

LIBRETTO DA STAMPARE

Sant'Agnese

Vita, preghiera, novena e pellegrinaggio

Festa: 21 gennaio

Saintspedia · saintspedia.com

IN BREVE

Sant'Agnese

Giovane vergine e martire romana dell'inizio del IV secolo, una delle sante più venerate di Roma.

Festa	21 gennaio
Nascita	verso il 291, Roma
Morte	verso il 304, Roma
Canonizzazione	culto immemorabile
Epoca	IV wiek
Patrono di	ragazze, fidanzati

In questo libretto

La vita

Preghiera a sant'Agnese, vergine e martire

Novena a sant'Agnese

Basilica di Sant'Agnese fuori le Mura, tomba di sant'Agnese a Roma

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

Sant'Agnese

Sant'Agnese è una giovane romana morta martire verso il 304, all'età di dodici o tredici anni secondo le testimonianze antiche. Sant'Ambrogio, papa Damaso e il poeta Prudenzio ne hanno celebrato la memoria meno di un secolo dopo la sua morte, e il suo nome è citato nella preghiera eucaristica più antica della Chiesa di Roma. Festeggiata il 21 gennaio, è una delle martiri più amate di Roma, dove le sono dedicate due grandi chiese.

Chi è sant'Agnese?

Della vita di Agnese conosciamo con certezza pochissimo. Appartiene probabilmente a una famiglia cristiana di Roma e muore giovane durante una delle persecuzioni, con ogni probabilità quella di Diocleziano, all'inizio del IV secolo. Viene sepolta in un cimitero della via Nomentana, a nord della città, dove la sua tomba diventa subito luogo di venerazione. Ciò che è certo è l'antichità e il fervore del suo culto: pochi santi di quell'epoca hanno lasciato testimonianze così precoci.

I racconti più dettagliati della sua passione, scritti più tardi, mescolano elementi storici e tratti leggendari. Raccontano che Agnese, bella e corteggiata, rifiuta di sposare il figlio di un prefetto dichiarando di essersi già donata a Cristo. Denunciata come cristiana, viene esposta in un luogo infame, protetta miracolosamente e poi messa a morte di spada.

Date principali della vita di sant'Agnese

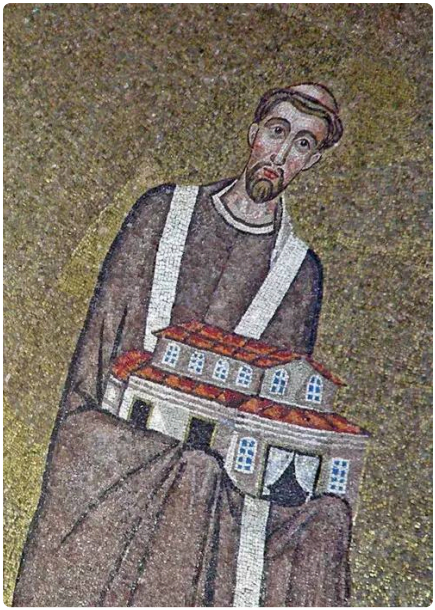
- **Verso il 291**: Nasce a Roma, secondo la tradizione che la vuole morta a dodici o tredici anni.
- **Verso il 304**: Subisce il martirio a Roma, probabilmente durante la persecuzione di Diocleziano.

- **Verso il 337-351**: Costantina, figlia dell'imperatore Costantino, fa costruire una grande basilica vicino alla sua tomba, sulla via Nomentana.
- **366-384**: Papa Damaso fa incidere un'iscrizione in versi in suo onore.
- **Verso il 377**: Sant'Ambrogio ne tesse l'elogio nel trattato *Le vergini*.
- **Verso il 405**: Il poeta Prudenzio le dedica un inno del suo *Libro delle corone* (*Peristephanon*).
- **625-638**: Papa Onorio I ricostruisce l'attuale basilica e fa realizzare il mosaico dell'abside.
- **1605**: Per ordine di papa Paolo V, i suoi resti sono deposti in un'urna d'argento sotto l'altare di Sant'Agnese fuori le Mura.
- **1652**: Inizia la costruzione di Sant'Agnese in Agone, in piazza Navona, sul luogo tradizionale della sua umiliazione.

La testimonianza dei Padri della Chiesa

La testimonianza più preziosa viene da sant'Ambrogio di Milano. Nel trattato *Le vergini*, scritto verso il 377, si meraviglia che una bambina così giovane abbia affrontato la morte con più fermezza di tanti adulti: era, dice in sostanza, troppo giovane per subire una pena, ma già matura per la vittoria. Ambrogio sottolinea che si presenta al carnefice con gioia, come chi va a nozze.

Papa Damaso, grande restauratore delle tombe dei martiri, fa collocare vicino alla sua sepoltura un'iscrizione in versi che esiste ancora, nella basilica della via Nomentana. Vi riporta la tradizione secondo la quale Agnese, spogliata, avrebbe coperto il suo corpo con i capelli. Qualche anno più tardi, il poeta spagnolo Prudenzio canta a sua volta la giovane martire. Infine il suo nome compare nel Canone romano, la prima preghiera eucaristica, accanto a quelli di Felicita, Perpetua, Agata, Lucia, Cecilia e Anastasia.



Sant'Agnese, mosaico dell'abside di Sant'Agnese fuori le Mura a Roma (VII secolo).

L'agnello, simbolo di sant'Agnese

Agnese è quasi sempre raffigurata con un agnello. Questo simbolo nasce anzitutto dall'accostamento del suo nome al latino *agnus*, l'agnello, immagine di Cristo immolato e dell'innocenza; il nome greco Agnese significa invece «pura» o «casta». La palma ricorda il suo martirio e l'anello, presente in alcune immagini, la tradizione delle sue nozze mistiche con Cristo.

Da questo simbolismo è nata un'usanza romana molto antica e ancora viva. Ogni 21 gennaio, nella basilica di Sant'Agnese fuori le Mura, due agnelli vengono benedetti durante la messa della festa. Vengono poi presentati al papa e affidati a una comunità religiosa che li alleva. La loro lana serve a tessere i palli, le strisce di lana bianca segnate da croci nere che il papa consegna agli arcivescovi metropoliti il 29 giugno, in segno di comunione con il successore di Pietro.

Due chiese romane

Il culto di Agnese è radicato in due luoghi di Roma. Sulla via Nomentana, la basilica di Sant'Agnese fuori le Mura custodisce la sua tomba, al livello delle catacombe, e il celebre mosaico bizantino del VII secolo. Proprio accanto sorge il mausoleo di Costantina, divenuto la chiesa di Santa Costanza, con i suoi mosaici del IV secolo.

Nel cuore della città, in piazza Navona, si innalza la chiesa barocca di Sant'Agnese in Agone, costruita a partire dal 1652 sul luogo dell'antico stadio di Domiziano, dove la tradizione colloca l'esposizione di Agnese. Borromini ne ha disegnato la facciata e la cupola. Una cappella vi conserva una reliquia venerata come il suo cranio.



La chiesa di Sant'Agnese in Agone, in piazza Navona a Roma (XVII secolo).

Che cosa ci insegna la sua santità?

Sant'Agnese ricorda che l'età non conta nulla per la profondità della fede. In un'epoca in cui i cristiani rischiavano la vita, un'adolescente ha preferito la fedeltà a Cristo alla sicurezza, al matrimonio e alla vita stessa. I Padri della Chiesa hanno visto in lei un'immagine della Chiesa intera, sposa di Cristo e fedele al suo amore. La si invoca per i giovani, per chi si prepara al matrimonio o alla vita consacrata e per tutti coloro che devono restare saldi nelle proprie convinzioni.

Per pregare con lei, leggi la preghiera a sant'Agnese, oppure segui la novena a sant'Agnese, dal 12 al 20 gennaio, per concluderla alla vigilia della sua festa.

Dove pregare sant'Agnese?

- **Roma**: la basilica di Sant'Agnese fuori le Mura, sulla via Nomentana, che custodisce la sua tomba.
- **Roma**: la chiesa di Sant'Agnese in Agone, in piazza Navona.
- **Roma**: il mausoleo di Santa Costanza, accanto alla basilica della via Nomentana.
- **Roma**: la basilica di Santa Cecilia in Trastevere, le cui monache tessono tradizionalmente i palli.

Scopri anche

- Santa Cecilia, altra vergine e martire romana citata nel Canone romano.
- Santa Lucia di Siracusa, martire della stessa persecuzione.
- Santa Costanza, la figlia di Costantino che fece costruire la basilica vicino alla sua tomba.
- Sant'Ambrogio di Milano, che ne scrisse l'elogio.
- San Sebastiano, martire romano festeggiato il giorno prima, il 20 gennaio.

PREGARE

Preghiera a sant'Agnese, vergine e martire

Sant'Agnese non ha lasciato nessuno scritto: è morta adolescente, verso il 304. Ma la Chiesa prega con lei da sedici secoli. Questa pagina raccoglie l'orazione della sua messa, ancora in uso nel Messale Romano, una parola di sant'Ambrogio sul suo martirio e poi una preghiera a sant'Agnese.

L'orazione della messa di sant'Agnese

Questa preghiera, chiamata «colletta», si recita all'inizio della messa del 21 gennaio. Appartiene all'antica tradizione liturgica romana. Ecco il testo latino del Messale Romano.

> *Omnipotens sempiterne Deus, qui infirma mundi eligis, ut fortia quaeque confundas, concede propitius, ut, qui beatae Agnetis martyris tuae natalicia celebramus, eius constantiam in fide sequamur. Per Dominum nostrum Iesum Christum.*

Fonte: Messale Romano, messa di sant'Agnese, vergine e martire (21 gennaio), colletta. Nella preghiera la Chiesa si rivolge a Dio onnipotente ed eterno, che sceglie ciò che nel mondo è debole per confondere i forti, e gli chiede che quanti celebrano la nascita al cielo della martire Agnese ne seguano la costanza nella fede.

Una parola di sant'Ambrogio da meditare

> *«Non era ancora in età di subire una pena, ma era già matura per la vittoria.»*

Fonte: sant'Ambrogio di Milano, *Le vergini* (*De virginibus*), libro I, capitolo 2, verso il 377; traduzione dal latino a cura di Saintspedia. La Chiesa legge questo testo nell'Ufficio delle letture del 21 gennaio.

La liturgia della sua festa riprende anche un'antifona tratta dall'antico racconto della sua passione, che appartiene più alla tradizione che alla storia: *Anulo suo subarrhavit me Dominus meus Iesus Christus, et tamquam sponsam decoravit me corona*. In queste parole Agnese dice che il Signore Gesù Cristo l'ha legata a sé con il suo anello e l'ha adornata di una corona come una sposa.

Preghiera a sant'Agnese

Sant'Agnese, tu che hai donato la tua vita a Cristo quando eri ancora una bambina, prega per me.

Tu che non hai avuto paura né delle minacce né delle promesse, ottienimi un cuore retto e libero, che non si lasci comprare dalle lusinghe né paralizzare dalla paura.

Ti affido i giovani di oggi, spesso esposti allo sguardo e al giudizio degli altri. Custodiscili nel rispetto di sé stessi e nella gioia della fede. Ti affido anche coloro che si preparano al matrimonio o alla vita consacrata, perché donino la loro vita con la tua stessa generosità. E ti affido la mia intenzione: (nominala in silenzio).

Tu che sei raffigurata con l'agnello, conducimi all'Agnello di Dio, che toglie il peccato del mondo. Amen.

Quando pregare sant'Agnese?

Sant'Agnese si festeggia il 21 gennaio, il giorno dopo san Sebastiano. In quel giorno, a Roma, si svolge la benedizione degli agnelli la cui lana servirà per i palli. Puoi pregarla durante tutto l'anno per i giovani e per i fidanzati. Per un

tempo di preghiera più lungo, segui la novena a sant'Agnese e scopri la vita di sant'Agnese.

Novena a sant'Agnese

Questa novena si ispira alla vita e al culto di sant'Agnese di Roma. Non è un testo liturgico ufficiale. Per concluderla alla vigilia della sua festa, iniziala il 12 gennaio: termina il 20 gennaio.

Come pregare questa novena?

Ogni giorno affida a Dio la tua intenzione, leggi la meditazione, recita la preghiera del giorno e poi un Padre nostro e un'Ave Maria. Il gesto proposto permette di prolungare la preghiera durante la giornata.

Giorno 1: Una fede giovane

Agnese aveva dodici o tredici anni. Sant'Ambrogio si stupiva che una bambina così giovane avesse potuto essere tanto salda. Dio non misura la santità dal numero degli anni.

Preghiera: Signore, custodisci in me una fede giovane, fresca e fiduciosa, qualunque sia la mia età.

Gesto del giorno: Pregare per un bambino o un adolescente che conosci.

Giorno 2: Appartenere a Cristo

Secondo il racconto della sua passione, Agnese rifiuta un ricco matrimonio dicendo di appartenere già a Cristo. Ogni vita cristiana comincia da questa scelta: a chi do il mio cuore?

Preghiera: Gesù, voglio essere tuo. Rendi il mio cuore libero da tutto ciò che mi tiene lontano da te.

Gesto del giorno: Rinnovare interiormente le promesse del tuo battesimo.

Giorno 3: Resistere alle pressioni

Hanno cercato di far cedere Agnese con le promesse, poi con le minacce. Ancora oggi la pressione del gruppo, della moda o dell'opinione può piegare le coscienze.

Preghiera: Spirito Santo, donami la forza di restare fedele a ciò che credo giusto, senza durezza verso gli altri.

Gesto del giorno: Rifiutarti, almeno una volta oggi, di seguire una presa in giro o una chiacchiera.

Giorno 4: La purezza del cuore

Il nome di Agnese evoca in greco la purezza. Non si tratta anzitutto di una regola, ma di uno sguardo limpido su di sé e sugli altri, che rispetta la dignità di ciascuno.

Preghiera: Signore, purifica il mio sguardo e i miei pensieri, perché io veda gli altri come li vedi tu.

Gesto del giorno: Evitare deliberatamente un'immagine o una conversazione che sminuisce la dignità delle persone.

Giorno 5: Protetta nella prova

La tradizione racconta che Agnese, esposta all'umiliazione, fu protetta da Dio. Qualunque sia la parte di leggenda, la Chiesa vi legge una certezza: Dio non abbandona chi si affida a lui.

Preghiera: Signore, ti affido tutte le persone umiliate, abusate o ferite nel loro corpo. Proteggile e rialzale.

Gesto del giorno: Sostenere con la preghiera o con un'offerta un'opera che accompagna le vittime di violenza.



Sant'Agnese in Agone, in piazza Navona a Roma.

Giorno 6: Andare con gioia

Sant'Ambrogio scrive che Agnese andò al supplizio più lieta di una sposa che va alle nozze. La gioia cristiana non nega la sofferenza: sa verso chi sta andando.

Preghiera: Signore, donami una gioia che le prove non possano togliermi.

Gesto del giorno: Svolgere di buon grado un compito che di solito fai controvoglia.

Giorno 7: L'Agnello di Dio

Agnese è raffigurata con un agnello. Esso rimanda a Cristo, «l'agnello di Dio, colui che toglie il peccato del mondo». La martire conduce a colui per il quale ha dato la vita.

Preghiera: Agnello di Dio, abbi pietà di me e donami la tua pace.

Gesto del giorno: Partecipare a una messa feriale, oppure dedicare un tempo all'adorazione.

Giorno 8: Il legame con la Chiesa

La lana degli agnelli benedetti nel giorno della sua festa serve a tessere i palli degli arcivescovi. Agnese è così associata, ogni anno, all'unità della Chiesa intorno al papa.

Preghiera: Signore, ti prego per il papa, per il nostro vescovo e per l'unità della tua Chiesa.

Gesto del giorno: Pregare in modo speciale per il tuo vescovo e per i sacerdoti della tua parrocchia.

Giorno 9: Donare la vita

Agnese ha donato la sua vita intera, in un colpo solo. La maggior parte di noi la dona giorno per giorno, nel matrimonio, nella vita consacrata, nel lavoro, nel servizio. È lo stesso amore.

Preghiera: Signore, al termine di questa novena ti affido la mia intenzione. Per intercessione di sant'Agnese, insegnami a donarti la mia vita, giorno dopo giorno, con un cuore generoso. Amen.

Gesto del giorno: Offrire a Dio, al mattino, tutta la giornata che comincia.

Preghiera conclusiva

Sant'Agnese, giovane martire di Roma, ti affido l'intenzione di questi nove giorni. Prega per i giovani, per i fidanzati, per coloro che soffrono a causa della loro fede. Ottienici un cuore puro, un coraggio sereno e una gioia fedele. Amen.

Per approfondire: la vita di sant'Agnese e la preghiera a sant'Agnese.

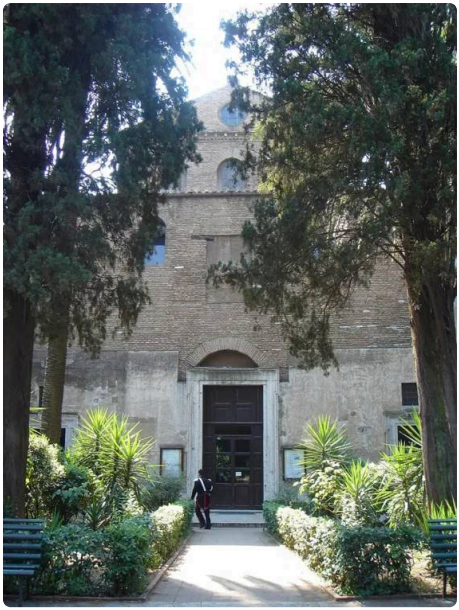
PELLEGRINAGGIO

Basilica di Sant'Agnese fuori le Mura, tomba di sant'Agnese a Roma

La basilica di Sant'Agnese fuori le Mura sorge sulla via Nomentana, a nord-est del centro di Roma, sopra le catacombe dove la giovane martire fu sepolta verso il 304. Custodisce ancora la sua tomba e forma, con il vicino mausoleo di Santa Costanza, uno dei complessi paleocristiani più suggestivi della città.

Dalle catacombe alla basilica

Agnese fu sepolta in un cimitero sotterraneo lungo la via Nomentana. Nel IV secolo Costantina, figlia dell'imperatore Costantino, fece costruire lì vicino una vasta basilica funeraria, di cui restano le rovine, e il proprio mausoleo, l'attuale chiesa di Santa Costanza. Nel VII secolo papa Onorio I edificò una nuova chiesa direttamente sopra la tomba: è l'attuale basilica, in parte interrata, nella quale si scende ancora per una lunga scalinata.



La basilica di Sant'Agnese fuori le Mura, sulla via Nomentana a Roma.

Il mosaico e la tomba

Nell'abside, un mosaico a fondo oro del VII secolo raffigura Agnese vestita come un'imperatrice bizantina, tra due papi, uno dei quali è Onorio con il modellino della chiesa. Sotto l'altare, un'urna d'argento donata da papa Paolo V nel 1605 contiene i suoi resti, insieme a quelli di sant'Emerenziana, sua sorella di latte secondo la tradizione, che sarebbe stata lapidata mentre pregava sulla sua tomba. Un'iscrizione in versi di papa Damaso, incisa nel IV secolo, è conservata lungo la scalinata d'accesso.

La benedizione degli agnelli

Ogni 21 gennaio, durante la messa della festa, nella basilica vengono benedetti due agnelli, secondo una tradizione attestata da secoli. Vengono poi presentati al papa e affidati a delle religiose che li allevano. La loro lana serve a

confezionare i palli che il papa consegna ai nuovi arcivescovi metropoliti il 29 giugno, nella solennità dei santi Pietro e Paolo.

Pregare alla tomba di sant'Agnese

Prima della visita puoi rileggere la vita di sant'Agnese. Nella basilica, un momento di silenzio davanti all'altare permette di affidare un'intenzione, per esempio per un giovane o per una coppia di fidanzati. L'orazione di sant'Agnese si presta bene a questo momento. Questi suggerimenti sono una proposta di Saintspedia.



L'interno di Sant'Agnese fuori le Mura e il mosaico dell'abside.

Gli altri luoghi di sant'Agnese

- **Il mausoleo di Santa Costanza**, accanto alla basilica, con i suoi mosaici del IV secolo.
- **Le catacombe di Sant'Agnese**, sotto la basilica, visitabili con una guida.
- **Sant'Agnese in Agone**, in piazza Navona, costruita sul luogo tradizionale della sua umiliazione, con la reliquia del suo capo.

- **Santa Cecilia in Trastevere**, dove le monache sono state a lungo legate alla confezione dei palli.

Informazioni pratiche

La basilica si trova in via Nomentana, a pochi chilometri dal centro storico, e si raggiunge in autobus o in metropolitana (linea B1, fermata Sant'Agnese/Annibaliano). È officiata dai Canonici Regolari Lateranensi. Le catacombe si visitano solo con accompagnatore. Verifica gli orari delle messe e delle visite presso la basilica prima di venire, in particolare intorno al 21 gennaio, giorno di grande affluenza.

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: Parrocchia di Santa Agnese fuori le Mura, CC BY-SA 2.0, via Wikimedia Commons. Fonte · Licenza
- Sant'Agnese, mosaico dell'abside di Sant'Agnese fuori le Mura a Roma (VII secolo).: Immagine: MM, CC BY-SA 3.0, via Wikimedia Commons. Fonte · Licenza
- La chiesa di Sant'Agnese in Agone, in piazza Navona a Roma (XVII secolo).: Immagine: NikonZ7II, CC BY-SA 4.0, via Wikimedia Commons. Fonte · Licenza
- Sant'Agnese in Agone, in piazza Navona a Roma.: Immagine: Gzen92, CC BY-SA 4.0, via Wikimedia Commons. Fonte · Licenza
- La basilica di Sant'Agnese fuori le Mura, sulla via Nomentana a Roma.: Immagine: user:Lalupa, pubblico dominio, via Wikimedia Commons. Fonte
- L'interno di Sant'Agnese fuori le Mura e il mosaico dell'abside.: Immagine: S. Agnese fuori le mura, CC BY 4.0, 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