

LIBRETTO DA STAMPARE

Santo Stefano il Sabaita

Vita, preghiera e novena

Festa: 31 marzo

Saintspedia · saintspedia.com

IN BREVE

Santo Stefano il Sabaita

Monaco del monastero di Mar Saba in Palestina nell'VIII secolo, nipote di san Giovanni Damasceno, eremita e padre spirituale.

Festa	31 marzo, 13 luglio
Nascita	725
Morte	794, monastero di Mar Saba (Giudea)
Canonizzazione	culto immemorabile
Epoca	VIII secolo

In questo libretto

La vita

Preghiera a santo Stefano il Sabaita per la pace del cuore

Novena a santo Stefano il Sabaita

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

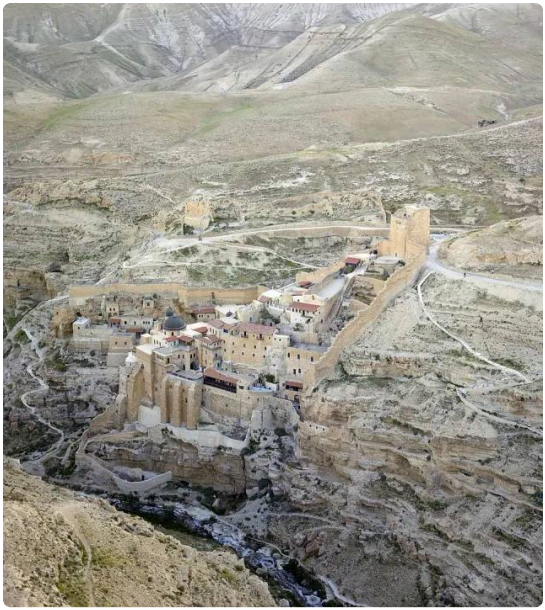
Santo Stefano il Sabaita

Santo Stefano il Sabaita è un monaco dell'VIII secolo, nipote di san Giovanni Damasceno. Entrato bambino nel monastero di San Saba, o Mar Saba, nel deserto di Giudea, vi trascorse tutta la vita, prima al servizio dei fratelli, poi come eremita e padre spirituale. Morì nel 794. Si festeggia il 31 marzo, e alcuni calendari lo commemorano anche il 13 luglio.

Chi è santo Stefano il Sabaita?

Stefano nasce nel 725 nella famiglia di san Giovanni Damasceno, nel Vicino Oriente allora sotto dominazione araba. Rimasto orfano molto presto, viene affidato allo zio, il monaco e teologo Giovanni Damasceno, che a dieci anni lo fa entrare nella grande laura fondata da san Saba nel V secolo. Conosciamo la sua vita grazie al suo discepolo Leonzio, che ne scrisse la biografia poco dopo la morte; ci è giunta in greco e in antiche traduzioni, in particolare araba e georgiana.

Non va confuso con un altro monaco di Mar Saba con lo stesso nome, Stefano il Melode, poeta e autore di inni liturgici morto all'inizio del IX secolo. I due personaggi vengono spesso confusi nelle schede biografiche, al punto che alcune gli attribuiscono inni e date che appartengono piuttosto all'altro.



Il monastero di Mar Saba, nel deserto di Giudea.

Date principali della vita di Stefano

- **725**: Nasce nella famiglia di san Giovanni Damasceno.
- **Verso il 735**: A circa dieci anni entra nel monastero di Mar Saba, dove vive suo zio Giovanni Damasceno.
- **Anni 735-750**: Giovane monaco, serve la comunità in diversi incarichi.
- **Metà dell'VIII secolo**: Ottiene di vivere da eremita, restando disponibile ad accogliere e consigliare chi viene da lui.
- **794**: Muore nel monastero di Mar Saba, a quasi settant'anni.
- **Poco dopo**: Il suo discepolo Leonzio scrive la sua Vita.

Un bambino nel deserto

Il monastero di Mar Saba è aggrappato alle rupi della valle del Cedron, tra Gerusalemme e il Mar Morto. Fondato da san Saba nel 483, nell'VIII secolo è uno dei grandi centri della vita monastica e del pensiero cristiano in Oriente. È lì che Giovanni Damasceno scrive le sue grandi opere teologiche e difende le sante immagini.

Il piccolo Stefano vi cresce all'ombra dello zio. Impara la preghiera, il canto dei salmi, il lavoro e l'obbedienza. Per lunghi anni serve i fratelli nei compiti della comunità. È questa scuola di umiltà e di servizio a prepararlo a ciò che verrà.

L'eremita disponibile

Giunto all'età adulta, Stefano desidera una vita più solitaria. Secondo il racconto della sua vita, l'egumeno, cioè l'abate, gli concede di vivere da eremita per una parte della settimana, a condizione di ricevere e consigliare, negli altri giorni, chi viene a cercarlo. Si racconta che avesse appeso alla porta della sua cella un biglietto in cui chiedeva di non essere disturbato, tranne nei giorni stabiliti per le visite.

Questo equilibrio tra solitudine e accoglienza diventa il segno della sua santità. Monaci e laici vengono a chiedergli consiglio, conforto o preghiera. Il suo biografo dice di lui che dava l'aiuto che gli veniva chiesto, e che non possedeva nulla pur avendo tutto. È famoso per i suoi miracoli, che gli hanno valso in Oriente il soprannome di Taumaturgo, cioè «operatore di miracoli».

Culto e iconografia

Stefano muore nel 794 nel monastero di Mar Saba, dove aveva trascorso quasi sessant'anni. È venerato come santo sia dalla Chiesa cattolica sia dalle Chiese ortodosse, senza processo di canonizzazione, secondo l'uso dei primi secoli. Nel calendario cattolico si festeggia il 31 marzo, giorno della sua morte; alcuni

calendari lo commemorano il 13 luglio. Gli ortodossi lo festeggiano il 28 ottobre. Nell'iconografia orientale è raffigurato come un monaco ancora giovane, con la barba a punta.

Che cosa ci insegna santo Stefano il Sabaita?

Stefano ha vissuto tutta la vita nello stesso monastero, senza viaggi né clamore. La sua santità è fatta di fedeltà, di preghiera e di disponibilità. Ha saputo proteggere il suo tempo di silenzio restando aperto a chi aveva bisogno di lui. È un modello per il nostro tempo, in cui è così difficile trovare l'equilibrio tra riposo, preghiera e servizio. Puoi pregarlo per ritrovare la pace interiore, per chi accompagna gli altri nel cammino spirituale e per i cristiani di Terra Santa.

Dove pregare santo Stefano il Sabaita?

- **Deserto di Giudea**: il monastero di Mar Saba, dove visse e morì, ancora oggi abitato da monaci ortodossi (l'accesso all'interno è riservato agli uomini).
- **Gerusalemme**: i santuari della Città Santa, vicini al deserto in cui visse.
- **Ovunque**: nel silenzio della tua stanza, come faceva lui nella sua cella.

Da scoprire anche

- San Giovanni Damasceno, suo zio, dottore della Chiesa.
- San Saba, fondatore del monastero in cui visse.
- Sant'Antonio abate, padre dei monaci e degli eremiti.
- San Giovanni Climaco, altro maestro della vita monastica in Oriente.

PREGARE

Preghiera a santo Stefano il Sabaita per la pace del cuore

Santo Stefano il Sabaita, nipote di san Giovanni Damasceno, entrò bambino nel monastero di Mar Saba, nel deserto di Giudea, e vi visse fino alla morte, nel 794. Eremita per una parte della settimana, negli altri giorni accoglieva e consigliava chi veniva da lui. Questa preghiera è ispirata alla sua vita; non è un testo liturgico ufficiale. Chiede la pace interiore e l'equilibrio tra la preghiera e il servizio.

Preghiera a santo Stefano il Sabaita

Santo Stefano,
figlio del deserto e monaco di Mar Saba,
fin dalla giovinezza hai imparato
a cercare Dio nel silenzio e nella preghiera.
Hai servito i tuoi fratelli con umiltà
prima di ritirarti nella solitudine.

Nella tua cella ascoltavi Dio;
alla tua porta accoglievi chi soffriva.
Non possedevi nulla,
eppure donavi a ciascuno ciò di cui aveva bisogno.

Insegnami a custodire un tempo di silenzio per Dio
in mezzo alle mie giornate piene.
Insegnami anche ad aprire la mia porta
a chi ha bisogno di ascolto e di conforto.
Donami la pace del cuore,
il distacco e la carità.

Prega per i monaci e gli eremiti,
per chi accompagna gli altri nel cammino spirituale
e per i cristiani di Terra Santa.
Per Cristo nostro Signore. Amen.

Quando pregare santo Stefano il Sabaita?

- Nel giorno della sua festa, il 31 marzo.
- Quando sei sommerso dagli impegni e fatichi a trovare tempo per Dio.
- Prima di ascoltare o consigliare una persona in difficoltà.
- Durante la Quaresima, tempo di deserto e di preghiera.

- Per i cristiani di Terra Santa e del Vicino Oriente.

Una breve invocazione

Puoi ripetere, nel mezzo della tua giornata:

> *Signore, custodisci il mio cuore nella tua pace.*
> *Santo Stefano, prega per noi. Amen.*

Per prepararti alla sua festa puoi pregare la novena a santo Stefano il Sabaita dal 23 al 31 marzo, e scoprire la vita di santo Stefano il Sabaita.

NOVENA

Novena a santo Stefano il Sabaita

Questa novena è ispirata alla vita di santo Stefano il Sabaita, monaco ed eremita del monastero di Mar Saba, morto nel 794. Non è un testo liturgico ufficiale. Per concluderla nel giorno della sua festa, il 31 marzo, comincia il 23 marzo. Cade spesso in Quaresima, e puoi pregarla in qualsiasi 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: «Santo Stefano, prega per noi.» Il gesto del giorno ti aiuta a vivere la novena concretamente.

Giorno 1: Un orfano accolto

Rimasto orfano molto presto, Stefano fu affidato allo zio, Giovanni Damasceno. Dio non lo ha lasciato solo: gli ha dato una famiglia nella comunità dei monaci.

Preghiera: Signore, veglia sui bambini orfani e su chi li accoglie.

Gesto del giorno: Prega per i bambini in affido e per le famiglie affidatarie, oppure sostieni un'opera che li aiuta.

Giorno 2: Un bambino in monastero

A dieci anni Stefano entrò a Mar Saba. Lì imparò a pregare fin da bambino. Ciò che si riceve da giovani segna tutta una vita.

Preghiera: Signore, fa' che i bambini imparino a pregarti. Benedici chi li aiuta.

Gesto del giorno: Insegna una preghiera a un bambino, oppure prega con lui.

Giorno 3: Servire i fratelli

Per lunghi anni Stefano servì la comunità nei compiti di ogni giorno. Il servizio umile è una scuola di santità.

Preghiera: Signore, insegnami a servire senza cercare di essere visto.

Gesto del giorno: Rendi un servizio discreto in casa o al lavoro.

Giorno 4: L'esempio di un maestro

Stefano crebbe accanto a Giovanni Damasceno, grande teologo e uomo di preghiera. I santi si aiutano a vicenda a camminare verso Dio.

Preghiera: Signore, grazie per chi mi ha mostrato la strada. Che io sia a mia volta un esempio per gli altri.

Gesto del giorno: Leggi qualche riga di un autore spirituale.

Giorno 5: Il desiderio di solitudine

Stefano desiderò vivere da eremita per essere tutto di Dio. Il silenzio non è una fuga: è uno spazio in cui Dio può parlare.

Preghiera: Signore, donami il gusto del silenzio. Fa' tacere in me ciò che mi impedisce di ascoltarti.

Gesto del giorno: Spegni telefono e schermi per un'ora per pregare o leggere la Parola.

Giorno 6: Una porta aperta

L'abate chiese a Stefano di accogliere e consigliare i visitatori in alcuni giorni. L'eremita accettò: la sua solitudine non doveva chiuderlo agli altri.

Preghiera: Signore, custodisci il mio cuore aperto a chi ha bisogno di me, anche quando preferirei essere lasciato in pace.

Gesto del giorno: Prenditi il tempo di ascoltare davvero una persona che ne ha bisogno.

Giorno 7: Non possedere nulla

Il suo biografo dice che Stefano non possedeva nulla, eppure aveva tutto. La povertà scelta libera il cuore per Dio e per gli altri.

Preghiera: Signore, staccami da ciò che possiedo. Sii tu il mio unico tesoro.

Gesto del giorno: Dona un oggetto o una somma di denaro a una persona nel bisogno.

Giorno 8: Il consigliere

Molti venivano a cercare presso Stefano consiglio e conforto. Lui dava a ciascuno l'aiuto richiesto. La parola di un uomo di preghiera può guarire.

Preghiera: Signore, benedici i sacerdoti, i religiosi e i laici che accompagnano gli altri. Dona loro la sapienza.

Gesto del giorno: Incoraggia qualcuno con una parola gentile.

Giorno 9: La fedeltà di una vita

Stefano morì nel 794 nel monastero in cui era entrato da bambino, quasi sessant'anni prima. La sua vita fu una lunga fedeltà, senza clamore, ma piena di Dio.

Preghiera: Signore, custodiscimi fedele tutti i giorni della mia vita. Per intercessione di santo Stefano il Sabaita, concedimi la grazia che ti chiedo in questa novena, se è la tua volontà.

Gesto del giorno: Prega per i monaci di Mar Saba e per la pace in Terra Santa.

Vivere la novena con santo Stefano il Sabaita

Santo Stefano ha trovato un equilibrio tra solitudine e accoglienza. In questi nove giorni cerca di custodire ogni giorno un tempo di silenzio per Dio, come lui custodiva i suoi giorni di ritiro, e di restare disponibile per chi ha bisogno di te. Questa novena cade spesso in Quaresima: può diventare un piccolo deserto interiore, da vivere in mezzo alla tua vita di ogni giorno.

Preghiera conclusiva

Santo Stefano il Sabaita,
monaco del deserto e amico dei poveri,
hai cercato Dio nel silenzio
e hai accolto chi bussava alla tua porta.
Presenta a Dio l'intenzione che ho portato in questi nove giorni.
Donami la pace del cuore,
il gusto della preghiera
e la generosità nel servizio.
Per Cristo nostro Signore. Amen.

Puoi anche recitare in qualsiasi momento la preghiera a santo Stefano il Sabaita e scoprire la vita di santo Stefano il Sabaita.

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
- Il monastero di Mar Saba, nel deserto di Giudea.: Immagine: Godot13, Attribution, via Wikimedia Commons. Fonte

✦

Altri libretti gratuiti

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

saintspedia.com