

Szent Benedek Regulája

Rövid bevezető Szent Benedek Regulájához

A Regula fejezetei

1. Prológus
2. fejezet: A szerzések fajtái
3. fejezet: Milyennek kell lennie az apátnak?
4. fejezet: A testvéreket meg kell hívni a tanácskozásra
5. fejezet: Melyek a jó cselekedetek eszközei?
6. fejezet: Az engedelmség
7. fejezet: A hallgatás
8. fejezet: Az alázatosság
9. fejezet: Az éjszakai istenszolgálat
10. fejezet: Hány zsoltárt kell mondani az éjszakai imaórákban?
11. fejezet: Miként kell végezni nyár idején az éjszakai istendicséretet?
12. fejezet: Miként kell végezni vasárnapokon a vigiliát?
13. fejezet: Hogyan kell végezni a reggeli dicséretet?
14. fejezet: Hogyan kell végezni hétköznapokon a reggeli dicséretet?
15. fejezet: Miként kell megtartani a vigiliát a szentek születésnapján?
16. fejezet: Mikor kell alleluját mondani?
17. fejezet: Miként kell az istenszolgálatot napközben elvégezni?
18. fejezet: Hány zsoltárt kell mondani ezekben az imaórákban?
19. fejezet: Milyen rendben kell mondani a zsoltárokat?
20. fejezet: Magatartás módja a zsolozsmázásban
21. fejezet: A tisztelettudó viselkedés az imádságban
22. fejezet: A monostor dékánai
23. fejezet: Hogyan aludjanak a szerzetesek?
24. fejezet: A vétségek miatt való kiközösítés
25. fejezet: Milyen legyen a kiközösítés módja?
26. fejezet: A súlyosabb hibák
27. fejezet: Azokról, akik engedély nélkül érintkeznek a kiközösítettekkel
28. fejezet: Miként gondoskodják az apát a kiközösítettekről?

29. fejezet: Azokról, akik többszörös megbüntetés ellenére sem akarnak megjavulni
30. fejezet: Vajon vissza kell-e fogadni a monostort elhagyó testvéreket?
31. fejezet: Hogyan kell a kiskorú gyermekeket megbüntetni?
32. fejezet: Milyen legyen a monostor gondozója?
33. fejezet: A monostor szerszámai és egyéb tárgyai
34. fejezet: Lehet-e a szerzeteseknek tulajdonuk?
35. fejezet: Egyenlően kapiák-e meg mindnyájan a szükségeseket?
36. fejezet: A konyhán szolgáló hetesek
37. fejezet: A beteg testvérek
38. fejezet: Az öregek és a gyermekek
39. fejezet: A hetes felolvasó
40. fejezet: Az étel mértéke
41. fejezet: Az ital mértéke
42. fejezet: Mikor kell étkezni?
43. fejezet: A kompletórium után senki ne beszéljen
44. fejezet: Azokról, akik az istenszolgálatra vagy az étkezésre késve érkeznek
45. fejezet: Hogyan tegyenek eleget a kiközösítettek?
46. fejezet: Azokról, akik az imateremben követnek el hibát
47. fejezet: Azokról, akik bármi más dologban hibáznak
48. fejezet: Az istenszolgálat idejének jelzése
49. fejezet: A mindennapi testi munka
50. fejezet: A negyvennapos böjt megtartása
51. fejezet: Azokról a testvérekről, akik az imateremtől távol dolgoznak vagy úton vannak
52. fejezet: Azokról a testvérekről, akik nem nagyon messze távoznak
53. fejezet: A monostor imaterme
54. fejezet: A vendégek befogadása
55. fejezet: Szabad-e a szerzetesnek levelet vagy bármi mást elfogadnia
56. fejezet: A testvérek ruházata és lábbelijé
57. fejezet: Az apát asztala
58. fejezet: A monostor kézműves tagjai
59. fejezet: A testvérek felvételének eljárás módja
60. fejezet: A nemesek vagy szegények fiairól, akiket felajánlanak

61. fejezet: Azokról a papokról, akik esetleg a monostorban szeretnének lakni
 62. fejezet: Hogyan vegyék fel az idegen szerzetest?
 63. fejezet: A monostor papjai
 64. fejezet: A közösség sorrendje
 65. fejezet: Az apáti szék betöltése
 66. fejezet: A monostor perjele
 67. fejezet: A monostor kapusai
 68. fejezet: Az útra küldött testvérek
 69. fejezet: Ha egy testvérre valami lehetetlent bízna
 70. fejezet: A monostorban senki ne merészelje a másikat védelmezni
 71. fejezet: Senki se merészelje a másikat csak úgy megütni
 72. fejezet: A testvérek kölcsönösen engedelmeskedjenek egymásnak
 73. fejezet: A jó buzgóságnak meg kell lennie a szerzetesben
 74. fejezet: A Regula nem foglalja magában a tökéletesség minden szabályát
-

Fordította: Dr. Söveges Dávid OSB

C Pannonhalmi Főapátság

Prológus

Hallgasd meg, ó fiam, a mester parancsait, és hajlítsd hozzá szíved figyelmesen, fogadd a jóságos atya intéseit készségesen és tettekkel teljesítsd, hogy visszatérj az engedelmesség fáradságos munkájával ahhoz, akitől elszakadtál az engedetlenség tunyasága által. Hozzád intézem most tehát szavaimat, aki lemondasz saját akaratodról, és az engedelmességnek hatalmas és hírneves fegyverzetét veszed magadra, hogy Krisztus Urunknak, az igaz Királynak harcosa légy.

Először is: bármilyen jóba kezdesz, igen állhatatos imádsággal kérjed, hogy ő vigye azt végbe, hogy ő, aki bennünket már fiai sorába méltóztatott számítani, ne legyen kénytelen valaha is szomorkodni rossz tetteink miatt. Úgy kell őt a bennünk levő adományaival mindenkor szolgálnunk, hogy mint haragvó atya örökségéből ki ne tagadjon minket, fiait, de úgy se mint félelmetes úr, bűneinktől felingerelve, gonosz szolgák gyanánt át ne adja az örök büntetésre azokat, akik nem akarták őt követni a dicsőségbe.

Keljünk föl tehát végre valahára a Szentírás serkentő szavára: "Itt az óra, hogy felébredjünk az álomból", (Róm 13, 11.) Nyissuk meg szemünket a megistenítő fénynek, és megdöbben füllel halljuk, mire int bennünket a minden nap felénk kiáltó isteni szózat: "Ma, ha az ő szavát halljátok, meg ne keményítsétek szíveteiket!" (Zsolt 9, 8) És ismét: "Akinek füle van a hallásra, hallja meg, mit mond a Lélek az egyházaknak!" (Jel 2, 7) És mit mond? "Jöjjetek fiaim, hallgassatok rám! Az Úr félelmére tanítalak titeket." (Zsolt 33, 12). "Siessetek, míg tiétek az élet világoossága, hogy a halál sötétsége meg ne lepjen benneteket!" (Jn 12, 35).

Ezeket kiáltja oda az Úr a népsokaságnak, amikor keresi munkását, majd így folytatja: "Ki az az ember, aki életet óhajt és jó napokat kívánlítani?" Ha ennek hallatára azt feleled: "Én", akkor Isten ezt mondja neked: Ha igazi és örök életet akarsz, "tiltsd el a nyelvedet a gonosztól, és ajkad ne szóljon csalárdságot, fordulj el a

gonosztól és tedd a jót! Keresd a békét és járj utána!" (Zsolt 33, 14-15). Ha ezt megteszitek, szemem rajtatok lesz, és fülem meghallja könyörgéseteket. És még mielőtt segítségül hívnátok, azt mondom nektek: "Íme, itt vagyok" (Zsolt 33, 16). Mi lehetne édebb számunkra, szeretett testvéreim, az Úrnak e minket hívó szavánál? Íme, így mutatja meg jóságosan az Úr az élet útját.

Övezzük fel tehát derekunkat hittel és a jó cselekedetek gyakorlásával, és az evangélium vezetésével járjuk az ő útjait, hogy méltók legyünk meglátni azt, aki országába hívott minket. Ám ha országának sátrában akarunk lakni, hacsak jó cselekedetekkel nem igyekszünk, soha oda el nem jutunk. De kérdezzük meg az Urat a próféta szavaival: "Uram, ki lakhat a te sátorodban, vagy ki pihenhet meg szent hegyeden?" (Zsolt 14, 1). Erre a kérdésre, testvéreim, halljuk az Úr feleletét, amint megmutatja nekünk a sátorába vezető utat, mondván: "Aki szennyfolt nélkül jár és az igazságot cselekszi; aki igazat szól szívében, aki nem követ el álnokságot nyelvével; aki embertársának nem tesz rosszat, és ellene gyalázkodó beszédet nem tűr" (Zsolt 14, 2-3); aki a gonosz ördögöt, ha az valamire rá akarja venni, tanácsával együtt a szívéből száműzi, semmibe veszi, sátáni gondolatait még keletkezésükben megragadja és Krisztushoz csapja; akik félik az Urat, és ezért erényes életük miatt fel nem fuvalkodnak, hanem tudva, hogy a bennük levő jó tulajdonságok nem tőlük, hanem az Úrtól erednek, a bennük működő Urat magasztalják a próféta szavával: "Ne nekünk, ne Uram, ne nekünk, hanem nevednek adj dicsőséget" (Zsolt 113, 9), amint Pál apostol a maga igehirdetéséből semmit sem tulajdonított önmagának, hanem így szólt: "Isten kegyelméből vagyok az, ami vagyok" (1 Kor 15, 10). És azt is mondja: "Aki dicsekszik, az Úrban dicsekedjék" (2 Kor 10, 7).

Ezért mondja az Úr az Evangéliumban: "Aki hallja szavaimat és megteszi azokat, a bölcs emberhez hasonlítom, ki házát kősziklára építette. Jöttek az áradások, a szelek fújtak, és nekirontottak annak a háznak, de az nem dőlt össze, hiszen kőszikla volt az alapja" (Mt 7, 24-25).

Így fejezi be az Úr, és várja is, hogy ezekre a szent intelmeire naponként tetteinkkel feleljünk. Azért, hogy bűneinket megjavíthassuk, meghosszabbítja életünk napjait, hiszen az Apostol is azt mondja: "Nem tudod-e, hogy az Isten türelme töredelemre vezet téged?" (Róm 2, 4). Azt mondja ugyanis a jóságos Úr: "Nem akarom a bűnös halálát, hanem hogy megtérjen és éljen!" (Ez 33, 11).

Miután tehát megkérdeztük az Urat, testvéreim, sátorának lakója felől, hallottuk, mit kíván attól, aki ott akar lakni. De bárcsak teljesíthetnénk az ott lakó kötelességeit! Elő kell tehát készítenünk testünket és lelkünket a parancsok iránti szent engedelmségben a harcra. És mivel ezt természetünk magában nem tudja megtenni, kérjük az Urat, hogy adja meg nekünk kegyelmének segítségét.

Ha a pokol büntetése elől menekülve el akarunk jutni az örök életre, akkor most, míg van időnk, míg e testben élünk, és mindezeket még ebben a földi életben teljesíthetjük, siessünk és csak azt tegyük, ami örökre a javunkra válik.

Fel kell tehát állítanunk az Úr szolgálatának iskoláját. Reméljük, hogy ebben az intézményben semmi kemény vagy nehéz dolgot nem rendelünk el. Ha mégis a méltányosság úgy kívánná, hogy valamit kissé szigorúbban rendeljünk el a hibák kiirtására és a szeretet megőrzésére, azért ne riadj vissza, ne fuss el mindjárt az üdvösség útjáról, melynek kezdete szűk és szoros. De ha a szerzeteséletben és a hitben előrehaladunk, akkor majd szárnyaló szívvel és a szeretet elmondhatatlan édességével sietünk előre az Isten parancsainak útján. Így az ő vezetése alól magunkat soha ki nem vonva, mindhalálig állhatatosan megmaradunk tanítása mellett a monostorban, és béketűrésünkkel részt veszünk Krisztus szenvedéseiben, hogy aztán országának is méltó részesei lehessünk. Amen.

1. fejezet: A szerzerek fajtái

Tudjuk, hogy a szerzetesnek négy faja van. Az első a cenobitáké; ezek monostorban laknak, rendszabály és apát vezetésével küzdenek.

Második az anakorétáké vagyis a remetéké. Ezek nem a szerzeteséletnek kezdő nekibuzdulásával, hanem a monostorban való huzamosabb próbatétel útján lesznek azok. Ezek sok társuk segítségével megtanultak az

ördög ellen küzdeni, és jól felkészülve testvéreik csatasorából magános harcra nyugodtan a pusztába vonulhatnak, puszta kézzel és karral bátran tudnak harcolni Isten segítségével a test és a gondolatok bűnei ellen.

A szerzetesek harmadik, mégpedig igen rossz fajtája a szarabaitaké. Ezek még nem állták ki sem egy regulának, sem a tapasztalat tanításának próbáját, mint az arany a tűzét, hanem puhák még, mint az ólom, cselekedeteikben még ragaszkodnak a világhoz, és nyilvánvalóan csak hazudnak Istennek hajkoronájukkal. Ezek ketten vagy hárman, vagy éppen egyenként, pásztor nélkül nem az Úr, hanem saját maguk aklába zárkóznak; törvény gyanánt áll előttük vágyaik kívánsága, midőn azt, amit maguk elgondolnak és kiválasztanak, szentnek mondják, és amit nem akarnak, azt tilosnak tartják.

Végül a szerzetesek negyedik fajtát girovágusnak mondják. Ezek egész életükön át más-más tartományban élnek, három-négy napon majd ebbe, majd abba a kolostorba szállnak vendégül. Mivel folyton csavarognak, soha meg nem állapodnak, saját akaratuknak és a torkosság ingereinek szolgálnak, minden tekintetben rosszabbak a szarabaitáknál.

Mindezek nyomorult életmódjáról jobb hallgatni, mint beszélni. Hagyjuk tehát őket és Isten segítségével térjünk át az igen derék fajta, a cenobiták életének elrendezésére.

2. fejezet: Milyennek kell lennie az apátnak?

Az *apát*, aki méltó arra, hogy monostor élén álljon, mindig tartsa emlékezetében, hogy minek nevezik, és az előjáró nevének tettekkel feleljen meg. Hisszük ugyanis, hogy Krisztus helyettese a monostorban, mivel az ő egyik nevével szólítjuk meg az Apostol szavai szerint: "Megkaptátok a gyermekké fogadás Lelkét, akiben azt kiáltjuk: Abba, Atyánk!" (Róm 8, 15). Éppen azért az apát semmit se tanítson, rendeljen vagy parancsoljon, ami az Úr törvénye ellen van, hanem parancsa és tanítása az isteni igazság kovászaként áradjon szét a tanítványok szívében. Mindig gondoljon arra az apát, hogy mindkét dolog, mind az ő tanítása, mind tanítványai engedelmissége szigorú vizsgálat tárgya lesz az Isten félelmetes ítélete során. Tudja meg azt is az apát, hogy a pásztor hibájának róják fel, ha a Gazda bármily tekintetben kelleténél kevesebb hasznot talál juhaiban. De épp úgy áll az is, hogy ha nyughatatlan és engedetlen nyájára a pásztor egész gondosságával ügyelt, és minden gondját a bűnös tetteik megjavítására fordította: az ilyen pásztor az Úr ítéletében megkapja fölmentését, és elmondhatja az Úrnak a prófétával: "Igazságodat nem rejtettem el szívemben, igazmondásodról és üdvösségedről szólottam, ők pedig megvetve megvetettek engem" (Zsolt 39, 11 és Iz 1, 2). Akkor aztán a gondossága iránt engedetlen juhoknak meglesz büntetésük, a rajtuk erőt vevő halál.

Amikor tehát valaki az apát nevét elvállalja, annak kettős tanítással kell vezetnie tanítványait: azaz mindazt, ami jó és szent, inkább tetteivel mutassa meg, mint szóval: úgyhogy fogékony lelkű tanítványainak szóval adja elő az Úr parancsait, a keményszívűeknek és együgyűbbeknek pedig tetteivel mutassa az isteni törvényeket. Amit pedig azokkal ellenkezőnek jelent ki tanítványai előtt, tetteivel jelezze, hogy olyat nem szabad tenni, hogy "míg másokat oktat, maga elvetésre méltó ne legyen" (1 Kor 9, 27). Nehogy egyszer majd neki, vétkesnek ezt mondja az Isten: "Miért hirdeted te igazságaimat, s veszed szájadra szövetségemet? Hiszen gyűlölted a fegyelmet, és szavaimat félredobtad magadtól!" (Zsolt 49, 16-17). És: "Ki testvéred szemében megláttad a szálkát, a tiedben nem vetted észre a gerendát" (Mt 7, 3).

Ne legyen személyválogató a monostorban. Egyiket a másiknál ne szeresse jobban, csak akkor, ha valakit a jó cselekedetekben vagy az engedelmisségben jobbnak talál. A szabad szülőktől származottat ne tegye elébe a rabszolgasorból megtérőnek, hacsak valami ésszerű ok nem forog fenn. De ha az apát az igazságosságnak megfelelően ezt tartaná jónak, járjon el így az egyesek sorrendjére vonatkozóan; különben pedig ki-ki saját helyét tartsa meg, mivel akár rabszolga, akár szabad valaki, Krisztusban mindnyájan egyek vagyunk, és egy Úr alatt ugyanannak a katonáskodásnak és rabszolgaságnak terhét viseljük, "mert nincs személyválogatás Istennél" (Róm 2, 11). Ő csak akkor tesz különbséget közöttünk, ha jó cselekedetekben másoknál jobbnak és alázatosabbnak talál. Egyforma legyen tehát benne a szeretet mindenki iránt, s mindenkit érdeme szerint ugyanazon fejelem alatt tartson.

Tanításában pedig az apát mindenben tartsa meg az Apostolnak a példáját, amennyiben azt mondja: "Ints, kérj, feddj" (2 Tim 4, 2). Vagyis: mindig az időnek megfelelően majd ijesszen, majd gyöngéd legyen; mutassa a mester keménységét és az atya jóságát; azaz arra figyelmeztetjük, hogy a fegyelmetleneket és nyughatatlanokat keményen intse meg, – az engedelmeseket pedig, továbbá a szelídeket és türelmeseket kérje, hogy még jobban haladjanak előre, – a hanyagokat és a parancsok megvetőit végül feddje és büntesse meg. Ne nézze el a vétkesek hibáit, hanem amennyire bírja, mindjárt keletkezésükben gyökerestül irtsa ki. Mindig emlékezzék Hélinek, a silói papnak veszedelmes sorsára. A tisztelettudó és értelmes lelkeket első- és másodízben szóval figyelmeztesse. A gonoszokat ellenben és a megátalkodottakat, a kevélyeket és engedetleneket mindjárt a bűn keletkezésekor vesszőzéssel vagy más testi büntetéssel fenytse meg, hiszen ismeri az Írást: "A balgát a szó meg nem javítja" (Péld 29, 19). És másutt: "Vesszővel verd meg fiaidat, és megszabadítod lelkét a haláltól!" (Péld 23, 14).

Az apát mindenkor gondoljon arra, hogy mi ő, és hogy minek nevezik, és tudja meg, hogy akire többet bíztak, attól többet is kívánnak. Tudja, hogy milyen nehéz és terhes föladatot vállalt magára: a lelkek irányítását és sokféle emberek szokásainak szolgálatát. Az egyiket ugyanis gyengédséggel, a másikat dorgálással, a harmadikat rábeszéléssel vezesse. Mindenkihez sajátos jelleme és értelmessége szerint alkalmazkodjék, hogy ne csak a rábízott nyájnak ne vallja kárát, de a jó nyájnak gyarapodásán is örvendhessék.

Mindenekelőtt el ne hanyagolja a reábízott lelkek üdvét vagy azt kicsinek ne tartsa, mert túlságosan sok a gondja a mulandó és esendő és földi dolgokra, hanem mindig gondolja meg, hogy a lelkek vezetését vállalta, s róluk számot is kell majd adnia. És hogy a csekély vagyont ne hozza fel esetleg mentségül, emlékezzék meg mindig az Írásról: "Keressétek először az Isten országát és annak igazságát, és mindezek hozzáadnak nektek" (Mt 6, 33). És másutt: "Semmi sem hiányzik azoknak, kik félik őt" (Zsolt 33, 10). És tudja meg, hogy aki a lelkek vezetését vállalta magára, az készüljön is a számadásra. Bármilyen nagy számmal vannak is testvérek gondviselésére bízva, legyen szilárdan meggyőződve, hogy az ítélet napján mindezekről a lelkekről számot kell adnia az Úrnak, s azon felül mindenestre a saját lelkéről is. Így, míg pásztorként állandóan félnie kell a jövő vizsgálatától a rábízott juhok miatt, míg aggódik a másokról való számadás miatt, a magáéről is gondoskodik. Midőn intéseivel mások javításán munkálkodik, maga is megtisztul a vétkektől.

3. fejezet: A testvéreket meg kell hívni a tanácskozásra

Valahányszor valami fontos tennivaló fordul elő a monostorban, hívja egybe az apát az egész közösséget, és adja elő maga, hogy miről van szó. És miután meghallgatta a testvérek tanácsát, mérlegelje magában, s amit hasznosabbnak ítél, azt cselekedje. Azért mondjuk, hogy mindnyájukat hívja meg a tanácsra, mivel gyakran a fiatalabbnak nyilatkoztatja ki az Úr azt, ami jobb.

A testvérek pedig adjanak alázatosan, teljes alárendeltséggel tanácsot, nézetüket pedig makacsul védeni ne merészeljék, és inkább az apát ítélete legyen a döntő, úgyhogy amit ő üdvösebbnek ítél, annak mindnyájan engedelmeskedjenek. De ahogy tanítványokhoz illik, hogy szót fogadjanak mesterüknek, úgy az is illő, hogy ő megfontoltan és igazságosan rendezzen el mindent.

Tehát mindnyájan mindenben kövessék a Regulát, mint tanítójukat, és attól senki vakmerően el ne térjen. Senki a monostorban ne kövesse saját szíve akaratát, és ne is merészeljen arcátlanul vagy éppen a monostoron kívül apátjával szembeszállni. Ha pedig valaki mégis megtenné ezt, a Regula által előírt büntetéssel sújtsák. De maga az apát is mindent istenfélelemmel és a Regula megtartásával tegyen, hiszen nagyon jól tudja, hogy minden ítéletéről Istennek, a legigazibb bírónak ad majd számot. Ha pedig valami kisebb elintéznivaló akad a monostor ügyeiben, csak a szeniorok tanácsával éljen. Miként az Írás mondja: "Mindent tanácskéréssel tégy, és a cselekedet után nem fogsz bánkódni" (Sir 32, 24 és Péld 31, 3).

4. fejezet: Melyek a jó cselekedetek eszközei?

Először is: szeresd az Úristent, teljes szívből, teljes lélekből és teljes erődből (Mk 12, 30; Lk 10, 27). Aztán felebarátodat, mint önmagadat (Mk 12, 31; Lk 10, 28).

Továbbá: ne ölj.
Házasságot ne törj.
Ne lopj.
Bűnös vágyaid ne legyenek.
Hamis tanúságot ne szólj (Mt 19, 18 sk; Lk 18, 20, Kiv 20, 27, Róm 13, 9).
Tisztelj minden embert (Pét 2, 17).
És amit nem kívánsz magadnak, te se tedd másnak (Mt 7, 12, Tób 4, 16).
Tagadd meg magadat, vagy kövessed Krisztust (Mt 16, 24; Lk 9, 23)
Testedet sanyargasd. (1 Kor 9, 27).
Élvezeteknek ne add magad.
Szeresd a bűntöt.
Új erőre segítsd a szegényeket.
Ruházd a mezíteleneket.
Látogasd a betegeket (Mt 25, 36).
Temesd el a halottakat.
Légy segítségére a szorult helyzetben levőknek.
Vigasztald a szenvedőket.
Tartsd távol magad a világ cselekedeteitől.
Semmit elébe ne tégy Krisztus szeretetének.
Ne engedd kitörni haragodat.
Ne légy haragtartó (Péld 12, 20).
Csalárdságot ne ápolj szívedben.
Ne adj színlelt békecsókot.
A szeretet gyakorlását el ne hagyd.
Ne esküdjél, hogy esetleg hamisan ne esküdjél (Mt 5, 34).
Szíved és szád mindig igazat mondjon.
A rosszat rosszal ne viszonozd.
Méltánytalanságot ne tégy; ha pedig veled szemben követték el, békén tűrd el.
Szeresd ellenségeidet (Mt 5, 44; Lk 6, 23).
Ne szidalmazd azokat, akik téged szidalmaznak, hanem inkább áldjad őket (Lk 6, 28; 1Kor 4, 12).
Az igazságért az üldözést is viseld el.
Ne légy gőgös.
Ne légy iszákos (Tit 1, 7).
Ne légy falánk.
Ne légy álomszuszék.
Ne légy rest (Róm 12, 11).
Se zúgolódó.
Se rágalmazó (Bölcs 1, 11).
Vesd reményedet Istenbe.
Ha valami jót látsz magadban, Istennek tulajdonítsd, ne magadnak.
A rosszat ellenben mindig ismerd el magad tetteinek és magadat okold.
Félj az ítélet napjától.
Rettegj a pokoltól.
Teljes lelki vágygal kívánd az örök életet.
A halál naponként ott álljon a szemed előtt.
Életed tetteire minden órában ügyelj.
Légy meggyőződve arról, hogy Isten mindenütt figyel rád.
A szívedben felbukkanó rossz gondolatokat csapd azonnal Krisztushoz, és tárd fel őket a lelki atya előtt.
Őrizd meg ajkadat a hitvány és gonosz beszédétől.
Ne szeresd a sok beszédet.

Ne mondj hiábavaló vagy nevetésre ingerlő szavakat.

A sok vagy túlzó nevetést ne kedveld.

A szent olvasmányokat örömmel olvasd.

Gyakran borulj le az imádság alatt.

Múltad bűneit könnyek és fohászkodások közt minden nap valld meg imádságaidban Istennek.

Hibáidból pedig a jövőben javulj meg.

Ne elégítsd ki a test kívánságait (Gal 5, 16).

Gyűlöld saját akaratodat.

Az apát parancsainak mindenben engedelmeskedj, még ha ő maga – mitől Isten mentsen –, másként cselekednék is, megemlékezvén mindig az Úr parancsáról: "Amiket mondanak, tegyétek meg; de amiket cselekszenek, ne cselekedjétek" (Mt 23, 3).

Ne kívánd, hogy szentnek mondjanak mielőtt az lennél, hanem előbb légy azzá, hogy némi igazsággal annak nevezhessenek.

Isten parancsait naponként tettekkel teljesítsd.

Szeresd a tisztaságot (Jud 15, 11).

Senkit se gyűlölj.

Ne legyen benned féltékenység.

Ne légy irigy.

Ne találd kedved a civódásban.

Kerüld a felfuvalkodást.

Tiszteld az idősebbeket.

Szeresd a fiatalabbakat.

Ellenségedért Krisztus szeretetében imádkozzál.

Haragosoddal még napszállta előtt békülj ki.

Isten irgalma felől soha kétségbe ne essél.

Íme ezek, a lelki élet mesterségeinek eszközei!

Ha ezeket éjjel nappal szüntelenül használtuk, és az ítélet napján róluk számot adunk, akkor az Úr majd megadja nekünk a jutalmat, melyet maga ígért: "Szem nem látta, fül nem hallotta, amit az Úr azoknak készített, akik őt szeretik" (1 Kor 2, 9). Az a műhely pedig, ahol mindezt szorgosan gyakorolhatjuk, a monostor zártsága és az állhatatos megmaradás a közösségben.

5. fejezet: Az engedelmesség

Az *alázatosság* legkiválóbb foka a késedelem nélküli engedelmesség. Ez illik azokhoz, akik Krisztusnál semmit kedvesebbnek nem tartanak.

Mihelyt tehát az előljáró valamit parancsol, azon szent szolgálattal, melyet fogadtak, valamint a pokoltól való félelem és az örök élet dicsősége miatt, mintha csak isteni parancs volna, késlekedést ne ismerjenek a cselekvésben. Ezekről mondja az Úr: "Mihelyt füle hallotta, engedelmeskedett nekem" (Zsolt 17, 45). És ugyancsak ő mondja a tanítóknak: "Aki titeket hallgat, engem hallgat" (Lk 10, 16).

Az ilyenek tehát rögtön otthagyják a maguk dolgait, lemondanak saját akaratukról, azonnal letesznek mindent kezükből, s amin dolgoztak, azt befejezetlenül hagyják, s a parancsadó szavát gyorslábú engedelmességben tetteikkel követik. Így a két dolog: a mester kimondott parancsa és a tanítvány véghezvitt tette mintegy egyszerre, ugyanabban a pillanatban az istenfélelem sietségével gyorsan történik meg.

Akiket az örök élet elnyerésére sarkall a szeretet, a szoros utat választják, melyről az Úr azt mondja: "Szoros az út, mely az életre vezet" (Mt 7, 14), Mivel nem a saját fejük szerint élnek és nem vágyaiknak és gyönyöreinek engedelmeskednek, hanem másnak az ítélete és parancsa szerint járnak, monostorban élnek le életüket, és azt kívánják, hogy apát legyen fölöttük. Az ilyenek kétségkívül az Úrnak azt a kijelentését követik: "Nem azért jöttem, hogy a magam akaratát cselekedjem, hanem azért, aki engem küldött" (Jn 6, 38).

De maga ez az engedelmesség csak akkor lesz tetsző Isten előtt és kedves az embereknek, ha a parancsot nem ingatagon, lassan, lagymatagon, vagy zúgolódva és nem ellentmondva teljesítjük.

Az előljárónak adott engedelmséget ugyanis Istennek nyújtjuk. Hisz ő maga mondta: "Aki titeket hallgat, engem hallgat" (Lk 10, 16).

És hozzá még jó lélekkel kell a tanítványoknak engedelmeskedniük, mert "Isten a jókedvű adakozót szereti" (2 Kor 9, 7). Mert ha rossz lélekkel engedelmeskedik a tanítvány és szájával, de ha csak szívében is zúgolódik, hiába teljesíti a parancsot, mégsem lesz már tetsző az Isten előtt, aki a zúgolódót szíve szerint ítéli meg. Az ilyen tettért semmi jutalom nem jár, sőt még a zúgolódó büntetést is von magára, hacsak elégtételadással meg nem javul.

6. fejezet: A hallgatás

Tegyük meg, amit a próféta mond: "Szóltam, vigyázok utamra, hogy ne vétkezzem nyelvemmel. Őrizet alá vettem számat. Elnémultam, megalázkodtam és hallgattam a jókról" (Zsolt 38, 2-3). Ezzel megmutatja a próféta, hogy a hallgatás kedvéért néha még a jó beszédektől is tartózkodnunk kell, mennyivel inkább kell a bűnnek büntetése miatt a rossz szavakkal felhagynunk. Tehát a hallgatás fontossága miatt a tökéletes tanítványok is ritkán kapjanak engedélyt még a jó, szent és épületes beszédre is, mert írva van: "A sok beszédben nem kerülöd ki a bűnt" (Péld 10, 19). És másutt: "Halál és élet van a nyelv kezébe" (Péld 18, 21).

Mert szólni és tanítani a mester dolga, a tanítványokhoz a hallgatás és az odafigyelés illik. Ha tehát valami kérdeznivalójuk van, azt teljes alázattal és az alárendeltek tiszteletadásával kérjük.

Az illetlen tréfálkozást pedig és a haszontalan, nevetésre ingerlő szavakat mindenünnen örökre száműzzük, és nem engedjük meg, hogy a tanítvány ilyen beszédekre nyissa száját.

7. fejezet: Az alázatosság

Testvérek, a Szentírás kiáltva mondja nekünk: "Mindaz, aki magát felmagasztalja, megaláztatik, és aki magát megalázza felmagasztaltatik" (Lk 14, 11; 18, 14; Mt 23, 12). Ezekkel a szavakkal tehát megérteti velünk, hogy önmagunk felmagasztalása nem más, mint a kevélység egy faja; ettől pedig a próféta saját kijelentése szerint óvakodik, amikor így szól: "Uram, nem gőgös az én szívem, és nem nagyralátó a szemem; nagy dolgokat nem kerestem, sem az erőmet meghaladó csodákat". Mert mi lenne, ha "felmagasztalnám lelkemet és alázatosan nem gondolkodnám? Mint akit az anyatejtől elválasztanak, úgy fizetsz vissza a lelkemnek" (Zsolt 130, 1-2).

Azért, testvérek, ha a legtökéletesebb alázatosság csúcsát el akarjuk érni, és gyorsan el akarunk jutni arra az égi felmagasztalásra, amelyre a jelen élet alázatossága révén emelkedhetünk, akkor fölfelé törekvő cselekedeteinkkel olyan létrát kell felállítanunk, amilyen Jákobnak jelent meg álmában, s amelyen angyalokat látott fölemelkedni és alászállni. Ezt a fölemelkedést és leszállást bizonyára csak arra érthetjük, hogy önmagunk felmagasztalásával leszállunk és az alázatossággal fölemelkedünk.

Ez a felállított létra pedig földi életünk, melyet, ha alázatos a szívünk, az Úr az égig emel. A létra két oldalának pedig lelkünket és testünket mondhatjuk, s ezek közé az oldalak közé az isteni meghívás az alázatosságnak és a szerzeteséletnek különböző fokait illesztette, hogy rajtuk fölfelé haladjunk.

Az *alázatosság* első foka tehát az, ha az ember Isten félelmét mindenkor szem előtt tartja, róla soha meg nem feledkezik, ha folyton gondol mindazokra, amiket Isten parancsol, szüntelen lelkében forgatja: egyrészt mint égeti a pokol bűneik miatt az Istent megvetőket, másrészt hogy örök élet vár az istenfélőkre. Így az ember mindig őrizkedni fog a bűntől és a vétkektől, nevezetesen a gondolatok, a nyelv, a kéz, a láb, továbbá az önakarát bűneitől, de a test vágyaitól is. Legyen arról meggyőződve, hogy Isten őt az égből mindig, minden időben szemmel tartja, tetteit Isten szeme mindenütt látja, és az angyalok minden órában jelentik neki.

Ezt azzal bizonyítja nekünk a próféta, hogy rámutat a gondolatainkban mindig jelen levő Istenre, aki "szíveket és veséket vizsgáló Isten" (Zsolt 7, 10). És másutt: "Az Úr ismeri az emberek gondolatait" (Zsolt 93, 11).

Ugyancsak ő mondja: "Belelátasz gondolataimba távolról is" (Zsolt 138, 3). És: "Mivel az ember gondolata is neked tesz vallomást" (Zsolt 50, 11). Ezért, hogy szorgosan vigyázzon helytelen gondolataira, a jóra törekvő testvér mindig azt mondja szívében: "Akkor leszek ártatlan előtte, ha őrizkedem rosszaságomtól" (Zsolt 17, 24).

Saját akaratunk követése pedig azért tilos, mert az Írás azt mondja nekünk: "A magad akaratától fordulj el" (Sir 18, 38). És az imádságban is arra kérjük Istent, hogy legyen meg az ő akarata mibennünk (Mt 6, 10). Méltán tanultuk tehát, hogy nem szabad követnünk saját akaratunkat, midőn óvakodunk attól, amit az Írás mond: "Vannak utak, amelyek az emberek előtt helyesnek látszanak, de végül a pokol fenekére vezetnek" (Péld 16, 25). Hasonlóképpen rettegünk attól is, amit a hanyagokról mond: "Romlottakká és utálatossá váltak törekvéseikben" (Zsolt 13, 2).

A *testi vágyak* között is higgyük el, hogy mindig jelen van bennünk az Isten, amint a próféta az Úrnak mondja: "Előtted minden vágyódásom" (Zsolt 37, 10). Őrizkednünk kell tehát minden rossz vágytól, mert a halál leselkedik a gyönyörök bejárata mellett. Ezért parancsolja az Írás is: "Ne járj érzéki vágyaid után" (Sir 18, 30).

Ha tehát "az Úr szeme figyelemmel kíséri a jókat és a gonoszokat" (Péld 15, 3), és "az Úr az égből mindig az emberek fiaira néz, hogy lássa, van-e értelmes és Istent kereső" (Zsolt 13, 2), és ha a mellénk rendelt angyalok minden nap, éjjel-nappal jelentik tetteinket az Úrnak: vigyázzunk minden órában, testvérek, hogy miként a zsoltárban a próféta mondja, Isten egykor bennünket is "gonoszra hajlóknak és haszontalanoknak ne lásson" (Zsolt 13, 3). És ha most megkímél is bennünket, mert jóságos és javulásunkat várja, de azt ne mondja nekünk a jövőben: "Ezeket cselekedted és én hallgattam" (Zsolt 49, 21).

Az *alázatosság* második foka, ha az ember nem szereti saját akaratát, és nem gyönyörködik kívánságainak kielégítésében, hanem tettekkel követi az Úrnak azt a szavát: "Nem azért jöttem, hogy a magam akaratát cselekedjem, hanem azét, aki engem küldött" (Jn 6, 38). Hasonlóképpen mondja egy szent könyv is: Az önakarát bűnhődéssel jár, a megkötöttség koronát szerez.

Az alázatosságnak harmadik foka abban áll, hogy az ember Isten iránti szeretetből, teljes engedelmességgel aláveti magát előljárójának, és követi az Urat, akiről azt mondja az Apostol: "Engedelmes lett a halálig" (Fil 2, 8).

Az alázatosság negyedik foka, ha valaki úgy engedelmeskedik, hogy a nehézségek és kellemetlenségek között is, sőt az elszenvedett méltánytalanságok ellenére is, csendesen, jó lélekkel megőrzi türelmét, a kitartásban nem fárad, meg nem hátrál, az Írás szava szerint: "Aki állhatatos marad mindvégig, az üdvözüli" (Mt 10, 22). És másutt: "Szíved legyen erős, és tarts ki az Úrban!" (Zsolt 26, 14). És hogy megmutassa, mint kell a hívőknek Istenért még az ellenére valókat és elviselnie, a béketűrők nevében ezt mondja: "Miattad gyilkolnak minket naphosszat, leölésre szánt juhoknak tekintenek bennünket" (Zsolt 43, 22). És az isteni jutalom biztos reményében örvendve folytatják: "De mindezekben győzedelmeskedünk azáltal, aki szeret bennünket" (Róm 8, 37). És ugyancsak az Írás mondja más helyen: "Próbára tettél bennünket, Isten, tűzzel vizsgáltál meg minket, ahogy tűzzel vizsgálják az ezüstöt; vadásztörbe vezettél bennünket, és nehézségeket tettél hátunkra" (Zsolt 65, 10-11). És, hogy megmutassa, hogy előljáró alatt kell lennünk, így folytatja: "Embereket tettél fejünk fölé" (Zsolt 65, 12). De az Úr parancsát az ellenünkre levő dolgok és méltánytalanságok között azok teljesítik türelemmel, aki, ha megütik egyik arcukat, odanyújtják a másikat is; ha elveszik ingüket, odaadják köpenyüket is; ezer lépésre kényszerítik őket, elmennek kétannyira is (Mt 5, 34-41); akik Pál apostollal eltűrik a hamis testvéreket, és áldják azokat, akik őket szidalmaznak (2Kor 11, 26; 1Kor 4, 12).

Az alázatosság ötödik foka, ha a szerzetes a szívében fölmerülő minden rossz gondolatát és titkon elkövetett rossz cselekedeteit nyíltan feltárja apátjának. Erre buzdít bennünket az Írás: "Tárd föl utadat az Úr előtt, és bízzál benne" (Zsolt 36, 5). És máshol ezt mondja: "Tegyetek vallomást az Úrnak, mert jó, mert irgalma örökkévaló" (Zsolt 117, 1., 105, 1), és a próféta is: "Vétkemet megvallottam neked, és igazságtalanságaimat nem titkoltam el. Így szóltam: Megvallom magam ellen igazságtalanságomat az Úrnak, és te megbocsátottad szívem gonoszságát" (Zsolt 31, 5).

Az alázatosság hatodik foka, ha a szerzetes minden csekélységgel és silánysággal megelégedett, és mindarra nézve, amit reá bíznak, mintegy rossz és méltatlan munkásnak ítéli magát. És azt mondja magában a prófétával: "Semmivé lettem és mint ki mit sem tud; olyanná lettem előtted, mint az igavonó barom. És mégis veled vagyok" (Zsolt 72, 22-23).

Az alázatosság hetedik foka, ha magát nemcsak szájával vallja mindenkinél alábbvalónak és értéktelenebbnek, hanem szíve legmélyén is hiszi azt. Megalázza magát és a prófétával együtt mondja: "Én pedig féreg vagyok és nem ember; emberek gyalázata és a nép megvetettje" (Zsolt 21, 7). "Felmagasztaltam magam, de megaláztattam és megszegyenültem" (Zsolt 86, 16). és másutt: "Jó nekem, hogy megaláztál engem. hogy megtanuljam parancsaidat" (Zsolt 118, 71-73).

Az alázatosság nyolcadik foka, ha semmi egyebet sem tesz a szerzetes, csak azt, amire a monostor közös szabálya és az elődök példája serkenti.

Az alázatosság kilencedik foka, ha a szerzetes nyelvét visszatartja a beszédétől, és a hallgatást megtartva nem beszél, míg nem kérdezik, hiszen az Írás bizonyítja: "A sok beszédben nem kerülöd el a bünt" (Péld 10, 7), és: "a fecsegő ember nem talál irányra a földön" (Zsolt 139, 12).

Az alázatosság tizedik foka, ha nem hajlandó és kész a nevetésre könnyen, hiszen írva van: "A bolond fölemeli hangját a nevetésben" (Sir 21, 23).

Az alázatosság tizenegyedik foka, ha a szerzetes beszéd közben szelíden és nevetés nélkül, alázatosan és komolyan keveset és okosat szól, és nem lármás a hangja, amint az egyik írás tartja: Kevés szavából ismerhető föl a bölcs.

Az alázatosság tizenkettedik foka abban áll, ha a szerzetes nemcsak szívében alázatos, hanem testtartása is kifejezi alázatosságát mindenki előtt, aki csak látja. Vagyis: az istenszolgálatban, az imateremben, a monostorban, a kertben, az úton, a mezőn, szóval: bárhol ül, jár vagy áll, mindig lehajtott fővel a földre szegezze szemét. Bűneiért mindenkor tartsa magát vádlottnak és vélje azt, mintha máris jelen lenne azon a rettenetes ítéleten; szüntelenül ismétlje szívében, amit az evangéliumi vámos földre süttött szemmel mondott: "Uram, nem vagyok méltó, én bűnös, hogy szememet az égre emeljem" (Lk 18, 13). És mondja együtt a prófétával: "Egészen meggörnyedtem és megaláztattam" (Zsolt 37, 9).

Ha tehát az alázatosságnak ezeken a fokain fölemelkedett a szerzetes, akkor azonnal eljut az Istennek arra a szeretetére, amely mivel tökéletes, kizárja a félelmet. Ezzel a szeretettel mindazt, amit eddig nem egészen félelem nélkül tartott meg, most minden fáradság nélkül, szinte természetesen és szokásból kezdi teljesíteni; már nem a pokol félelméből, hanem Krisztus szeretetéből, csupa jószokásból és az erényben való gyönyörködésből. Mindezt az Úr kegyesen meg fogja mutatni szent Lelke által hibáktól és vétkektől megtisztult munkásában.

8. fejezet: Az éjszakai istenszolgálat

Téli időben, azaz november elsejétől egészen húsvétig, ésszerű megfontolás alapján, az éjnek nyolcadik órájában kell fölkelni, hogy a testvérek éjfélnél valamivel tovább nyugodhassanak, és már pihenten keljenek föl. A vigília után fönnmaradt időt pedig használják föl a testvérek, akik a zoltároskönyvet és az olvasmányokat illetően rászorulnak, olvasgatásra. Húsvéttól pedig november elsejéig úgy állapítsák meg a felkelés óráját, hogy a vigília befejezése egész kis szünettel – amely alatt a testvérek kimehetnek természeti szükségletükre –, mindjárt a reggeli dicséret következék. Ezt napfelkeltekor kell végezni.

9. fejezet: Hány zoltárt kell mondani az éjszakai imaórákban?

A *fentemlített*, téli időben először is ezt a verset mondják: "Nyisd meg, Uram, ajkamat, és szám hirdeti dicséretedet" (Zsolt 50, 7).

Ehhez csatolják a harmadik zsoltárt és egy "Dicsőséget"-et. Ezután a kilencvennegyedik zsoltárt antifónával, vagy pedig egyszerűen énekelve. Erre következnek a szentambrusi himnusz, majd hat zsoltár antifónákkal. Ezeknek és egy versnek elmondása után adjon áldást az apát, s míg mindnyájan a padokon ülnek, a könyvállványon levő könyvből olvassanak a testvérek felváltva három olvasmányt, amelyek között egy-egy responsoriumot is énekeljenek. Két responsoriumot "Dicsőség" nélkül mondjanak, a harmadik olvasmány utániban azonban az, aki énekl, mondjon "Dicsőség" is. Mihelyt az énekes ezt elkezdi, valamennyien azonnal keljenek föl ülőhelyükről a Szentháromság iránti tisztelet és hódolat kifejezésére. Olvassák pedig a vigílián mind az Ó-, mind az Újszövetség isteni tekintéllyel bíró könyveit és ezek magyarázatait is, melyeket a neves és igazhitű katolikus szentatyák készítettek. A három olvasmány és responsoriumaik után következnek a többi hat zsoltár, melyeket allelujával énekeljenek; ezeket kövesse az Apostoltól egy olvasmány, melyet könyv nélkül kell mondani, majd a vers, a kislitánia vagyis a Kyrie eleison. És így végződjék az éjszakai vigília.

10. fejezet: Miként kell végezni nyár idején az éjszakai istendicséretet?

Húsvéttól, november elsejéig tartsák meg a zsoltárok fentebb mondott számát, csakhogy az éjszakák rövidege miatt egyáltalán ne olvassanak olvasmányokat a könyvből, hanem a három olvasmány helyett mondjanak el egyet könyv nélkül az Ószövetségből, erre következnek egy rövid responsorium. A többit mind úgy végezzék, mint elrendeltük, azaz hogy a vigílián soha se mondjanak kevesebbet tizenkét zsoltárnál, a harmadik és kilencvennegyedik zsoltárt nem számítva bele.

11. fejezet: Miként kell végezni vasárnapokon a vigíliát?

Vasárnap, korábban keljenek föl a vigíliára. Ennél az imaóránál tartsák ezt a rendet; miután elénekelték, mint fentebb mondtuk, a hat zsoltárt és a verset, üljenek le sorrendben a padokra, és olvassanak a könyvből, mint fentebb mondtuk, négy olvasmányt responsoriumaikkal. "Dicsőség"-et csak a negyedik responsorium után mondjon az, aki énekel, s ahogy azt elkezdi, azonnal valamennyien tisztelettel keljenek föl. Ezek után az olvasmányok után következnek sorban a másik hat zsoltár antifónákkal, mind az előbbieknél és a verssel. Ezek után ismét olvassanak másik négy olvasmányt, responsoriumaikkal, oly módon, mint az előbb. Utána mondjanak három kantikumot a próféták könyvéből, melyeket az apát jelöl ki, és ezeket az énekeket allelujával énekeljék. Miután a verset elmondták, és az apát áldást adott, olvassanak újabb négy olvasmányt az Újszövetségből a fentebbi rend szerint. A negyedik responsorium után pedig kezdje el az apát a "Téged Isten dicsérünk" kezdetű himnuszt. Ennek befejeztével olvassa az apát az evangéliumi szakaszt, mialatt mindnyájan tisztelettel és félelemmel eltelve álljanak fel. Ezt felolvasva mindnyájan feleljék rá: Amen. És azonnal kezdje el az apát a "Téged illet a dicséret" kezdetű himnuszt, és áldás után kezdődjék a reggeli istendicséret. A vigíliának ezt a rendjét vasárnaponként minden időben, nyáron és télen is, egyformán tartsák meg, hacsak az olvasmányokból és a responsoriumokból valamit lerövidíteni nem kellene, ha netalán, mitől Isten mentsen, megkésve kelnének föl. Attól azonban mindenképpen óvakodjanak, hogy ez meg ne történjen. De ha mégis előfordulna, méltó elégtételt adjon Istennek az imateremben az, akinek hanyagságából ez történt.

12. fejezet: Hogyan kell végezni a reggeli dicséretet?

Vasárnap, a reggeli dicséretben mondják mindjárt először a hatvanhatodik zsoltárt antifóna nélkül egyvégtében énekelve. Utána mondják az ötvenediket allelujával, majd a száztizenhetediket és a hatvankettediket. Ezekre következnek a "Benedicite"-kantikum, a "Laudate"-zsoltárok, egy olvasmány könyv nélkül a Jelenések könyvéből, responsorium, egy szentambrusi himnusz, vers, az evangéliumból vett kantikum, a kislitánia és a befejezés.

13. fejezet: Hogyan kell végezni hétköznapiokon a reggeli dicséretet?

Hétköznapiokon, pedig a reggeli dicséret ünneplése így történjék: a hatvanhatodik zsoltárt antifóna nélkül kissé lassan mondják, mint vasárnapokon is, hogy mindenki odaérjen az ötvenedikre, melyet antifónával

mondjanak. Utána más két-két zsoltárt mondjanak, amint szokták; vagyis hétfőn az ötödiket és harmincötödiket, kedden a negyvenkettediket és ötvenhatodikat, szerdán a hatvanharmadikat és hatvannegyediket, csütörtökön a nyolcvanhetediket és a nyolcvankilencediket, pénteken a hetvenötödiket és a kilencvennegyediket, szombaton a száznegyvenkettediket és a Második Törvénykönyvből a kantikumot (32, 1-43), amelyet egy "Dicsőség"-gel osszanak két részre.

A többi napokon pedig énekeljenek egy-egy kantikumot a prófétákból, mindegyiket a maga napján, ahogy azt a római egyház éneklé. Erre következzenek a "Laudate"-zsoltárok, majd egy olvasmány az Apostol leveleiből könyv nélkül, majd a responsorium, a szentambrusi himnusz, vers, az evangéliumi kantikum, a kislitánia és a befejezés.

A *reggeli dicséret*, és a vesperás ünneplése soha ne múljon el anélkül, hogy az előjáró a végén mindnyájuk hallatára teljesen el ne mondaná az Úr imádságát, a Miatyánkot, az egymásnak okozott nehézségek tövisei miatt, hogy így az imádságban tett ígéret is, – amikor azt mondják: "Bocsáss meg nekünk, ahogyan mi is megbocsátunk" – kötelezze őket arra, hogy tisztítsák meg magukat az efféle vétkektől. A többi alkalommal azonban ennek az imádságnak csak utolsó szavait mondják hangosan, hogy mindnyájan felelhessék: "De szabadíts meg a gonosztól".

14. fejezet: Miként kell megtartani a vigiliát a szentek születésnapján?

A *szentek ünnepein*, és minden ünnepnapon úgy tartsák meg, ahogy vasárnapra mondtuk, kivéve, hogy olyan zsoltárokat, antifónákat és olvasmányokat mondjanak, amelyek ahhoz a naphoz tartoznak. Egyébként tartsák meg a fentebb leírt rendet.

15. fejezet: Mikor kell alleluját mondani?

A *szent húsvétól*, pünkösdig szüntelenül mondják az alleluját mind a zsoltárokból, mind a responsoriumokban. Pünkösdötől kezdve a negyvennapos böjt kezdetéig minden éjjel csak a második hat zsoltárhoz kapcsoljanak alleluját. A negyvennapos böjten kívül pedig minden vasárnap (a harmadik nocturnum) kantikumait, továbbá a primát, a terciát, szextát, nónát allelujával végezzék; a vesperást ellenben antifónákkal. A responsoriumokat azonban sohase mondják allelujával, kivéve a húsvétól pünkösdig terjedő időt.

16. fejezet: Miként kell az isteszolgálatot napközben elvégezni?

Úgy, ahogy a próféta mondja: "Napjában hétszer mondok dicséretet neked" (Zsolt 118, 164). Ezt a megszentelt hetes számot akkor töltjük be, ha a reggeli dicséret, a prima, a tercia, a szexta, a nóna, a vesperás és a kompletórium idején köteles szolgálatainkat elvégezzük. Mert ezekről a nappali imaórákról mondja a próféta: "Napjában hétszer mondok dicséretet neked". Az éjszakai vigiliáról ugyanez a próféta mondja: "Az éj közepén is fölkelek téged magasztalni" (Zsolt 118, 62). Tehát ezekben az időkben adjunk dicséretet Teremtőnknek "igazságos ítélete miatt" (Zsolt 118, 62), azaz: a reggeli dicséretben, a primában, a terciában, a szextában, a nónában, a vesperásban és a kompletóriumban, és éjjel is keljünk föl magasztalására.

17. fejezet: Hány zsoltárt kell mondani ezekben az imaórákban?

A *vigiliát*, és a reggeli dicséretet illetően már megállapítottuk a zsoltározás rendjét. Lássuk most már a következő imaórákat.

A primában mondjanak három zsoltárt külön-külön és ne közös "Dicsőség"-gel; de még mielőtt elkezdik a zsoltárokat, ennek az imaórának himnuszát mondják ez után a vers után: "Istenem, hallgass hívásomra". A három zsoltár végeztével mondjanak egy olvasmányt, verset, Kyrie eleison, és a befejező könyörgést. A tercia, a sexta és a nóna imái ugyanilyen sorrendben következzenek. Tehát a vers, az illető imaórának himnusza, három-három zsoltár, olvasmány, vers, Kyrie eleison és a befejező könyörgés. Ha nagyobb a testület, antifónákkal, ha kisebb akkor egyvégtében mondják.

A vesperáson négy zsoltárt mondjanak antifónákkal, a zsoltárok után az olvasmányt, majd következzen a responsorium, a szentambrosi himnusz, vers, az evangéliumból vett kantikum (a Magnificat), utána a kislitánia az Úr imádságával és a befejező rész.

A kompletórium pedig három zsoltár elmondásából álljon; a zsoltárokat egyfolytában, antifóna nélkül mondják. Azután ennek az imaórának a himnusza, egy olvasmány, vers, Kyrie eleison, és áldásadással a befejező részek következzenek.

18. fejezet: Milyen rendben kell mondani a zsoltárokat?

Először mondják ezt a verset:

"Istenem, hallgass hívásomra,

Uram, siess segítségemre" (Zsolt 69, 2)

Utána "Dicsőség", s aztán minden imaórának a saját himnusza következzen. Aztán vasárnap a primában a száztizennyolcadik zsoltár első négy szakaszát mondják, a többi imaórában pedig, azaz a terciában, szextában, és a nónában az említett száztizennyolcadik zsoltárnak három-három szakaszát. A hétfői primában azonban három zsoltárt mondjanak: az elsőt, a másodikat és a hatodikat. És így mondjanak a primában minden nap, egészen vasárnapig sorban három-három zsoltárt egészen a tizenkilencedik zsoltárig, mégpedig úgy, hogy a kilencediket és tizenhetediket osszák fel két-két részre. És így vasárnap a vigília mindig a húszadik zsoltárral kezdődjenek.

Hétfőn a terciában, szextában és nónában a száztizennyolcadik zsoltár hátralevő kilenc szakaszát mondják el, hármassal minden imaórában. Így tehát két nap alatt, vasárnapon és hétfőn, elvégzik a száztizennyolcadik zsoltárt. Kedden már a terciára, szextára, nónára három-három zsoltárt mondjanak, a száztizenkilencetől a százhuszonhétig, azaz kilenc zsoltárt. Ezeket a zsoltárokat folyvást ismételjék ezekben az imaórákban egészen vasárnapig; a himnuszok, olvasmányok és versek rendje is ugyanaz marad mindennap. Így a vasárnap mindig a száztizennyolcadik zsoltárral kezdődik.

A *vesperásban* azonban minden nap négy zsoltárt énekeljenek. Ezek a zsoltárok kezdődjenek a százkilencedikkel, és tartsanak a száznegyvenhétig, azok kivételével, melyek közülük más imaórákra vannak fenntartva, tudniillik a száztizenhétől a százhuszonhetedikig, és a százharmincharmadik és száznegyvenkettedik; a többit mind a vesperásban kell mondani. Mivel így három zsoltárral kevesebb van, azért osszák ketté azokat, amelyek a fentemlített sorozatban hosszabbaknak bizonyulnak, tudniillik a százharmincnyolcadikat, a száznegyvenharmadikat és a száznegyvennegyediket. A száztizenhatodikat pedig, mivel rövid, a száztizenötödikkal kapcsolják egybe. Miután így elrendezték a vesperás zsoltárainak sorrendjét, a többit, úgymint az olvasmányt, responsoriumot, himnuszt, verset, kantikumot (a Magnificatot) úgy végezzék, ahogy azt fentebb elrendezték.

A kompletóriumban minden nap ugyanazokat a zsoltárokat ismételjék, azaz a negyediket, a kilencvenediket és a százharmincadikat.

Ezzel megállapítottuk a nappali zsolozsma rendjét. A többi még hátralevő zsoltárt egyenlően osszák el a hét éjszakai vigíliára; felezzék meg, ugyanis a köztük lévő hosszabb zsoltárokat, és minden éjszakára tizenkettőt rendeljenek.

Itt kifejezetten megjegyezzük: hogyha valakinek a zsoltároknak ez az elosztása nem tetszenék, rendezze el maga, ha másképpen jobbnak ítéli. Csak mindenképpen ügyeljen arra, hogy minden héten az egész százötvenből álló zsoltárkönyvet végigimádkozzák, és vasárnap a vigílián megint előlről kezdjék. Mert nagyon csekély buzgalmat mutatnak imaszolgálatukban azok a szerzetesek, akik a hét lefolyása alatt kevesebbet mondanak, mint az egész zsoltárkönyv és a kantikumok. Hiszen valahol azt olvassuk, hogy szentatyáink nagy szerényen egy nap alatt teljesítették azt, amit mi restek bárcsak egy teljes hét alatt elvégeznénk.

19. fejezet: Magtartás módja a zsolozsmázásban

Hisszük, hogy Isten mindenütt jelen van, és hogy "az Úr szeme mindenütt figyel a jókat és a rosszakat" (Péld 15, 3), de ez a hit a legerősebb és minden kételkedéstől mentes legyen akkor, amikor az istenszolgálaton veszünk részt. Ezért mindig meg kell emlékeznünk arról, amit a próféta mond: "szolgáljatok az Úrnak félelemmel" (Zsolt 2, 11), és másutt: "zoltározzatok bölcsességgel" (Zsolt 46, 8), és: "az angyalok színe előtt mondog zoltárt neked" (Zsolt 137, 1). Vegyük tehát fontolóra, miként kell Isten és ő angyalai színe előtt viselkedni, és úgy álljunk a zsolozsmázáshoz, hogy szívünk megegyezék szavunkkal.

20. fejezet: A tisztetettudó viselkedés az imádságban

Ha nagyhatalmú emberekkel akarunk valamit elfogadtatni, csak alázattal és tisztelettel merjük tenni. Mennyivel inkább kell a mindenség Urához és Istenéhez teljes alázattal és tiszta áhítattal esedeznünk. Azt is tudnunk kell, hogy nem a sok szóban, hanem szív tisztaságában és a könnyes töredelemben találunk meghallgatást. És ezért rövidnek és tisztának kell lenni az imádságnak, hacsak az isteni kegyelem ihletéséből hosszabbra nem nyúlna. A közösségben azonban mindenképpen rövid legyen az imádság, és az előljáró jeladására mindnyájan keljenek föl.

21. fejezet: A monostor dékánai

Ha nagyobb a közösség, akkor ki kell választani közülük jó hírben álló és szent életű testvéreket, és dékánokká kell tenni őket. Ezek mindenben viselik gondját a maguk dékániájának az Isten törvényei és apátjuk parancsai szerint. Olyanokat kell kiválasztani dékánoknak, akikkel az apát nyugodtan megoszthatja terheit; és ne a sorrend szerint válasszák ki őket, hanem életük érdeme és tanításuk bölcsessége szerint.

Ha pedig e dékánok közül valaki gögtől felfuvalkodva megfeddésre adna okot, és ha egyszer, kétszer, sőt háromszor is megdorgálták, és mégsem akarna megjavulni, le kell tenni, és olyan lépjen helyére, aki méltó erre.

A perjelről is ugyanezeket rendeljük.

22. fejezet: Hogyan aludjanak a szerzetesek?

Mindegyik külön ágyban aludjék. Ágyfelszerelést, a szerzeteséletnek megfelelőt, az apát rendelése szerint kapjanak. Ha lehetséges, mindnyájan egyhelyen aludjanak; ha pedig nagy számuk ezt nem engedi, tizenként vagy húszanként aludjanak dékánjukkal együtt, hogy őrködjék fölöttük. Ebben a helyiségben egészen reggelig égjen a mécses.

Ruhában aludjanak, és övvel vagy kötéllel felövezve, de késük ne legyen az oldalukon, amikor alusznak, hogy az alvót álom közben véletlenül meg ne sebezze. Így a szerzetesek mindig készen legyenek arra, hogy a jeladásra késedelem nélkül fölkeljenek, és egymást megelőzve, de mégis komolyan és serényen az istenszolgálatra siessenek. A fiatalabb testvérek ágyai ne legyenek egymás mellett, hanem az öregebbekével vegyest. Mikor pedig fölkelnek az istenszolgálatra, egymást halkán biztatgassák, hogy az aluszékonyoknak ne legyen mentségük.

23. fejezet: A vétségek miatt való kiközösítés

Ha valamelyik testvérről úgy találják, hogy makacs, engedetlen, kevély, zúgolódó vagy valamiben a szent Regulának vagy a parancsoknak ellenére tesz, és dékánjait megveti, az ilyet a mi Urunk parancsa szerint egy vagy két ízben négy szemközt intsek meg dékánjaik (Mt 18, 15). Ha nem javul meg, dorgálják meg nyíltan mindenki előtt. Ha még így sem tér jobb útra, essék kiközösítés alá, ha megérti ennek a büntetésnek értelmét. Ha pedig megátalkodott, testi büntetésnek vessék alá.

24. fejezet: Milyen legyen a kiközösítés módja?

A kiközösítés és megfegyelmezés módját és mértékét a bűnhöz kell szabni; a bűn nagyságát azonban az apát ítéli meg.

Ha valamelyik testvért csupán kisebb hibákban találják bűnösnek, akkor csak a közös asztaltól tiltsák el. Az asztalközösségtől megfosztottra ez a szabály áll: Az imateremben sem zsoltárt, sem antifónát nem énekelhet, sem olvasmányt nem olvashat, míg csak eleget nem tesz; ételt pedig csak a testvérek étkezése után egyedül kapjon. Így például ha a testvérek tizenkét órákor étkeznek, az a testvér háromkor egyék; ha a testvérek három órákor, ő este; míg csak megfelelő elégtétellel bocsánatot nem kap.

25. fejezet: A súlyosabb hibák

Azt a testvért pedig, akire súlyosabb bűn nehezedik, zárják ki mind az asztalközösségből, mind az imateremből. Senki a testvérek közül ne érintkezzék, még csak szóba se álljon vele. Egyedül legyen a reárázott munkában, és maradjon meg állhatatosan a vezeklés szomorúságában, hiszen ismeri az Apostol félelmetes mondását: "Az ilyen ember átadatott a test pusztulására, hogy a lélek üdvözljön az Úr napján" (1Kor 5, 5). Eledelét pedig külön kapja abban a mennyiségben és olyan órában, amint az apát jónak ítéli. És senki se adjon neki áldást üdvözlésképpen, ha vele találkozik, és a neki nyújtott ételt se áldják meg.

26. fejezet: Azokról, akik engedély nélkül érintkeznek a kiközösítettekkel

Ha valamelyik testvér az apát parancsa nélkül bármilyen módon a kiközösítettel érintkezni merészelne, vagy vele beszélni, vagy neki valamilyen utasítást adni, azt büntetésül ugyanolyan kiközösítés érje.

27. fejezet: Miként gondoskodjék az apát a kiközösítettekről?

Az apátnak a lehető legnagyobb gondja legyen a bűnös testvérekre, mert "nem az egészségeseknek szükséges az orvos, hanem a betegeknek" (Mt 9, 12). Ezért mint bölcs orvos minden eszközt használjon fel: küldjön hozzá szenpektákat, vagyis öregebb, bölcs testvéreket, akik mintegy titokban vigasztalják az önmagával küszködő testvért, és alázatos elégtételadásra buzdítsák; vigasztalják is, nehogy "elnyelje őt a túlságos szomorúság" (2Kor 2, 7), hanem miként ugyanaz az Apostol mondja: "Erősödjék meg benne a szeretet" (2Kor 2, 8). De imádkozzanak is érte mindnyájan.

Az apátnak ugyanis különösen nagy gondot kell arra fordítania, és a legnagyobb körültekintéssel és buzgalommal azon kell lennie, hogy a reábízott juhok közül egyet se veszítsen el. Tudnia kell ugyanis, hogy beteg lelkek gondozását vállalta magára, nem pedig zsarnoki uralmat az egészségesek fölött. Rettegjen a próféta fenyegetésétől, amelyben Isten szól hozzá: "Ami kövér volt, kiválasztották, de az erőtlent elvetették" (Ez 34, 3-4). Kövesse a jó pásztor atyai példáját, aki otthagya kilencvenkilenc juhát a hegyekben, és elment az egy eltévedtet megkeresni (Lk 15, 3-5), és annak gyöngeségén annyira szánakozott, hogy szent vállaira kegyeskedett venni, és így vitte vissza a nyájhoz.

28. fejezet: Azokról, akik többszörös megbüntetés ellenére sem akarnak megjavulni

Ha valamelyik testvért bármi vétség miatt már gyakran megbüntették, sőt ki is közösítették, s mégsem javul meg, szigorúbb büntetés érje, azaz a megvesszőzés fenyítékét mérjék rá. Ha még így sem javul meg, vagy talán – amitől Isten mentsen – felfuvalkodott kevélységgel cselekedetét még védeni is akarná, akkor az apát tegyen úgy, mint bölcs orvos: ha az enyhítő szereket, ha az intések kenőcsét és a Szentírás orvosságát már használta, ha végül a kiközösítés és vesszőzés tüzes vasát is, és most mégis azt látja, hogy igyekezete nem használ, akkor nyúljon ahhoz, ami ezeknél nagyobb: imádkozzék érte maga is, imádkozzanak a testvérek is, hogy az Úr, aki mindent megtehet, adja vissza a beteg testvérek egészségét. Ha még ilyen módon sem gyógyulna meg, akkor használja az apát az operálókést, amint az Apostol mondja: "Távolítsátok el a gonoszt

magatok közül" (1Kor 5, 13). És másutt: "Ha a hűtlen eltávozik, hadd távozzék" (1Kor 7, 15), hogy egy beteg juh az egész nyáját meg ne fertőzze.

29. fejezet: Vajon vissza kell-e fogadni a monostort elhagyó testvéreket?

Ha egy testvér, aki saját hibájából hagyta el a monostort, vissza akarna térni, előbb teljes javulást ígérjen, amiatt, hogy kilépett, és aztán így fogadják be az utolsó helyre, hogy ezzel alázatosságát kipróbálják. Ha ismét kilépne, még harmadszor is vegyék vissza. De tudja meg, hogy ezután a visszatérés minden útja bezárul előtte.

30. fejezet: Hogyan kell a kiskorú gyermekeket megbüntetni?

Minden életkornak és értelmi fejlettségnek legyen meg a maga mértéke. Ezért valahányszor a gyermekek és a serdülők vétkeznek, vagy akik kevésbé tudják megérteni, hogy milyen büntetést jelent a kiközösítés, az ilyeneket szigorú böjttel sújtsák, vagy pedig kemény veréssel büntessék meg, hogy kigyógyuljanak.

31. fejezet: Milyen legyen a monostor gondozója?

Házgondnoknak olyat kell kiválasztani a közösségből, aki bölcs, érett jellemű, józan, az evésben mértékletes, nem gőgös, nem heveskedő, nem igazságtalan, nem nehézkes, nem pazarló, hanem istenfélő, hogy mintegy atyja legyen az egész közösségnek. Mindennek gondját viselje. Az apát parancsa nélkül semmit se tegyen; amit az parancsol, azt tartsa meg. A testvéreket ne szomorítsa meg. Ha valamelyik testvér oktalan kívánsággal állna elő, ne szomorítsa meg őt lekicsinyléssel, hanem alázatosan és okosan tagadja meg helytelen kérését. Lelke fölött őrkdjék, és mindig tartsa emlékezetében azt az apostoli mondást, hogy "aki jól szolgál, jó rangot szerez magának" (1Tim 3, 13).

A lehető legnagyobb gondja legyen a betegek, gyermekek, vendégek és szegények, abban a biztos meggyőződésben, hogy mindezekről az ítélet napján számot ad majd.

A monostor minden fölszerelését és minden vagyonát úgy tekintse, mint az oltár szent edényét. Semmit se tartson elhanyagolható csekélységnek. Ne legyen se fősvény, se pazarló, se a monostor vagyonának tékozlója, hanem mindent mértékkel tegyen, és az apát rendelkezése szerint.

Mindenekelőtt legyen alázatos, és ha valakinek nem tud anyagot adni, nyújtson akkor legalább jó szóval feleletet, amint írva van: "A jó szó többet ér a legjobb adománynál" (Sir 18, 17). Mindennek, amit az apát reábíz, maga viselje gondját; amitől azonban eltiltja, azt ne merészelje tenni.

A testvéreknek a meghatározott járandóságot minden fennhíjzás nélkül adja ki, hogy ne botránkoztassa őket. Gondoljon az isteni szóra, hogy mit érdemel az, aki megbotránkoztat egyet a kicsinyek közül (Mt 18, 6).

Ha nagyobb a testület, adjanak melléje segítők, hogy ezek támogatásával maga is nyugodt lélekkel teljesíthesse a reábízott feladatot. Mindent a maga idejében kell adni, ami adnivaló, és kérni, ami kérnivaló, hogy Isten házában senki ne nyugtalankodjék, és ne szomorkodjék.

32. fejezet: A monostor szerszámai és egyéb tárgyai

A monostor minden vagyona fölé, legyen az szerszám, ruha vagy bármilyen tárgy, rendeljen az apát testvéreket, akiknek életében és jellemében megbízhat. És az egyes tárgyakat, amint jónak látja, adja át nekik, hogy őrizzék és tartsák számon őket. Ezekről legyen jegyzéke az apátnak, hogy midőn a testvérek a reájuk bízott dolgokban egymást fölváltják, tudja, hogy mit ad ki és mit kap vissza.

Ha pedig valaki a monostor dolgait piszkosan vagy hanyagul kezeli, feddjék meg; ha nem javul meg, a Regula szerinti büntetéssel sújtsák.

33. fejezet: Lehet-e a szerzeteseknek tulajdonuk?

Kiváltképpen ezt a bűnt kell gyökerestül kiirtani a monostorból. Senki se merészeljen az apát rendelése nélkül bármit is adni vagy elfogadni, vagy bármit is sajátjaként bírni; egyáltalán semmit sem: se könyvet, se írotáblát, se íróvesszőt, tehát igazán semmit se. Hiszen még saját testüket vagy akaratukat sem szabad tulajdon hatalmukban tartaniuk, hanem minden szükségüket a monostor atyjától várjanak. Ne is legyen semmijük sem, amit az apát nem ad, vagy meg nem enged. Mindenük legyen közös, amint írva van, senki se valljon magáénak semmit (ApCsel 4, 32), se ne tartson jogot semmire. Ha valakit rajtakapnának, hogy ebben az igen gonosz bűnben találja örömét, figyelmeztessék első- és másodízigen; ha nem javul meg, büntetéssel sújtsák.

34. fejezet: Egyenlően kapják-e meg mindnyájan a szükségeseket?

Úgy, ahogy írva van: "Mindenegyesnek annyit osztottak ki, amennyire kinek-kinek szüksége volt" (ApCsel 4, 35). Nem azt mondjuk ezzel, hogy személyválogatás legyen – ettől Isten mentsen –, hanem hogy tekintetbe kell venni a gyöngeségeket. Aki kevesebbre szorul, adjon hálát Istennek és ne szomorkodjék, akinek pedig többre van szüksége, alázza meg magát gyöngeségéért és ne bizakodjék el, hogy könnyorületességéből többet kap. Így minden tag békességben lesz. Különösen a zúgolódás bűnének nem szabad semmiféle okból, sem szóban, sem jelben megnyilatkoznia. Ha valakit ezen rajtakapnak, a szigorúbb büntetésnek vessék alá.

35. fejezet: A konyhán szolgáló hetesek

A testvérek szolgáljanak egymásnak úgy, hogy senkit se mentsenek föl a konyhai szolgálat alól, hacsak betegsége miatt nem, vagy ha valami nagyon hasznos dologgal van elfoglalva. Ezzel a szolgálattal az érdem is, a szeretet is gyarapodik. De a gyöngék mellé gondoskodjanak segítőkőről, hogy ne szomorkodva végezzék ezt a szolgálatot. Általában a közösség nagyságához és a helyi viszonyokhoz képest mindenütt legyenek segítők. Ha nagyobb a közösség, a házgondnokot mentse föl a konyhától, és azokat is, mint mondtuk, akik hasznosabb dolgokkal vannak elfoglalva. A többiek egymásnak szeretettel szolgáljanak.

Aki végzett a hetességgel, szombaton tisztogasson: a ruhákat, melyekkel a testvérek kezüket és lábukat törlik meg, mossák ki. Aki kezdi a hetességet és aki bevégezi, együtt mossák meg mindenkinek a lábát. A szolgálatukhoz tartozó felszerelést tisztán és épségben, jegyzék szerint adják vissza a házgondnoknak. A házgondnok pedig hasonlóképpen adja át a belépőnek, hogy tudja, mit ad át és mit kap vissza.

A hetesek az egyszeri, – böjti – étkezés előtt kapjanak a megszabott mennyiségen felül külön italt és kenyeret, hogy az étkezés idején zúgolódás és nagy fáradtság nélkül szolgáljanak testvéreiknek. Ünnepe napokon azonban a mise végéig maradjanak éhgyomorral.

A kezdő és a végző hetesek vasárnap az imateremben mindjárt a reggeli dicséret után valamennyiük előtt boruljanak térdre és kérjék, hogy imádkozzanak értük. A hetességet befejező ezt a verset mondja:

"Áldott vagy, Uram, Istenem,
ki megmentettél és megvigasztaltál engem"
(Dán 3, 52, Zsolt 85, 17).

Miután ezt háromszor elismételték, s a kilépő áldást kapott, jöjjön a belépő hetes és mondja:

"Istenem, hallgass hívásomra,
Uram, siess segítségemre" (Zsolt 69, 2).

Ezt is háromszor ismétlik mindnyájan, majd áldás után kezdje el a hetességet.

36. fejezet: A beteg testvérek

A betegekről kell mindenekelőtt és mindenek fölött gondoskodni, és valóban mint Krisztusnak úgy szolgáljanak nekik. Hisz ő maga mondta: "Beteg voltam, és meglátogattatok engem" (Mt 25, 36), és: "Amit

egynek ezen legkisebbek közül cselekedtetek, nekem cselekedtetek" (Mt 25, 40). De másfelől a betegek is gondolják meg, hogy Isten dicsőségére szolgálnak nekik, és fölösleges kívánságaikkal ne szomorítsák meg a nekik szolgáló testvéreket. De még így is türelemmel kell elviselni őket, mert ezáltal bőségesebb jutalmat lehet szerezni. Az apátnak tehát a legnagyobb gondja legyen arra, hogy semmiképpen el ne hanyagolják őket.

Ezeknek a beteg testvéreknek legyen külön szobájuk, és egy istenfélő, lelkiismeretes és szorgalmas ápolójuk. A fürdők használatát ajánlják föl a betegeknek, ahányszor hasznukra van; az egészségeseknek ellenben és kivált a fiataloknak nehezebben engedjék meg. Sőt a húsevést is engedjék meg a teljesen gyöngye betegeknek, hogy fölépüljenek. Mihelyt azonban jobban lesznek, a hústól szokás szerint mindnyájan tartózkodjanak. Kiváltképpen pedig nagy gonddal vigyázzon az apát arra, hogy a házgondnokok és ápolók el ne hanyagolják a betegeket. Ő felelős tanítványai bármilyen hibájáért.

37. fejezet: Az öregek és a gyermekek

Habár az emberi természet is könyörületre hajlik ezen életkorokkal, tudniillik az öregekkel és a gyermekekkel szemben, mégis a Regula tekintélyével is gondoskodnunk kell róluk. Mindig vegyék tekintetbe bennük a gyöngeséget, és semmiképpen se alkalmazzák rájuk a Regula szigorúságát az ételekben, hanem legyenek jóságos figyelemmel irántuk, és a szabályszerű időnél előbb kapjanak valami ételt

38. fejezet: A hetes felolvasó

A testvérek étkezésénél nem szabad hiányoznia a felolvasásnak. De ne ragadja senki csak úgy alkalomszerűen kezébe a könyvet, hogy abból olvasson, hanem aki egész héten át felolvasó lesz, az vasárnap kezdje meg a feladatát. A kezdő a mise és áldozás után kérje mindnyájuk imádságát, hogy Isten fordítsa el tőle a felfuvalkodottság szellemét. És mindnyájan mondják az imateremben ezt a verset háromszor, de úgy, hogy ő kezdje:

"Uram, nyisd meg ajkamat,
És szám hirdeti dicséretedet" (Zsolt 50, 17).

És miután így áldást kapott, kezdje meg munkáját mint felolvasó.

Az asztalnál a legnagyobb csend legyen, hogy ott senkinek suttogását vagy szavát ne lehessen hallani, csak a felolvasóét. Ami pedig evés vagy ivás közben szükséges, abban úgy szolgálják ki egymást kölcsönösen a testvérek, hogy senki se legyen kénytelen kérni valamit. Ha mégis valamire szükség volna, akkor inkább valami jeladással kérjék, semmint szóval. Ne is merjen ott senki magáról az olvasmányról vagy más valamiről kérdezősködni, hogy alkalom se adassék a beszédre. Kivéve, ha esetleg az előljáró akarna épülés végett valamit röviden mondani.

A hetes felolvasó testvér pedig, mielőtt elkezdene olvasni, kapjon egy kis kevert bort a szentáldozás miatt, és hogy nehezebbre ne essék a böjtölést elviselni. Utána pedig a konyhai hetesekkel és felszolgálókkal egyék. A testvérek egyébként ne sorrend szerint olvassanak, hanem csak olyanok, akik a hallgatók épülésére szolgálnak.

39. fejezet: Az étel mértéke

Úgy hisszük, hogy minden étkezésre, akár tizenkét órai, akár délután három órai, elég lesz két főtt étel az egyesek különféle gyöngeségei miatt; hogy aki talán az egyikből nem tud enni, a másiból lakják jól. Tehát két főtt étel elég legyen minden testvérnek. De ha lehet valahonnan szerezni gyümölcsöt vagy friss zöldségfélét, adjanak harmadik fogást is. A kenyérből egy font elég legyen napjában, akár egy étkezés van, akár ebéd és vacsora. Ha vacsora is van, a házgondnok a font kenyérnek egyharmadát tegye el, és vacsorára adja oda. Ha a munka esetleg nehezebb volna, akkor az apát hatalmára és megítélésére van bízva, hogy ha kívánatos, valamivel többet adjon. De mindenestre kerüljék a mértéktelenséget, hogy a szerzetes gyomrát soha meg ne terhelje. Semmi sem ellenkezik ugyanis annyira a keresztény emberrel, mint a mértéktelen evés

és ivás, ahogy a mi Urunk mondja: "Vigyázzatok, hogy szívetek el ne nehezedjék a mértéktelenségben" (Lk 21, 34).

Fiatalabb korú gyermekeknek azonban ne ugyanolyan mennyiséget adjanak, hanem kevesebbet, mint a felnőtteknek, és mindenben legyenek takarékosak.

A négylábú állatok húsának evésétől pedig mindnyájan teljesen tartózkodjanak, az egészen gyöngye betegek kivételével.

40. fejezet: Az ital mértéke

"Kinek-kinek saját ajándéka van Istentől, az egyiknek így, a másikkal meg amúgy" (1 Kor 7, 7). Éppen ezért némi töprengéssel rendelkezünk mások táplálkozásának mértékéről. Mégis, ha tekintetbe vesszük az erőtleneke gyöngeségét, azt tartjuk, hogy minden egyesnek elég lesz napjában egy hemina bor. Akinek azonban Isten megadja az önmegtartóztatás türelmét, tudják meg, hogy külön jutalmuk lesz érte.

Ha a helyi viszonyok, a munka vagy a nyári hőség miatt többre lenne szükségük, azt az előljáró ítélje meg. De mindenképpen ügyeljenek arra, hogy sokat ne igyanak, vagy éppen meg ne részegedjenek. Bár azt olvastuk, hogy "a bor egyáltalán nem való szerzeteseknek", de mivel korunkban lehetetlen a szerzeteseket erről meggyőzni, legalább abban egyezünk meg, hogy ne igyunk a telítettséig, hanem mértékletesebben; hiszen "a bor elszakítja Istentől még a bölcseket is" (Sir 19, 2).

Ahol azonban a helyi viszonyok úgy hozzák, hogy a felemlített mennyiség sem kapható, hanem sokkal kevesebb vagy éppen semmi, áldják ezért az Istent, akik ott laknak, és ne zúgolódjanak. Különösen tehát arra intjük őket, zúgolódás nélkül éljenek.

41. fejezet: Mikor kell étkezni?

A szent húsvétól egészen pünkösdig déli tizenkét órakor étkezzenek a testvérek, és este vacsorázzanak. Pünkösdötől pedig egész nyáron át, ha nincs mezei munkája a szerzeteseknek, vagy a nyár szertelen hősége nem lankasztja őket, minden szerdán és pénteken három óráig böjtöljenek; a többi napokon tizenkét órakor ebédeljenek. Ezt a tizenkétórás ebédet továbbra is tartsák meg, ha mezei munkával vannak elfoglalva, vagy ha túlságosan nagy a nyári hőség, de ezt az apát ítélje meg. Olyan bölcs tapintattal intézzen mindent, hogy egyfelől a lelkek üdve biztosítva legyen, másfelől a testvéreknek ne legyen okuk munkájukat zúgolódva végezni. Szeptember 14-től a negyvennapos böjt kezdetéig mindig délután három órakor étkezzenek. A negyvennapos böjtben pedig egészen húsvétig vesperás után egyenek. A vesperást magát úgy végezzék, hogy az étkezésnél ne legyen szükség mécses-világításra, hanem még napvilágnál végezzenek mindent. De más időben is, akár a vacsorát, akár az egyszeri étkezés idejét úgy végezzék, hogy minden napvilágnál történjék.

42. fejezet: A kompletórium után senki ne beszéljen

Minden időben csöndre kell törekedniük a szerzeteseknek, de főként az éjszakai órákban. Azért minden időben, akár böjt, akár kétszeri étkezés van, a következőket rendeljük: ha kétszeri étkezés van, ahogy felkeltek a vacsorától, üljenek le mindnyájan együtt, és az egyik olvasson föl a "Beszélgetések"-ből vagy "Az atyák életé"-ből vagy esetleg valami mást, amin épülnek a hallgatók. De ne olvassák a Heptateuchust, sem pedig a Királyok Könyvét, mert ez a gyenge lelkeknek nem lesz hasznára, ha ebben az időben a Szentírásnak ezeket a könyveit hallgatják. De más időben ezeket is olvassák. Ha pedig böjti nap van, kis szünetet tartva a vesperás elmondása után, kezdjenek hozzá a "Beszélgetések" olvasásához, amint mondtuk, és olvassanak el négy-öt lapot, vagy amennyit az idő enged. Míg ez az olvasás tart, valamennyien jöjjenek egybe, még az is, aki esetleg valami rábízott dologgal volt elfoglalva. Ha tehát így mindnyájan együtt vannak, imádkozzák el a kompletóriumot, és a kompletóriumról kijöve már senkinek se legyen szabad egy szót sem szólania. Ha valakit rajtakapnának, hogy a hallgatásnak ezt a szabályát megszegte, súlyos büntetés érje; kivéve ha az érkező

vendégek miatt lenne szükség beszédre, vagy az apát parancsolna valakinek valamit. De még ez is a legnagyobb komolysággal és szerény mérséklettel történjék.

43. fejezet: Azokról, akik az istenszolgálatra vagy az étkezésre késve érkeznek

Mihelyt meghallják az istentiszteletre hívó jelet, azonnal hagyjanak ott mindent, ami kezükben van és a legnagyobb gyorsasággal induljanak, de mégis nyugodtan, hogy a komolytalanságra ne adjanak okot.

Az istenszolgálatnak tehát semmit eléje ne tegyenek.

Ha valaki a vigíliára a kilencvennegyedik zsoltár "Dicsőség"-e után érkezik, – és ezért akarjuk azt, hogy ezt a zsoltárt szünetekkel és lassan mondják –, az ilyen ne álljon helyére a karban, hanem valamennyi közt utolsónak álljon, vagy arra a helyre, amelyet az apát az ilyen hanyagok számára külön kijelölt, hogy láthassa ő is, meg a többiek is, míg az istenszolgálat végeztével nyilvános elégtétellel nem vezekelt. Azért tartjuk jónak azt, hogy az utolsó helyen vagy elkülönítve álljon, hogy így mindenki lássa őt, és már szégyenérzetből is megjavuljon. Mert ha az imatermen kívül maradnak, lenne is olyan köztük, aki újra lefekszik és alszik, vagy esetleg kint leül és beszélget, s így alkalmat ad a gonosznak. Azért hát menjenek csak be, hogy legalább az egészet el ne veszítsék. Aki pedig napközben az istenszolgálatra a vers és az azt követő első zsoltár "Dicsőség"-e után sem érkezik oda, a fentebb mondott szabály szerint utolsónak álljon, és míg elégtételt nem adott, ne merészeljen a zsoltározók kórusához csatlakozni, hacsak az apát neki erre megbocsátóan engedélyt nem ad, de ezt is csak úgy, ha a bűnös eleget tesz érte.

Aki pedig az étkezéshez nem ér oda a vers előtt, hogy valamennyien egyszerre mondják a verset és az imádságot, és együtt üljenek az asztalhoz, még pedig a saját hanyagsága vagy hibája miatt nem ér oda, két ízben intsék meg. Ha mégsem javul meg, ne engedjék, hogy a közös étkezésen részt vegyen, hanem a többiek közösségétől elkülönítve egymagában étkezzen; a borból járó részt is vonják meg tőle, míg elégtételt nem ad és meg nem javul. Hasonlóképpen bűnhődjék az is, aki nincs jelen azon a versen, amelyet az étkezés után szoktak mondani.

Senki se merészeljen az előírt óra előtt vagy után valami ételt vagy italt magához venni. De ha az előljáró valakit valamivel megkínál, és ő nem akarja elfogadni, ha később megkívánja is, ne kapja meg azt sem, amit előbb visszautasított, se valami mást, míg megfelelő elégtételt nem ad.

44. fejezet: Hogyan tegyenek eleget a kiközösítettek?

Akit súlyos vétségért tiltottak ki az imateremből és el a közös asztaltól, az abban az időpontban, amikor az imateremben az istenszolgálatot befejezik, az imaterem ajtaja előtt boruljon le, de ne szóljon semmit; és maradjon arcával a földre borulva az imateremből kijövőök lába előtt. És ezt mindaddig tegye, míg az apát az elégtételt megfelelőnek nem tartja. Amikor pedig az apát parancsára bemegy, boruljon le magának az apátnak és aztán a többieknek lába elé, hogy imádkozzanak érte. És akkor, ha az apát parancsolja, fogadják be a kórusba, arra a helyre, melyet az apát kijelöl számára. De mindenesetre zsoltárt, olvasmányt vagy más valamit még ne merészeljen az imateremben énekelni, míg az apát erre újra parancsot nem ad. És minden imaórában, amikor az istenszolgálatot befejezik, boruljon le a földre azon a helyen, ahol áll, és így tegyen eleget, míg az apát újra meg nem parancsolja neki, hogy most már hagyja abba az elégtételadást.

Akiket kis hibákért csak a közös asztaltól tiltottak el, az imateremben tegyenek eleget, és ezt tegyék az apát intézkedéséig, míg meg nem áldja őket, és azt nem mondja: Elég.

45. fejezet: Azokról, akik az imateremben követnek el hibát

Ha valaki zsoltár, responsorium, antifóna mondása alatt vagy olvasás közben követ el hibát, hacsak ott valamennyiük előtt elégtételadással meg nem alázza magát, nagyobb büntetéssel lakoljon azért, mert nem akarta alázatosan kijavítani azt, amit hanyagságból vétett. A gyermekek az ilyen hibáért kapjanak verést.

46. fejezet: Azokról, akik bármi más dologban hibáznak

Ha valaki bármilyen munka közben: a konyhában, az éléskamrában, a tálalóban, a sütőhelyen, a kertben, valamilyen mesterségben, vagy bármilyen más helyen hibát követ el, vagy valamit eltör, elveszít, vagy akárhol másvalamit vét, és azt az apát és a közösség előtt tüstént nem jelenti, önként eleget nem tesz, és hibáját föl nem tárja, ha más által tudódik ki, a nagyobb büntetéssel sújtsák.

Ha azonban valami titkos, lelki bűnről van szó, azt csak az apát – vagy a lelki atyák előtt – tárja fel, aki meg tudja gyógyítani a saját és mások sebeit, és nem tárja föl, nem hozza nyilvánosságra azokat.

47. fejezet: Az istenszolgálat idejének jelzése

Az istenszolgálat idejének jelzéséről éjjel is, nappal is az apát gondoskodják. Vagy maga jelezze, vagy egy igen pontos testvérre bízta ezt a gondot, hogy mindent a maga idejében végezzenek.

A zoltárokat pedig és az antifónákat az apát után sorrendjük szerint azok énekeljék, akiknek ezt meghagyta. Énekelni azonban vagy felolvasni ne merjen senki, csak az, aki teljesíteni tudja ezt a feladatot, úgy hogy a hallgatók épüljenek. Ezt alázattal, komolysággal és szent félelemmel végezze, akinek az apát megparancsolja.

48. fejezet: A mindennapi testi munka

A tétlenség a lélek ellensége. Ezért a testvérek a megállapított időben foglalkozzanak testi munkával, más órákban pedig szent olvasmányokkal.

Úgy hisszük, hogy az időt mindkettő számára következőképpen oszthatjuk be: Húsvéttól október elsejéig menjenek ki a testvérek reggel, és a primától körülbelül tíz óráig végezzék el a szükséges teendőket. Tízről egészen szextáig olvasással foglalkozzanak. A szexta után pedig, miután fölkeltek az étkezéstől, pihenjenek ágyukon egészen csendben, vagy ha valaki olvasni akar, akként olvasson magában, hogy mást ne zavarjon. A nónát kissé korábban, fél kettőkor mondják, és azután egészen a vesperásig a szükséges munkát végezzék. Ha pedig a helyi viszonyok vagy szegénységük azt kívánná, hogy maguk gyűjtsék be a termést, ne szomorkodjanak, mert akkor igazi szerzetesek, ha saját kezük munkájából élnek, mint atyáink és az apostolok is. De mindez mérséklettel történjék a kislelkűek miatt.

Október elsejétől pedig a negyvennapos böjt kezdetéig egészen nyolc óráig olvasással foglalkozzanak. Nyolc órákor mondják a terciát, aztán nónáig valamennyien a rájuk szabott munkán dolgozzanak. A nónára hívó első jeladásra mindenki hagyja abba a munkát és legyen készen, mire a második gongütés felhangzik. Étkezés után pedig olvasmányaikkal vagy a zoltárok tanulásával foglalkozzanak.

A negyvennapos böjt idején pedig reggeltől egészen terciáig olvasmányaikkal foglalkozzanak, és utána négy óráig végezzék a rájuk bízott munkát. A negyvennapos böjtre mindenki kapjon egy könyvet a könyvtárból, amelyet elejétől végig olvasson el. Ezeket a könyveket a negyvennapos böjt elején adják ki. Mindenesetre azonban rendeljenek ki egy vagy két szeniort, hogy a monostorban abban az időben, amikor a testvérek olvasással foglalkoznak, körüljárjanak, és megnézzék, nem találnak-e hanyag testvért, aki henyél vagy beszélget, és nem törődik az olvasással, és így nemcsak magának van kárára, hanem másokat is zavar. Ha ilyet találnak, – Isten mentsen ettől –, két ízben intsék meg. Ha nem javul meg, a Regula szerinti büntetéssel sújtsák, úgy hogy a többiek is féljenek. Ne is érintkezzék az egyik testvér a másikkal a maga idején kívül.

Vasárnap hasonlóképpen olvasással foglalkozzanak valamennyien, azok kivételével, akik különböző feladatokra vannak kirendelve. Ha pedig valaki olyan hanyag vagy rest volna, hogy nem akarna vagy nem tudna lelki munkával foglalkozni vagy olvasni, adjanak neki más munkát, hogy ne henyéljen.

A beteg vagy gyöngye testvérekre olyan dolgot vagy testi munkát bízunk, hogy se ne henyéljenek, se a munka terhe alatt le ne törjenek, vagy éppen meg ne futamodjanak. Ezek gyöngeségét mindig vegye tekintetbe az apát.

49. fejezet: A negyvennapos böjt megtartása

A szerzetes életének olyanak kell lennie, mintha állandóan negyvennapos böjti fegyelem alatt élne, mégis mivel kevesekben van meg ehhez az erő, ezért azt tanácsoljuk, hogy a negyvennapnak ebben az idejében teljes tisztasággal élje életét, ugyanakkor a más időkben elkövetett hanyagságait ezekben a szent napokban tegye jóvá. Ez akkor történik megfelelő módon, ha minden bűntől tartózkodunk, könnyek között imádkozunk, szent olvasmányokat olvasunk, a szív töredelmére és az önmegtagadás cselekedeteire törekszünk. Ezekben a napokban tehát szolgálatunk szokott mértékéhez adjunk hozzá valamit: külön imádságokat, ételben és italban önmegtagadást. A kiszabott mértéken felül mindenki ajánljon föl valamit saját akaratából a Szentlélek örömeiben Istennek, azaz: vonjon meg valamit testétől az ételben, italban, alvásban, beszédben és tréfálkozásban, és így a lelki vágyódás örömeivel várja a szent húsvétot. Azt azonban, amit ki-ki felajánl, terjessze apátja elé, és az ő imádságával és beleegyezésével tegye, mert ami a lelki atya jóváhagyása nélkül történik, elbizakodottságnak és hiú dicsőségvágyának számít, nem érdemnek. Tehát mindent az apát beleegyezésével tegyenek.

50. fejezet: Azokról a testvérekről, akik az imateremtől távol dolgoznak vagy úton vannak

Azok a testvérek, akik nagyobb távolságban dolgoznak, és így nem tudnak a megfelelő imaóra az imateremben megjelenni, és az apát is úgy ítéli meg, hogy ez a helyzet, azok ott a munkahelyen végezzék az istenszolgálatot, és szent félelemmel hajtsák meg térdüket. Hasonlóképpen azok se hagyják el az elrendelt imaórákat, akiket útra küldtek, hanem amint lehet, végezzék el magukban, és köteles szolgálatuk teljesítését ne mulasszák el.

51. fejezet: Azokról a testvérekről, akik nem nagyon messze távoznak

Az a testvér, akit bármilyen ügyben küldenek ki, és előreláthatóan még aznap visszatérhet a monostorba, ne merjen ottkint enni, bármennyire kínálná is valaki, hacsak az apát ezt meg nem engedi neki. Ha másként cselekszik, közönséksé ki.

52. fejezet: A monostor imaterme

Az imaterem az legyen, aminek a neve mondja. Ott mást ne csináljanak és ne is tartsanak. Az istenszolgálat után mindnyájan a legnagyobb csendben és Isten iránt való tiszteletadással távozzanak, hogy azt a testvért, aki esetleg még külön is akar imádkozni, a másik helytelen viselkedése ne akadályozza. De máskor is, ha valaki magában, csendesesen akar ott imádkozni, egyszerűen menjen be és imádkozzék; ne hangos szóval, hanem könnyek között és bensőséges szívvel. Aki tehát nem ezt teszi, annak ne engedjék meg, hogy az istenszolgálat végeztével az imateremben maradjon, amint mondtuk, hogy mást ne zavarjon.

53. fejezet: A vendégek befogadása

Minden érkező vendéget úgy fogadjanak, mint magát Krisztust, mert ő maga mondja majd egykor: "Idegen voltam, és befogadtatok engem" (Mt 25, 5). Mindenkinek adják meg a megfelelő tiszteletet, de elsősorban a hitben testvéreinknek és a zarándokoknak. Mihelyt tehát vendéget jelentenek, szolgálatkész szeretettel siessenek elébe az előljáró és a testvérek. Először együtt imádkozzanak, és csak azután váltsanak békecsókot. Ezt a békecsókot tehát csak az előzetes imádság után adják, az ördög cselvetései miatt. Minden érkező vagy távozó vendéget teljes alázatossággal köszöntsenek: meghajtott fővel vagy egészen arcra borulva imádják benne Krisztust, akit csakugyan be is fogadtak.

Ha a fogadás megtörtént, vezessék a vendéget az imádságra, azután üljön le velük az előljáró vagy akit ő kirendel. Olvassanak föl a vendég előtt a Szentírásból, hogy épüljön, aztán pedig teljes szeretetszolgálat legyenek iránta. Az előljáró a vendég kedvéért megszegheti böjtöt, hacsak nincs különben is böjti nap, amelyet nem szabad megszegni, de a testvérek folytassák szokott böjtjüket. Az apát adjon vizet a vendégek

kezére, s minden vendég lábát az apát is, az egész közösség is mossa meg. Lábmosás után ezt a verset imádkozzák: "Befogadtuk, Istenünk, irgalmadat templomod belsejében" (Zsolt 47, 10). Kiváló nagy gondot fordítsanak a szegények és zarándokok befogadására, mert bennük még inkább fogadjuk Krisztust; míg a gazdagokkal szemben érzett félelem maga is tisztelet vált ki.

Az *apát* és a vendégek számára legyen külön konyha, hogy a bizonytalan időben érkező vendégek, – hisz a monostorban az ilyenek sohasem hiányoznak –, ne zavarják a testvéreket. Erre a konyhára egész évre két testvért rendeljenek ki, akik jól el tudják látni ezt a munkát. Szükség esetén adjanak melléjük segítőket, hogy zúgolódás nélkül szolgáljanak. Viszont ha kevesebb az elfoglaltságuk, menjenek munkára oda, ahova rendelik őket. De ne csak önállók, hanem a monostor minden munkakörében ez legyen az elv: amikor szükséges, segítséget adjanak nekik, viszont ha nincs dolguk, engedelmesen tegyék meg, amit parancsolnak.

A vendégek lakását is olyan testvérre bízzák, kinek lelkét istenfélelem tölti el. Legyen ott kellő számban ágy készen.

Az Isten házát bölcsék bölcsen kormányozzák.

A vendégekhez pedig, aki arra parancsot nem kap, semmiképpen ne csatlakozzék, és velük beszédbe ne elegyedjék, hanem ha találkozik velük vagy meglátja őket, alázatosan köszönjön, amint mondtuk, és áldáskérés után menjen tovább azzal a megjegyzéssel, hogy nem szabad a vendéggel beszélgetnie.

54. fejezet: Szabad-e a szerzetesnek levelet vagy bármi mást elfogadnia

Semmiképpen se legyen szabad a szerzetesnek sem szüleitől sem bárki mástól, de egymástól sem, akár levelet, akár eulogiát vagy bármi csekély ajándékot elfogadnia vagy adnia az apát engedélye nélkül. Még ha szülei küldenének is neki valamit, ne merje elfogadni előbb, hacsak be nem jelenti az apátnak. Ha megengedi is annak elfogadását, még mindig az apát hatalmában áll, hogy kinek akarja adni. Ilyenkor az a testvér, akinek szánya volt, ne szomorkodjék, hogy ne adjon alkalmat az ördögnek. Aki másképpen merészel cselekedni, azt a Regula előírása szerint büntessék meg.

55. fejezet: A testvérek ruházata és lábbelije

Ruhákat a testvérek lakóhelyüknek és az éghajlatnak megfelelően kapjanak, mivel hideg vidéken többre van szükségük, melegen pedig kevesebbre. Ennek megítélése tehát az apátra tartozik. Mégis azt hisszük, hogy mérsékelt éghajlatú helyeken minden szerzetes számára elég egy kukulla és egy tunika, – mégpedig télen egy vastagabb, gyapjas kukulla, nyáron pedig egy könnyű, viseltes –, továbbá a munka miatt a skapuláré; lábbelinek pedig cipő és szandál. Ezeknek a ruháknak színe vagy durvasága miatt ne okozkodjanak a szerzetesek, hanem viseljenek olyat, amilyen azon a vidéken található vagy éppen olcsóbban megszerezhető.

Az apát azonban gondoskodjék a ruhák mértékéről, hogy ne legyenek rövidek azoknak, akik hordják, hanem rájuk illők. Amikor újat kapnak, azonnal adják vissza mindig a régit, hogy a szegények számára a ruhatárba helyezhessék. Elégséges ugyanis, ha a szerzeteseknek két tunikájuk és két kukullájuk van, az éjszakák és a mosás miatt. Ami ezen felül van, az fölösleges, s ezért el kell venni. A lábbeliket és minden avult holmit adjanak vissza, ha újat kapnak.

Akiket útra küldenek, kapjanak a ruhatárból nadrágot, melyet hazatérésük után kimosva ismét adjanak vissza. A kukullák és tunikák is legyenek ilyenkor valamivel jobbak a szokottnál, amilyeneket viselnek. Ezeket is útrakelésükkor a ruhatárból kapják, és hazatérésük után oda adják vissza.

Ágyneműnek legyen elég egy gyékény, egy könnyebb és egy melegebb takaró és egy fejtámla. De ezeket az ágyakat az apát többször vizsgálja meg, nem található-e ott valami magántulajdon. És ha valakinél találnak valamit, amit nem az apáttól kapott, azt a legszigorúbban büntessék meg. Hogy a magánbirtoklásnak ezt a bűnét gyökeresen kiirtsák, adjon meg az apát minden szükségeset, azaz kukullát és tunikát, cipőt, övet, kést, íróvesszőt, tűt, írótablát, hogy senki se menthesse magát azzal, hogy szükségét szenvedett valamiben.

Az apát egyébként tartsa mindig szeme előtt az Apostolok Cselekedeteinek ezt a mondását: "Minden egyesnek annyit adtak, amennyire kinek-kinek szüksége volt" (ApCsel 4, 35). Tehát az apát is így vegye tekintetbe a szűkölködők gyengeségét, ne pedig a gyűlölködők irigy rosszakaratát. De minden intézkedésében gondoljon arra, hogy az Isten mindent megfizet.

56. fejezet: Az apát asztala

Az *apát* mindig együtt étkezzék a vendégekkel és a zarándokokkal. Amikor azonban nincs vendég, joga legyen a testvérek közül asztalához meghívni azt, akit akar. De a fegyelem miatt egy-két senior mindig maradjon a testvérekkel.

57. fejezet: A monostor kézműves tagjai

Ha vannak a monostorban kézművesek, ezek – ha az apát megengedi –, teljes alázatossággal gyakorolják mesterségüket. De ha valamelyik a munkájában való ügyessége miatt gőgös lenne, mert azt hiszi, hasznára van a monostornak, az ilyet tiltsák el mesterségétől, és ne térjen ahhoz vissza, hacsak meg nem alázza magát, és újra parancsot nem kap az apáttól. Ha pedig a kézművesek munkájából valamit el kell adni, akkor azok, akiknek kezén az megfordul, óvakodjanak minden csalástól. Gondoljanak mindig Ananiásra és Szafirára, hogy a halált, amit ezek testileg szenvedtek el, ők és mindazok, akik a monostor javait csalással kezelik, lelkiileg el ne szenvedjék.

Az árak megszábasát illetően pedig föl ne bukkanjon a kapzsiság bűne; sőt mindig valamivel olcsóbban adják, mint a világiak adhatják, "hogymindenben dicsőíttessék az Isten" (1Pét 4, 11).

58. fejezet: A testvérek felvételének eljárás módja

Ha valaki újonnan jelentkezik a szerzeteséletre, ne engedjék meg neki könnyen a belépést, hanem az Apostol szavai szerint: "Vizsgáljátok meg a lelkeket, vajon az Istentől vannak-e!" (1Jn 4, 1). Ha a jövevény állhatatosan zörget, és ha azt látják, hogy az őt ért méltánytalanságokat és a belépés nehézségeit négy-öt napon át türelmesen elviseli, és megmarad kérése mellett, engedjék meg neki a belépést, és néhány napig a vendégek szobájában tartózkodjék. Utóbb pedig a novíciusok szobájában lakjék, ahol ezek lelki munkájukat végzik, továbbá esznek és alusznak. Adjának melléjük olyan szeniort, aki alkalmas a lelkek megnyerésére, és aki kiváló nagy gonddal ügyel rájuk. Nagyon gondosan meg kell vizsgálni, hogy a novícius valóban Istent keresi-e; buzgó-e az istenszolgálatban, az engedelmségben és a méltánytalanságok elviselésében. Mondjanak meg neki előre minden kemény és nehéz dolgot, amelyeken át Istenhez juthatunk. Ha állhatatosságot és kitartást ígér, olvassák föl neki két hónap múlva ezt a Regulát teljes egészében. De mondják neki: Íme ez a törvény, mely alatt küzdeni akarsz. Ha meg bírod tartani, lépj be, ha pedig nem, szabadon távozzál.

Ha továbbra is megmarad, akkor vezessék a novíciusok fent említett szobájába, és újra próbálják ki mindenféle béketúrásban. Hat hónap lefolyása után ismét olvassák föl előtte ezt a Regulát, hogy tudja mire lép be. És ha még mindig állhatatos marad, négy hónap múltán ismét olvassák föl neki ezt a Regulát. És ha miután magában jól megfontolta, megígéri, hogy mindent megtart, és hogy minden neki adott parancsot teljesít, akkor fogadják be a közösségbe. De tudja meg, hogy a Regula törvényként írja elő, hogy attól a naptól kezdve nem szabad kilépnie a monostorból, sem nyakát kivonnia a Regula ígája alól, hiszen olyan hosszas megfontolás után szabadságában állott ezt elvetnie vagy elfogadnia.

A felveendő ezután az imateremben mindnyájuk jelenlétében ígérjen állhatatosságot, a szerzetesi erkölcsök gyakorlását és engedelmséget, Isten és az ő szentjei előtt; hogy ha valaha másként cselekednék, tudja meg, hogy az fogja őt kárhozatra ítélni, akit kigúnyol. Erről az ígétéről készítsen kérvényt azoknak a szenteknek nevére, akiknek ereklyéi ott vannak, és a jelenlevő apát nevére. Ezt a kérvényt sajátkezűleg írja, vagy ha esetleg írni nem tud, az ő felkérésére más írja meg, és a novícius csak jegyet tegyen rá, azután pedig a saját

kezével tegye az oltárra. Mihelyt odahelyezte, kezdje meg maga a novícius ezt a verset: "Fogadj el engem, Uram, szent ígéd szerint, hogy neked éljek. Ne szégyeníts meg, mert benned bízom" (Zsolt 118, 116).

Ezt a verset az egész közösség háromszor ismételve felelje rá, és adjon hozzá egy "Dicsőség"-et. Aztán az új testvér boruljon le minden egyesnek a lábához, hogy imádkozzanak érte. Ettől a naptól kezdve már a közösség tagjának tekintsek.

Ha volt valami vagyona, azt ossza ki előbb a szegények között, vagy ünnepélyesen adományozza a monostornak; de semmit se tartson meg magának az egészből, hiszen tudja, hogy attól a naptól fogva még saját testével sem rendelkezhetik.

Tehát ott mindjárt az imateremben vettessék le vele saját ruháit, melyeket addig viselt, és öltöztessék a monostor ruháiba. Levetett ruháit pedig tegyék el megőrzésre a ruhatárba, hogy ha egyszer az ördög rábeszélésével egyetértene, hogy elhagyja a monostort, – amitől Isten mentsen –, akkor vetköztessék ki a monostor ruháiból, és úgy vessék ki. De a kérvényt, melyet az apát az oltárról magához vett, ne kapja vissza, hanem őrizték meg a monostorban.

59. fejezet: A nemesek vagy szegények fiairól, akiket felajánlanak

Ha esetleg valamelyik nemes ajánlja föl gyermekét Istennek a monostorba, és a fiú még kiskorú, szülei készítsék el a fent említett kérvényt, és az áldozati adománnyal együtt magát a kérvényt és a fiú kezét burkolják be az oltár terítőjébe, s így ajánlják fel őt.

Vagyonukat illetően pedig ugyanebben a kérvényben ígérjék meg esküvel, hogy sohasem fognak neki sem személyesen, sem közvetítő által bármit is juttatni, vagy a birtoklásra alkalmat szolgáltatni. Vagy ha ezt tenni nem akarják, hanem valami alamizsnát akarnak a monostornak felajánlani, állítsanak ki a monostornak szánt dolgokról adománylevelet, fenntartva maguknak, ha úgy tetszik, a haszonélvezetet. Így vegyék elejét annak, hogy a fiúnak ne maradjon semmi hiú reménye, ami őt megcsalhatná, és romlásba dönthetné, – mitől Isten óvjon –, pedig tapasztalatból ismerünk ilyen esetet.

Hasonlóképpen tegyenek a szegényebbek is. Akiknek pedig éppen semmijük sincsen, egyszerűen készítsék el a kérvényt, és az áldozati adományokkal együtt ajánlják fel fiúkat tanúk jelenlétében.

60. fejezet: Azokról a papokról, akik esetleg a monostorban szeretnének lakni

Ha a papi rend egyik tagja kéri föl vételét a monostorba, ne egyezzenek bele túl gyorsan kérésébe. Ha mégis mindenképpen megmarad óhaja mellett, tudja meg, hogy a Regula egész fegyelmét neki is meg kell tartania, és nem engednek el neki abból semmit sem, hogy úgy legyen, ahogy az Írás mondja: "Barátom, miért jöttél?" (Mt 26, 50). Mégis engedjék meg neki, hogy a sorrendben az apát után állhasson, áldást adhasson, és a befejező imát mondhassa, de csak az apát parancsából. Különben semmit se merjen tenni, hiszen tudnia kell, hogy alá van vetve a Regula fegyelmének, és inkább az alázatosságra adjon példát mindenkinek. És ha esetleg előkerül a monostorban valamilyen tisztség betöltése vagy más ügye, ő azt a helyet foglalja el, mely a monostorba való belépése szerint illeti, nem pedig azt, melyet neki a papi méltóság iránti tiszteletből engedtek.

Ha pedig egy kisebb rendű klerikus akarna ugyanilyen szándékkal a monostor tagjává lenni, a sorrendben úgy a közepe táján helyezték el őket, de csak akkor, ha ők is megígérik a Regula megtartását és állhatatosságukat.

61. fejezet: Hogyan vegyék fel az idegen szerzetest?

Ha távoli tartományokból jön egy idegen szerzetes, és ha vendég gyanánt akarna a monostorban tartózkodni, és meg van elégedve a helyi szokásokkal, és felesleges követeléseivel nem zavarja a monostort, hanem megelégszik azzal, amit talál, akkor fogadják be, ameddig óhajtja. Ha pedig esetleg némely dolgot

megokoltan, és alázatos szeretettel megróna, vagy valamire felhívna a figyelmet, bölcsen fontolja meg az apát, hogy nem éppen ezért vezérelte-e oda az Úr.

Ha pedig utóbb állhatatosságot akar fogadni, ne utasítsák vissza ezt az akaratát, főként azért nem, hiszen vendégeskedése alatt ki lehetett ismerni életét.

Ha azonban vendégkorában azt látták volna, hogy nagyon igényes és tele van hibákkal, akkor ne csatlakozzék a monostor testéhez, hanem mondják meg neki tisztelettel, hogy távozzék, nehogy az ő lelki nyomorúsága másokat bűnbe vigyen. Ha pedig nem olyan, hogy kiutasítást érdemelne, ne csak akkor vegyék be a közösségbe, ha maga kéri, hanem inkább beszéljék rá, maradjon ott, hogy példájából tanuljanak, hiszen úgy is mindenhol egy Úrnak szolgálunk, egy Király alatt harcolunk. És ha az apát őt méltónak tartja, megteheti, hogy számára valamivel magasabb helyet jelöl ki. De nemcsak az ilyen szerzetest, hanem a papok és klerikusok fentebb említett rendjéből bárkit magasabb helyre sorozhat be az apát, mint ami belépése szerint megilleti, ha olyannak látja életét.

De attól óvakodjék az apát, hogy más ismeretes monostorból fogadjon be állandó tartózkodásra szerzetest apátja beleegyezése és ajánlólevele nélkül mert írva van: "Amit nem akarsz magadnak, te se tedd másnak" (Mt 7, 12 és Tób 4, 16).

62. fejezet: A monostor papjai

Ha az apát áldozópapot vagy diakónust akar magának fölszenteltetni, válasszon ki az övéi közül valakit, aki méltó arra, hogy a papi tisztséget végezze. A fölszentelt azonban óvakodjék a büszkeségtől és kevélységtől, és ne merjen mást tenni, mint amit az apát parancsol neki, hiszen tudja, hogy ő még jobban alá van vetve a Regula fegyelmének. Papságának ürügyén ne feledkezzék meg a Regula iránti engedelmességről és fegyelméről, hanem egyre jobban közeledjék Istenhez.

Azt a helyet tartsa meg azonban mindig, amely a monostorba lépés szerint megilleti, kivéve az oltár szolgálatát, vagy ha esetleg a közösség választása és az apát akarata életmódja érdemül magasabb fokra emelni akarná. De tartsa észben, hogy a dékánok és perjelek számára adott szabályt neki is meg kell tartania. Ha másképp merészel tenni, ne papnak, hanem lázadónak tekintésék. És ha többszöri megintés után sem javul meg, még a püspököt is hívják meg tanúnak. Ha még így sem javul meg, és hibái nyilvánvalóak, vessék ki a monostorból, feltéve hogy olyan nagy volt a megátalkodottsága, hogy nem akarja magát a Regulának alávetni és engedelmeskedni.

63. fejezet: A közösség sorrendje

A monostorban úgy tartsák meg a sorrendet, ahogy belépésük ideje, életük érdeme meghatározza, és ahogy az apát megállapítja. De az apát ne zavarja meg a reábizott nyáját, és ne rendeljen el semmi igazságtalanságot, mintha korlátlan hatalma lenne, hanem mindig gondoljon arra, hogy minden döntéséről és cselekedetéről Istennek ad majd számot.

A testvérek tehát abban a sorrendben járuljanak békecsókhhoz, az áldozáshoz, aszerint énekeljenek zsoltárokat, és álljanak a kórusban, melyet az apát állapít meg, vagy amely egyébként megilleti őket. Egyáltalán sehol se a természetes kor határozza meg a sorrendet, és az ne biztosítson előjogokat; hiszen Sámuel és Dániel is gyermek létükre ítéleztek a nép vénei fölött. Tehát azok kivételével, mint mondtuk, akiket az apát jól megfontolva előléptet, vagy bizonyos okok miatt lefokoz, a többiek mind abban a sorrendben legyenek, amint a kolostorba léptek. Úgyhogy például aki a nap második órájában lép be a monostorba, fiatalabbnak tekintse magát annál, aki az első órában jött, bármilyen korú és méltóságú is.

A gyermekek azonban mindenben saját külön fegyelmük alatt legyenek.

A fiatalabbak tehát az öregebbeket tiszteljék, az öregebbek a fiatalabbakat szeressék.

A megszólításnál senkinek sem szabad a másikat a pusztá nevével szólítani; hanem az öregebbek a fiatalabbakat testvérnek szólítsák, a fiatalabbak az idősebbeket "nonnus"-nak, azaz: tisztelendő atyának. Az apátot pedig, mivel hiszik róla, hogy Krisztust helyettesíti, úrnak és apátnak hívják, hisz nem maga vette föl ezt a címet, de Krisztus iránti hódolatból és szeretetből. De ő maga is gondoljon erre, és úgy viselkedjék, hogy méltó legyen ekkora tiszteletre.

Akárhol találkoznak egymással a testvérek, a fiatalabb kérjen áldást az idősebbtől. Ha idősebb megy el mellette, a fiatalabb álljon föl, adjon neki helyet a leülésre, és ne is merjen melléje leülni, hacsak az öregebb meg nem engedi neki. Így valósuljon meg az Írás szava: "Előzzétek meg egymást a tiszteletadásban" (Róm 12, 10).

A kis gyermekek és a serdülők tartsák meg az imateremben és az étkezésnél fegyelmezetten saját sorrendjüket. De kint is és mindenütt felügyelet és fegyelem alatt legyenek, míg az értelmes kort el nem érik.

64. fejezet: Az apáti szék betöltése

Az *apáti* méltóság betöltésénél mindig azt az elvet tartsák szem előtt, hogy azt kell megtenni apátnak, akit vagy az egész közösség egyetértve, Isten félelmében választ, vagy akár a közösség egy kicsiny, de egészségesebb felfogású része. Az apátot életmódja érdemére és bölcs tanítására való tekintetből válasszák ki, még ha utolsó lenne is a közösség sorrendjében. Ha azonban – mitől Isten mentsen –, egyhangú határozattal az egész közösség olyan személyt választana ki, aki bűneikkel egyetért, és e bűnök valamiképpen tudomására jutnának a püspöknek, akinek egyházmegyéjéhez az a hely tartozik, vagy a szomszédos apátoknak vagy keresztényeknek, akadályozzák meg a gonoszok egyetértésének keresztülvitelét, és állítsanak méltó gondviselőt Isten házában élére. Hiszen tudják, hogy ezért jó jutalmat kapnak, ha tiszta szándékkal és Isten iránti buzgósággal teszik; ellenben vétkeznek, ha elmulasztják.

A beiktatott apát pedig gondolja meg mindig, milyen terhet vállalt magára, és kinek ad majd számot sáfarkodásáról. Tudja meg, hogy inkább használnia kell, semmint uralkodnia. Ezért kell, hogy jártas legyen az isteni Törvényben, hogy tudja és legyen is honnan "előhozni újakat és régieket" (Mt 13, 52). Legyen tiszta életű, józan, könyörületes, és elítélés ellenében adjon mindig elsőbbséget az irgalomnak, hogy majd maga is irgalmat nyerjen. Gyűlölje a vétkeket, szeresse a testvéreket. A büntetésnél okosan járjon el; kerülje a túlzást, hogy míg túlságosan meg akarja tisztítani a rozsdától, el ne törje az edényt. Mindig bizalmatlanul tekintsen saját gyarlóságára, és gondoljon arra, hogy "a repedezett nádat nem szabad összetörni" (Iz 42, 3 és Mt 12, 20). Ezzel nem azt mondjuk, hogy engedje növekedni a hibákat, hanem hogy okosan és szeretettel irtsa azokat, ahogy az ítélete szerint kinek-kinek hasznára van, mint már fentebb mondtuk. Arra törekedjék, hogy inkább szeressék, mintsem féljenek tőle. Ne legyen nyugtalankodó és aggályoskodó, ne legyen túlzó vagy makacs, ne legyen féltékenykedő és szerfölött gyanakvó, mert így sohasem lesz nyugta. Parancsaiban legyen előrelátó és megfontolt. Akár lelki, akár világi dologra ad rendelkezést, szelíd mérséklettel határozzon és irányítson mindent, szembe előtt tartva mindig Szent Jákob bölcs mértéktartását, aki azt mondta: "Ha nyájamat a járásban szerfölött kifárasztom, egy nap alatt mind elhullanak" (Ter 33, 13). A bölcs mérsékletnek, az erények anyjának ezt és egyéb példáit vegye figyelembe, és mindent olyan fokban igazítsa el, hogy legyen, ami után az erősek vágyódhatnak, de a gyengék se ijedjenek vissza. De különösképpen tartsa meg ezt a Regulát, hogy miután jól szolgált, hallja az Úrtól azt, amit a jó szolga hallott, aki a megfelelő időben osztotta ki a búzát szolgatársainak: "bizony mondom nektek, – így szól –, minden vagyona fölé rendeli őt" (Mt 24, 47).

65. fejezet: A monostor perjele

Többször megtörténik, hogy a perjeli tisztség betöltésénél súlyos botrányok keletkeznek a monostorokban. Vannak ugyanis egyesek, akik a kevélység gonosz szellemétől felfuvalkodva mintegy második apátnak tekintik magukat, zsarnoki hatalmat gyakorolnak, és így botrányokat okoznak és meghasonlást támasztanak a közösségben. Különösen azokon a helyeken történhet ez meg, ahol ugyanaz a püspök és ugyanazok az apátok, akik az apátavatást is végzik, iktatják be a perjelt is. Könnyű átlátni ennek esztelenségét, mivel már hivatalba

lépése kezdetén táplálékot kap kevélysége, és gondolatai azt sugallhatják neki, hogy ki van véve apátja hatalma alól, hiszen téged is ugyanazok iktattak be – gondolhatja magában – akik az apátot. Ebből aztán irigység, civódás, rágalmazás, féltékenykedés, pártokra szakadás és rendetlenség támad. Mert ha az apát és a perjel egymás ellen vannak, akkor ezen meghasonlás miatt szükségképpen veszedelemben forog saját lelkük is, de alattvalóik is vesztükbe rohannak, midőn az egyik vagy másik pártnak hízelegnek. Ez a veszedelmes baj elsősorban azok lelkét terheli, akik okozói voltak az ilyen rendetlenségnek.

Mi azért a béke és szeretet megőrzése végett azt tartjuk célszerűnek, hogy az apát mérlegelésétől függjön az ilyen tiszttség a monostorban. Ha lehetséges, dékánok intézzék a monostor különféle ügyeit, mint fentebb meghagytuk, az apát rendelkezései szerint, hogy így – míg többen vannak megbízva –, egy ne kevélykedjék. Ha pedig a helyi viszonyok úgy kívánják, vagy ha a közösség megokoltan és alázatosan kéri, és az apát is hasznosnak tartja, ő maga tegye meg perjelének azt, akit az istenfélő testvérek tanácsával kiválaszt.

Ez a perjel aztán tisztelettel végezze azokat a feladatokat, amelyeket az apát reábíz, és semmit se tegyen az apát akarata és rendelkezése ellen. Amennyivel ugyanis mások fölél helyezték, annyival gondosabban kell megtartania a Regula előírásait. Ha pedig úgy találnák, hogy a perjel hibákkal van tele, vagy hogy gőgtől elvakulva felfuvalkodik, vagy rábizonyulna, hogy megveti a szent Regulát, négyízben szóval intsék meg. Ha nem javul meg, őt is a Regula szerinti büntetéssel sújtsák. Ha még így sem mutat javulást, fosszák meg perjeli rangjától. és mást tegyenek helyére, aki méltó erre. Hogyha még ezután is nyugtalan és engedetlen a közösségben, vessék ki a monostorból. Az apát azonban gondolja meg, hogy minden ítéletéről számot kell majd adnia Istennek, és ezért esetleg ne féltékenységgel vagy irigységgel lángja égjen szívében.

66. fejezet: A monostor kapusai

A monostor kapujához rendeljenek egy idősebb okos testvért, aki értelmesen tud választ adni, és akit éltes kora nem enged elcsatangolni. A kapusnak a kapu mellett legyen a szobája, hogy az érkezők őt ott mindig megtalálják, hogy tőle feleletet kaphassanak. Mihelyt valaki kopogtat vagy egy szegény kiált, feleljen rá: "Hála legyen Istennek" vagy: "Adj áldást". És azonnal istenfélelemből fakadó szelídséggel és buzgó szeretettel adjon választ. Ha a kapusnak segítségre van szüksége, kapjon maga mellé egy fiatalabb testvért.

A monostort, ha lehetséges, úgy kell építeni, hogy minden szükséges dolog, mint a víz, malom, kert és különféle műhelyek a monostoron belül legyenek, hogy a szerzeteseknek ne kelljen kint csatangolniuk, ami lelküknek éppen nem válik üdvére.

Azt akarjuk, hogy ezt a Regulát a közösségben gyakrabban olvassák föl, hogy senki a testvérek közül ne menthesse magát azzal, hogy nem ismeri.

67. fejezet: Az útra küldött testvérek

Az útra küldött testvérek ajánlják magukat az összes testvérnek és az apátnak imádságába. Az istenszolgálat végén egy imádsággal mindig emlékezzenek meg a távollévőkről. Azon a napon, amikor a testvérek útjukról visszatérnek, minden imaóra végén boruljanak le az imaterem padlójára, és kérjék mindnyájuk imádságát azokért a hibákért, amelyekbe esetleg útközben rossz dolgok látása és hiábavaló beszédek hallása által beleeshettek. Senki se merészelje a másikat elmondani, amit a monostoron kívül látott vagy hallott, mert az a legtöbbször romboló. Ha valaki ezt mégis meg merné tenni, azt a Regula szerint büntessék meg. Úgyszintén azt is, aki az apát rendelkezése nélkül ki mer lépni a monostor falain kívülre, és akárhova is elmenni, avagy bármilyen csekélységet cselekedni.

68. fejezet: Ha egy testvérre valami lehetetlent bíznak

Ha valamelyik testvérre esetleg nehéz vagy éppen lehetetlen dolgot bíznak, fogadja csak el teljes szelídséggel és engedelmisséggel a parancsoló meghagyását. Ha azonban úgy látja, hogy a teher súlya mindenképpen felülmúlja erejének nagyságát, képtelenségének okát előljárója előtt türelmesen és illő módon tárja fel, de ne

kevélyen vagy nyakasan vagy ellentmondó hangon. Ha pedig az előljáró ezután az előterjesztés után is megmarad parancsa mellett, tudja meg az alárendelt testvér, hogy így lesz javára, és az Isten segítségével bízva, engedelmeskedjék szeretetből.

69. fejezet: A monostorban senki ne merészelje a másikat védelmezni

Nagyon ügyelni kell arra, hogy a monostorban ne merészelje az egyik szerzetes a másikat semmiféle okból védelmezni vagy mintegy oltalmába venni, még ha közeli vérrokonság fűzné is őket egymáshoz. Ezt semmiképpen se merjék megtenni a szerzetesek, mert ezzel alkalmat szolgáltatnak a legsúlyosabb botrányokra. Ha valaki ezt a tilalmat megszegi, a súlyosabb büntetést kapja.

70. fejezet: Senki se merészelje a másikat csak úgy megütni

A monostorban minden túlkapásnak még az alkalmát is kerüljük el. Azért elrendeljük, hogy senkinek se legyen szabad valamely testvérét kiközösíteni vagy megverni, hacsak nem kapott rá hatalmat az apáttól. "Aki ez ellen vét, azt mindenki előtt feddjék meg, hogy a többiek féljenek" (1Tim 5, 20). A gyermekek pedig tizenöt éves korukig mindenki részéről gondos fegyelem és felügyelet alatt legyenek, de ez is okos mérséklettel történjék. Aki tehát a felserdültek ellen mer valamit tenni apátja meghagyása nélkül vagy aki a gyermekekkel szemben mértéktelen haragra lobbán, azt a Regula szerint büntessék meg, mivel írva van: "Amit nem akarsz magadnak, te se tedd másnak" (Mt 7, 12; Tób 4, 16).

71. fejezet: A testvérek kölcsönösen engedelmeskedjenek egymásnak

Az engedmesség erényét ne csak az apátnak adják meg mindnyájan, hanem egymásnak is engedelmeskedjenek, abban a tudatban, hogy az engedmességnek ezen az útján jutnak el Istenhez. Bár az apát és az általa rendelt perjelnek parancsát kell elsősorban tekintetbe venni, és ennek magánparancsot eléje tenni nem engedünk; egyébként a fiatalabbak valamennyien teljes szeretettel és készséggel engedelmeskedjenek az öregebbeknek. Ha valakit viszálykodónak találnak, fenyítsék meg.

Ha pedig valamelyik testvért apátja vagy előljárója bármilyen csekély ok miatt megfeddi, vagy csak ha érzi, hogy valamelyik előljárója, bár csak kis mértékben is, haragszik vagy neheztel rá, akkor azonnal minden késlekedés nélkül boruljon le előtte a földre, és elégtételképpen feküdjék lába előtt mindaddig, míg áldásadással annak haragja le nem csillapodik. Ha valaki ezt megvetésből elmulasztaná, vagy testileg fenyítsék meg, vagy makacsság esetén űzzék ki a monostorból.

72. fejezet: A jó buzgóságnak meg kell lennie a szerzetesben

Amint van keserűségből fakadó rossz buzgóság, mely elszakít Istentől és a pokolra vezet, úgy van jó buzgóság is, amely a vétkektől választ el, és Istenhez és az örök életre vezet. Ezt a buzgóságot tehát a legizibbb szeretettel gyakorolják a szerzetesek, azaz:

Egymást a tiszteletadásban előzzék meg (Róm 12, 10).

Egymásnak mind testi, mind lelki fogyatkozásait a legtürelmesebben viseljék el.

Egymásnak versengve engedelmeskedjenek.

Senki se kövesse azt, amit maga számára hasznosnak ítéel, hanem ami másnak az.

Egymást tisztán, testvéri szeretettel szeressék.

Istent szeretve féljék.

Apátjukat őszintén és alázatos szeretettel szeressék.

Krisztusnak semmit elébe ne tegyenek,

aki bennünket, mindnyájunkat az örök életre vezessen.

73. fejezet: A Regula nem foglalja magában a tökéletesség minden szabályát

Megírtuk tehát ezt a Regulát, hogy általa, hogy ezt megtartsuk a monostorokban, megmutassuk, hogy legalább némiképp meg van bennünk az erkölcsös életmód és az szerzetesélet kezdete.

Aki egyébként a szerzetesélet tökéletességére igyekszik, annak számára ott vannak a szent atyák tanításai, és azok megtartása elvezeti az embert a tökéletesség magasságára. Valóban, az isteni tekintélyű Ó- és Újszövetségnek melyik lapja vagy melyik mondása nem a legbiztosabb irányítója az emberi életnek? Vagy a katolikus szentatyák melyik könyve nem hangoztatja azt, mint juthatunk el egyenes úton a Teremtőnkhez? Hasonlóképpen az "Atyák Beszélgetései", "A Szerzetesi Rendtartások", továbbá az "Atyák Élete" és Szent Baszileiosz atyánknak Regulája, mi egyébek, ha nem a helyesen élő és engedelmes szerzeteseknek szóló eszközök az erények gyakorlására? Nekünk azonban, lustáknak, tökéletleneknek és hanyagoknak, ok a pirulásra és szégyenkezésre.

Bárki vagy tehát, aki a mennyei hazába igyekszel, teljesítsd ezt a kezdetnek írt, igen csekély Regulát! Így aztán legvégül Isten kegyelmével eljutsz majd a bölcsességnek és az erényeknek előbb említett csúcsára. Amen.