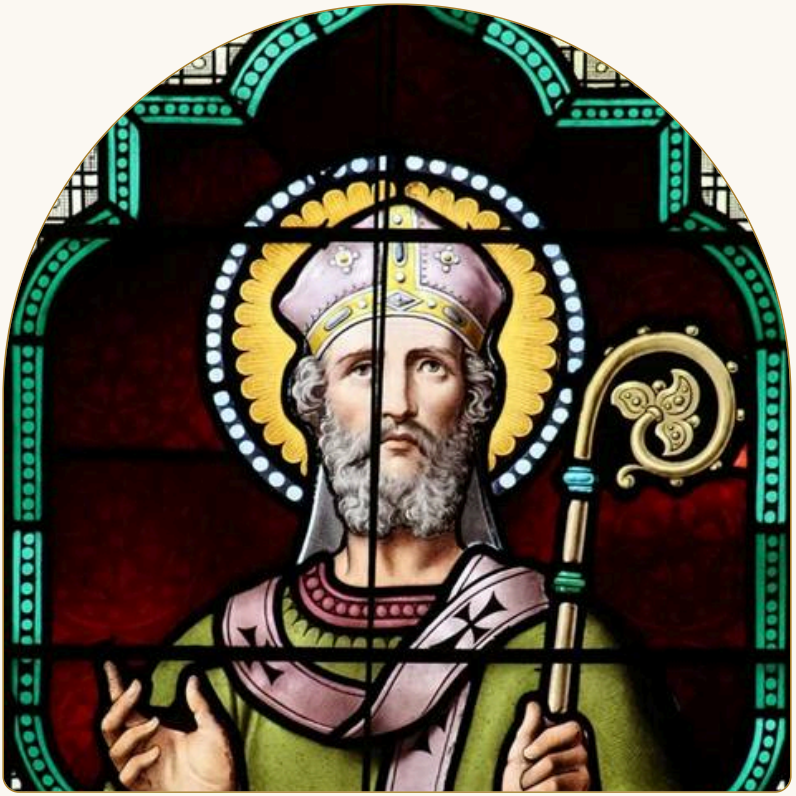


LIBRETTO DA STAMPARE

Sant'Anselmo d'Aosta

Vita, preghiera, novena e pellegrinaggio

Festa: 21 aprile

Saintspedia · saintspedia.com

IN BREVE

Sant’Anselmo d’Aosta

Monaco di Bec, arcivescovo di Canterbury, dottore della Chiesa, padre della scolastica.

Festa	21 aprile
Nascita	1033, Aosta (Valle d’Aosta, Italia)
Morte	21 aprile 1109, Canterbury (Inghilterra)
Canonizzazione	culto antico; dottore della Chiesa dal 1720
Epoca	XII wiek

In questo libretto

La vita

Preghiera di sant’Anselmo: «Insegnami a cercarti»

Novena a sant’Anselmo d’Aosta

Abbazia di Notre-Dame du Bec, a Le Bec-Hellouin in Normandia

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'Anselmo d'Aosta

Sant'Anselmo d'Aosta, detto anche di Canterbury, è un monaco nato ad Aosta nel 1033, diventato abate di Bec in Normandia e poi arcivescovo di Canterbury. Pensatore di rara profondità, cerca di comprendere con la ragione ciò che la fede crede, secondo la sua celebre formula: «la fede che cerca l'intelletto». Le sue opere, come il *Proslogion* e il *Cur Deus homo* (*Perché Dio si è fatto uomo*), aprono la strada alla teologia scolastica. Morto il 21 aprile 1109, si festeggia in quel giorno ed è stato proclamato dottore della Chiesa nel 1720.

Chi è sant'Anselmo?

Anselmo nasce nel 1033 ad Aosta, ai piedi delle Alpi, in una famiglia nobile. Sua madre, Ermenberga, è una donna pia di cui conserverà un ricordo tenero; suo padre, Gondolfo, è un uomo rude con il quale i rapporti si guastano. Adolescente, Anselmo vuole farsi monaco, ma il padre vi si oppone. Dopo la morte della madre, verso i ventitré anni, lascia la casa paterna, valica le Alpi e vaga per alcuni anni in Borgogna e in Francia, in cerca di un maestro.

Lo trova in Normandia, nell'abbazia di Bec, dove insegna Lanfranco, uno degli spiriti più rinomati del tempo. Nel 1060 Anselmo vi prende l'abito benedettino. Comincia così un lungo periodo di vita monastica, il più felice della sua vita, fatto di preghiera, di studio e di amicizia.



La torre di San Nicola dell'abbazia di Bec, dove Anselmo visse più di trent'anni.

Date principali della vita di sant'Anselmo

- **1033**: Nascita ad Aosta.
- **Verso il 1056**: Lascia la famiglia e valica le Alpi.
- **1060**: Diventa monaco nell'abbazia di Bec, in Normandia.
- **1063**: Succede a Lanfranco come priore di Bec.
- **1076-1078**: Stesura del *Monologion* e poi del *Proslogion*.
- **1078**: È eletto abate di Bec dopo la morte del fondatore, Erluino.
- **1093**: È nominato arcivescovo di Canterbury, quasi contro la sua volontà.
- **1097-1100**: Primo esilio, in conflitto con il re Guglielmo il Rosso.
- **1098**: Completa il *Cur Deus homo* e interviene al concilio di Bari.
- **1103-1107**: Secondo esilio, legato alla lotta per le investiture con Enrico I.
- **21 aprile 1109**: Muore a Canterbury, il mercoledì santo.

- **1720**: Clemente XI lo proclama dottore della Chiesa.

Monaco, priore e abate di Bec

A Bec, Anselmo si rivela un maestro eccezionale. Quando nel 1063 Lanfranco parte per guidare la nuova abbazia di Santo Stefano a Caen, Anselmo gli succede come priore. Non governa con la costrizione: ascolta, incoraggia, si adatta a ciascuno. Il suo biografo e amico, il monaco Eadmero, racconta come convinse un abate troppo severo che non si fanno crescere i giovani monaci rinchiudendoli come alberi stretti da ogni parte.

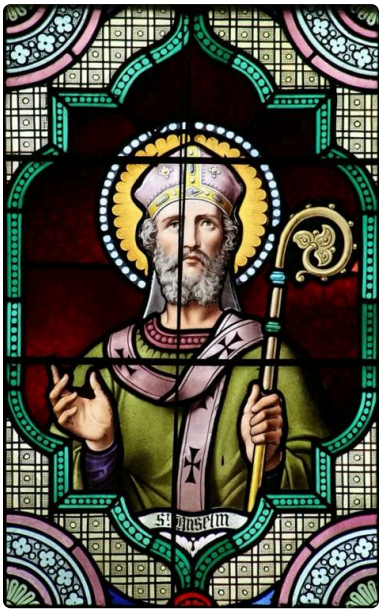
È a Bec che Anselmo scrive le sue prime opere, su richiesta dei confratelli. Compone anche *Preghiere e meditazioni*, rivolte a Cristo, alla Vergine e ai santi, di un'intensità affettiva nuova, che segneranno profondamente la pietà medievale. Nel 1078, alla morte del fondatore Erluino, è eletto abate. Bec si irradia allora in tutta Europa, e Anselmo si reca più volte in Inghilterra, dove l'abbazia possiede delle terre.

La fede che cerca di comprendere

Anselmo vuole mostrare che la fede non ha paura della ragione. Nel *Monologion* riflette su Dio senza appoggiarsi all'autorità delle Scritture, con il solo ragionamento. Nel *Proslogion* cerca un argomento unico: Dio è «ciò di cui non si può pensare nulla di più grande». Ora, ciò che esiste realmente è più grande di ciò che esiste soltanto nel pensiero; dunque Dio esiste. Questo ragionamento, discusso già al suo tempo dal monaco Gaunilone, è stato poi ripreso, criticato o difeso da Tommaso d'Aquino, Cartesio, Kant e molti altri. Oggi lo si chiama «argomento ontologico».

Ma il *Proslogion* è prima di tutto una preghiera. Si apre con una lunga supplica in cui Anselmo chiede a Dio di insegnargli a cercarlo. La sua formula riassume il suo cammino: «Non cerco di comprendere per credere, ma credo per

comprendere». Più tardi, nel *Cur Deus homo*, riflette sul senso dell'Incarnazione e della Redenzione, un'opera che influenzerà a lungo la teologia occidentale.



Sant'Anselmo d'Aosta, arcivescovo di Canterbury e dottore della Chiesa.

Arcivescovo di Canterbury

Nel 1093 il re d'Inghilterra Guglielmo il Rosso, gravemente malato, nomina Anselmo arcivescovo di Canterbury, sede rimasta vacante dalla morte di Lanfranco. Anselmo resiste; gli mettono a forza il pastorale in mano. Ha sessant'anni. Comincia un periodo difficile: Anselmo difende la libertà della Chiesa davanti al re, che si appropria dei suoi beni e rifiuta di riconoscere papa Urbano II. Nel 1097 parte in esilio e si reca a Roma.

Durante questo esilio completa il *Cur Deus homo* e partecipa nel 1098 al concilio di Bari, dove difende davanti a vescovi greci la dottrina latina della processione dello Spirito Santo. Richiamato nel 1100 dal nuovo re Enrico I,

entra di nuovo in conflitto con lui sulla questione delle investiture: può il re consegnare ai vescovi le insegne del loro ufficio? Dopo un secondo esilio, nel 1107 si trova un accordo. Anselmo muore a Canterbury il 21 aprile 1109, circondato dai suoi monaci.

Che cosa ci insegna la sua santità?

Sant'Anselmo mostra che l'intelligenza può essere una via verso Dio, a condizione di essere sostenuta dalla preghiera e dall'umiltà. Fu insieme un pensatore rigoroso, un monaco mite e un vescovo coraggioso, che rifiutò di cedere sulla libertà della Chiesa senza mai odiare i suoi avversari. Lo si prega per i teologi, i filosofi, gli studenti e tutti coloro la cui fede cerca di comprendere.

Per pregare con lui, leggi la preghiera «Insegnami a cercarti», tratta dal *Proslogion*, oppure segui la novena a sant'Anselmo, dal 12 al 20 aprile, per concluderla alla vigilia della sua festa.

Dove pregare sant'Anselmo?

- **Le Bec-Hellouin** (Francia, dipartimento dell'Eure): l'abbazia di Notre-Dame du Bec, dove fu monaco, priore e abate.
- **Canterbury** (Inghilterra): la cattedrale, oggi anglicana, dove una cappella porta il suo nome.
- **Aosta**: la sua città natale, la cui cattedrale ne onora la memoria.
- **Roma**: il Pontificio Ateneo Sant'Anselmo, sull'Aventino, collegio internazionale dei benedettini.

Scopri anche

- San Benedetto da Norcia, di cui seguì la regola per tutta la vita.
- Sant'Agostino, il suo grande maestro in teologia.
- Sant'Agostino di Canterbury, primo arcivescovo della sede che egli occupò.

- San Tommaso Becket, altro arcivescovo di Canterbury che difese la libertà della Chiesa.
- San Bernardo di Chiaravalle, monaco della generazione successiva, anche lui dottore della Chiesa.

PREGARE

Preghiera di sant'Anselmo: «Insegnami a cercarti»

«Insegnami a cercarti» è la preghiera più celebre di sant'Anselmo. Non è una preghiera composta a parte, ma un passo del primo capitolo del *Proslogion*, scritto nell'abbazia di Bec verso il 1077-1078, in cui Anselmo si rivolge direttamente a Dio prima di cominciare la sua riflessione. Qui sotto trovi questo testo e poi una preghiera a sant'Anselmo.

«Insegnami a cercarti» (Proslogion, capitolo 1)

Traduzione dal latino a cura di Saintspedia; il testo originale è di pubblico dominio.

> *Signore mio Dio, insegna al mio cuore dove e come cercarti, dove e come trovarti.*
>
> *Insegnami a cercarti e mostrati a me quando ti cerco: perché non posso cercarti se tu non mi insegni, né trovarti se tu non ti mostri.*
>
> *Che io ti cerchi desiderandoti, che ti desideri cercandoti; che ti trovi amandoti, che ti ami trovandoti.*

Fonte: sant'Anselmo d'Aosta, *Proslogion*, capitolo 1 («Doce me quaerere te, et ostende te quaerenti...»).

Un'altra parola da meditare

> *«Non cerco di comprendere per credere, ma credo per comprendere.»*

Fonte: *Proslogion*, fine del capitolo 1 («Neque enim quaero intelligere ut credam, sed credo ut intelligam»). È la frase che riassume tutto il cammino di Anselmo: la fede che cerca l'intelletto.

Preghiera a sant'Anselmo

Sant'Anselmo, tu che hai cercato Dio con tutta la tua intelligenza e con tutto il tuo cuore, prega per me.

Quando la mia fede si pone delle domande, insegnami a non averne paura, ma a portarle nella preghiera. Donami il desiderio di comprendere ciò che credo, e l'umiltà di riconoscere che Dio supera sempre ciò che posso pensare di lui.

Tu che sei stato un monaco mite e un vescovo coraggioso, ottienimi la pazienza con coloro che mi sono affidati, e la fermezza di difendere ciò che è giusto senza odiare nessuno. Ti affido anche la mia intenzione: (nominala in silenzio).

Che io cerchi Dio desiderandolo, che lo trovi amandolo, e che un giorno lo ami senza fine. Amen.

Quando pregare sant'Anselmo?

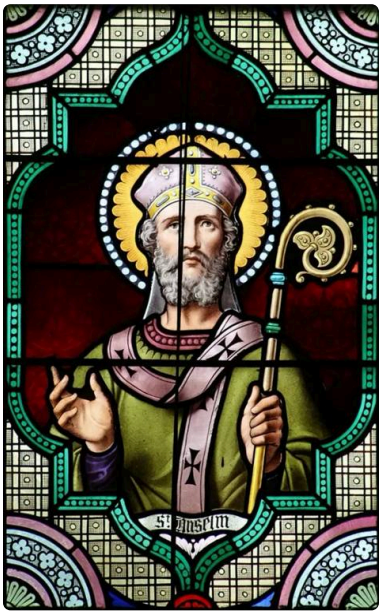
Sant'Anselmo si festeggia il 21 aprile, anniversario della sua morte, nel calendario romano generale. La sua preghiera del *Proslogion* è particolarmente adatta prima di un tempo di studio, di lettura spirituale o di orazione. Per un tempo di preghiera più lungo, segui la novena a sant'Anselmo e scopri la vita di sant'Anselmo.

Novena a sant'Anselmo d'Aosta

Questa novena si ispira alla vita e agli scritti di sant'Anselmo d'Aosta. Non è un testo liturgico ufficiale. Per concluderla alla vigilia della sua festa del 21 aprile, iniziala il 12 aprile: termina il 20 aprile.

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. Le frasi citate sono parafrasi fedeli di Anselmo; il gesto proposto aiuta a prolungare la preghiera.



Sant'Anselmo d'Aosta, vetrata o statua in una chiesa.

Giorno 1: Il desiderio di Dio

Già adolescente, Anselmo voleva farsi monaco. Il suo desiderio è stato contrastato, ma non si è spento. Il desiderio di Dio è il punto di partenza di ogni ricerca.

Preghiera: Signore, mantieni vivo in me il desiderio di conoscerti, anche quando le circostanze sembrano opporvisi.

Gesto del giorno: Scrivere in una frase ciò che desideri più profondamente.

Giorno 2: Partire

A ventitré anni Anselmo lascia Aosta e valica le Alpi, senza sapere ancora dove andrà. Cercare Dio chiede a volte di lasciare le proprie abitudini e le proprie sicurezze.

Preghiera: Signore, donami il coraggio di lasciare ciò che mi trattiene lontano da te.

Gesto del giorno: Rinunciare oggi a un'abitudine che ingombra la preghiera.

Giorno 3: Trovare un maestro

A Bec, Anselmo si mette alla scuola di Lanfranco. Il più grande spirito del suo secolo ha cominciato come discepolo.

Preghiera: Signore, grazie per coloro che mi hanno insegnato a pensare e a credere. Donami l'umiltà di imparare ancora.

Gesto del giorno: Leggere qualche pagina di un autore spirituale.

Giorno 4: Insegnami a cercarti

«Insegnami a cercarti e mostrati a me quando ti cerco.» Non si trova Dio con le sole proprie forze: è lui che si lascia trovare.

Preghiera: Signore mio Dio, insegna al mio cuore dove e come cercarti, dove e come trovarti.

Gesto del giorno: Prendere dieci minuti di silenzio, ripetendo lentamente questa preghiera.

Giorno 5: Credere per comprendere

«Credo per comprendere.» Per Anselmo la fede non spegne l'intelligenza, la risveglia. Le domande non sono nemiche della fede.

Preghiera: Spirito di verità, illumina la mia intelligenza e insegnami a portare le mie domande nella preghiera.

Gesto del giorno: Annotare una domanda di fede e cercare di approfondirla, con la lettura o interrogando qualcuno.

Giorno 6: La mitezza del maestro

Priore e abate, Anselmo guida i suoi confratelli con pazienza. Rifiuta di far crescere i giovani con la costrizione: ciascuno ha bisogno di spazio per crescere.

Preghiera: Signore, rendimi paziente e benevolo verso coloro che mi sono affidati.

Gesto del giorno: Incoraggiare qualcuno invece di correggerlo.

Giorno 7: Accettare l'incarico

Anselmo non voleva diventare arcivescovo. A sessant'anni ha accettato un incarico pesante e lotte che non aveva cercato.

Preghiera: Signore, rendimi disponibile per il servizio che mi chiedi, anche se scombina i miei progetti.

Gesto del giorno: Accettare di buon cuore una responsabilità che avresti voluto evitare.

Giorno 8: Fermo senza odio

Davanti ai re, Anselmo difende la libertà della Chiesa, a prezzo dell'esilio. Ma non parla mai dei suoi avversari con disprezzo.

Preghiera: Signore, concedimi di difendere la verità con fermezza e di pregare per coloro che si oppongono a me.

Gesto del giorno: Pregare per nome per una persona con cui sei in conflitto.

Giorno 9: La felicità promessa

Alla fine del *Proslogion*, Anselmo medita la gioia promessa a coloro che amano Dio, una gioia che quaggiù si può soltanto intravedere. Tutta la sua ricerca era protesa verso di essa.

Preghiera: Signore, al termine di questa novena ti affido la mia intenzione. Per intercessione di sant'Anselmo, fammi crescere nella tua conoscenza e nel tuo amore, fino alla pienezza della gioia. Amen.

Gesto del giorno: Partecipare a una messa o prendere un tempo di adorazione.

Preghiera conclusiva

Sant'Anselmo, al termine di questi nove giorni ti affido l'intenzione che porto nel cuore. Prega per coloro che cercano Dio, per i teologi, per gli studenti e per chi dubita. Ottienici una fede che cerca di comprendere e un'intelligenza che si fa preghiera. Amen.

Per approfondire: la vita di sant'Anselmo e la preghiera «Insegnami a cercarti».

PELLEGRINAGGIO

Abbazia di Notre-Dame du Bec, a Le Bec-Hellouin in Normandia

L'abbazia di Notre-Dame du Bec, a Le Bec-Hellouin, nel dipartimento francese dell'Eure, è il luogo in cui sant'Anselmo ha vissuto più di trent'anni, come monaco, priore e poi abate. È qui che ha scritto le sue prime grandi opere. Ancora abitata da una comunità benedettina, l'abbazia è il luogo ideale per pregare sulle orme del santo, nella cornice tranquilla della valle della Risle.

Un'abbazia fondata da un cavaliere

L'abbazia viene fondata verso il 1034 da Erluino, in francese Herluin o Hellouin, un cavaliere normanno diventato monaco, che ha lasciato il suo nome al villaggio. Acquista presto una fama europea grazie alla scuola che vi apre Lanfranco, e poi grazie ad Anselmo, arrivato nel 1059 o nel 1060. Diversi arcivescovi di Canterbury provengono da Bec, a cominciare da Lanfranco e Anselmo, e questo crea tra l'abbazia normanna e l'Inghilterra legami che durano ancora oggi.

Che cosa resta dell'abbazia medievale

Dell'abbazia conosciuta da Anselmo non resta quasi nulla: la grande chiesa abbaziale è stata distrutta dopo la Rivoluzione, e soltanto alcune basi di pilastri ne segnano il luogo. La torre di San Nicola, campanile isolato del XV secolo, è diventata il simbolo del luogo. Gli attuali edifici conventuali risalgono in gran parte al XVIII secolo, quando i benedettini della congregazione di San Mauro li ricostruirono.

La comunità di oggi

Dopo la Rivoluzione l'abbazia conosce un lungo abbandono e serve perfino da deposito militare. Nel 1948 vi si stabilisce una comunità di monaci benedettini della congregazione olivetana, che fa rivivere la preghiera monastica. L'antico refettorio del XVIII secolo funge ora da chiesa abbaziale. Fedele alla sua storia, la comunità intrattiene legami fraterni con la Chiesa anglicana e con gli arcivescovi di Canterbury.

Pregare all'abbazia di Bec

Prima della visita puoi rileggere la vita di sant'Anselmo o il primo capitolo del *Proslogion*. Sul posto, l'ideale è partecipare a uno degli uffici cantati dai monaci e poi prendere un tempo di silenzio nella chiesa abbaziale. La preghiera «Insegnami a cercarti» si presta bene a questo momento. Questi suggerimenti sono una proposta di Saintspedia.



La chiesa abbaziale di Bec, ricavata nell'antico refettorio del XVIII secolo.

Gli altri luoghi di sant'Anselmo

- **Aosta**: la sua città natale, ai piedi delle Alpi, la cui cattedrale ne onora la memoria.
- **Canterbury** (Inghilterra): la cattedrale, oggi anglicana, dove una cappella porta il suo nome e dove fu sepolto.
- **Caen**: l'Abbaye aux Hommes, fondata da Guglielmo il Conquistatore, di cui Lanfranco fu il primo abate.
- **Roma**: l'abbazia e il Pontificio Ateneo Sant'Anselmo, sull'Aventino.

Informazioni pratiche

Le Bec-Hellouin si trova nell'Eure, tra Rouen e Lisieux, a pochi chilometri da Brionne. L'auto è il mezzo più semplice per arrivarci. Gli uffici sono aperti a tutti, e l'abbazia offre accoglienza per i ritiri. Gli orari degli uffici e delle visite variano secondo i giorni e la stagione: informati presso l'abbazia prima di partire.

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, English, pubblico dominio, via Wikimedia Commons. Fonte · Licenza
- La torre di San Nicola dell'abbazia di Bec, dove Anselmo visse più di trent'anni.: Immagine: Fanfwah, CC BY-SA 4.0, via Wikimedia Commons. Fonte · Licenza
- Sant'Anselmo d'Aosta, arcivescovo di Canterbury e dottore della Chiesa.: Immagine: Unknown, English, pubblico dominio, via Wikimedia Commons. Fonte · Licenza
- Sant'Anselmo d'Aosta, vetrata o statua in una chiesa.: Immagine: Unknown, English, pubblico dominio, via Wikimedia Commons. Fonte · Licenza
- La chiesa abbaziale di Bec, ricavata nell'antico refettorio del XVIII secolo.: Immagine: Stanzilla, CC BY 3.0, 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