LIBRETTO DA STAMPARE

# Santa Sæthryth

*Vita, preghiera, novena e pellegrinaggio*

Festa: 10 gennaio

IN BREVE

# Santa Sæthryth

*Principessa anglosassone del VII secolo, seconda badessa di Faremoutiers nella Brie.*

| | |
|---|---|
| **Festa** | 10 gennaio |
| **Nascita** | prima metà del VII secolo, Anglia orientale (Inghilterra) |
| **Morte** | verso il 660, Faremoutiers (Senna e Marna, Francia) |
| **Canonizzazione** | culto immemorabile |
| **Epoca** | VII secolo |

## In questo libretto

La vita

Preghiera a santa Sæthryth per le persone consacrate e per gli esuli

Novena a santa Sæthryth

Abbazia di Faremoutiers

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

# Santa Sæthryth

Santa Sæthryth, chiamata a volte in francese Séthride o Sédride, è una principessa anglosassone del VII secolo, figliastra di Anna, re degli Angli orientali. Partita per la Gallia, divenne monaca nell'abbazia di Faremoutiers, nella Brie, e ne fu poi la seconda badessa dopo santa Fara. Morì verso il 660. Si festeggia il 10 gennaio (alcuni calendari indicano il 7 gennaio).

## Chi è santa Sæthryth?

Sæthryth ci è nota grazie a poche righe di Beda il Venerabile, il grande storico dell'Inghilterra cristiana, che scrisse la sua Storia ecclesiastica del popolo inglese all'inizio dell'VIII secolo. Beda la presenta come la figliastra del re Anna, cioè la figlia che la regina aveva avuto da un primo matrimonio. Una cronaca più tarda, il Libro di Ely, ne ha fatto per errore una figlia di Anna e di sua moglie Hereswith, che in realtà era la cognata del re. Questi pochi dati, sobri ma sicuri, bastano a delineare una vita donata a Dio lontano dalla terra natale.

## Date principali della vita di Sæthryth

- **Prima metà del VII secolo**: Nasce in Inghilterra; cresce alla corte di Anna, re degli Angli orientali, di cui è la figliastra.
- **Verso la metà del VII secolo**: Parte per la Gallia ed entra nell'abbazia di Faremoutiers, nella Brie.
- **653 o 654**: Il re Anna muore in battaglia.
- **655 o 657**: Alla morte di santa Fara, fondatrice dell'abbazia, diventa la seconda badessa di Faremoutiers.
- **Verso il 660**: Muore a Faremoutiers; la sorellastra Etelburga le succede alla guida del monastero.

- **Inizio dell'VIII secolo**: Beda il Venerabile ricorda il suo nome nella Storia ecclesiastica.

## Una principessa inglese in Gallia

A metà del VII secolo l'Inghilterra conta ancora pochissimi monasteri. Beda spiega che molti inglesi desiderosi di abbracciare la vita religiosa partivano allora per i monasteri del regno dei Franchi. Le donne della famiglia reale dell'Anglia orientale furono numerose a compiere questa scelta. Sæthryth partì per Faremoutiers, dove la raggiunse la sorellastra Etelburga, figlia del re Anna.

Faremoutiers era stata fondata verso il 620 da santa Fara, una giovane della nobiltà franca, nel grande movimento monastico suscitato da san Colombano. Entrare in quel monastero, per una principessa venuta da oltremanica, significava rinunciare al proprio rango, alla propria lingua e alla propria terra, per vivere nell'obbedienza, nella preghiera comune e nella povertà.

## Badessa di Faremoutiers

La fiducia della comunità fu tale che alla morte di santa Fara, nel 655 o nel 657, fu scelta proprio Sæthryth per succederle. Divenne così la seconda badessa di Faremoutiers. Le fonti non dicono nulla di preciso sul suo governo, che fu breve, poiché morì verso il 660. Ma il semplice fatto che una straniera sia stata messa a capo di una grande abbazia franca, subito dopo la fondatrice, dice molto sulla stima di cui godeva. Dopo di lei fu la sorellastra Etelburga ad assumere la guida del monastero.

## Culto

Sæthryth fu venerata come santa dopo la morte, a Faremoutiers come nella memoria della Chiesa d'Inghilterra, che onorava tutta la discendenza del re Anna. Si festeggia il 10 gennaio; alcuni calendari la collocano al 7 gennaio. Non

si conosce un'iconografia antica che le sia propria: viene ricordata per lo più accanto a santa Fara e alla sorellastra Etelburga, tra le badesse di Faremoutiers.

## Che cosa ci insegna santa Sæthryth?

Di Sæthryth sappiamo poco, ma quel poco è eloquente. Ha lasciato una corte reale per un monastero straniero, vi è stata riconosciuta dalle consorelle e ha ricevuto il pesante incarico di succedere a una fondatrice. La sua vita ricorda che la santità si gioca spesso nella discrezione, e che la Chiesa è stata costruita da uomini e donne pronti a lasciare il proprio Paese. Puoi pregarla per le persone consacrate, per chi vive lontano da casa e per chi deve raccogliere l'eredità di un fondatore.

Per pregare con lei, trovi la preghiera a santa Sæthryth e la novena a santa Sæthryth.

## Dove pregare santa Sæthryth?

- **Abbazia di Faremoutiers** (Senna e Marna, Francia): il monastero di cui fu badessa, dove oggi vive una comunità di monache benedettine.
- In ogni chiesa o cappella, il 10 gennaio, in unione con le monache di Faremoutiers.

## Da scoprire anche

- Santa Etelburga di Faremoutiers, la sorellastra, che le succedette come badessa.
- Santa Eteldreda di Ely, figlia del re Anna, fondatrice dell'abbazia di Ely.
- San Colombano, dal cui slancio monastico nacque Faremoutiers.
- San Beda il Venerabile, lo storico che ci ha tramandato il suo nome.

PREGARE

# Preghiera a santa Sæthryth per le persone consacrate e per gli esuli

Santa Sæthryth, principessa dell'Anglia orientale, lasciò il suo Paese per farsi monaca in Gallia, nell'abbazia di Faremoutiers, di cui fu la seconda badessa prima di morire verso il 660. Questa preghiera le affida le persone consacrate, chi vive lontano da casa e chi riceve un incarico raccogliendo l'eredità di un altro.

## Preghiera a santa Sæthryth

*Santa Sæthryth,*
*hai lasciato la corte del tuo Paese*
*per seguire Cristo povero e umile*
*in un monastero di terra straniera.*
*Insegnami a lasciare tutto*
*per l'unica cosa necessaria.*

*Le tue sorelle ti hanno affidato il compito*
*di succedere a santa Fara, loro madre.*
*Aiuta chi raccoglie l'eredità di un altro*
*a servire con umiltà e fedeltà,*
*senza cercare di brillare.*

*Veglia sui monaci e sulle monache,*
*sugli stranieri e sugli esuli,*
*e su tutti coloro che servono Dio nel segreto.*
*Per Cristo nostro Signore. Amen.*

## Quando pregare santa Sæthryth?

- Nel giorno della sua festa, il 10 gennaio.
- Per le monache, le religiose e le vocazioni alla vita consacrata.
- Quando vivi lontano dal tuo Paese o dalla tua famiglia.
- Quando ricevi una responsabilità al posto di qualcun altro.
- Per le famiglie cristiane che trasmettono la fede ai figli.

## Una breve invocazione

> *Santa Sæthryth, badessa di Faremoutiers,*
> *tu che hai servito Dio lontano dalla tua terra,*
> *prega per noi. Amen.*

Per prepararti alla sua festa, puoi pregare la novena a santa Sæthryth dal 2 al 10 gennaio, e scoprire la vita di santa Sæthryth.

NOVENA

# Novena a santa Sæthryth

Questa novena accompagna santa Sæthryth, principessa anglosassone divenuta monaca e poi badessa di Faremoutiers, nella Brie, nel VII secolo. Non è un testo liturgico ufficiale. Per concluderla nel giorno della sua festa, il 10 gennaio, inizia il 2 gennaio. Puoi anche pregarla in qualsiasi altro momento dell'anno.

## Come pregare questa novena?

Ogni giorno, comincia con il segno della croce e affida a Dio la tua intenzione. Leggi la meditazione, recita la preghiera del giorno, poi un Padre nostro, un'Ave Maria e un Gloria al Padre. Concludi con: «Santa Sæthryth, prega per noi». Il gesto del giorno ti aiuta a vivere la novena in modo concreto. Della sua vita sappiamo poco: ogni giorno parte da ciò che racconta Beda il Venerabile.

## Giorno 1: Una famiglia di santi

Sæthryth crebbe alla corte del re Anna dell'Anglia orientale, di cui diverse figlie sono venerate come sante. Lì la fede si trasmetteva di generazione in generazione.

**Preghiera:** Signore, benedici le nostre famiglie e rendile luoghi dove si impara ad amarti.

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

## Giorno 2: Una famiglia ricomposta

Sæthryth era la figliastra del re, nata da un primo matrimonio della regina. Eppure condivise la fede e la vocazione delle sorellastre.

**Preghiera:** Signore, benedici le famiglie ricomposte, e fa' che ciascuno vi trovi il suo posto.

**Gesto del giorno:** Fai un gesto di attenzione verso un familiare che si sente messo da parte.

## Giorno 3: Lasciare il proprio Paese

Poiché in Inghilterra c'erano pochi monasteri, Sæthryth partì per la Gallia. Lasciò la sua terra e la sua lingua per seguire la chiamata di Dio.

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

**Gesto del giorno:** Prega per le persone che vivono lontano dal loro Paese, e accogline una.

## Giorno 4: Entrare in monastero

A Faremoutiers la principessa divenne una monaca tra le altre, sottomessa alla regola e alla badessa. Scelse l'umiltà della vita comune.

**Preghiera:** Signore, insegnami a vivere con gli altri nella mitezza e nel servizio.

**Gesto del giorno:** Rendi un servizio discreto, senza farlo notare.

## Giorno 5: Alla scuola di santa Fara

Sæthryth fu formata da santa Fara, la fondatrice, a sua volta erede dello slancio di san Colombano. La vita cristiana si impara accanto a chi la vive.

**Preghiera:** Signore, grazie per coloro che mi hanno insegnato a conoscerti. Fa' che anch'io diventi a mia volta un testimone.

**Gesto del giorno:** Ringrazia una persona che ti ha aiutato a crescere nella fede.

## Giorno 6: Ricevere un incarico

Alla morte di santa Fara, le consorelle scelsero Sæthryth per succederle. Raccogliere l'eredità di una fondatrice richiede umiltà e coraggio.

**Preghiera:** Signore, aiuta chi riceve una responsabilità dopo un altro a servire con fedeltà.

**Gesto del giorno:** Prega per i superiori delle comunità religiose e per i responsabili della tua parrocchia.

## Giorno 7: Governare servendo

Una badessa è una madre per le sue sorelle. La sua autorità è un servizio, a immagine di Cristo che lava i piedi ai discepoli.

**Preghiera:** Signore, fa' che ogni autorità che esercito sia un servizio e non un dominio.

**Gesto del giorno:** Ascolta con pazienza una persona di cui sei responsabile.

## Giorno 8: Una sorella che raccoglie il testimone

Dopo la morte di Sæthryth, la sorellastra Etelburga divenne a sua volta badessa. L'opera di Dio continua attraverso coloro che vengono dopo di noi.

**Preghiera:** Signore, insegnami a preparare chi verrà dopo di me, e a lasciargli il posto.

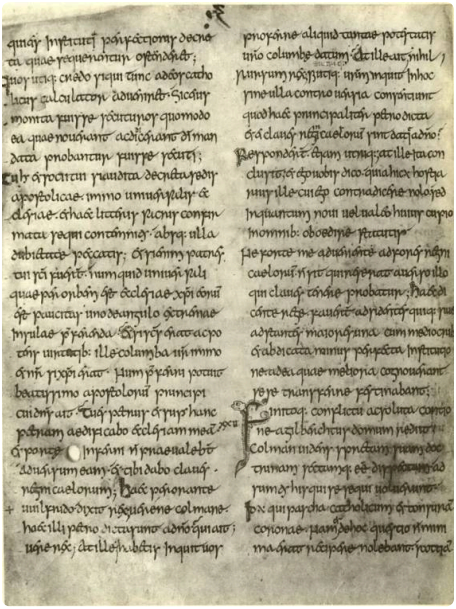
**Gesto del giorno:** Trasmetti a qualcuno un sapere o un'esperienza utile.

## Giorno 9: Una vita nascosta in Dio

Di Sæthryth la storia ha conservato solo poche righe. Ma Dio conosce tutta la sua vita. La santità non si misura dal rumore che fa.

**Preghiera:** Signore, per intercessione di santa Sæthryth, concedimi la grazia che ti chiedo in questa novena, se è secondo la tua volontà, e donami di servirti nel segreto.

**Gesto del giorno:** Partecipa alla Messa, se puoi, e prega per le monache di Faremoutiers.



*La Storia ecclesiastica di Beda, che ci ha tramandato il nome di Sæthryth.*

## Preghiera conclusiva

*Santa Sæthryth,*
*principessa divenuta serva,*
*hai lasciato la tua terra per cercare Dio*
*e hai guidato le tue sorelle con umiltà.*
*Presenta al Signore l'intenzione che ti ho affidato.*
*Custodiscimi fedele nelle piccole cose.*
*Per Cristo nostro Signore. Amen.*

Puoi anche recitare in ogni momento la preghiera a santa Sæthryth, e scoprire la vita di santa Sæthryth.

PELLEGRINAGGIO

# Abbazia di Faremoutiers

L'abbazia di Faremoutiers si trova nel dipartimento di Senna e Marna, nella Brie, vicino alla valle del Grand Morin, a est di Parigi. Fondata verso il 620 da santa Fara, nel VII secolo accolse diverse principesse venute dall'Inghilterra, tra cui santa Sæthryth, che ne fu la seconda badessa. Oggi vi prega una comunità di monache benedettine.

## Una grande abbazia dell'alto Medioevo

Fara, giovane della nobiltà franca, si consacrò a Dio nello slancio del rinnovamento monastico portato in Gallia da san Colombano. Verso il 620 fondò un monastero femminile sulle terre della sua famiglia, al quale diede il suo nome: Faremoutiers, il «monastero di Fara». La comunità seguì prima la regola di Colombano, poi quella di san Benedetto.

Beda il Venerabile riferisce che a metà del VII secolo alcune donne inglesi vi venivano a cercare la vita religiosa, perché nel loro Paese mancavano i monasteri. Sæthryth, figliastra del re Anna dell'Anglia orientale, vi entrò e poi succedette a santa Fara come badessa. La sorellastra Etelburga le succedette verso il 660. L'abbazia attraversò poi i secoli fino alla Rivoluzione, che disperse la comunità. Nel XX secolo alcune monache benedettine sono tornate a Faremoutiers e vi hanno ripreso la vita di preghiera.

## Che cosa si trova

Gli edifici attuali non sono quelli del VII secolo, ma il luogo conserva la memoria di quattordici secoli di vita monastica. La chiesa della comunità accoglie i fedeli per la preghiera delle monache, che cantano l'ufficio nel corso

della giornata. Nel paese vicino si ricordano santa Fara e le badesse venute da oltremanica. Il paesaggio della Brie, con i suoi campi e i suoi boschi, invita alla calma e al raccoglimento.

## Pregare sul posto

Prima di venire, puoi leggere la vita di santa Sæthryth. All'abbazia, unisciti alla preghiera delle monache e affida a santa Sæthryth le persone consacrate, chi vive lontano dal proprio Paese e chi porta una responsabilità, poi recita la preghiera a santa Sæthryth. Puoi anche ricordare santa Fara e santa Etelburga, che vissero nello stesso luogo. Questi suggerimenti sono una proposta di Saintspedia.

## Informazioni pratiche

Faremoutiers si raggiunge in auto da Coulommiers o da Meaux, nel dipartimento di Senna e Marna. L'abbazia è un monastero abitato: si chiedono un abbigliamento decoroso e il silenzio, in particolare durante gli uffici. Gli orari degli uffici e le possibilità di accoglienza possono variare: informati direttamente presso la comunità prima della visita.

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**

- La Storia ecclesiastica di Beda, che ci ha tramandato il nome di Sæthryth.: Immagine: Bede, 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**