

# LA REGOLA

Scopo e fondamento della vita comune.

**1. 1.** Questi sono i precetti che prescriviamo a voi stabiliti nel monastero.

**1. 2.** Il motivo essenziale per cui vi siete insieme riuniti è che viviate unanimi nella casa <sup>1</sup> e abbiate unità di mente e di cuore protesi verso Dio <sup>2</sup>.

**1. 3.** Non dite di nulla: È mio, ma tutto sia comune fra voi. Il superiore distribuisca a ciascuno di voi il vitto e il vestiario <sup>3</sup>; non però a tutti ugualmente, perché non avete tutti la medesima salute, ma ad ognuno secondo le sue necessità. Infatti così leggete negli Atti degli Apostoli: *Essi avevano tutto in comune e si distribuiva a ciascuno secondo le sue necessità* <sup>4</sup>.

**1. 4.** Chi, da secolare, possedeva dei beni, entrato che sia nel monastero, li metta volentieri in comune.

**1. 5.** Chi poi non ne possedeva, non ricerchi nel monastero ciò che nemmeno fuori poteva avere. Tuttavia si vada incontro ai bisogni della sua insufficienza, anche se, quando egli si trovava fuori, la sua povertà non era neppure in grado di procurargli l'indispensabile. Solo che non si ritenga felice per aver conseguito quel vitto e quelle vesti che fuori non si poteva permettere.

L'umiltà.

**1. 6.** Né si monti la testa per il fatto di essere associato a chi, nel mondo, nemmeno osava avvicinare, ma tenga il cuore in alto e non ricerchi le vanità della terra <sup>5</sup>, affinché i monasteri, se ivi i ricchi si umiliano e i poveri si vantano, non comincino ad essere utili ai ricchi e non ai poveri.

**1. 7.** D'altra parte, quelli che credevano di valere qualcosa nel mondo <sup>6</sup>, non disdegnino i loro fratelli che sono pervenuti a quella santa convivenza da uno stato di povertà. Vogliano anzi gloriarsi non della dignità di ricchi genitori ma della convivenza con i fratelli poveri. Né si vantino per aver trasferito alla Comunità qualche parte dei loro beni; né il fatto di distribuire al monastero le loro ricchezze, anziché averle godute nel mondo, costituisca per essi motivo di maggiore orgoglio. Se infatti ogni altro vizio spinge a compiere azioni cattive, la superbia tende insidie anche alle buone per guastarle; e che giova spogliarsi dei propri beni dandoli ai poveri e diventare povero, se la misera anima nel disprezzare le ricchezze diviene più superba che non quando le possedeva <sup>7</sup>?

**1. 8.** Tutti dunque vivete unanimi e concordi e, in voi, onorate reciprocamente Dio <sup>8</sup> di cui siete fatti tempio <sup>9</sup>.

La preghiera.

**2. 1.** Attendete con alacrità alle preghiere <sup>10</sup> nelle ore e nei tempi stabiliti.

**2. 2.** L'oratorio sia adibito esclusivamente allo scopo per cui è stato fatto e che gli ha dato il nome. Se perciò qualcuno, avendo tempo, volesse pregare anche fuori delle ore stabilite, non ne sia ostacolato da chi abbia ritenuto conveniente adibire l'oratorio a scopi diversi.

**2. 3.** Quando pregate Dio con salmi ed inni, meditate nel cuore ciò che proferite con la voce.

**2. 4.** E non vogliate cantare se non quanto è previsto per il canto. Evitate quindi ciò che al canto non è destinato.

Frugalità e mortificazione.

**3. 1.** Domate la vostra carne con digiuni ed astinenze dal cibo e dalle bevande, per quanto la salute lo permette. Ma se qualcuno non può digiunare, non prenda cibi fuori dell'ora del pasto se non quando è malato.

**3. 2.** Sedendo a mensa e finché non vi alzate, ascoltate senza rumore e discussioni ciò che secondo l'uso vi si legge, affinché non si sfami soltanto la gola, ma anche le orecchie appetiscano la parola di Dio <sup>11</sup>.

Deboli e robusti; sani e ammalati.

**3. 3.** Se alcuni vengono trattati con qualche riguardo nel vitto perché più delicati per il precedente tenore di vita, ciò non deve recare fastidio né sembrare ingiusto a quegli altri che un differente tenore ha reso più forti. Né devono crederli più fortunati perché mangiano quel che non mangiano essi; debbono anzi rallegrarsi con se stessi per essere capaci di maggiore frugalità.

**3. 4.** Così, pure, se a quanti venuti in monastero da abitudini più raffinate si concedono abiti, letti e coperte che non si danno agli altri che sono più robusti e perciò veramente più fortunati, quest'ultimi devono considerare quanto i loro compagni siano scesi di livello passando dalla loro vita mondana a questa, benché non abbiano potuto eguagliare la frugalità di coloro che sono di più forte costituzione fisica. E poi, non debbono tutti pretendere quelle cose che sono concesse in più ad alcuni non per onore ma per tolleranza, onde evitare quel disordine detestabile per cui in monastero i ricchi si mortificano quanto più possono, mentre i poveri si fanno schizzinosi.

**3. 5.** D'altra parte, siccome gli ammalati devono mangiare meno per non aggravarsi, durante la loro convalescenza dovranno essere trattati in modo da potersi ristabilire al più presto, anche se provenissero da una povertà estrema; infatti la recente malattia ha loro procurato quello stato di debolezza che il precedente tenore di vita aveva lasciato nei ricchi. Ma appena si siano ristabiliti, tornino alla loro vita normale, che è certamente più felice, poiché è tanto più consona ai servi di Dio quanto meno è esigente. Ormai guariti, il piacere non li trattenga in quella vita comoda a cui li avevano sollevati le esigenze della malattia. Si considerino anzi più ricchi se saranno più forti nel sopportare la frugalità, perché è meglio aver meno bisogni che possedere più cose <sup>12</sup>.

Tenere un contegno irrepreensibile.

**4. 1.** Il vostro abito non sia appariscente; non cercate di piacere per le vesti ma per il contegno.

**4. 2.** Quando uscite, andate insieme ed insieme rimanete quando sarete giunti a destinazione.

**4. 3.** Nel modo di procedere o di stare, in ogni vostro atteggiamento, non vi sia nulla che offenda lo sguardo altrui ma tutto sia consono al vostro stato di consacrazione.

**4. 4.** Gli occhi, anche se cadono su qualche donna, non si fissino su alcuna. Certo, quando uscite, non vi è proibito vedere donne, ma sarebbe grave desiderarle o voler essere da loro desiderati <sup>13</sup>, perché non soltanto con il tatto e l'affetto ma anche con lo sguardo la concupiscenza di una donna ci provoca ed è a sua volta provocata. E perciò non dite di avere il cuore pudico se avete l'occhio impudico, perché l'occhio impudico è rivelatore di un cuore impudico. Quando poi due cuori si rivelano impuri col mutuo sguardo, anche senza scambiarsi una parola, e si compiacciono con reciproco ardore del desiderio carnale, la castità fugge ugualmente dai costumi, anche se i corpi rimangono intatti dall'immonda violazione.

**4. 5.** Ed inoltre chi fissa gli occhi su una donna e si diletta di esser da lei fissato, non si faccia illusione che altri non notino questo suo comportamento: è notato certamente e persino da chi non immaginava. Ma supposto che rimanga nascosto e nessuno lo veda, che conto farà di Colui che scruta dall'alto e al quale non si può nascondere nulla <sup>14</sup>? Dovrà forse credere che non veda, perché nel vedere è tanto più paziente quanto più sapiente? L'uomo consacrato tema dunque di spiacere a Dio per non piacere impuramente ad una donna; pensi che Dio vede tutto, per non desiderare di vedere impuramente una donna, ricordando che anche in questo caso si raccomanda il Suo santo timore dov'è scritto: *È detestato dal Signore chi fissa lo sguardo* <sup>15</sup>.

**4. 6.** Quando dunque vi trovate insieme in chiesa e dovunque si trovino pure donne, proteggete a vicenda la vostra pudicizia. Infatti quel Dio che abita in voi <sup>16</sup>, vi proteggerà pure in questo modo, per mezzo cioè di voi stessi.

## Correzione fraterna.

**4. 7.** E se avvertirete in qualcuno di voi questa petulanza degli occhi di cui vi parlo, ammonitelo subito, affinché il male non progredisca ma sia stroncato fin dall'inizio.

**4. 8.** Se poi, anche dopo l'ammonizione, lo vedrete ripetere la stessa mancanza in quel giorno o in qualsiasi altro, chiunque se ne accorga lo riveli come se si trattasse di un ferito da risanare. Prima però lo indichi ad un secondo o a un terzo, dalla cui testimonianza potrà essere convinto e quindi, con adeguata severità, indotto ad emendarsi <sup>17</sup>. Non giudicatevi malevoli quando segnalate un caso del genere; al contrario non sareste affatto più benevoli se tacendo permetteste che i vostri fratelli perissero, mentre potreste salvarli parlando. Se infatti tuo fratello avesse una ferita e volesse nascondersela per paura della cura, non saresti crudele a tacerlo e pietoso a palesarlo? Quanto più dunque devi denunciarlo perché non imputridisca più rovinosamente nel cuore?

**4. 9.** Tuttavia, qualora dopo l'ammonizione abbia trascurato di correggersi, prima di indicarlo agli altri che dovrebbero convincerlo se nega, si deve parlarne preventivamente al superiore: si potrebbe forse evitare così, con un rimprovero più segreto, che lo sappiano altri. Se negherà, allora al preteso innocente si opporranno gli altri testimoni: alla presenza di tutti dovrà essere incolpato non più da uno solo ma da due o tre persone <sup>18</sup> e, convinto, sostenere, a giudizio del superiore o anche del presbitero competenti, la punizione riparatrice. Se ricuserà di subirla, anche se non se ne andrà via spontaneamente, sia espulso dalla vostra comunità. Neppure questo è atto di crudeltà ma di pietà, per evitare che rovini molti altri col suo contagio pestifero.

**4. 10.** Quanto ho detto sull'immodestia degli occhi, si osservi con diligenza e fedeltà anche nello scoprire, proibire, giudicare, convincere e punire le altre colpe, usando amore per le persone e odio per i vizi.

**4. 11.** Chiunque poi fosse andato tanto oltre nel male da ricevere di nascosto da una donna lettere o qualsiasi dono anche piccolo, se lo confesserà spontaneamente gli si perdoni pregando per lui; se invece sarà colto sul fatto e convinto, lo si punisca molto severamente, a giudizio del presbitero o del superiore.

## Oggetti d'uso quotidiano e loro distribuzione.

**5. 1.** Conservate i vostri abiti in un luogo unico, sotto uno o due custodi o quanti basteranno a ravviarli per preservarli dalle tarme; e, come siete nutriti da un sola dispensa, così vestitevi da un solo guardaroba. Se possibile, non curatevi di quali indumenti vi vengano dati secondo le esigenze della stagione, se cioè riprendete quello smesso in passato o uno diverso già indossato da un altro; purché non si neghi a nessuno l'occorrente <sup>19</sup>. Se invece da ciò sorgono tra voi discussioni e mormorazioni <sup>20</sup>, se cioè qualcuno si lamenta di aver ricevuto una veste peggiore della precedente e della sconvenienza per lui di vestire come si vestiva un altro suo confratello, ricavatene voi stessi una prova di quanto vi manchi del santo abito interiore del cuore, dato che litigate per gli abiti del corpo. Comunque, qualora questa vostra debolezza venga tollerata e vi si consenta di riprendere quello che avevate deposto, lasciate nel guardaroba comune e sotto comuni custodi quello che deponete.

**5. 2.** Allo stesso modo nessuno mai lavori per se stesso ma tutti i vostri lavori tendano al bene comune e con maggiore impegno e più fervida alacrità che se ciascuno li facesse per sé. Infatti la carità di cui è scritto che *non cerca il proprio tornaconto* <sup>21</sup>, va intesa nel senso che antepone le cose comuni alle proprie, non le proprie alle comuni. Per cui vi accorgete di aver tanto più progredito nella perfezione quanto più avrete curato il bene comune anteponendolo al vostro. E così su tutte le cose di cui si serve la passeggera necessità, si eleverà l'unica che permane: la carità <sup>22</sup>.

**5. 3.** Ne consegue pure che, se qualcuno porterà ai propri figli o ad altri congiunti stabiliti in monastero un oggetto, come un capo di vestiario o qualunque altra cosa, non venga ricevuto di nascosto, anche se ritenuto necessario; sia invece messo a disposizione del superiore perché, posto fra le cose comuni, venga distribuito a chi ne avrà bisogno.

## Cura del corpo e delle vesti, e altre necessità.

**5. 4.** I vostri indumenti siano lavati secondo le disposizioni del superiore da voi o dai lavandai: eviterete così che un eccessivo desiderio di vesti troppo pulite contagi l'anima di macchie interiori.

**5. 5.** Anche la lozione del corpo, quand'è necessaria per ragioni di malattia, non si deve mai negare, ma si faccia su prescrizione medica e senza critiche; per cui, anche contro la propria volontà, al comando del superiore il malato faccia quanto si deve fare per la salute. Se invece lui lo vuole e può risultargli dannoso, non accondiscenda al suo desiderio: talvolta ciò che piace è ritenuto utile anche se nuoce.

**5. 6.** Infine, trattandosi di sofferenze fisiche nascoste, si dovrà credere senza esitazioni al servo di Dio che manifesta la propria indisposizione. Si consulti però il medico, se non si è certi che per guarirlo giova ciò che gli piace.

**5. 7.** Ai bagni o dovunque sarà necessario andare, non si vada in meno di due o tre. E chi ha necessità di portarsi in qualche luogo, dovrà andarvi non con chi vuole ma con chi gli sarà indicato dal superiore.

**5. 8.** La cura degli ammalati, dei convalescenti e degli altri che anche senza febbre soffrono qualche indisposizione, sia affidata ad uno solo, che ritiri personalmente dalla dispensa quel che avrà giudicato necessario a ciascuno.

**5. 9.** I custodi della dispensa, del guardaroba e della biblioteca servano con animo sereno i loro fratelli.

**5. 10.** I libri si chiedano giorno per giorno alle ore stabilite; e non si diano a che li chiederà fuori orario.

**5. 11.** Ma vesti e calzature, quando sono necessarie a chi ne è privo, senza indugio da chi le ha in custodia vengano date a chi le chiede.

Il condono delle offese.

**6. 1.** Liti non abbatte mai <sup>23</sup>, o troncatele al più presto; altrimenti l'ira diventa odio e trasforma una paglia in trave <sup>24</sup> e rende l'anima omicida. Così infatti leggete: *Chi odia il proprio fratello è un omicida* <sup>25</sup>.

**6. 2.** Chiunque avrà offeso un altro con insolenze o maldicenze o anche rinfacciando una colpa <sup>26</sup>, si ricordi di riparare al più presto il suo atto. E a sua volta l'offeso perdoni anche lui senza dispute. In caso di offesa reciproca, anche il perdono dovrà essere reciproco, grazie alle vostre preghiere <sup>27</sup> che quanto più frequenti tanto più dovranno essere sincere. Tuttavia chi, pur tentato spesso dall'ira, è però sollecito a impetrare perdono da chi riconosce d'aver offeso, è certamente migliore di chi si adira più raramente ma più difficilmente si piega a chiedere perdono. Chi poi si rifiuta sempre di chiederlo o non lo chiede di cuore <sup>28</sup>, sta nel monastero senza ragione alcuna, benché non ne sia espulso. Astenetevi pertanto dalle parole offensive; ma se vi fossero uscite di bocca, non vi rincresca di trarre rimedi da quella stessa bocca che diede origine alle ferite.

**6. 3.** Quando però per esigenze di disciplina siete indotti a usare parole dure nel correggere gli inferiori, non si esige da voi che ne chiediate perdono, anche se avvertite di aver ecceduto: per salvare un'umiltà sovrabbondante non si può spezzare il prestigio dell'autorità presso chi deve starvi soggetto. Bisogna però chiederne perdono al Signore di tutti, che sa con quanta benevolenza amiate anche coloro che forse rimproverate più del giusto. L'amore tra voi, però, non sia carnale, ma spirituale.

Spirito dell'autorità e dell'obbedienza.

**7. 1.** Si obbedisca al superiore come ad un padre <sup>29</sup>, col dovuto onore per non offendere Dio nella persona di lui <sup>30</sup>. Ancor più si obbedisca al presbitero che ha cura di tutti voi.

**7. 2.** Sarà compito speciale del superiore far osservare tutte queste norme; non trascuri per negligenza le eventuali inosservanze ma vi ponga rimedio con la correzione. Rimetta invece al presbitero, più autorevole su di voi, ciò che supera la sua competenza o le sue forze.

**7. 3.** Colui che vi presiede non si stimi felice perché domina col potere ma perché serve con la carità <sup>31</sup>. Davanti a voi sia tenuto in alto per l'onore; davanti a Dio si prostri per timore ai vostri piedi <sup>32</sup>. Si offra a tutti come esempio di buone opere <sup>33</sup>, moderi i turbolenti, incoraggi i timidi, sostenga i deboli, sia paziente con tutti <sup>34</sup>. Mantenga con amore la disciplina, la imponga con rispetto; e, sebbene siano cose necessarie entrambe, tuttavia preferisca piuttosto essere amato che temuto, riflettendo continuamente che dovrà rendere conto di voi a Dio <sup>35</sup>.

**7. 4.** Perciò, obbedendo maggiormente, mostrerete pietà non solo di voi stessi ma anche di lui <sup>36</sup>, che si trova in un pericolo tanto più grave quanto più alta è la sua posizione tra voi.

Osservanza della regola.

**8. 1.** Il Signore vi conceda di osservare con amore queste norme, quali innamorati della bellezza spirituale <sup>37</sup> ed esalanti dalla vostra santa convivenza il buon profumo di Cristo <sup>38</sup>, non come servi sotto la legge, ma come uomini liberi sotto la grazia <sup>39</sup>.

**8. 2.** Perché poi possiate rimirarvi in questo libretto come in uno specchio onde non trascurare nulla per dimenticanza <sup>40</sup>, vi sia letto una volta la settimana. Se vi troverete ad adempiere tutte le cose che vi sono scritte, ringraziatene il Signore, donatore di ogni bene. Quando invece qualcuno si avvedrà di essere manchevole in qualcosa, si dolga del passato, si premunisca per il futuro, pregando che gli sia rimesso il debito e non sia ancora indotto in tentazione <sup>41</sup>.