.

Preghiera: Signore, ti affido i malati e coloro che si consumano nel servizio degli altri. Dona loro il riposo di cui hanno bisogno.

Gesto del giorno: Prenderti un vero tempo di riposo, o pregare per un malato.

Giorno 9: Custodire il deposito

Paolo chiede al suo discepolo di custodire ciò che gli è stato affidato (1 Tm 6,20). Timoteo riceve il compito di trasmettere fedelmente ciò che ha ricevuto. Il 25 gennaio la Chiesa celebra la Conversione di Paolo: il maestro e il discepolo sono uniti nella stessa missione.

Preghiera: Signore, al termine di questa novena ti affido la mia intenzione. Per intercessione di san Timoteo, donami di custodire fedelmente la fede e di trasmetterla. Amen.

Gesto del giorno: Pregare per i vescovi e i sacerdoti della tua diocesi.

Preghiera conclusiva

San Timoteo, fedele compagno dell'apostolo Paolo, ti affido l'intenzione di questi nove giorni. Prega per le famiglie che trasmettono la fede, per i giovani che si impegnano e per i pastori della Chiesa. Ottienici uno spirito di forza, di carità e di prudenza. Amen.

Per approfondire: la vita di san Timoteo e la preghiera a san Timoteo.

PELLEGRINAGGIO

Cattedrale di Termoli e reliquie di san Timoteo

La cattedrale di Termoli, sulla costa adriatica del Molise, custodisce reliquie venerate come quelle di san Timoteo, il discepolo di san Paolo. Ritrovate nel 1945, fanno di questa cattedrale romanica il principale luogo di pellegrinaggio dedicato a san Timoteo in Occidente.

Reliquie venute dall'Oriente

Secondo la tradizione, Timoteo muore a Efeso, di cui è il primo vescovo. Nel 356 i suoi resti vengono trasferiti a Costantinopoli, nella chiesa dei Santi Apostoli. La tradizione locale di Termoli racconta che una parte di queste reliquie fu portata in città nel Medioevo e poi nascosta per proteggerla. Caddero nell'oblio fino al 1945: durante alcuni lavori nella cattedrale furono scoperte delle ossa che la Chiesa locale ha identificato come quelle di san Timoteo.



La cattedrale di Termoli, sulla costa adriatica.

La cattedrale di Termoli

Dedicata a Santa Maria della Purificazione, la cattedrale si erge nel cuore del borgo antico, arroccato su un promontorio sul mare. La sua architettura romanica, con la facciata in pietra chiara ornata di arcate e sculture, risale per lo più al XII e al XIII secolo. Le reliquie di san Timoteo sono custodite nella cripta. La città onora anche il proprio patrono, san Basso.

Pregare presso le reliquie di san Timoteo

Prima della visita puoi rileggere la vita di san Timoteo o una delle due lettere indirizzate a lui. Nella cripta, un tempo di silenzio permette di affidare un'intenzione, per esempio per un giovane che si impegna, per la trasmissione

della fede nella tua famiglia o per i sacerdoti. La preghiera a san Timoteo può accompagnare questo momento. Sono proposte di Saintspedia per una visita personale.

Gli altri luoghi di san Timoteo

- **Efeso** (Turchia): il sito antico, vicino a Selçuk, dove secondo la tradizione Timoteo guidò la Chiesa; vi si visitano anche la basilica di San Giovanni e la casa della Madonna.
- **Listra** (Turchia): il sito della sua città natale, vicino a Konya.
- **Istanbul**: il luogo dell'antica chiesa dei Santi Apostoli, che accolse le sue reliquie nel 356, oggi occupato dalla moschea Fatih.
- **Filippi e Tessalonica** (Grecia): due delle comunità che visitò per conto di Paolo.

Informazioni pratiche

Termoli è servita dal treno lungo la linea adriatica e dall'autostrada A14. La cattedrale si trova nel centro storico, raggiungibile a piedi dalla stazione. Celebrazioni particolari segnano la festa di san Timoteo, il 26 gennaio, e la memoria del ritrovamento delle reliquie. Informati presso la diocesi di Termoli-Larino per gli orari delle Messe e delle visite.

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: Unknown author, pubblico dominio, via Wikimedia Commons. Fonte · Licenza
- La cattedrale di Termoli, dove sono venerate le reliquie di san Timoteo.: Immagine: Luca Aless, CC BY-SA 4.0, via Wikimedia Commons. Fonte · Licenza
- San Paolo e san Timoteo.: Immagine: Gennadii Saus i Segura, CC BY-SA 4.0, via Wikimedia Commons. Fonte · Licenza
- La cattedrale di Termoli, sulla costa adriatica.: Immagine: Zitumassin, pubblico dominio, via Wikimedia Commons. Fonte

✦

Altri libretti gratuiti

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

saintspedia.com