

LIBRETTO DA STAMPARE

Santa Sofia di Roma

Vita, preghiera, novena e pellegrinaggio

Festa: 30 settembre

Saintspedia · saintspedia.com

IN BREVE

Santa Sofia di Roma

Vedova romana, madre delle martiri Fede, Speranza e Carità, venerata come martire secondo la tradizione.

Festa	30 settembre
Nascita	II secolo (secondo la tradizione)
Morte	verso il 137 (secondo la tradizione), Roma
Canonizzazione	culto immemorabile
Epoca	II wiek

In questo libretto

La vita

Preghiera a santa Sofia di Roma

Novena a santa Sofia di Roma

Chiesa di Saint-Trophime a Eschau, reliquie di santa Sofia

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 Sofia di Roma

Santa Sofia di Roma è, secondo la tradizione, una vedova cristiana di Roma, madre di tre giovani martiri del II secolo: Fede, Speranza e Carità. Avrebbe assistito al loro supplizio sotto l'imperatore Adriano, verso il 137, e sarebbe poi morta di dolore sulla loro tomba, per cui è onorata come martire del cuore. Il suo culto, attestato a Roma a partire dal VI secolo, si è diffuso in Europa e nel mondo ortodosso. In Alsazia, l'antica abbazia di Eschau ne custodisce le reliquie dal 777. In Occidente la si festeggia tradizionalmente il 30 settembre.

Chi è santa Sofia di Roma?

Il nome Sofia significa in greco «sapienza». Quelli delle sue figlie, *Pistis*, *Elpis* e *Agape*, indicano le tre virtù teologali: la fede, la speranza e la carità. Questa scelta di nomi ha fatto pensare a molti storici che il racconto del loro martirio sia in gran parte simbolico, una sorta di catechesi messa in scena. Non esistono documenti contemporanei ai fatti, e la *Passio* che li racconta è molto più tarda.

Eppure il culto è antico e reale. Martiri con questi nomi erano venerate a Roma, sulla via Aurelia, e la loro memoria è stata circondata da grande fervore. Bisogna quindi distinguere ciò che si sa del culto, che è solido, da ciò che racconta la leggenda, che conserva il suo valore spirituale senza poter essere considerata una cronaca.



Santa Sofia e le sue figlie, icona russa del XVI secolo.

Date principali della vita di Sofia

- **II secolo**: Secondo la tradizione, Sofia, vedova di una famiglia ricca, educa a Roma le sue tre figlie nella fede cristiana.
- **Verso il 137**: Sotto Adriano, Fede, Speranza e Carità vengono martirizzate; la madre le seppellisce fuori città e muore poco dopo vicino alla loro tomba.
- **VI secolo**: Prime testimonianze sicure del loro culto a Roma.
- **VIII secolo**: Papa Paolo I fa trasferire reliquie di martiri romane nella chiesa di San Silvestro, in Campo Marzio.
- **10 maggio 777**: Il vescovo Remigio di Strasburgo porta a Eschau reliquie di santa Sofia e delle sue figlie, ricevute da papa Adriano I.
- **Verso l'845**: Papa Sergio II fa deporre altre reliquie nella basilica di San Martino ai Monti, a Roma.

- **1938**: Nuove reliquie vengono portate da Roma a Eschau dal vescovo di Strasburgo, Charles Ruch.

Il racconto del martirio

Secondo la *Passio*, Sofia, rimasta vedova, conquistava a Cristo molte persone a Roma con l'aiuto delle figlie. Denunciate, compaiono davanti all'imperatore. Colpito dalla nobiltà delle bambine, questi vorrebbe adottarle, a condizione che rinuncino a Cristo. Esse rifiutano. Le fa interrogare una dopo l'altra, pensando di vincere la loro resistenza, ma ciascuna confessa la propria fede. La tradizione attribuisce loro dodici, dieci e nove anni.

Le tre sorelle vengono messe a morte, mentre la madre, risparmiata, le incoraggia fino alla fine. Sofia raccoglie i loro corpi, li seppellisce su una collina fuori città e resta tre giorni in preghiera presso la loro tomba, dove spira. I cristiani la seppelliscono accanto a loro. La Chiesa la annovera tra i martiri perché ha sofferto nel cuore ciò che le figlie hanno sofferto nella carne. La sua storia ricorda quella della madre dei sette fratelli del secondo libro dei Maccabei e quella di santa Felicita di Roma.

Un culto d'Oriente in Occidente

Il culto di santa Sofia e delle sue figlie si è diffuso molto presto nel mondo bizantino e slavo, dove i nomi Vera, Nadežda e Ljubov', traduzioni russe di Fede, Speranza e Carità, sono ancora molto diffusi. La Chiesa ortodossa le festeggia insieme il 17 settembre. Non bisogna confondere questa santa con la Sapienza divina, a cui è dedicata la grande chiesa di Santa Sofia a Costantinopoli, consacrata a Cristo, Sapienza di Dio.

In Occidente Sofia è stata onorata a Roma, a Brescia, in Alsazia, in Germania e in Polonia. Nei paesi germanici la sua festa del 15 maggio la faceva invocare contro le gelate tardive; la si chiamava talvolta «Sofia la fredda».

Eschau, la santa Sofia d'Alsazia

Verso il 770 il vescovo Remigio di Strasburgo, nipote di santa Odilia, fonda un monastero a Eschau, a sud di Strasburgo. Nel 777 vi porta da Roma le reliquie di santa Sofia e delle sue figlie, e l'abbazia prende il nome di Santa Sofia. Nel Medioevo i pellegrini vi accorrono numerosi. L'antica chiesa abbaziale, oggi chiesa parrocchiale di Saint-Trophime, conserva ancora queste reliquie e un bel gruppo scolpito della fine del XV secolo. Nel 1988, a Strasburgo, papa Giovanni Paolo II ha ricordato la memoria della santa parlando della Sapienza eterna.

Iconografia

In Occidente Sofia appare come una matrona, talvolta coronata, circondata dalle tre figlie che portano la palma o gli strumenti del loro supplizio. Alla fine del Medioevo la si raffigura anche come una Madonna della Misericordia, che ripara i figli sotto i lembi del mantello. Le icone orientali la rappresentano in piedi, con le figlie davanti a sé.

Che cosa ci insegna santa Sofia?

Al di là delle incertezze storiche, la figura di Sofia parla a tutte le madri che vedono soffrire i propri figli. Unisce la sapienza alla fede, alla speranza e alla carità, come una madre alle sue figlie. Puoi pregarla per le madri in lutto, per le famiglie provate, per le vedove e per la trasmissione della fede ai figli.

Per pregare con lei, scopri la preghiera a santa Sofia e prepara una visita alla chiesa di Saint-Trophime a Eschau.

Dove pregare santa Sofia?

- **Eschau** (Basso Reno, Francia): la chiesa di Saint-Trophime, antica abbazia di Santa Sofia, che ne custodisce le reliquie.

- **Roma**: la basilica di San Martino ai Monti, dove furono deposte reliquie nel IX secolo.
- **Roma**: la chiesa di San Silvestro in Capite, fondata da papa Paolo I.

Da scoprire anche

- Santa Felicita di Roma, altra madre martire con i suoi sette figli, secondo la tradizione.
- Santa Odilia, patrona dell'Alsazia, zia del vescovo che portò le reliquie a Eschau.
- Santa Monica, modello delle madri cristiane.
- Sant'Agnese di Roma, giovane martire romana.

PREGARE

Preghiera a santa Sofia di Roma

Santa Sofia di Roma è onorata come la madre di tre martiri, Fede, Speranza e Carità. La Chiesa ortodossa le ha dedicato un tropario, l'inno della sua festa, di cui riportiamo qui il senso. Segue una preghiera per le mamme e per le famiglie provate.

Il tropario di santa Sofia

Nella liturgia bizantina un breve canto chiamato tropario riassume la santità della persona festeggiata. Quello di santa Sofia la paragona a un olivo fecondo. Eccone il senso, in parole semplici:

il tropario saluta la venerabile martire Sofia come un olivo carico di frutti, cresciuto negli atri del Signore; ricorda che, con nobili lotte, ha offerto a Cristo il frutto più dolce del suo grembo, le sue tre figlie Fede, Speranza e Carità, e le chiede di intercedere per noi insieme a loro.

Fonte: tropario della festa di santa Sofia e delle sue figlie, liturgia bizantina.

Preghiera a santa Sofia per le mamme

Santa Sofia, madre coraggiosa, tu hai trasmesso alle tue figlie la fede, la speranza e la carità, e le hai accompagnate fino al compimento della loro offerta.

Veglia sulle mamme che portano nel cuore l'inquietudine per i propri figli, su quelle che li vedono malati, smarriti o lontani da Dio, e su quelle che piangono un figlio scomparso.

Tu che sei rimasta tre giorni in preghiera presso la tomba delle tue figlie, consola chi è nel lutto e dona loro la speranza della risurrezione.

Ottienimi la sapienza che viene da Dio, per amare senza possedere e trasmettere la fede con la mia vita. Ti affido la mia intenzione: (nominala in silenzio). Amen.

Intenzioni da affidare a santa Sofia

- Per le mamme e le vedove.
- Per i genitori che piangono la morte di un figlio.
- Per la trasmissione della fede nelle famiglie.
- Per i bambini e i giovani perseguitati a causa della loro fede.

Quando pregare santa Sofia?

Santa Sofia si festeggia tradizionalmente il 30 settembre in Occidente, e il 15 maggio in alcune regioni come l'Alsazia; la Chiesa ortodossa la festeggia il 17 settembre. Per un tempo di preghiera più lungo, segui la novena a santa Sofia di Roma e scopri la vita di santa Sofia di Roma.

NOVENA

Novena a santa Sofia di Roma

Questa novena a santa Sofia di Roma si fonda sul racconto tradizionale di Sofia, la vedova il cui nome significa «sapienza», e delle sue tre figlie, Fede, Speranza e Carità. Gli storici sottolineano che gran parte di questo racconto è narrata in forma simbolica, ed è proprio il suo senso spirituale che questa novena esplora. Per concluderla nel giorno della sua festa tradizionale in Occidente, il 30 settembre, iniziala il 22 settembre. È particolarmente adatta alle mamme, ai genitori in lutto e alle famiglie che desiderano trasmettere la fede.

Come pregare questa novena?

Ogni giorno trova un momento di calma. Leggi la meditazione, recita la preghiera del giorno, poi un Padre nostro, un'Ave Maria e un Gloria al Padre. Il piccolo gesto proposto aiuta a portare la preghiera nella tua giornata, spesso in famiglia. Se salti un giorno, riprendi semplicemente da dove eri arrivato.

Giorno 1: La sapienza che viene dall'alto

Sofia significa «sapienza». La Scrittura ci insegna che la vera sapienza viene da Dio e comincia dal timore del Signore. Prima di essere martire, Sofia fu una donna che cercava la sapienza di Dio per la sua vita e per la sua casa.

Preghiera: Santa Sofia, ottienimi la sapienza che viene dall'alto, perché io guardi la mia vita con gli occhi di Dio. Amen.

Gesto del giorno: Leggere qualche versetto del libro della Sapienza o del libro dei Proverbi.

Giorno 2: Una vedova che si fidava

Secondo la tradizione, Sofia era una vedova che crebbe da sola le sue figlie. Non lasciò che il lutto le chiudesse il cuore, ma lo rivolse a Dio e agli altri.

Preghiera: Signore, per la preghiera di santa Sofia, sostieni le vedove e i genitori che crescono da soli i loro figli, e dona loro forza e amici lungo il cammino. Amen.

Gesto del giorno: Chiedere notizie a una persona vedova o a un genitore solo che conosci.

Giorno 3: La fede

La sua prima figlia si chiamava Fede. La fede è il dono con cui affidiamo a Dio tutta la nostra vita, anche quando non vediamo dove ci conduce.

Preghiera: Santa Sofia, aiutami a credere con una fede semplice e salda, e a trasmetterla a coloro che amo. Amen.

Gesto del giorno: Recitare lentamente il Credo, parola dopo parola.

Giorno 4: La speranza

La sua seconda figlia si chiamava Speranza. La speranza guarda oltre la sofferenza e la morte, verso la promessa della vita eterna. Non nega il dolore, ma rifiuta di lasciargli l'ultima parola.

Preghiera: Signore, per intercessione di santa Sofia, rinnova la mia speranza quando sono scoraggiato e ridona la speranza a chi l'ha perduta. Amen.

Gesto del giorno: Incoraggiare una persona che sta attraversando un periodo difficile.

Giorno 5: La carità

La sua terza figlia si chiamava Carità. L'amore è la più grande delle virtù, dice san Paolo, quella che non passerà mai. La casa di Sofia era una scuola d'amore.

Preghiera: Santa Sofia, insegnami ad amare con pazienza e bontà, a cominciare dalla mia famiglia. Amen.

Gesto del giorno: Avere un'attenzione per un membro della tua famiglia, senza che te lo chieda.

Giorno 6: Testimoni a Roma

La tradizione racconta che Sofia e le sue figlie conquistavano a Cristo molte persone a Roma. La loro fede non era nascosta: si condivideva e attirava gli altri.

Preghiera: Signore, per la preghiera di santa Sofia, dammi il coraggio di parlare di te con semplicità, e fa' della mia casa un luogo dove si possa incontrarti. Amen.

Gesto del giorno: Invitare qualcuno a pregare con te, o condividere una parola di fede con un amico.

Giorno 7: Restare saldi

Condotte davanti all'imperatore, che voleva adottarle se avessero rinunciato a Cristo, le tre ragazze rifiutarono. La loro madre le incoraggiò fino alla fine.

Preghiera: Santa Sofia, prega per i bambini e i giovani perseguitati oggi per la loro fede, e fortifica tutti i cristiani che soffrono per Cristo. Amen.

Gesto del giorno: Pregare per i cristiani perseguitati, o informarti su una comunità che soffre per la propria fede.

Giorno 8: Il dolore di una madre

Sofia seppellì le sue figlie e rimase tre giorni in preghiera presso la loro tomba, dove spirò. La Chiesa la annovera tra i martiri perché ha sofferto nel cuore ciò che le figlie hanno sofferto nella carne.

Preghiera: Signore, per intercessione di santa Sofia, consola i genitori che piangono un figlio e dona loro la speranza della risurrezione. Amen.

Gesto del giorno: Pregare per dei genitori in lutto, o accendere una candela per un bambino defunto.

Giorno 9: La fede, la speranza e la carità rimangono

Secoli dopo, Sofia e le sue figlie sono ancora onorate, da Roma a Eschau, in Alsazia, e in tutto il mondo ortodosso. Ciò che una madre trasmette nella fede non scompare. In Russia e in tutta l'Europa orientale molte bambine portano ancora i nomi Vera, Nadežda e Ljubov', in ricordo di queste tre sorelle.

Preghiera: Santa Sofia, al termine di questa novena ti affido la mia intenzione. Ottieni alla mia famiglia i doni della fede, della speranza e della carità. Amen.

Gesto del giorno: Pregare in famiglia, o benedire i tuoi figli o i tuoi figliocci.

Preghiera conclusiva

Santa Sofia, madre di Fede, Speranza e Carità,
tu hai educato le tue figlie nell'amore di Cristo
e sei rimasta accanto a loro fino alla fine.
Metto nelle tue mani l'intenzione di questi nove giorni.
Prega per le mamme e le vedove, per i genitori in lutto,
per i bambini perseguitati a causa della fede,
e per ogni famiglia che desidera trasmettere il Vangelo.
Ottienici la sapienza che viene da Dio
e un cuore pieno di fede, di speranza e di amore.
Amen.

In Alsazia, la chiesa di Saint-Trophime a Eschau, antica abbazia di Santa Sofia vicino a Strasburgo, custodisce reliquie di santa Sofia dal 777. Per saperne di più, scopri la vita di santa Sofia di Roma o recita la preghiera a santa Sofia.

PELLEGRINAGGIO

Chiesa di Saint-Trophime a Eschau, reliquie di santa Sofia

La chiesa di Saint-Trophime a Eschau, una dozzina di chilometri a sud di Strasburgo, è l'antica chiesa abbaziale di un monastero femminile fondato nell'VIII secolo. Dal 777 custodisce reliquie di santa Sofia di Roma e delle sue tre figlie, Fede, Speranza e Carità, portate da Roma dal vescovo Remigio di Strasburgo. Bella chiesa romanica, è il principale luogo di devozione a santa Sofia in Francia.

Un'abbazia fondata dal vescovo Remigio

Verso il 770 Remigio, vescovo di Strasburgo e nipote di santa Odilia, fonda un monastero sulle sue terre di Eschau, lungo un'antica strada romana. Il monastero è posto dapprima sotto il patrocinio di san Trofimo di Arles. Nel 777 Remigio torna da Roma con reliquie ricevute da papa Adriano I: quelle di santa Sofia e delle sue figlie. Nel suo testamento del 778 racconta di averle portate lui stesso sulle spalle fino alla chiesa abbaziale. Il monastero prende allora il nome di abbazia di Santa Sofia.

Nel Medioevo le reliquie attirano numerosi pellegrini. Nel XII secolo una badessa fa persino costruire una foresteria per accoglierli. L'abbazia finisce per scomparire, ma la chiesa rimane e oggi è luogo di culto parrocchiale.



La chiesa di Saint-Trophime a Eschau, antica abbazia di Santa Sofia.

Che cosa vedere

La chiesa attuale, a pianta basilicale, risale in gran parte alla fine del X o all'inizio dell'XI secolo, il che ne fa uno degli edifici romanici più antichi dell'Alsazia. La sua navata sobria, ad arcate semplici, invita al raccoglimento.

Il visitatore vi scopre le reliquie di santa Sofia, esposte in un reliquiario, e soprattutto un gruppo scolpito in legno policromo della fine del XV secolo: santa Sofia, alla maniera di una Madonna della Misericordia, ripara le tre figlie sotto il suo mantello. Quest'opera tardogotica, di grande dolcezza, è una delle rappresentazioni più toccanti della santa.

Pellegrinaggio e festa

La parrocchia di Eschau onora santa Sofia durante l'anno, in particolare intorno al 15 maggio, data tradizionale della sua festa in Alsazia, e al 30 settembre. Nel 1938 il vescovo di Strasburgo, Charles Ruch, vi portò nuove reliquie giunte da Roma, ravvivando la devozione. Le famiglie vengono ad affidarle i loro figli, e le madri provate vi trovano consolazione.

Prima della visita puoi rileggere la vita di santa Sofia di Roma. Davanti al gruppo scolpito, un momento di silenzio permette di affidare una famiglia, un figlio o un lutto. La preghiera a santa Sofia si presta bene a questo momento.

Gli altri luoghi di santa Sofia

- **Roma**: la basilica di San Martino ai Monti, dove papa Sergio II fece deporre reliquie verso l'845.
- **Roma**: la chiesa di San Silvestro in Capite, legata alle traslazioni di papa Paolo I.
- **Brescia**: l'antico monastero di Santa Giulia, che ricevette una parte delle reliquie.
- **Strasburgo**: la cattedrale, sede dei vescovi che hanno vegliato su questo culto.

Informazioni pratiche

Eschau è un comune dell'Eurometropoli di Strasburgo, a sud della città, tra Illkirch-Graffenstaden e Plobsheim. Ci si arriva in auto, in bicicletta lungo le piste ciclabili che costeggiano il canale, o in autobus da Strasburgo. La chiesa è un luogo di culto parrocchiale: gli orari di apertura possono variare. Informati presso la parrocchia o l'ufficio del turismo prima di partire, soprattutto se desideri venire in gruppo o in occasione della festa.

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: Didivo67, CC BY-SA 4.0, via Wikimedia Commons. Fonte · Licenza
- Santa Sofia e le sue figlie, icona russa del XVI secolo.: Immagine: Anonimous, Novgorod school, pubblico dominio, via Wikimedia Commons. Fonte · Licenza
- La chiesa di Saint-Trophime a Eschau, antica abbazia di Santa Sofia.: Immagine: Edelseider, CC BY-SA 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