

REGULA SFÂNTULUI NOSTRU PĂRINTE BENEDICT

Prolog

1 Ascultă, fiule, poruncile învățătorului și pleacă-ți urechea inimii tale. Primește cu drag sfatul bunului Părinte și-l împlinește cu sârguință, **2** ca prin nevoința ascultării să te întorci acolo de unde ai căzut prin rătăcirea nesupunerii. **3** Ție se adresează acum cuvântul meu, celui ce, renunțând la voința proprie, iei asupra ta preaputernicele și strălucitoarele arme ale ascultării ca să lupți pentru Domnul și Împăratul Hristos.

4 Mai întâi, ca să pui început bun în orice vei face, să ceri cu rugăciune stăruitoare ca lucrarea ta să fie desăvârșită de Dumnezeu, **5** așa încât El, Care S-a milostivit deja de noi socotindu-ne între fiii Săi, să nu trebuiască să Se întristeze vreodată pentru faptele noastre cele rele. **6** Căci suntem datori să-I arătăm în toată vremea roada bunătăților Sale în noi înșine, nu numai ca Tatăl să nu Se mânie cândva și să-Și dezmoștenească fiii, **7** ci mai ales ca nu cumva stăpânul înfricoșat, întărâtat de răutățile noastre, să-i osândească la pedeapsa veșnică pe cei ce n-au voit să-L urmeze în slavă.

8 Să ne sculăm, dar, căci, trezindu-ne, Scriptura ne spune: *A venit vremea să ne sculăm din somn* (Rom. 13, 11) **9** și, deschizând ochii noștri către lumina îndumnezeitoare, să ascultăm cu uimire ce ne îndeamnă glasul dumnezeiesc care răsună în fiecare zi, zicând: **10** *Astăzi de veți auzi glasul Domnului, nu vă împietriți inimile voastre* (Ps. 94, 8). **11** Și iarăși: *Cel ce are urechi de auzit să audă ce le spune Duhul bisericilor* (Ap. 2, 7). **12** Și ce spune? *Veniți, fiilor, ascultați-mă și vă voi învăța frica de Dumnezeu* (Ps. 33, 11). **13** *Alergați câtă vreme aveți lumina vieții, ca să nu vă cuprindă întunericul morții* (In. 12, 35).

14 Și căutându-și Domnul prin mulțime slujitorul Său, îl strigă, zicându-i iarăși: **15** *Cine este omul care voiește viață și vrea să vadă zile bune?* (Ps. 33, 12) **16** Dacă, auzindu-L, vei răspunde: „Eu!”, Dumnezeu îți spune: **17** *De vrei să ai viața cea adevărată și veșnică, păzește-ți limba de răutate și buzele tale să nu grăiască vicleșug; depărtează-te de rău și fă binele; caută pacea și o urmează* (Ps. 33, 12-13). **18** Și de veți împlini acestea, ochii Mei vor fi asupra voastră, iar urechile Mele vor asculta rugăciunile voastre și, înainte ca voi să Mă chemați, vă voi zice: „*Iată-mă!*” (Is. 58, 9) **19** Ce poate fi mai dulce pentru noi decât acest glas al Domnului care ne cheamă, fraților preaiubiți? **20** Iată, în bunătatea Sa, Domnul ne arată calea vieții.

21 După ce ne-am încins, așadar, coapsele cu credința și cu buna făptuire, să străbatem căile Sale având drept călăuză Evanghelia, ca să ne învrednicim să-L vedem pe Acela Care ne-a chemat în Împărăția Sa.

22 Dacă voim să ne sălășluim în cortul Împărăției Lui, [se cade să știm] că acolo nu se ajunge decât prin alergarea faptelor bune. **23** Dar să-L întrebăm pe Domnul împreună cu Profetul, zicându-I: *Doamne, cine va locui în cortul Tău sau cine va afla odihnă în muntele Tău cel sfânt?* (Ps. 14, 1). **24** Fraților, să-L ascultăm pe Domnul răspunzând la întrebare și arătându-ne calea către sălașul Său: **25** *Cel ce umblă fără prihană și face*

dreptate, 26 cel ce grăiește adevărul în inima sa, cel ce n-a viclenit cu limba, 27 n-a făcut rău vecinului lui și n-a răbdat ocară împotriva aproapelui său (Ps. 14, 2-3); 28 cel ce, izgonindu-l pe diavolul cel viclean care-l ispătea cu tot cu sfaturile lui, l-a nesocotit cu totul și i-a stricat și zdrobit gândurile cele mici de Hristos (cf. Ps. 136, 9); 29 în fine, cei care, temându-se de Domnul, nu se trufesc pentru ascultarea lor, ci, socotind că nu prin ei înșiși pot face binele, ci numai de la Domnul, 30 Îl preamăresc pe Cel ce lucrează într-înșii, zicând cu Profetul: Nu nouă, Doamne, nu nouă, ci numelui Tău dă slava (Ps. 113, 9). 31 Tot așa, nici Apostolul Pavel nu și-a arogat vreun merit pentru propovăduirea sa, zicând: Prin slava lui Dumnezeu sunt ceea ce sunt (I Cor. 15, 10). 32 Și tot el spune: Cel ce se laudă, în Domnul să se laude (II Cor. 10, 17). 33 De aceea și Domnul zice în Evanghelie: Pe cel ce ascultă cuvintele Mele și le împlinește îl voi asemăna unui bărbat înțelept care și-a zidit casa pe stâncă. 34 Au venit apele, au suflat vânturile și au năvălit asupra ei, dar nu s-a surpat, fiindcă era întemeiată pe stâncă (Mt. 7, 24-25).

35 Împlinind acestea, Domnul așteaptă ca noi să răspundem prin fapte la sfintele Sale porunci în fiecare zi. **36** Prin urmare, zilele ce ne sunt date sunt un răgaz pentru îndreptarea relelor acestei vieți, **37** căci zice Apostolul: Oare nu știi că răbdarea lui Dumnezeu te îndeamnă la pocăință? (Rom 2, 4) **38** Iar Domnul milostiv zice: Nu vreau moartea păcătosului, ci să se întoarcă și să fie viu (Ez. 33, 11).

39 Fraților, când L-am întrebat pe Domnul despre cel ce locuiește în cortul Său, am auzit porunca rânduită pentru el. De vom împlini datoria locuitorului, vom moșteni Împărăția cerului. Să îndeplinim dar sarcina aceasta! **40** Trebuie să ne pregătim sufletele și trupurile să lupte pentru sfânta ascultare a poruncilor, **41** iar unde firea noastră se dovedește neputincioasă, să-L rugăm pe Domnul să ne dea ajutorul harului Său. **42** Dacă, fugind de chinurile gheenei, vrem să ajungem la viața veșnică, **43** câtă vreme mai avem timp, cât ne mai aflăm în trup și mai putem făptui la lumina acestei vieți, **44** trebuie să alergăm și să lucrăm ceea ce ne va fi de folos în veșnicie.

45 Avem, așadar, de întemeiat o școală a slujirii Domnului. **46** Nădăjduim ca prin aceasta să nu impunem nimic prea aspru sau prea împovăraător. **47** Dacă, însă, s-ar întâmpla să întâlnești ceva mai multă strictețe, după cum ar cere dreptatea, pentru îndreptarea patimilor ori pentru păstrarea dragostei, **48** să nu părăsești cuprins de spaimă calea mântuirii, care nu poate fi decât strâmtă la început. **49** Însă o dată ce înaintăm în viața călugărească și în credință, inima se lărgeste prin dulceața nespusă a iubirii și [ajungem să] alergăm pe calea poruncilor lui Dumnezeu. **50** Astfel, fără a ne mai abate de la povățuirea Lui și stăruind până la moarte în învățătura Sa în mănăstire, ne facem părtași ai pătimirilor lui Hristos prin răbdare, ca să ne învrednicim și de Împărăția Lui. Amin.

I. Despre categoriile de monahi

1 Se știe că sunt patru feluri de monahi. **2** Primul e cel al cenobiților, adică al celor ce locuiesc în mănăstire, luptând sub ascultarea unei reguli sau a unui abate.

3 Apoi, a doua categorie e cea a anahoreților, adică a pustnicilor. Aceștia nu mai sunt înflăcărați de zelul începătorilor, ci, fiind îndelung încercați în mănăstire, **4** au învățat

deja să lupte împotriva diavolului după ce au primit ajutor din partea multora. **5** Plecând instruiți din tabăra fraților la războiul însingurat al pustiei, ei sunt destoinici să lupte, cu ajutorul lui Dumnezeu, numai cu mâna și cu brațele împotriva patimilor trupești și a gândurilor, aflându-se în siguranță și fără sprijinul altora.

6 Al treilea și cel mai groaznic soi de monahi sunt sarabații. Fără să fie încercați asemenea aurului în cuptor prin vreo regulă și fără să învețe din experiența altora, ei sunt moi ca plumbul topit. **7** Faptele lor îi dau de gol că au rămas credincioși lumii, mințindu-L pe Dumnezeu prin tonsură. **8** Locuiesc câte doi sau trei sau chiar singuri, fără păstor, nu în staulul Domnului, ci închiși în staulele lor. Au drept lege bunul plac al poftelor lor, **9** căci orice socot și aleg ei numesc sfânt, iar ceea ce nu doresc spun că nu se cuvine.

10 Cel de-al patrulea fel de monahi sunt cei numiți rătăcitori (*gyrovagi*), care își petrec toată viața străbătând diverse ținuturi și sunt găzduiți câte trei-patru zile în diferite mănăstiri. **11** Rătăcind mereu fără a se așeza nicăieri, ei sunt robii propriilor lor vreri și ai plăcerilor poftelor și în toate sunt mai răi chiar decât sarabații.

12 Despre viețuirea nenorocită a tuturor acestora e mai bine să tăcem decât să vorbim. **13** Lăsându-i de-o parte, să ne apucăm cu ajutorul Domnului de rânduiala cenobiților, care sunt ramura cea mai puternică a călugăriei.

II. Cum trebuie să fie abatele

1 Abatele vrednic de a cărmui mănăstirea e dator să-și aducă pururi aminte de ce i se spune astfel și să se ridice prin faptele sale la înălțimea numelui pe care îl poartă. **2** Căci credem că el ține locul lui Hristos în mănăstire, de vreme ce e chemat cu numele Lui, **3** cum spune Apostolul: *Ați primit duhul înfierii prin care strigăm: „Avva, Tată!”* (Rom. 8, 15). **4** Așadar abatele nu trebuie să propovăduiască, să hotărască sau să poruncească nimic împotriva legii Domnului, **5** ci porunca sau învățătura lui trebuie să facă să dospească aluatul dreptății dumnezeiești în mințile ucenicilor. **6** Să-și aducă mereu aminte abatele că la înfricoșata judecată a lui Dumnezeu va trebui să dea seamă atât de învățătura sa, cât și de ascultarea ucenicilor, **7** și să știe că păstorul va fi socotit vinovat pentru orice pagubă ar descoperi Stăpânul la oile Sale. **8** Dimpotrivă, dacă păstorul și-a dat toată osteneala cu turma neastâmpărată și neascultătoare și s-a îngrijit să le îndrepte faptele lor stricătioase, **9** el va fi achitat la judecata Domnului și-I va spune cu Profetul: *Dreptatea Ta n-am ascuns-o în inima mea, adevărul Tău și mântuirea Ta am spus* (Ps. 39, 13); *dar ei, răzvrătindu-se, m-au disprețuit* (Is. 1, 2; Ez. 20, 27). **10** Atunci, însăși moartea va fi pedeapsa oilor ce nu s-au supus călăuzirii lui.

11 Astfel, când cineva primește numele de abate, el trebuie să-și povățuiască ucenicii printr-o îndoită învățatură: **12** toate câte sunt bune și sfinte să le arate prin fapte mai degrabă decât prin vorbe, așa încât ucenicilor destoinici să le dezvăluie legea Domnului prin cuvinte, iar celor împietriți la inimă și celor simpli să le înfățișeze poruncile dumnezeiești prin faptele sale. **13** Să demonstreze prin ceea ce face că trebuie ocolite toate lucrurile despre care îi învață pe ucenici că sunt neîngăduite, *ca nu cumva cel ce predică altora să fie el însuși aflat netrebnic* (I Cor. 9, 27), **14** iar Dumnezeu să îi spună

ca unui păcătos: *Pentru ce istorisești dreptățile Mele și iei legământul Meu în gura ta? Tu ai urât învățătura și ai lepădat cuvintele Mele înapoia ta* (Ps. 49, 17-18) **15** și: *Ai văzut paiul din ochiul fratelui tău, dar bârna din ochiul tău n-ai luat-o în seamă* (Mt. 7, 3).

16 Să nu caute la fața omului în mânăstire. **17** Să nu fie iubit un frate mai mult decât celălalt, afară de cazul în care se va fi dovedit mai bun prin fapte și ascultare. **18** Să nu-l prefere pe cel născut liber robului slobozit, decât când are un motiv întemeiat. **19** Dacă, pe bună dreptate, socotește că trebuie să facă astfel de distincții, atunci să le facă neținând cont de rangul nimănui. Altminteri, fiecare să rămână la locul lui, **20** fiindcă *fie robi, fie slobozi, toți suntem una în Hristos* (Gal. 3, 28) și toți purtăm același jug și ducem aceeași luptă pentru un singur Stăpân, *căci nu este părtinire la Dumnezeu!* (Rom. 2, 11). **21** Numai într-o privință ne deosebim înaintea Lui, anume dacă ne aflăm mai presus de alții prin fapte bune și smerenie. **22** Așadar, abatele să aibă aceeași dragoste pentru toți și să-i trateze cu o singură măsură potrivit meritelor fiecăruia.

23 În învățătura sa, abatele trebuie să urmeze mereu pilda Apostolului care spune: *Ceartă, îndeamnă, mustră* (I Tim. 4, 2). **24** Cu alte cuvinte, alternând la vremea convenită teama cu blândețea, să îmbine severitatea dascălului cu dragostea părintelui. **25** Îl sfătuim să-i dojenească mai aspru pe cei nedisciplinați și nesupuși; pe cei ascultători, blânzi și răbdători să-i îndemne să înainteze în bine; iar pe nepăsători și disprețuitori să-i mustre și să-i îndrepte.

26 Să nu acopere păcatele celor ce greșesc, ci, de îndată ce ies la iveală, să caute să le smulgă din rădăcină, amintindu-și de primejdia lui Eli, preotul din Șilo (cf. I Reg. 3-4). **27** Pe cei cu suflet cinstit și simțitor să-i îndrepte atrăgându-le atenția o dată sau de două ori, **28** dar pe netrebnci, pe încăpățânați, pe cei mândri și neascultători să-i supună de la bun început loviturilor de nuia și pedepselor trupești, știind că stă scris: *Prostul nu se îndreaptă prin povețe* (Prov. 29, 19) **29** și: *Lovește-ți fiul cu varga și-i vei scăpa sufletul de la moarte* (Prov. 23, 13).

30 Abatele e dator să-și aducă mereu aminte de ceea ce este și de numele ce i se dă și să știe că de la cel căruia i se încredințează mult, mult se așteaptă.

31 Să știe ce sarcină grea și importantă își asumă: să povățuiască sufletele și să se pună în slujba atâtor firi diferite, tratându-l pe unul cu blândețe, pe altul muștrându-l, altuia aducându-i argumente. **32** Potrivit naturii și priceperii fiecăruia, să se conformeze și să se adapteze tuturor, încât nu numai să nu păgubească turma încredințată lui, ci să se și bucure de sporirea ei. **33** Întâi de toate, abatele să nu nesocotească și să nu subestimeze mântuirea sufletelor încredințate lui. Să nu poarte prea multă grijă de lucrurile trecătoare, pământești și pieritoare, **34** ci să cugete mereu la sufletele a căror cârmuire și-a asumat-o și pentru care va trebui să dea seamă. **35** Și, ca să nu se poticnească din pricina lipsurilor materiale, să-și aducă aminte că stă scris: *Căutați mai întâi Împărăția lui Dumnezeu și dreptatea ei și toate acestea se vor adăuga vouă* (Mt. 6, 33) **36** și iarăși: *De nimic nu duc lipsă cei ce se tem de El* (Ps. 33, 10).

37 Să știe că cine ia asupra sa cârmuirea sufletelor se obligă să dea seamă pentru ele. **38** Pentru câți frați are în grija lui, să fie încredințat că, în ziua judecății, are să dea seamă de sufletul fiecăruia înaintea Domnului, la care se adaugă, bineînțeles, și propriul său suflet. **39** Și așa, temându-se mereu de cercetarea viitoare a păstorului în legătură cu oile lăsate lui, în timp ce veghează asupra treburilor celorlalți, are grijă și de ale sale **40** și, slujind prin povețele lui la îndreptarea altora, se curăță și pe sine de patimi.

III. Despre sfatul cerut fraților

1 Ori de câte ori sunt de luat hotărâri importante în mănăstire, abatele să cheme întreaga obște și să spună despre ce este vorba. **2** Ascultând sfatul fraților, să chibzuiască în sinea lui și să facă ceea ce crede că e mai folositor. **3** Am zis să fie chemați toți la consfătuire, deoarece Domnul descoperă adesea celui mai tânăr calea cea mai bună.

4 Astfel, frații să-și ofere sfatul cu toată supunerea smereniei, dar să nu îndrăznească să-și apere cu încăpățănare părerile. **5** Puterea de a hotărî să revină în primul rând abatelui, așa încât toți să-l asculte în ceea ce el va socoti că e mai de folos. **6** Dar, precum ucenicilor li se cade să asculte de învățător, tot așa și el se cuvine să le rânduiască pe toate cu înțelepciune și dreptate.

7 Toți să aibă, așadar, în orice situație Regula drept călăuză și nimeni să nu îndrăznească să se abată de la ea. **8** Nimeni să nu urmeze în mănăstire voia propriei sale inimi. **9** Nici să nu cuteze careva să se ridice împotriva abatelui său, fie înăuntru, fie în afara mănăstirii. **10** Dacă s-ar întâmpla așa ceva, acela să fie supus rigorii Regulei. **11** Totuși, în ceea ce-l privește pe abate, el să facă totul cu frică de Dumnezeu și sub ascultarea Regulei, știind sigur că are să dea seamă pentru toate hotărârile sale lui Dumnezeu, atotdreptul Judecător.

12 Dacă, însă, vor fi de făcut lucruri mai mărunte în folosul mănăstirii, să ceară numai sfatul bătrânilor, precum stă scris: *Fără de sfat nimic să nu faci și nu te vei căi mai apoi* (Sir. 32, 20).

IV. Care sunt uneltele bunei făptuiri

- 1.** Mai întâi, să-L iubești pe Dumnezeu din toată inima, din tot sufletul, cu toată puterea.
- 2.** Apoi, să-l iubești pe aproapele tău ca pe tine însuți.
- 3.** Apoi, să nu ucizi.
- 4.** Să nu săvârșești adulter.
- 5.** Să nu furi.
- 6.** Să nu poftești.
- 7.** Să nu aduci mărturie mincinoasă.
- 8.** Să-i cinstești pe toți oamenii.
- 9.** Să nu faci altuia ceea ce nu vrei să ți se facă ție.
- 10.** Să te lepezi de tine însuți și să-L urmezi pe Hristos.
- 11.** Să-ți pedepsești trupul.

12. Să nu te dedai desfătărilor.
13. Să iubești postul.
14. Să-i odihnești pe săraci.
15. Să-l îmbraci pe cel gol.
16. Să-l cercetezi pe cel bolnav.
17. Să-l îngropi pe cel mort.
18. Să vii în ajutorul aproapelui la necaz.
19. Să-l mângâi pe cel îndurerat.
20. Să te înstrăinezi de treburile lumești.
21. Să nu așezi nimic mai presus de dragostea lui Hristos.
22. Să nu te lași în voia mâniei.
23. Să nu cauți prilej de răzbunare.
24. Să nu ascunzi viclesug în inimă.
25. Să nu închei pace înșelătoare.
26. Să nu părăsești dragostea.
27. Să nu juri, ca nu cumva să juri strâmb.
28. Să rostești adevărul din inimă, nu numai cu gura.
29. Să nu întorci rău pentru rău.
30. Să nu săvârșești nedreptate, dar să suferi cu răbdare nedreptățile săvârșite împotriva ta.
31. Să-i iubești pe dușmani.
32. Să nu-i blestemi pe cei ce te blestemă, ci, dimpotrivă, să-i binecuvântezi.
33. Să rabzi prigoană pentru dreptate.
34. Să nu fii mândru.
35. Să nu fii bețiv.
36. Să nu fii nesătul.
37. Să nu fii adormit.
38. Să nu fii leneș.
39. Să nu fii cârtitor.
40. Să nu defăimezi.
41. Să-ți pui nădejdea în Dumnezeu.
42. Să atribui lui Dumnezeu și nu ție binele pe care-l descoperi la tine însuși,
43. dar să recunoști răul pe care l-ai săvârșit și să-l pui pe seama ta.
44. Să te temi de ziua judecării.
45. Să te cutremuri la gândul gheenei.
46. Să râvnești viața veșnică cu toată râvna duhovnicească.
47. Să ai moartea înaintea ochilor în fiecare zi.
48. Să porți grijă în tot ceasul de faptele vieții tale.
49. Să fii sigur că Dumnezeu te vede în orice loc.
50. Să zdrobești îndată de Hristos toate gândurile rele care-ți vin în inimă și să le descoperi bătrânului care ți-e duhovnic.
51. Să-ți păzești gura de orice cuvânt rău sau necuviincios.
52. Să nu îndrăgești vorba lungă.
53. Să nu grăiești vorbe deșarte sau care stârnesc râsul.
54. Să nu iubești râsul mult sau nestăpânit.
55. Să ascuți cu plăcere citirea Sfințelor Scripturi.

- 56. Să stai adeseori la rugăciune.
- 57. Să mărturisești lui Dumnezeu în rugăciune, în fiecare zi, cu lacrimi și suspine, răutățile săvârșite în trecut.
- 58. Să îndrepti aceste răutăți pe viitor.
- 59. Să nu împlinești poftele trupului.
- 60. Să-ți urăști voia proprie.
- 61. Să asculți în toate de porunca abatelui, chiar dacă – ferească Dumnezeu – el însuși ar face altfel decât spune, amintindu-ți de povața Domnului: *Faceți ce vă spun ei, dar după faptele lor nu faceți* (Mt. 23, 3).
- 62. Să nu primești să fii numit sfânt înainte de vreme, ci să cauți mai întâi să fii sfânt ca să fie adevărat ce se spune despre tine.
- 63. Să împlinești în fiecare zi poruncile lui Dumnezeu cu fapta.
- 64. Să iubești fecioria.
- 65. Să nu urăști pe nimeni.
- 66. Să nu fii zelos.
- 67. Să nu hrănești invidia.
- 68. Să nu iubești cearta.
- 69. Să fugi de trufie.
- 70. Să-i respecti pe bătrâni.
- 71. Să-i îndrăgești pe tineri.
- 72. Să te rogi pentru dușmani, având dragostea lui Hristos.
- 73. Să te împaci cu cel care are ceva împotriva ta înainte de apusul soarelui
- 74. și să nu deznădăjduiești nicicând de mila lui Dumnezeu.

75 Iată, acestea sunt uneltele artei duhovnicești, 76 pe care dacă le vom folosi fără încetare, zi și noapte, și le vom înfățișa în ziua judecății, Domnul ne va da răsplata pe care ne-a făgăduit-o El însuși: 77 *Cele ce ochiul n-a văzut și urechea n-a auzit, pe acestea le-a pregătit Dumnezeu celor ce-L iubesc pe El* (I Cor. 2, 9). 78 Atelierele în care vom lucra cu sârguință, întrebuițând toate aceste unelte, sunt chiliile mănăstirii și statornicia în mijlocul obștii.

V. Despre ascultare

1 Cea dintâi treaptă a smereniei este ascultarea fără zăbavă. 2 Aceasta le este proprie acelor care nu au nimic mai drag decât pe Hristos. 3 Datorită slujirii sfinte pe care au făgăduit-o, de teama gheenei ori pentru slava vieții veșnice, 4 de îndată ce primesc o poruncă de la superior, să nu zăbovească în împlinirea ei, ca și cum le-ar fi fost dată de Dumnezeu. 5 Despre ei zice Domnul: *Cu auzul urechii M-a auzit* (Ps. 17, 48). 6 Și iarăși le spune învățătorilor: *Cel ce vă ascultă pe voi pe Mine Mă ascultă* (Lc. 10, 16). 7 Așadar, unii ca aceștia, părăsind îndată cele ale lor, lepădându-și voia proprie, 8 eliberându-și mâinile și lăsând neterminat lucrul lor, cu pasul iute al ascultării urmează prin fapte poruncii. 9 Și așa, ca într-o clipită, se săvârșesc deodată amândouă – porunca superiorului și împlinirea ei de către ucenic – cu repeziciunea fricii de Dumnezeu.

10 Așa cei însuflețiți de dragostea de a înainta spre viața veșnică aleargă pe calea îngustă, 11 despre care zice Domnul: *Îngustă este calea ce duce la viață* (Mt. 7, 14). 12

Nemaitrăind după bunul lor plac și nemaiascultând de dorințele și de poftele lor, ci supunându-se socotinței și poruncii altuia, ei aleg să viețuiască în mănăstiri sub povățuirea unui abate. **13** Nu încape îndoială că aceștia urmează cuvântul Domnului care zice: *N-am venit să fac voia Mea, ci voia Celui ce M-a trimis pe Mine* (In. 6, 38).

14 Dar ascultarea aceasta va fi bine primită înaintea lui Dumnezeu și plăcută oamenilor doar când se face fără șovăire, întârziere sau amorțeală, fără murmur sau împotrivire, **15** întrucât ascultarea arătată superiorilor este ascultare de Dumnezeu. Căci El a zis: *Cel ce vă ascultă pe voi pe Mine Mă ascultă* (Lc. 10, 16). **16** Se cuvine ca ucenicii să facă ascultare cu cuget curat, *fiindcă Dumnezeu iubește pe cel care dă cu voie bună* (II Cor. 9, 7). **17** Căci, dacă ucenicul ascultă cu rea voință și cârtește nu din gură, ci fie și numai în inima sa, **18** chiar de-ar împlini porunca, ascultarea sa nu va mai fi primită de Dumnezeu, fiindcă îl vede murmurând în inima sa. **19** Pentru așa o faptă nu dobândește niciun har, ci se alege pe deasupra și cu pedeapsa cârtitorilor, dacă nu se îndreaptă prin pocăință.

VI. Despre tăcere

1 Să împlinim ceea ce spune Profetul: *Păzi-voi căile mele, ca să nu păcătuiesc cu limba mea. Pus-am gurii mele pază, amușit-am și m-am smerit și nici de bine n-am grăit* (Ps. 38, 1-3). **2** Aici arată Profetul că, dacă până și de la vorbele bune trebuie să ne abținem uneori de dragul liniștirii, cu atât mai mult suntem datori să ne înfrânăm de la vorbirea de rău de frica pedepsei pentru păcat.

3 Așadar, având în vedere importanța tăcerii, să li se îngăduie numai arareori ucenicilor desăvârșiți să rostească cuvinte bune, sfinte și edificatoare, **4** fiindcă stă scris: *Din mulțimea cuvintelor nu vei scăpa fără păcat* (Prov. 10, 9), **5** și altundeva: *Viața și moartea stau în puterea limbii* (Prov. 18, 21). **6** Căci a vorbi și a învăța se cuvine învățătorului, iar ucenicul se cade să tacă și să asculte.

7 Astfel, dacă există întrebări pentru superior, să fie întrebat cu toată smerenia și cu supunere și respect. **8** Cât despre măscări, cuvinte fără rost și vorbe ce stârnesc râsul, pe acestea le osândim pretutindeni și nu îngăduim ucenicului să-și deschidă gura pentru așa ceva.

VII. Despre smerenie

1 Dumnezeiasca Scriptură ne strigă nouă, fraților, zicându-ne: *Oricine se înalță pe sine va fi smerit, iar cel ce se smerește va fi înălțat* (Lc. 14, 11). **2** Spunându-ne aceasta, ne avertizează că orice înălțare este o formă de mândrie, **3** de care Profetul arată că se ferește, zicând: *Doamne, nu s-a trufit inima mea, nici nu s-au înălțat ochii mei, nici n-am umblat după lucruri mari, nici după lucruri mai presus de mine* (Ps. 130, 1). **4** Dar cum? *Dacă n-am avut cuget smerit, dacă m-am trufit în sinea mea; atunci îmi vei răsplăti sufletul ca pe un prunc înțărcat de maica sa* (Ps. 130, 2).

5 De aceea, fraților, dacă vrem să ne suim pe culmea celei mai mari smerenii și să ajungem degrabă la acea slavă cerească care se dobândește prin umilința vieții de acum,

6 trebuie ca, urcând prin faptele noastre, să ridicăm scara aceea care i s-a arătat în vis lui Iacob și pe care a văzut îngerii ce coborau și urcau (cf. Gen. 28, 12). **7** Desigur, coborârea și suirea înțelegem că nu sunt altceva decât coborârea trufiei și înălțarea smereniei. **8** Scara aceea ridicată este viața noastră în lume, pe care, prin smerenia inimii, Domnul o ridică la cer. **9** Marginile acelei scări spunem că sunt sufletul și trupul nostru, între care chemarea dumnezeiască a așezat diferite trepte ale smereniei sau nevoinței pe care trebuie să urcăm.

10 Astfel, prima treaptă a smereniei e când omul, având pururi înaintea ochilor frica de Dumnezeu, alungă cu totul uitarea **11** și își aduce mereu aminte de toate poruncile lui Dumnezeu. El cugetă tot timpul în mintea sa cum celor ce-L nesocotesc pe Dumnezeu li se încinge focul gheenei cel întezit de păcatele lor, pe când celor ce se tem de El le este pregătită viața veșnică. **12** Și, păzindu-se în tot ceasul de păcate și de patimi, fie ele ale gândurilor, ale gurii, ale mâinilor, picioarelor sau ale vocii proprii, dar și de poftele trupului, **13** omul să-și dea seama că Dumnezeu îl privește tot timpul din cer, iar faptele sale sunt văzute pretutindeni de privirea Dumnezeirii și Îi sunt vestite în fiecare ceas de îngerii.

14 Profetul ne dovedește acest lucru când arată că Dumnezeu este prezent neconținut în gândurile noastre, zicând: *Dumnezeu, care cercetează inimile și rărunchii* (Ps. 7, 9). **15** Apoi, *Domnul cunoaște gândurile oamenilor* (Ps. 93, 11). **16** Și iarăși zice: *Tu ai priceput gândurile mele de departe* (Ps. 138, 2) **17** și: *gândul omului se va mărturisi Ție* (Ps. 75, 10). **18** De aceea, pentru a se feri de gândurile sale rele, fratele sârguincios să zică mereu în inima sa: *Atunci voi fi fără prihană înaintea Lui, când mă voi păzi de fărădelegea mea* (Ps. 17, 26).

19 Suntem opriți, apoi, să ne împlinim propria voie, deoarece Scriptura ne spune: *De la poftele tale întoarce-te* (Sir. 18, 30). **20** Iarăși, când ne rugăm, îi cerem lui Dumnezeu *să se facă voia Sa* întru noi (cf. Mt. 6, 10). **21** Așadar, ne învățăm pe bună dreptate să nu ne facem voile, dacă ținem seamă de ceea ce spune Scriptura: *Multe căi li se par oamenilor drepte, dar capătul lor duce în fundul iadului* (Prov. 16, 25) **22** și dacă ne temem, totodată, de ceea ce s-a zis despre cei nepăsători: *Stricatu-s-au și urâți s-au făcut întru voile lor* (Ps. 13, 1).

23 Să credem, tot așa, că Dumnezeu e de față ori de câte ori ne lăsăm în voia poftelor trupului, căci Profetul zice Domnului: *Înaintea Ta este toată dorirea mea* (Ps. 37, 9). **24** Trebuie, prin urmare, să ne păzim de pofta rea, fiindcă moartea pândește la începutul desfătării. **25** De aceea, Scriptura poruncește, zicând: *Nu umbla după poftele tale* (Sir. 18, 30).

26 De vreme ce *ochii Domnului veghează asupra celor buni și a celor răi* (Prov. 15, 3) **27** și *Domnul privește mereu din cer la fiii oamenilor, să vadă de este vreunul care înțelege sau care Îl caută pe Dumnezeu* (Ps. 13, 2), **28** iar faptele noastre Îi sunt vestite Domnului zi și noapte de către îngerii trimiși nouă, **29** se cade să ne păzim în tot ceasul, fraților, precum zice Profetul în psalm, ca să nu ne vadă vreodată Dumnezeu abătându-ne spre rău și devenind netrebnici **30** și, iertându-ne de această dată – căci El e bun și

așteaptă îndreptarea noastră – să ne spună mai târziu: *Acestea ai făcut și am tăcut* (Ps. 49, 22).

31 A doua treaptă a smereniei e când omul nu-și iubește voia proprie și nu se bucură să-și împlinească dorințele, **32** ci urmează prin fapte cuvântul Domnului care zice: *N-am venit să fac voia Mea, ci voia Celui ce M-a trimis* (In. 6, 38). **33** La fel zice Scriptura: *Voia proprie duce la pedeapsă, dar nevoița aduce cununa*.

34 La a treia treaptă a smereniei se ajunge când cineva se supune cu toată ascultarea unuia mai mare din dragoste pentru Dumnezeu, urmând Domnului, despre care Apostolul spune că *S-a făcut ascultător până la moarte* (Filip. 2, 8).

35 La a patra treaptă a smereniei se suie cel ce, chiar dacă se lovește de greutate și împotriviri în ascultarea sa, ba chiar dacă i s-ar aduce și jigniri, le primește cu conștiință senină și răbdare. **36** Suportând toate, nu obosește și nu renunță, căci zice Scriptura: *Cel ce va răbda până la sfârșit, acela se va mântui* (Mt. 10, 22) **37** și: *Să se întărească inima ta și așteaptă pe Domnul* (Ps. 26, 20). **38** Și, arătând că cel credincios se cuvine să îndure toate pentru Domnul, chiar și cele potrivnice, zice în numele celor suferinzi: *Pentru Tine suntem uciși toată ziua, socotiți am fost ca niște oi de junghiere* (Ps. 43, 24; Rom. 8, 36). **39** Dar, fiind încredințați de nădejdea dumnezeieștii răsplătiri, ei continuă, zicând cu bucurie: *Dar în toate acestea suntem mai mult decât biruitori prin Acela care ne-a iubit* (Rom. 8, 37). **40** Iarăși, în alt loc zice Scriptura: *Cercatu-ne-ai pe noi, Dumnezeule, cu foc ne-ai lămurit pe noi, precum se lămurește argintul; prinsu-ne-ai pe noi în cursă; pus-ai necazuri în spinarea noastră* (Ps. 65, 9-10). **41** Și, ca să ne arate că se cuvine să ne supunem unui întâi-stătător, continuă zicând: *Pus-ai oameni peste capetele noastre* (Ps. 65, 11). **42** Totodată, împlinind prin răbdare porunca Domnului în strâmtorări și defăimări, cei loviți peste un obraz îl întorc și pe celălalt; celui ce le ia haina, îi dau și mantaua; când sunt siliți să meargă o milă, merg două (cf. Mt. 5, 39-41); **43** împreună cu apostolul Pavel, îi suportă pe frații mincinoși (cf. II Cor. 11, 26), îndură prigoană și îi binecuvântează pe cei ce îi blestemă (cf. I Cor. 4, 12).

44 La a cincea treaptă a smereniei ajunge cel ce nu ascunde de abatele său niciunul din gândurile rele care îi vin în inimă și din păcatele pe care le-a săvârșit în taină, ci i le descoperă pe toate prin mărturisire smerită. **45** Scriptura ne îndeamnă la aceasta, zicând: *Descoperă Domnului calea ta și nădăjduiește în El* (Ps. 36, 5). **46** Și iarăși zice: *Mărturisiți-vă Domnului că este bun, că în veac este mila Lui* (Ps. 105, 1; Ps. 117, 1). **47** Și iar spune Profetul: *Păcatul meu Ți l-am făcut cunoscut și fărădelegile mele nu le-am acoperit*. **48** Zis-am: *Mă voi osândi pentru fărădelegile mele înaintea Domnului, și Tu ai iertat nelegiuirea inimii mele* (Ps. 31, 5-6).

49 La a șasea treaptă a smereniei se suie monahul, dacă se mulțumește cu lucrurile cele mai rele și cele mai de pe urmă și se socotește pe sine slugă rea și nevrednică în orice sarcină i s-ar încredința, **50** zicându-și cu Profetul: *Ajunsesem un neisprăvit și nu știam; ca un dobitoc m-am făcut înaintea Ta, dar eu sunt pururea cu Tine* (Ps. 72, 22).

51 La a șaptea treaptă a smereniei ajunge cel ce spune nu numai din gură că e mai prejos și mai nenorocit decât toți, ci e convins de aceasta în adâncul inimii sale, **52** umilindu-se și zicând cu Profetul: *Iar eu sunt vierme și nu om, ocara oamenilor și defăimarea poporului* (Ps. 21, 7); **53** *Înălțat am fost și m-am smerit și m-am rușinat* (Ps. 87, 16). **54** Și iarăși: *Bine este mie că m-ai smerit, ca să învăț îndreptările Tale* (Ps. 118, 71).

55 A opta treaptă a smereniei e ca monahul să nu facă nimic în afară de ceea ce îl îndeamnă Regula de obște a mănăstirii ori pilda celor mai mari.

56 Pe a noua treaptă a smereniei va ajunge monahul dacă își înfrânează limba să nu vorbească și, având darul tăcerii, nu grăiește până nu e întrebat, **57** căci Scriptura arată că *din mulțimea cuvintelor omul nu scapă fără de păcat* (Prov. 10, 19) **58** și că *bărbatul limbut nu se va îndrepta pe pământ* (Ps. 139, 11).

59 Treapta a zecea a smereniei este a celui ce nu e ușuratic și grabnic la râs, fiindcă stă scris: *Prostul, când râde, își înalță glasul* (Sir. 21, 22).

60 A unsprezecea treaptă a smereniei pretinde monahului ca, atunci când vorbește, să o facă lin și fără a râde, rostind cu smerenie și seriozitate cuvinte puține și cu înțeles. Să nu-și ridice glasul, **61** căci s-a scris: *Înțeleptul se cunoaște după puținătatea vorbelor*.

62 La a douăsprezecea treaptă a smereniei ajunge monahul dacă e smerit nu numai în inimă, ci dacă își dovedește smerenia chiar și prin trupul său înaintea celor ce îl văd. **63** Astfel, când șade, umblă sau stă în picioare, la slujbele dumnezeiești, în biserică, în mănăstire, în grădină, pe drum, pe câmp sau oriunde, să aibă mereu capul plecat și privirea ațintită spre pământ. **64** Socotindu-se tot timpul vinovat pentru păcatele sale, să-și închipuie că se află deja la înfricoșata judecată, **65** repetându-și mereu în inima sa cuvintele pe care vameșul din Evanghelie le-a rostit cu ochii ațintiți la pământ: *Doamne, eu, păcătosul, nu sunt vrednic să-mi ridic ochii spre cer* (Lc. 18, 13). **66** Și iarăși, cu Profetul: *Plecatu-m-am și m-am smerit foarte* (Ps. 37, 7).

67 Astfel, suind toate aceste trepte ale smereniei, monahul va ajunge îndată la acea dragoste de Dumnezeu care, fiind desăvârșită, izgonește frica (cf. I In 4, 18). **68** Printr-însa va începe să păzească toate câte înainte le respecta cu spaimă fără nicio osteneală, dintr-o obișnuință firească, **69** de acum înainte nu de frica gheenei, ci din dragoste pentru Hristos, datorită bunului obicei și desfătării virtuților. **70** Domnul se va îndura să dovedească toate acestea în slujitorul său, pe care Duhul Sfânt l-a curățit de patimi și păcate.

VIII. Despre slujbele dumnezeiești din timpul nopților

1 În timpul iernii, adică de la calendele lui noiembrie și până la Paști, ținându-se seamă de anotimp, deșteptarea va fi la al optulea ceas din noapte, **2** ca frații să poată dormi până după miezul nopții și să se scoale odihniți. **3** Timpul rămas după Vigiliile să fie folosit pentru studiu de către cei care mai au ceva de învățat din Psaltire sau din lecturi. **4** De la Paști, însă, și până la începutul lui noiembrie, vremea deșteptării să fie potrivită în așa fel

încât după Vigiliile să nu rămână decât un scurt răgaz, în care frații să poată ieși pentru nevoile trupești, iar apoi să urmeze îndată Laudele de dimineață, care trebuie săvârșite când începe a se lumina de ziua.

IX. Câți psalmi trebuie rostiți în timpul nopții

1 În timpul pomenit al iernii, să se spună mai întâi de trei ori versetul: *Doamne, deschide buzele mele și gura mea va vesti lauda Ta* (Ps. 50, 16). **2** Acestuia să se adauge Psalmul al 3-lea și *Slavă*. **3** După aceea, să se rostească sau să se cânte Psalmul 94 cu antifona sa. **4** Apoi urmează imnul ambrozian și șase psalmi cu antifone.

5 Sfârșindu-se acestea, după ce s-a spus stihul, abatele să binecuvânteze și, în vreme ce toți sunt așezați pe scaune, frații să citească alternativ trei lecturi din carte, de pe analog, între care să se cânte și trei responsorii. **6** Primele două responsorii să se spună fără doxologie, dar, după lectura a treia, cel ce cântă responsoriul să zică *Slavă*. **7** Când cântărețul începe a zice *Slavă*, toți să se scoale îndată de pe scaune spre cinstea și închinarea Sfintei Treimi.

8 La Vigiliile să se citească din cărțile cu dumnezeiască autoritate ale Vechiului și Noului Testament, dar și din tâlcuirile lor scrise de Părinții catolici recunoscuți și drept credincioși.

9 După aceste trei lecturi cu responsoriile lor vin ceilalți șase psalmi, care trebuie cântați cu *Aleluia*. **10** După aceea, urmează pasajul din Apostol spus pe de rost, stihul și cererea litaniei, adică *Kyrie eleison*. **11** Și așa se vor sfârși Vigiliile de noapte.

X. Cum să se săvârșească slujba de noapte pe timpul verii

1 De la Paști și până la calendele lui noiembrie, să se păstreze aceeași rânduală de mai sus în privința psalmodierii, **2** numai că nu se va mai citi din nicio carte din pricina scurtimii nopților, ci, în locul celor trei lecturi, să se zică pe de rost una singură din Vechiul Testament, urmată de un scurt responsoriu. **3** Și toate celelalte să se săvârșească precum am zis, adică niciodată să nu se rostească mai puțin de doisprezece psalmi la Vigiliile, fără a se socoti între aceștia Psalmul 3 și 94.

XI. Cum să se săvârșească Vigiliile în duminici

1 Duminica frații să se scoale mai devreme pentru Vigiliile. **2** La slujbă să se păstreze următoarea măsură: după cântarea celor șase psalmi prescriși mai sus și a stihului, în vreme ce toți stau așezați în bănci în ordinea cuvenită, să se citească din carte, precum am spus, patru lecturi cu responsoriile lor. **3** Numai la al patrulea responsoriu cântărețul să spună *Slavă*, și, când începe, toți să se scoale cu evlavie.

4 După lecturi, să urmeze pe rând alți șase psalmi cu antifone ca cei de dinainte, și stihul.

5 După aceea să se citească încă patru lecturi cu responsoriile lor, ca mai sus.

6 Apoi să se rostească trei cântări din Profeți, pe care le va alege abatele și care se cântă cu *Aleluia*.

7 După ce s-a spus stihul și a binecuvântat abatele, să se citească patru lecturi din Noul Testament, la fel ca mai sus. 8 După al patrulea responsoriu, abatele să înceapă imnul *Te Deum laudamus* („Pe Tine Te lăudăm, Dumnezeu”). 9 După ce s-a sfârșit imnul, abatele să citească o lectură din Evanghelia, în vreme ce toți stau în picioare cu cinste și frică. 10 După ce s-a citit Evanghelia, să răspundă cu toții *Amin*, iar abatele să adauge îndată imnul *Te decet laus* („Ție se cuvine laudă”) și, dând binecuvântarea, să înceapă Laudele.

11 Această rânduială a Vigiliilor să rămână neschimbată duminica, atât vara, cât și iarna, 12 dacă nu cumva – ferească Dumnezeu – ar trebui scurtate lecturile ori responsoriile din pricină că frații s-au sculat târziu. 13 Să se păzească să nu li se întâmple una ca asta. Dacă totuși s-ar întâmpla, cel vinovat pentru neglijență să aducă lui Dumnezeu îndestulare în biserică așa cum se cuvine.

XII. Cum să se săvârșească Laudele duminica

1 Duminica la Laude, să se zică mai întâi Psalmul 66 direct, fără antifonă. 2 Apoi, să se spună Psalmul 50 cu *Aleluia*. 3 După aceea, să se zică Psalmul 117 și 62. 4 Urmează binecuvântarea și psalmii de laudă [Ps. 148-150], o lectură din Apocalipsă recitată pe de rost, un responsoriu, imnul ambrozian, stihul, cântarea din Evanghelia [*Benedictus*], litania și s-a sfârșit.

XIII. Cum să se săvârșească Laudele în zilele de peste săptămână

1 În zilele de peste săptămână, slujba Laudelor se va săvârși după cum urmează: 2 se rostește Psalmul 66 fără antifonă, prelungindu-l puțin ca duminica, astfel încât să se adune toți frații până la Psalmul 50, care se spune cu antifonă. 3 După aceea să se zică alți doi psalmi după obicei, adică: 4 luni, Psalmul 5 și 35; 5 marți, Psalmul 42 și 56; 6 miercuri, Psalmul 63 și 64; 7 joi, Psalmul 87 și 89; 8 vineri, Psalmul 75 și 91, 9 iar sâmbăta, Psalmul 142 și cântarea din Deuteronom, care se împarte prin două *Slavă*. 10 În fiecare din celelalte zile, să se rostească cântarea cuvenită din Profeți, precum se obișnuiește în Biserica Romei. 11 După aceea vor urma psalmii de laudă, apoi o lectură din Apostol recitată pe de rost, un responsoriu, imnul ambrozian, stihul, cântarea din Evanghelia, litania și s-a sfârșit.

12 Din pricina certurilor care se ivesc de obicei, să nu treacă slujba de dimineață sau cea de seară fără ca întâi-stătătorul să rostească în ordinea cuvenită, la sfârșit, Rugăciunea Domnului în auzul tuturor. 13 Astfel, uniți prin făgăduința aceleiași rugăciuni, prin care zicem: *Iartă-ne nouă precum și noi iertăm altora* (cf. Mt. 6, 12), monahii să se curățească de patima învrăjbirii. 14 La celelalte slujbe, în schimb, să se spună [cu glas tare] numai ultima parte a rugăciunii, ca toți să răspundă: *Ci ne mântuiește de cel rău*.

XIV. Cum să se săvârșească Vigiliile în sărbătorile sfinților

1 În sărbătorile sfinților, la fel ca în orice sărbătoare, să se facă precum am rânduit pentru ziua de duminică, **2** numai că se vor rosti psalmii, antifonele și lecturile proprii zilei respective. Să se păstreze, în rest, rânduiala de mai sus.

XV. Când trebuie să se rostească *Aleluia*

1 De la Sfintele Paști și până la Rusalii, să se spună fără întrerupere *Aleluia*, atât la psalmi, cât și la responsorii. **2** De la Rusalii și până la începutul Postului, să se zică în fiecare noapte numai la ultimii șase psalmi ai Nocturnelor. **3** În fiecare duminică din afara Postului, să se rostească cu *Aleluia* cântările, Laudele, Prima, Terța, Sexta și Nona, dar Vesperele să se spună cu antifone. **4** Cât despre responsorii, ele se vor rosti cu *Aleluia* numai între Paști și Rusalii.

XVI. Cum să se săvârșească dumnezeiasca slujbă de-a lungul zilei

1 Zice Profetul: *De șapte ori pe zi Te-am lăudat* (Ps. 118, 164). **2** Noi vom plini acest număr sfințit, dacă la vremea Laudelor, a Primei, Terței, Sextei, Nonei, a Vesperelor și a Completoriului vom aduce lauda slujirii noastre, **3** căci despre aceste ceasuri din zi s-a spus: *De șapte ori pe zi Te-am lăudat*. **4** Cât despre Vigiliile nopții, zice același Profet: *La miezul nopții m-am sculat ca să mă mărturisesc Ție* (Ps. 118, 62).

5 Așadar, la aceste soroace să dăm slavă Ziditorului nostru *pentru judecățile dreptății Sale* (Ps. 118, 62): la Laude, la Terță, Sextă, Nonă, la Vespere și Completoriu, iar noaptea să ne sculăm ca să ne mărturisim Lui.

XVII. Câți psalmi să se rostească la fiecare din aceste ore

1 Pentru Nocturne și Laude am stabilit deja rânduiala cântării psalmilor; acum o vom face pentru celelalte ore canonice.

2 La ora Primă, să se spună trei psalmi separat și nu sub o singură *Slavă*, **3** imnul acestui ceas, bineînțeles după versetul *Dumnezeule, spre ajutorul meu ia aminte; Doamne, să-mi ajuți mie grăbește!* (Ps. 69, 1), rostit înaintea [tuturor] psalmilor. **4** După ce se vor sfârși cei trei psalmi, să se recite o lectură, stihul, *Kyrie eleison* și rugăciunile de încheiere [apolisul].

5 La Terță, Sextă și Nonă, să se facă rugăciunea urmând aceeași rânduială: versetul, imnul orelor respective, trei psalmi, o lectură, stihul, *Kyrie eleison* și rugăciunile încheierii. **6** Dacă se va aduna mai multă lume, să se cânte psalmii cu antifone; dacă nu, să se înceapă direct.

7 Rugăciunea de seară să se săvârșească cu patru psalmi cu antifone. **8** După psalmi, să se recite o lectură, iar apoi un responsoriu, imnul ambrozian, stihul, cântarea din Evanghelie [*Magnificat*], litania, Rugăciunea Domnului și să se facă încheierea.

9 Completoriul să se săvârșească cu trei psalmi, care vor fi roștiți direct, fără antifone. **10** După aceea urmează imnul orei, o lectură, stihul, *Kyrie eleison* și binecuvântarea finală.

XVIII. În ce ordine să se citească Psaltirea

1 Mai întâi să se rostească versetul *Dumnezeule, spre ajutorul meu ia aminte; Doamne, să-mi ajuți mie grăbește!* (Ps. 69, 1), *Slavă*, apoi imnul fiecărui ceas. **2** După aceea, duminica la Primă, să se rostească primele patru capete din Psalmul 118. **3** La celelalte ore, adică la Terță, SEXTĂ și Nonă, să se spună câte trei capete din același Psalm 118.

4 La Prima de luni să se rostească trei psalmi, anume Psalmul 1, 2 și 6. **5** Și așa, la Prima fiecărei zile până duminică, să se zică în ordine câte trei psalmi până la al 19-lea, iar Psalmul 9 și 17 să se împartă fiecare în două. **6** Să se facă în așa fel încât la Vigiliile de duminică să se înceapă mereu de la Psalmul 20.

7 La Terță, Sexta și Nona de luni să se spună cele nouă capete rămase din Psalmul 118, câte trei la fiecare oră.

8 Sfârșindu-se astfel Psalmul 118 în două zile, adică duminică și luni, **9** marți la Terță, Sextă și Nonă să se cânte câte trei psalmi de la 119 până la 127: în total, nouă psalmi. **10** Acești psalmi să se repete la aceleași ore până duminică, păstrându-se, totodată, neschimbată rânduiala imnurilor, lecturilor și a stihurilor în fiecare zi. **11** Astfel, duminica se va începe mereu de la Psalmul 118.

12 La Vespere, să se cânte în fiecare zi patru psalmi. **13** Aceștia să înceapă de la Psalmul 109 până la 147, **14** lăsând de-o parte psalmii rezervați altor ore, anume de la Psalmul 117 până la 127, Psalmul 133 și 142; **15** în afara acestora, toți ceilalți se spun la Vespere. **16** Dar, fiindcă mai e nevoie de trei psalmi, trebuie împărțiți aceia care se vor găsi mai lungi între cei stabiliți mai sus, anume al 138-lea, al 143-lea și al al 144-lea. **17** Psalmul 116, fiind scurt, să se adauge Psalmului 115.

18 După ce am rânduit cântarea psalmilor pentru Vespere, celelalte – lectura, sponsoriul, imnul, stihul și cântarea – să se săvârșească precum am stabilit mai sus.

19 La Completoriu, să se repete zilnic aceiași psalmi, anume 4, 90 și 133.

20 Aceasta fiind rânduiala psalmodiei pentru ceasurile zilei, toți ceilalți psalmi care rămân să se distribuie între Vigiliile celor șapte nopți, **21** împărțindu-se cei ce sunt mai lungi și rânduindu-se câte doisprezece pentru fiecare noapte.

22 Stăruim asupra unui singur lucru: dacă cineva n-ar fi mulțumit cu această împărțire a psalmilor, să propună altă rânduială de i se va părea mai bună, **23** numai să aibă mare grijă ca în fiecare săptămână să se cânte toată Psaltirea, păstrând întreg numărul celor 150 de psalmi și luând-o de la capăt la Vigiliile de duminică. **24** Căci se arată prea delăsători în slujba evlaviei lor monahii care cântă mai puțin de o Psaltire alături de cântările obișnuite în decursul unei săptămâni, **25** de vreme ce citim că Sfinții noștri Părinți

împlineau cu osârdie într-o singură zi ceea ce noi, cei căldicei, măcar de-am reuși să isprăvim într-o săptămână.

XIX. Despre felul în care se cuvine a cânta psalmii

1 Credem că Dumnezeu e de față pretutindeni, iar *ochii Domnului privesc la cei buni și la cei răi în tot locul* (Prov. 15, 3), **2** dar mai ales să credem aceasta fără a ne îndoii defel atunci când stăm la dumnezeiasca slujbă. **3** Așadar, să ne aducem pururi aminte de cuvintele Profetului: *Slujiți Domnului cu frică* (Ps. 2, 11) **4** și iarăși: *Cântați cu înțelepciune* (Ps. 46, 8) **5** și: *Înaintea îngerilor Îți voi cânta* (Ps. 137, 1). **6** Să socotim, prin urmare, cum se cade să stăm înaintea Dumnezeirii și a îngerilor Săi **7** și așa să stăm la rugăciune, încât mintea să ne fie în armonie cu glasul.

XX. Despre evlavia rugăciunii

1 Dacă, voind să cerem ceva de la cei puternici, nu îndrăznim s-o facem decât cu umilință și respect, **2** cu cât mai multă smerenie și curăție a evlaviei trebuie să avem când Îl rugăm pe Domnul Dumnezeu universului? **3** Să fim încredințați că nu suntem ascultați pentru vorbele multe pe care le spunem, ci pentru curăția inimii și străpungerea lacrimilor.

4 Așadar, rugăciunea se cade să fie scurtă și curată, dacă nu cumva e prelungită de însuflarea harului dumnezeiesc. **5** Rugăciunea de obște, însă, se cuvine să fie mereu scurtă și, la semnul celui mai mare, toți trebuie să se ridice fără zăbavă.

XXI. Despre decanii mânăstirii

1 Dacă obștea va fi mai numeroasă, să se aleagă din mijlocul ei frați cu mărturie bună și viață sfântă și să fie numiți decani, **2** ca să vegheze asupra cetelor încredințate lor, urmând în toate poruncile lui Dumnezeu și pe cele ale abatelui lor. **3** Să fie aleși ca decani oameni cu care abatele să-și poată împărți cu încredere sarcinile. **4** Să nu fie aleși după rang, ci după meritele viețuirii și după înțelepciunea învățaturii lor.

5 Dacă vreunul din ei, trufindu-se, va merita să fie muștrat, să i se atragă atenția o dată, de două ori și a treia oară și, de nu va voi să se îndrepte, să fie destituit **6** și să-l înlocuiască altul cu adevărat vrednic.

7 La fel rânduim în privința priorului.

XXII. Cum trebuie să doarmă monahii

1 Frații să doarmă singuri, fiecare în patul său. **2** Așternuturile le vor primi după vrednicia viețuirii lor, precum rânduiește abatele.

3 Dacă se poate, să doarmă toți într-un singur loc. Dacă mulțimea monahilor nu îngăduie acest lucru, să doarmă câte zece sau douăzeci însoțiți de bătrânii care veghează asupra lor. **4** În chilie să ardă mereu o candelă până dimineața.

5 Să doarmă îmbrăcați, încinși cu cingători sau funii, dar să nu aibă asupra lor cuțite când dorm, ca nu cumva să se rănească în somn. **6** Astfel, fiind mereu pregătiți, să se scoale fără zăbavă, de îndată ce aud semnalul, și să se întrecă să ajungă cât mai repede la slujba dumnezeiască, însă cu toată seriozitatea și modestia.

7 Frații mai tineri să nu aibă paturile laolaltă, ci risipite printre ale celor mai în vârstă. **8** Sculându-se, să se îndemne unii pe alții spre slujbă, ca să nu aibă scuză cei somnoroși.

XXIII. Despre excomunicarea pentru greșeli

1 Dacă vreun frate va fi găsit încăpățânat sau neascultător sau trufaș sau cârtitor sau împotrivindu-se în vreo privință Sfintei Reguli sau poruncilor superiorilor săi, **2** unul ca acesta să fie avertizat de către superiori, după porunca Domnului nostru, o dată și a doua oară în taină. **3** De nu se va îndrepta, să fie certat în public, înaintea tuturor. **4** Dacă nici așa nu se va schimba și dacă înțelege gravitatea pedepsei, să fie supus excomunicării; **5** dacă, însă, nu va pricepe altfel, să i se dea o pedeapsă corporală.

XXIV. Cum să se facă excomunicarea

1 Măsura excomunicării sau a pedepsei trebuie să fie proporțională cu gravitatea vinei, **2** care va fi stabilită după judecata abatelui.

3 Dacă vreun frate se face vinovat de greșeli mai ușoare, să nu ia parte la masă cu obștea. **4** Cel exclus de la masă nu va avea voie să rostească niciun psalm și nicio antifonă în biserică și nu va putea recita vreo lectură până nu își va împlini canonul. **5** Hrana să și-o primească singur, după masa fraților. **6** Astfel, dacă, de exemplu, frații mănâncă la ceasul al șaselea, el să mănânce la al nouălea; dacă frații mănâncă la ceasul al treilea, lui să i se dea de mâncare seara, **7** până când, aducând pocăința cuvenită, va dobândi iertare.

XXV. Despre greșelile grave

1 Fratele asupra căruia apasă o vină mai gravă să fie exclus de la masă și din biserică. **2** Niciun frate să nu aibă nimic de a face cu el și să nu-i vorbească. **3** Să-și îplinească singur ascultarea ce-i va fi dată, stăruind în plânsul căinței și cunoscând sentința înfricoșată a Apostolului, care zice: **4** *Un astfel de om este dat spre pieirea trupului, ca duhul să se mântuiască în ziua Domnului* (I Cor. 5, 5). **5** Hrana s-o primească singur, în măsura și la vremea la care crede abatele că se cuvine; **6** și să nu-l binecuvânteze nimeni din cei ce-l întâlnesc, pe el sau hrana care i se dă.

XXVI. Despre cei ce, neavând învoire, se alătură excomunicațiilor

1 Dacă, fără să fi primit poruncă de la abate, un frate va îndrăzni să se alătore în vreun fel unui frate excomunicat, să-i vorbească sau să-i dea vreun mesaj, **2** să fie și el pedepsit cu excomunicarea.

XXVII. Cum e dator abatele să poarte grijă de cei excomunicați

1 Abatele să se îngrijească cu toată atenția de frații care greșesc, fiindcă *nu cei sănătoși au nevoie de doctor, ci cei bolnavi* (Mt. 9, 12). **2** De aceea, trebuie să se folosească, aidoma unui doctor iscusit, de orice mijloc: să trimită sftnici, adică monahi vârstnici și înțelepți, **3** care să-l îmbărbăteze în taină pe fratele nestatornic. Să-l îndemne spre pocăință și smerenie și să-l mângâie, ca nu cumva *să fie copleșit de prea multă întristare*, **4** ci, precum spune Apostolul, *să se întărească dragostea într-însul* (II Cor. 2, 7-8). Să se roage pentru el toți frații.

5 Abatele trebuie să aibă mare grijă și să alerge cu toată priceperea și iscusința, ca nu cumva să piardă vreuna din oile încredințate lui. **6** Să știe că i-au fost date în grijă sufletele bolnave, nefiind nicidecum înscăunat despot peste cele sănătoase. **7** Să se teamă de amenințarea Profetului, prin care Dumnezeu zice: *Oile grase le vedeți, dar pe cele slabe le-ați lepădat* (Ez. 34, 3-4). **8** Dimpotrivă, să urmeze pildei Bunului Păstor, care, lăsând nouăzeci și nouă de oi să pască printre munți, a plecat s-o caute pe aceea care se rătăcise. **9** Atâta milă a avut pentru neputința acesteia, încât s-a îndurat s-o ridice pe umerii Săi cei sfinți și așa s-o aducă înapoi la turmă.

XXVIII. Despre cei ce, după mai multe muștrări, refuză să se îndrepte

1 Dacă vreun frate a fost muștrat adeseori pentru o anumită pricină, neîndreptându-se nici după ce a fost excomunicat, să i se dea o pedeapsă și mai aspră, adică să se treacă la lovirea trupului. **2** Dacă nici așa nu se va îndrepta, sau dacă, ferească Dumnezeu, umplându-se de mândrie, va încerca să-și apere faptele sale, atunci abatele va proceda asemenea doctorului iscusit. **3** După ce a folosit alifia blândeții, balsamul îndemnurilor, doctoriile dumnezeieștilor Scripturi, ajungând până la arderea răniilor prin excomunicare sau lovirea cu nuiete, **4** dacă va vedea că iscusința sa nu izbândește, să întrebuițeze leacul cel mai puternic: rugăciunea sa și a tuturor fraților **5** ca Dumnezeu cel atotputernic să-l izbăvească pe fratele bolnav. **6** Dacă nici așa nu se însănătoșește, atunci abatele să apuce sabia despărțirii, cum spune Apostolul: *Izgoniți pe cel rău din mijlocul vostru* (I Cor. 5, 13) **7** și iarăși: *Dacă cel necredincios se desparte, să se despartă* (I Cor. 7, 15), **8** ca nu cumva o singură oaie nesănătoasă să îmbolnăvească toată turma.

XXIX. Dacă trebuie reprimiți frații izgoniți din mânăstire

1 Fratele care din vina sa părăsește mânăstirea, de va vrea să se întoarcă, să făgăduiască mai întâi că se va căi pentru fapta lui **2** și așa să fie primit, dându-i-se locul cel mai de jos, ca astfel să-i fie încercată smerenia. **3** Dacă va pleca iar, până la a treia oară să fie primit în felul acesta, știind că după aceea nu va mai avea voie să se întoarcă.

XXX. Cum să fie pedepsiți copiii

1 Orice vârstă sau înțelegere trebuie să-și aibă măsura proprie. **2** Astfel, ori de câte ori greșesc copiii, frații mai tineri sau cei ce nu pot înțelege gravitatea pedepsei

excomunicării, **3** să fie supuși unui post aspru sau să fie loviți cu nuiiele, ca astfel să se îndrepte.

XXXI. Cum trebuie să fie chelarul mănăstirii

1 Să se aleagă din obște un chelar pentru mănăstire, înțelept, matur, sobru, nelacom, modest, necertăreț, care să nu defăimeze, să nu se trufească, să nu fie încet sau risipitor, **2** ci să se teamă de Dumnezeu și să fie ca un tată pentru întreaga obște.

3 Să poarte grijă de toate. **4** Să nu facă nimic fără voia abatelui **5** și să respecte ceea ce i se poruncește. **6** Să nu-i supere pe frați, **7** iar dacă vreunul i-ar cere ceva fără rost, să nu-l întristeze neluându-l în seamă, ci să-i refuze cu politețe și smerenie cererea nepotrivită.

8 Să se îngrijească și de sufletul său, aducându-și mereu aminte de cuvântul Apostolului: *Cel ce slujește bine câștigă un loc de cinste* (I Tim. 3, 13). **9** Să aibă multă grijă de bolnavi, copii, oaspeți și săraci, știind sigur că în ziua judecății are să dea seamă de toate acestea.

10 Să privească toate vasele și toată averea mănăstirii ca pe vasele sfințite ale altarului. **11** Nimic să nu neglijeze. **12** Să nu fie avar, dar nici risipitor și să nu cheltuiască averea mănăstirii, ci să facă totul cu măsură, potrivit poruncii abatelui.

13 Să cultive mai presus de toate smerenia și, cui nu are ce să-i dea, să-i răspundă cu vorbă bună, **14** căci stă scris: *O vorbă bună face mai mult decât darul cel mai de preț* (Sir. 18, 17). **15** De toate cele pe care i le-a încredințat abatele să aibă grijă, dar de cele ce nu-i sunt îngăduite să nu se atingă. **16** Să dea fiecărui frate partea ce i se cuvine fără a face nazuri și a zăbovi, ca nu cumva acela să se poticnească, amintindu-și de ce zice cuvântul Domnului că merită să i se facă *celui ce va sminti pe unul dintre aceștia mici* (Mt. 18, 6).

17 Dacă obștea va fi mai mare, să i se dea ajutoare care să-l sprijine ca să-și poată și el împlini datoria cu sufletul împăcat. **18** Să se ceară și să se împartă cele necesare la vremea convenită, **19** așa încât nimeni să nu se tulbure sau să se întristeze în casa lui Dumnezeu.

XXXII. Despre uneltele și lucrurile mănăstirii

1 Abatele să numească frați pe a căror viață și obiceiuri se poate bizui peste proprietățile mănăstirii, constând în unelte, haine sau alte lucruri. **2** Lor să le încredințeze fiecare obiect în parte, după cum crede de cuviință, ca ei să le păstreze și să le adune după ce sunt folosite. **3** Abatele să țină o listă cu toate acestea, ca, atunci când frații își schimbă între ei ascultările, să știe ce și cui dă în grijă.

4 Dacă cineva murdărește sau folosește cu neatenție lucrurile mănăstirii, să fie muștrat. **5** Dacă nu se îndreaptă, să fie supus pedepsei stabilite de Regulă.

XXXIII. Dacă monahilor le este îngăduit să aibă vreo proprietate personală

1 Înainte de toate, trebuie smulsă din rădăcină patima avuției din mănăstire, **2** ca nimeni să nu îndrăznească să dea sau să primească ceva fără îngăduința abatelui **3** sau să aibă vreo proprietate personală de orice fel: nici carte, nici tăblițe, nici condei; absolut nimic, **4** căci așa se cade celor ce nu le este îngăduit să dispună nici măcar de trupul sau de voia proprie după bunul lor plac. **5** Toate cele de trebuință să le aștepte din partea părintelui mănăstirii și nimănui să nu i se permită să dețină ceva ce nu i-a fost dat sau îngăduit de abate.

6 Toate să le fie de obște tuturor, precum stă scris, așa încât nimeni să nu zică sau să creadă că îi aparține ceva (cf. Fap. 4, 32).

7 Dacă se va descoperi că vreun monah se îndulcește cu această patimă nesuferită, să fie muștrat o dată și încă o dată; **8** de nu se va îndrepta, să fie supus pedepsei.

XXXIV. Dacă toți se cuvine să primească cele de trebuință în mod egal

1 Stă scris: *Se împărțea fiecăruia după cum avea trebuință* (Fap. 4, 35). **2** Nu cerem să se țină cont de ranguri – Doamne ferește – ci să se țină seamă de neputințe. **3** Cel ce are mai puțină nevoie de un lucru, să mulțumească lui Dumnezeu [pentru cât i se dă] și să nu se întristeze; **4** cel care are mai mare nevoie de ceva, să se smerească pentru neputința sa și să nu se trufească pentru milostivirea ce i se arată. **5** Așa, toate mădularele vor fi împăcate.

6 Mai presus de orice, să nu se îngăduie răutatea cârtirii pentru niciun motiv, în nicio vorbă și în niciun semn. **7** Cel ce este descoperit cârtind, să fie aspru pedepsit.

XXXV. Despre slujitorii de la bucătărie

1 Frații să-și slujească unii altora, așa încât niciunul să nu fie scutit de munca de la bucătărie, decât dacă este bolnav sau are de făcut un lucru mai de folos, **2** dobândind astfel mai multă vrednicie și dragoste. **3** Celor neputincioși să li se dea ajutor, ca să nu-și îndeplinească ascultarea cu tristețe. **4** Toți să fie ajutați în funcție de mărimea obștii și de împrejurări. **5** Dacă obștea e mai mare, chelarul să fie scutit de la bucătărie, la fel ca cei ocupați cu lucruri mai folositoare. **6** Ceilalți să-și slujească unii altora în dragoste.

7 Sfârșindu-se săptămâna, slujitorul să facă sâmbăta curățenie. **8** Să spele ștergarele cu care frații își șterg mâinile sau picioarele. **9** Atât slujitorul care și-a isprăvit ascultarea, cât și cel care urmează să o înceapă să spele picioarele tuturor. **10** Să-i înapoieze chelarului uneltele de care s-a folosit pentru slujirea lui. **11** Acesta le va da celui ce intră la ascultare, așa încât să știe ce dă și ce primește înapoi.

12 Slujitorilor de la bucătărie să li se dea câte o cană cu băutură și o bucată de pâine pe lângă măsura hotărâtă cu o oră înainte de mese, **13** ca atunci să-și slujească frații fără cârtire și fără greutate. **14** În zilele de sărbătoare, să aștepte până ce se va sfârși Liturghia.

15 Slujitorii de la bucătărie care și-au terminat ascultarea și cei ce urmează să și-o înceapă să vină în biserică duminică, îndată după încheierea Laudelor, și, îngenunchind înaintea tuturor, să ceară să se facă rugăciune pentru ei. **16** Cel ce și-a terminat ascultarea să rostească versetul acesta: *Binecuvântat ești, Doamne, Dumnezeu, căci Tu m-ai ajutat și m-ai mângâiat* (Ps. 85, 16). **17** După ce a spus de trei ori versetul și a primit binecuvântarea, să urmeze cel ce începe ascultarea și să zică: *Dumnezeule, spre ajutorul meu ia aminte; Doamne, să-mi ajuți mie grăbește!* (Ps. 69, 1). **18** După ce toți repetă și acest verset de trei ori, luând binecuvântare, slujitorul să-și înceapă ascultarea.

XXXVI. Despre frații bolnavi

1 Înainte și mai presus de toate, trebuie să se aibă grijă de bolnavi, așa încât să fie slujiți întocmai ca Hristos, **2** căci El a zis: *Bolnav am fost și M-ați cercetat* (Mt. 25, 36) **3** și: *Ceea ce ați făcut unuia dintre aceștia mici, Mie Mi-ați făcut* (Mt. 25, 40). **4** Dar și bolnavii să bage de seamă că sunt slujiți spre slava lui Dumnezeu și să nu-i întristeze pe frații care le slujesc cerând lucruri de prisos. **5** Ei trebuie, însă, tratați cu răbdare, căci de pe urma lor se dobândește răsplătire bogată. **6** Așadar, abatele să aibă mare grijă ca ei să nu ducă lipsă de nimic.

7 Fraților bolnavi să li se dea o chilie aparte și un slujitor cu frică de Dumnezeu, priceput și atent. **8** Bolnavii să fie îmbăiați ori de câte ori e nevoie, dar celor sănătoși și, mai ales, tinerilor să nu li se îngăduie acest lucru prea des. **9** Bolnavilor foarte slăbiți să li se dea să mănânce și carne ca să prindă puteri, dar, o dată ce s-au însănătoșit, să se abțină de la cărnuri după obicei.

10 Abatele să aibă cea mai mare grijă ca bolnavii să nu fie neglijați de chelari sau de slujitori, căci lui i se vor imputa toate lipsurile ucenicilor săi.

XXXVII. Despre bătrâni și copii

1 Deși însăși firea omenească ne face să simțim milă pentru aceste vârste, anume pentru bătrâni și copii, totuși și ei sunt supuși autorității Regulei. **2** Să se țină mereu seamă de neputințele lor și să se facă un oarecare pogorământ de la strictetea Regulei în ceea ce privește hrana. **3** Să fie tratați cu blândețe și respect și să li se îngăduie să mănânce și înaintea orelor hotărâte.

XXXVIII. Despre lectorul săptămânal

1 Frații nu trebuie să fie lipsiți de citire în timpul meselor. Totuși, să nu citească oricine s-ar întâmpla să pună mâna pe carte, ci un lector să-și înceapă ascultarea duminică pentru toată săptămâna. **2** Cel ce începe să citească să vină după Liturghie și Împărtășire și să ceară tuturor să se roage pentru el, ca Dumnezeu să alunge de la dânsul duhul slavei

deșarte. **3** Toți să rostească de trei ori în biserică acest verset pe care el îl începe: *Doamne, deschide buzele mele și gura mea va vesti lauda Ta* (Ps. 50, 16). **4** Și așa, după ce a luat binecuvântare, să înceapă să citească.

5 Să fie liniște desăvârșită, încât să nu se audă nicio șoaptă și niciun glas în afară de al celui ce citește. **6** Frații să-și vină în ajutor unii altora cu hrana și băutura necesară în așa fel încât nimeni să nu trebuiască să ceară nimic. **7** Dacă totuși e nevoie de ceva, să se ceară prin orice semn, dar nu cu glas tare. **8** Nici să nu îndrăznească cineva să pună vreo întrebare legată de ceea ce se citește sau despre altceva, ca să nu se dea prilej [diavolului] (cf. Ef. 4, 27; I Tim. 5, 14), **9** afară de cazul în care superiorul va avea un cuvânt scurt pentru zidirea celor de față.

10 Lectorului de rând să i se dea vin amestecat înainte de a începe să citească, pentru Sfânta Împărtășanie și pentru a putea răbda ajunarea. **11** După aceea, va lua masa alături de frații care au slujit la bucătărie și de ceilalți slujitori.

12 Nu toți frații să citească și să cânte la rând, ci numai aceia care-i zidesc pe cei ce ascultă.

XXXIX. Despre măsura hranei

1 Ținând seamă de diferitele neputințe, credem că pentru hrana zilnică, fie la ceasul al șaselea, fie la al nouălea, sunt de ajuns două feluri de mâncare gătită pentru o masă. **2** Astfel, cine nu se poate atinge de un fel, va mânca din celălalt. **3** Așadar, două mâncăruri gătite vor fi de ajuns pentru toți frații. Dacă se găsesc fructe sau legume proaspete, se pot adăuga și acestea.

4 Va fi de ajuns o livră de pâine pe zi, fie că se ia o singură masă, fie că există prânz și cină. **5** Dacă se cinează, chelarul va păstra a treia parte din livra de pâine și o va da fraților la cină.

6 Când munca a fost mai grea ca de obicei, dacă abatele socotește că e nevoie, stă în puterea sa să mărească întrucâtva porția de hrană. **7** Totuși, va avea mare grijă să se evite îmbuibarea, ca monahul să nu-și îngreuneze nicicând pântecele. **8** Nimic nu-i este mai străin oricărui creștin decât îmbuibarea, **9** căci Domnul nostru spune: *Luați seama să nu se îngreueze inimile voastre de mâncare* (Lc. 21, 34).

10 Copiilor de vârstă mai mică să nu li se dea aceeași cantitate de hrană, ci mai puțin decât celor mari, păstrându-se cumpătarea în toate.

11 Monahii să se abțină cu totul de la cărnurile patrupedelor, mai puțin bolnavii foarte slăbiți.

XL. Despre măsura băuturii

1 Fiecare are de la Dumnezeu darul lui: unul așa, altul într-alt fel (I Cor. 7, 7) **2** și, de aceea, ne vine greu să hotărâm măsura hranei altora. **3** Totuși, având în vedere neputința celor bolnavi, credem că o hemină¹ de vin pe zi va fi de ajuns. **4** Cei cărora Dumnezeu le-a dat darul înfrânării să știe că-și vor primi răsplata.

5 Dacă, din pricina naturii locului, a muncii sau a arșiței verii, ar fi nevoie de mai mult, va rămâne să hotărască superiorul, care trebuie să vegheze ca nu cumva să se dea loc îmbuibării sau beției. **6** Deși citim că vinul nu e deloc pentru călugări, fiindcă nu-i putem convinge nicicum de lucrul acesta pe monahii din vremea noastră, să ne învoim măcar să nu bem pe săturate, ci mai puțin, **7** căci *vinul îi face să cadă până și pe înțelepți* (Sir. 19, 2).

8 Unde, din cauza locului, nu se găsește nici măcar măsura prescrisă mai sus, ci mult mai puțin sau deloc, monahii de acolo să-L binecuvânteze pe Dumnezeu și să nu cârtească. **9** La aceasta îi sfătuim mai presus de orice altceva: să se ferească de cârtire.

XLI. Când trebuie să ia masa frații

1 De la Sfintele Paști și până la Rusalii, frații să mănânce la ceasul al șaselea, iar seara să cineze.

2 De la Rusalii, de-a lungul întregii veri, dacă monahii nu au de lucru la câmp și dacă nu îi împiedică căldura prea mare, să postească miercurea și vinerea până la ceasul al nouălea, **3** iar în celelalte zile să prânzească la ceasul al șaselea. **4** Vor putea lua prânzul la ceasul al șaselea și în celelalte zile, dacă muncesc pe câmp sau e arșiță, după purtarea de grijă a abatelui. **5** El să potrivească și să rânduiască totul în așa fel încât frații să-și mântuiască sufletele și să-și săvârșească ascultările fără a avea vreun motiv de a cârti.

6 De la idele lui septembrie și până la începutul Postului, frații să ia masa mereu la ceasul al nouălea.

7 În timpul Postului, până la Paști, să mănânce numai seara. **8** Să se săvârșească Vesperele astfel încât la masă să nu fie nevoie de lumânări, ci toate să se împlinească cât timp mai strălucește lumina zilei. **9** Fie că e vorba de cină, fie de unica masă a zilei, să se aleagă mereu o oră când totul se poate face pe lumină.

XLII. Nimeni să nu vorbească după Completorii

1 Monahii sunt datori să păstreze liniștea tot timpul, dar mai ales în ceasurile nopții. **2** Așa vor face mereu, fie că e zi de post, fie că nu: **3** când nu e post, de îndată ce s-au sculat de la cină, să se adune la un loc și unul să citească din *Convorbiri*, din *Viețile Părinților* sau o lectură ziditoare pentru cei ce ascultă, **4** dar nu din Heptateuh sau din Cărțile Regilor, fiindcă mințile slabe nu au folos de pe urma acestor Scripturi la ora aceea, ci ele trebuie citite la alte ore.

¹ Aproximativ ¾ litri.

5 În zilele de post, la scurtă vreme după Vespere, să se adune pentru citirea *Convorbirilor*, precum am spus. **6** După ce s-au citit patru-cinci pagini sau cât îngăduie timpul **7** și toți au avut răgaz să se adune până la sfârșitul lecturii (în caz că vreunul a fost ocupat cu vreo ascultare), **8** să facă împreună încheierea zilei. O dată ce au ieșit de la Completorii, nimănui nu-i mai e permis să vorbească.

9 Dacă cineva încalcă această regulă a tăcerii, să i se dea o pedeapsă grea, **10** afară de cazul în care ar fi venit în ajutorul oaspeților sau ar fi primit vreo însărcinare din partea abatelui. **11** Chiar și atunci, să se procedeze cu cea mai mare seriozitate și cumpătare.

XLIII. Despre cei ce întârzie la slujbele dumnezeiești sau la masă

1 La vremea dumnezeieștii slujbe, de îndată ce s-a auzit semnalul, toți să lase orice ar avea în mână și să alerge cu cea mai mare grabă, **2** dar cu seriozitate, ca nu cumva să dăm prilej ușurătății.

4 Nimic să nu fie mai presus de slujba lui Dumnezeu.

5 Dacă cineva ajunge la Vigiliile nopții după *Slava* Psalmului 94, care tocmai de aceea vrem să fie prelungit și rostit rar, să nu stea la locul lui în cor, **5** ci să stea la urmă de tot sau în locul hotărât de abate pentru asemenea neglijenți, ca să fie văzuți de el și de ceilalți **6** până ce, sfârșindu-se slujba, se vor căi înaintea tuturor. **7** Așadar, socotim că aceștia trebuie să stea la urmă de tot sau deoparte, așa încât, fiind văzuți de toți, măcar de rușine să se îndrepte. **8** Dacă ar rămâne afară din biserică, s-ar găsi poate vreunul care să se întoarcă în așternut și să se culce, sau oricum să șadă afară de unul singur sau să vorbească fără rost și astfel s-ar da prilej celui rău. **9** Mai bine să intre în biserică, să nu piardă toată slujba și astfel să se îndrepte pe viitor.

10 Cât despre ceasurile de peste zi, cei ce vin la slujbă după *Slava* sau versetul primului psalm care se rostește după vers, să stea la urmă, precum am hotărât mai sus, **11** și să nu îndrăznească să se alăture corului celor ce cântă până ce nu aduc îndeostulare, dacă nu cumva abatele le va da dezlegare, **12** cu condiția să se căiască după aceea.

13 Cel ce nu ajunge la masă înainte de a se spune versetul, așa încât toți să-l rostească laolaltă, să se roage și să se așeze împreună la masă, **14** dacă întârzie din neglijență sau din prostul său obicei, să fie muștrat de două ori pentru aceasta. **15** Dacă tot nu se îndreaptă, să nu i se mai dea voie să șadă la masa de obște, **16** ci, lipsit de tovărășia tuturor, să mănânce singur, oprindu-i-se porția de vin până când se va căi și se va îndrepta.

17 Tot așa să se facă și celui ce nu va fi de față la versetul care se spune la sfârșitul mesei.

18 Nimeni să nu îndrăznească să se atingă de mâncare sau de băutură înainte de ora hotărâtă. **19** Și dacă abatele îi oferă ceva unui frate, iar acesta refuză, să nu mai capete

nimic atunci când va pofti ceea ce a refuzat mai înainte sau altceva, până nu aduce îndestularea cuvenită.

XLIV. Despre îndestularea pe care trebuie să o aducă cei excomunicați

1 Cel excomunicat din motive grave din biserică și de la masă, la vremea când în biserică se sfârșește dumnezeiasca slujbă, să zacă prosternat la poarta bisericii fără să zică nimic, **2** stând cu capul la pământ, la picioarele celor ce ies de la slujbă. **3** Și așa să facă până când abatele va socoti că e îndeajuns.

4 Când va fi chemat de abate, să cadă la picioarele lui și ale celorlalți cerându-le să se roage pentru el. **5** Atunci, dacă poruncește abatele, să fie primit în cor sau în locul hotărât de acesta, **6** dar fără să rostească vreun psalm, o lectură sau altceva în biserică, decât dacă abatele îi dă poruncă. **7** Și la toate ceasurile, când se sfârșește dumnezeiasca slujbă, să se arunce la pământ acolo unde se află. **8** Și așa să se pocăiască până ce abatele îi va da iarăși poruncă să se oprească.

9 Cei excomunicați doar de la masă pentru pricini neînsemnate să aducă îndestulare în biserică până la porunca abatelui. **10** Să stăruie până ce abatele binecuvântează și zice: „De ajuns!”

XLV. Despre cei ce greșesc în biserică

1 Dacă cineva a greșit când rostea un psalm, un responsoriu, o antifonă sau o lectură și nu se smerește cerând iertare înaintea tuturor, să fie pedepsit mai grav, **2** ca unul care nu vrea să îndrepte prin smerenie ceea ce a greșit prin nebăgare de seamă. **3** Copiii să fie loviți cu nuiaua pentru astfel de greșeli.

XLVI. Despre cei care greșesc în alte feluri

1 Dacă cineva greșește cu ceva în orice ascultare – la bucătărie, în cămară, când servește, la moară, în grădină ori în meșteșugul cu care se ocupă, oriunde s-ar afla – **2** sau dacă strică sau pierde ceva sau întrece cumva măsura, **3** și nu vine el însuși imediat înaintea abatelui și a obștii să se căiască și să-și mărturisească vina, **4** ci fapta se descoperă prin altcineva, să primească o pedeapsă mai mare.

5 Dacă însă pricina păcatului zace în adâncul sufletului, să se mărturisească numai abatelui sau bătrânilor înduhovniciți, **6** care vor ști să-și vindece propriile răni și pe ale altora fără a le descoperi și a le da în vileag.

XLVII. Despre semnalul pentru slujbele dumnezeiești

1 Abatele va avea grijă să se anunțe când începe slujba la toate orele din zi și din noapte. Fie va da el semnalul, fie îi va încredința această însărcinare unui frate atent, ca toate să se săvârșească la vremea cuvenită.

2 După ce începe abatele, frații cărora li s-a poruncit să rostească la rând psalmii sau antifonele. **3** Să nu îndrăznească să cânte sau să citească decât cel ce poate împlini această slujire spre zidirea ascultătorilor. **4** S-o facă la porunca abatelui, cu smerenie, cu seriozitate și cu teamă.

XLVIII. Despre munca zilnică

1 Lenea este dușmanul sufletului. De aceea, frații trebuie să se îndeletnicească la anumite ore cu lucrul mâinilor, iar la altele cu lectura divină.

2 Credem că amândouă se pot face după următoarea rânduială: **3** De la Paști și până la calendele lui octombrie, ieșind de dimineață, să lucreze ce va fi nevoie de la ceasul întâi până pe la ceasul al patrulea. **4** De la ceasul al patrulea și până la amiază, să se ocupe de lectură. **5** După ceasul al șaselea, sculându-se de la masă, să se odihnească în așternuturile lor în liniște sau, dacă cineva ar voi să citească, s-o facă pentru sine, așa încât să nu tulbure pe nimeni. **6** Nona să se săvârșească mai devreme, pe la jumătatea ceasului al optulea, iar apoi să lucreze ce le mai rămâne de făcut până la Vespere.

7 Dacă firea locului sau sărăcia îi constrânge să adune recolta ei înșiși, să nu se întristeze, **8** căci atunci sunt cu adevărat monahi, când trăiesc din lucrul mâinilor lor, asemenea Părinților noștri și Apostolilor. **9** Totuși, să se păstreze în toate măsura din pricina celor slabi de înger.

10 De la calendele lui octombrie și până la începutul Postului, să citească până la ceasul al doilea. **11** La ceasul al doilea să se slujească Terța, iar până la ceasul al nouălea să-și împlinească cu toții ascultările. **12** De îndată ce s-a dat primul semnal pentru Nonă, fiecare să se oprească din lucrul său și să fie gata până la al doilea semnal. **13** După ce au luat masa, să se ocupe de lecturile lor și de psalmi.

14 În timpul Postului, frații să citească până la ceasul al treilea și să-și facă ascultările până la ceasul al zecelea. **15** În zilele Postului, să primească fiecare câte o carte de la bibliotecă pe care să o citească la rând, în întregime. **16** Cărțile să fie împărțite la începutul Postului.

17 Întâi de toate, să se rânduiască unul sau doi bătrâni care să cerceteze mănăstirea în vreme ce monahii citesc **18** și să vadă de nu se găsește vreun frate cuprins de acedie, care lenevește sau vorbește fără rost și nu-și vede de lectură, păgubindu-se nu numai pe sine, ci tulburându-i și pe ceilalți. **19** Dacă se descoperă unul ca acesta – ferească Dumnezeu – să fie pedepsit de două ori. **20** Dacă nu se îndreaptă, să fie supus pedepsei Regulei, așa încât ceilalți să se teamă [să nu pățească la fel]. **21** Niciun monah să nu se alătore fratelui său la orele nepotrivite.

22 La fel, duminica să se ocupe cu toții de lectură, mai puțin cei cărora li s-au încredințat diverse ascultări.

23 Dacă vreunul este într-atât de nepăsător și nesupus, încât nu vrea sau nu poate să mediteze sau să citească, să i se dea ceva de lucru, ca să nu stea degeaba.

24 Fraților bolnavi sau celor firavi să li se dea ascultări și un meșteșug de așa natură, încât să nu lenevească, dar nici să nu fie apăsați sau alungați de povara muncii. **25** Abatele trebuie să țină seamă de neputința lor.

XLIX. Despre ținerea Postului

1 Întreaga viață a monahului ar trebui să se desfășoare ca în timpul Postului. **2** Totuși, fiindcă puțini au [ajuns la] această virtute, îi sfătuim pe frați să-și păzească viața în toată curăția în vremea Postului **3** și să se folosească de aceste zile sfinte ca să se curețe de toate scăderile din restul anului. **4** Vom izbuti acest lucru, dacă ne stăpânim toate patimile și dacă ne nevoim prin rugăciunea cu lacrimi, prin lectură, prin străpungerea inimii și postire.

5 Așadar, în aceste zile, să sporim ceva mai mult ca de obicei slujbele noastre, rugăciunile deosebite, înfrânarea de la mâncăruri și băutură **6** și fiecare să-i ofere de bunăvoie lui Dumnezeu, *întru bucuria Duhului Sfânt* (I Tes. 1, 6), ceva peste măsura prescrisă lui, **7** adică să îngăduie trupului său mai puțină hrană, băutură, vorbă și veselie și să aștepte Sfintele Paști cu bucuria râvnei duhovnicești.

8 Totuși, fiecare să descopere abatelui său ceea ce are de gând să ofere și să o facă numai cu rugăciunea și învoirea lui, **9** căci ceea ce se face fără îngăduința părintelui duhovnicesc se socotește îndrăzneală și slavă deșartă, nu merit. **10** Prin urmare, toate trebuie să se săvârșească numai cu învoirea abatelui.

L. Despre frații care lucrează departe de biserică sau sunt pe drum

1 Frații care muncesc foarte departe și nu pot ajunge la biserică la vremea convenită **2** – cunoscând abatele situația lor – **3** să săvârșească slujba dumnezeiască acolo unde lucrează, plecându-și genunchii cu frică de Dumnezeu.

4 La fel și cei aflați în călătorie, să nu lase să treacă ceasurile rânduite, ci să facă ceea ce pot și să nu neglijeze datoria de a aduce slujbă lui Dumnezeu.

LI. Despre frații care nu pleacă prea departe

1 Fratele care e trimis cu vreo treabă și e așteptat să se întoarcă în aceeași zi la mănăstire să nu îndrăznească să mănânce afară, chiar dacă cineva insistă s-o facă, **2** afară de cazul în care abatele îi poruncește să accepte. **3** Dacă nu face așa, să fie excomunicat.

LII. Despre biserica mănăstirii

1 Casa de rugăciune [*oratorium*] să fie ceea ce arată numele ei și să nu se săvârșească sau să se păstreze altceva acolo. **2** După ce s-a sfârșit dumnezeiasca slujbă, toți frații să iasă

în liniște desăvârșită, **3** ca, dacă vreunul ar vrea să se roage aparte, să nu fie împiedicat de nesăbuiința altuia. **4** Dacă, însă, cineva vrea să se roage singur, în taină, să intre pur și simplu și să se roage; nu cu glas tare, ci cu lacrimi și cu inimă înflăcărată. **5** Cui nu face așa să nu i se dea voie, așadar, să rămână în biserică după slujbă, ca să nu fie tulburați ceilalți.

LIII. Despre primirea oaspeților

1 Toți oaspeții care vin la mănăstire să fie primiți ca Însuși Hristos, căci El ne va spune: *Străin am fost și M-ați primit* (Mt. 25, 35). **2** Tuturor să li se arate aceeași dragoste, mai ales celor de aceeași credință (cf. Gal. 6, 10) și pelerinilor.

3 De îndată ce s-a anunțat sosirea unui oaspete, abatele sau frații să-i iasă în întâmpinare cu toată cuviința dragostei. **4** Mai întâi, să se roage împreună și așa să se întovărășească în pace. **5** Să nu se dea sărutul păcii decât după rugăciune, din pricina nălucirilor diavolești.

6 Chiar prin salut să se arate toată smerenia oaspeților care vin sau pleacă: **7** să ne plecăm capul sau să ne prosternăm tot trupul la pământ și să-L adorăm în ei pe Hristos pe care Îl și primim.

8 După ce au fost primiți, oaspeții să fie conduși la rugăciune, iar apoi să șadă cu ei superiorul sau cel rânduit de acesta. **9** Să i se citească oaspetelui din Legea dumnezeiască pentru zidire și, după aceea, să fie tratat cu toată generozitatea. **10** Superiorul să curme postul pentru oaspete, afară de cazul în care e o zi de post ce nu poate fi încălcată; **11** restul fraților, însă, să-și continue postul după obicei. **12** Abatele să le toarne oaspeților apă ca să se spele pe mâini. **13** Picioarele oaspeților le va spăla abatele și toată obștea. **14** După aceea, să zică versetul acesta: *Primit-am, Dumnezeule, mila Ta în mijlocul locașului Tău* (Ps. 47, 8).

15 Săracii și pelerinii să fie primiți cu cea mai mare grijă, căci prin ei Îl primim pe Hristos în chip mai desăvârșit; cât despre teama de cei bogați, ea inspiră singură respect.

16 Bucătăria abatelui și cea a oaspeților să fie în altă parte, așa încât la orice oră ar sosi oaspeții, care nicicând nu lipsesc din mănăstire, să nu fie tulburați frații. **17** În această bucătărie, să intre pentru un an-doi frați care să-și facă ascultarea cu pricepere. **18** Dacă e nevoie, să li se dea ajutor, ca să slujească fără cârtire, iar, când au mai puțin de lucru, să iasă și să facă ce li se cere. **19** Și nu numai în cazul lor, ci pentru orice ascultare din mănăstire e valabilă această prevedere: **20** dacă au nevoie de ajutor, să li se dea fraților cu pricina, iar când nu au de lucru să asculte ce li se poruncește.

21 De asemenea, să se rânduiască un frate cu suflet temător de Dumnezeu pentru chilia oaspeților. **22** Acolo trebuie să se găsească suficiente paturi. Casa lui Dumnezeu să fie gospodărită de înțelepți.

23 Fratele căruia nu i s-a poruncit acest lucru să nu se alăture nicidecum oaspeților și să nu le vorbească. **24** Dacă îi întâlnește sau îi vede, după ce îi salută cu smerenie, precum am spus, și cere binecuvântare, să treacă mai departe, zicându-și că nu-i e îngăduit să stea de vorbă cu oaspeții.

LIV. Dacă monahul trebuie să primească scrisori sau alte lucruri

1 Nu-i va fi nicidecum îngăduit monahului să dea sau să primească scrisori, obiecte binecuvântate sau alte mici daruri de la părinții săi sau de la oricine altcineva, nici măcar de la vreunul dintre frați, fără consimțământul abatelui. **2** Dacă părinții îi trimit ceva, să nu îndrăznească să primească acel lucru, decât după ce i-a fost arătat abatelui. **3** Dacă abatele îl primește, rămâne la latitudinea sa cui îi va fi dat, **4** iar fratele căruia îi va fi fost trimis să nu se întristeze, pentru a nu da prilej diavolului. **5** Cel ca va îndrăzni să facă altfel, să fie supus pedepsei Regulei.

LV. Despre îmbrăcămintea și încălțăminte fraților

1 Să li se dea fraților haine potrivit cu natura și clima locului în care trăiesc, **2** căci în ținuturile reci e nevoie de mai multe haine, iar în cele călduroase de mai puține. **3** Abatele se va gândi, așadar, la lucrul acesta. **4** Noi credem că în locurile cu climă temperată sunt de ajuns pentru fiecare monah o glugă și o tunică **5** – o glugă groasă de lână iarna, iar vara una subțire sau uzată – **6** și un scapular pentru lucru, iar în picioare ciorapi și încălțări.

7 Monahii să nu se plângă de culoarea sau grosimea tuturor acestora, ci să folosească materialele care se găsesc în ținutul unde locuiesc și costă mai puțin.

8 Abatele să poarte grijă ca hainele să nu fie prea mici pentru frații care le folosesc, ci pe măsura lor.

9 Cei ce primesc haine noi să le dea înapoi pe cele vechi, ca să fie puse deoparte pentru săraci. **10** Îi ajung monahului două tunici și două glugi, ca să le schimbe noaptea și să le poată spăla. **11** Ce e mai mult de atât e de prisos și trebuie luat. **12** Să înapoieze și ciorapii și orice s-a învechit când primesc lucruri noi.

13 Celor ce călătoresc să li se dea izmene din garderobă, pe care le vor înapoia spălate la întoarcere. **14** Și glugile și tunicile care le sunt date la plecare să fie ceva mai bune decât cele purtate de obicei, iar la întoarcere să le restituie la garderobă.

15 Pentru așternuturi vor fi de ajuns o saltea, o cuvertură, un cearșaf și o pernă.

16 Așternuturile să fie cercetate adesea de către abate, ca nu cumva să se găsească printre ele vreun lucru ascuns. **17** Dacă în așternutul vreunui monah se găsește ceva ce nu a primit de la abate, să fie pedepsit foarte aspru. **18** Pentru a dezrădăcina cu totul acest viciu al proprietății, abatele să dea tuturor toate cele de trebuință, **19** anume: glugă,

tunică, ciorapi, încălțări, cingătoare, cuțit, condei, ac, ștergar, tăblițe de scris, ca nimeni să nu poată spune că i-a lipsit ceva.

20 Abatele să țină mereu seamă de ceea ce se spune în Faptele Apostolilor: *Se împărțea fiecăruia după cum avea trebuință* (Fap. 4, 35). **21** Așa și abatele să țină cont de neputințele celor lipsiți și nu de rea-voința celor pizmași. **22** În toate hotărârile sale, să se gândească la răsplata lui Dumnezeu.

LVI. Despre masa abatelui

1 Abatele să ia mereu masa alături de oaspeți și de pelerini. **2** Când, însă, vor fi mai puțini oaspeți, va putea chema la masă cu el pe oricare dintre frați va voi. **3** Totuși, să lase întotdeauna unul sau doi bătrâni la masa fraților pentru a se păstra rânduiala.

LVII. Despre meșterii mănăstirii

1 Dacă în mănăstire se află meșteri, să-și lucreze meșteșugul cu toată smerenia, având învoirea abatelui. **2** Dacă vreunul din ei se trufește pentru știința meșteșugului său, socotind că este mănăstirea îi datorează ceva, **3** să fie scos de la acea muncă și să nu se întoarcă la ea, decât dacă se smerește și abatele îi dă iarăși voie.

4 Dacă vreunele din obiectele lucrate de meșteri urmează să fie vândute, să bage de seamă cei ce se ocupă de vânzarea acestora să nu îndrăznească să aducă vreo pagubă mănăstirii. **5** Să-și aducă mereu aminte de Anania și Safira (cf. Fap. 5, 1-11), **6** ca nu cumva sufletul lor și al celor ce păgubesc în orice fel mănăstirea să sufere moartea pe care aceia au răbdat-o în trup.

7 Cât despre prețurile acestor lucruri, să nu se strecoare în ele răutatea lăcomiei, ci să fie întotdeauna vândute ceva mai ieftin față de ale meșterilor din lume, **9** ca *Dumnezeu să fie slăvit în toate* (I Pt. 4, 11).

LVIII. Despre rânduiala primirii fraților în obște

1 Celui proaspăt întors din lume spre viața călugărească să nu i se dea voie să intre ușor, **2** ci, precum spune Apostolul: *Cercați duhurile dacă sunt de la Dumnezeu* (I In. 4, 1).

3 Așadar, dacă cel ce vine continuă să bată la poarta mănăstirii și, după ce a intrat de patru-cinci zile, se va dovedi că a suportat cu răbdare jignirile ce i s-au adus și greutatea și că stăruie în cererea sa, **4** să i se îngăduie intrarea și să stea câteva zile în chilia oaspeților.

5 După aceea, se vor muta în chilia novicilor unde vor medita, vor mânca și vor dormi. **6** Să li se rânduiască un bătrân priceput la cucerirea sufletelor, care să vegheze cu toată grija asupra lor.

7 Să se cerceteze dacă novicele Îl caută într-adevăr pe Dumnezeu, dacă are evlavie pentru slujba dumnezeiască, pentru ascultare și suferirea ocărilor. 8 Să i se vorbească de toate greutățile și strâmtorările prin care se ajunge la Dumnezeu.

9 Dacă făgăduiește că va rămâne statornic, după ce s-au scurs două luni, să i se citească această Regulă la rând 10 și să i se spună: „Iată legea sub care vrei să lupți. Dacă o poți respecta, intră; de nu, pleacă de bunăvoie”. 11 Dacă rămâne mai departe, atunci să fie dus în chilia novicilor pomenită mai sus și să fie cercat iarăși cu toată răbdarea. 12 După ce au trecut șase luni, să i se citească Regula, ca să știe la ce se angajează. 13 Dacă încă mai stă, după patru luni să i se citească din nou aceeași Regulă.

14 Și dacă, chibzuind în sinea lui, făgăduiește să păzească toate și să asculte tot ce i se va porunci, atunci să fie primit în obște. 15 Apoi, să știe că se află sub legea Regulei și că din ziua aceea nu-i mai e îngăduit să părăsească mănăstirea 16 sau să scuture de pe grumajii săi jugul Regulei, pe care a fost vreme îndelungată liber să-l ia asupra sa sau să-l refuze.

17 Cel ce urmează a fi primit să făgăduiască de față cu toți, în biserică, 18 înaintea lui Dumnezeu și a sfinților Săi, statornicie, curăția viețuirii și ascultare, ca, dacă va încălca vreodată aceste jurăminte, să știe că va fi pedepsit de Acela pe care Îl batjocorește.

19 Să-și aștearnă în scris făgăduința, pomenind numele sfinților ale căror moaște sunt păstrate acolo și al abatelui care e de față. 20 Să scrie actul cu mâna lui sau, dacă nu știe carte, să roage pe altul să-l scrie, iar novicele să semneze și să-l așeze cu mâna sa pe altar.

21 După aceea, același novice să înceapă îndată versetul: *Primește-mă, Doamne, după cuvântul Tău și voi fi viu și să nu-mi dai de rușine așteptarea mea* (Ps. 118, 116). 22 Toată obștea să răspundă de trei ori la acest verset, adăugând *Slavă Tatălui*. 23 Apoi același novice să se prosterne la picioarele fiecărui frate cerându-i să se roage pentru el. Și din acea zi să se socotească membru al obștii.

24 Dacă are vreo avere, s-o împartă înainte de a intra săracilor sau s-o doneze oficial mănăstirii, fără să păstreze nimic pentru sine, 25 ca unul care știe că din ziua aceea nu mai e stăpân nici pe propriul trup.

26 Să fie dezbrăcat îndată de hainele sale în biserică și să îmbrace veșmintele mănăstirii. 27 Hainele pe care le-a lepădat să fie puse la păstrare în garderobă, 28 ca, dacă – ferească Dumnezeu – vreodată îl convinge diavolul să părăsească mănăstirea, atunci să fie dezbrăcat de veșmintele mănăstirii și alungat. 29 Însă actul profesiei sale, pe care abatele l-a luat de pe altar, să nu i se dea, ci să se păstreze în mănăstire.

LIX. Despre fiii nobililor sau ai săracilor care sunt închinați mănăstirii

1 Dacă vreun nobil își oferă fiul lui Dumnezeu în mănăstire, iar acesta este minor, părinții să facă cererea pomenită mai sus 2 pe care, la ofertoriu, s-o învâluie alături de mâna copilului în pânza altarului.

3 Cât despre averea lor, să făgăduiască sub jurământ, în aceeași cerere, că nu îi vor da nici ei înșiși, nici nu îi vor trimite prin altcineva sau oricum altcumva vreun lucru fiului lor și nu-i vor da prilejul să dețină vreo proprietate. **4** Dacă nu se vor învoi la aceasta și vor vrea să dea ceva de pomană pentru răsplata lor, **5** să facă o donație mănăstirii din bunurile respective, păstrându-și, dacă vor, venitul de pe urma acestora pentru sine. **6** Și astfel să se pecetluiască totul, încât copilului să nu-i rămână nicio iluzie care să-i aducă – ferească Dumnezeu – pieirea, căci experiența ne-a învățat că există această primejdie.

7 La fel să facă și aceia care sunt mai săraci.

8 Cei care nu au absolut nimic, să facă numai cererea și, la ofertoriu, să-și închine fiul în prezența martorilor.

LX. Despre preoții care ar vrea să locuiască în mănăstire

1 Dacă cineva din cinul preoțesc va cere să fie primit în mănăstire, să nu i se facă pe plac prea repede. **2** Totuși, dacă stăruie cu orice preț, să știe că va trebui să se supună tuturor prevederilor Regulei **3** și că nu i se va face niciun pogorământ, precum stă scris: *Prietene, pentru ce ai venit?* (Mt. 26, 50) **4** Dacă abatele îi dă voie, să i se îngăduie să stea îndată după acesta, să binecuvânteze și să rostească rugăciunile de încheiere. **5** Altfel, să nu cuteze nicidecum așa ceva, știindu-se supus Regulei, ci să se facă tuturor pildă de smerenie. **6** Când va fi vorba despre împărțirea sarcinilor în mănăstire sau despre lucruri asemănătoare, **7** să se țină cont de data intrării sale în mănăstire și nu de locul care i se dă pentru cinstea preoției sale.

8 Dacă vreunul din clerici, însuflețit de aceeași dorință, va voi să se alătore mănăstirii, să i se dea un loc de mijloc, **9** cu condiția ca și aceștia să făgăduiască să respecte Regula și să rămână statornici.

LXI. Cum trebuie primiți monahii străini

1 Când vreun monah străin vine de departe și cere să fie primit ca oaspete în mănăstire, **2** dacă acceptă să fie tratat după obiceiul locului în care a ajuns și nu tulbură mănăstirea cu pretențiile sale, **3** ci se mulțumește cu ceea ce găsește, să fie primit pentru cât timp va voi.

4 Dacă va mostra pe bună dreptate sau va atrage atenția asupra unor lucruri cu dragoste și smerenie, să cerceteze abatele dacă nu cumva tocmai pentru aceasta l-a trimis Dumnezeu.

5 Dacă după o vreme va voi să se statornicească, să nu i se refuze cererea, mai ales că s-a putut vedea ce fel de viață are cât timp a fost găzduit ca oaspete. **6** Dacă pe perioada șederii sale s-a dovedit a fi nefolositor și rob patimilor, nu numai că nu poate să se alătore obștii mănăstirii, **7** ci trebuie să i se spună sincer și cinstit să plece, ca nu cumva și alții să se molipsească de boala lui. **8** Dacă, însă, nu merită să fie alungat, chiar dacă nu cere acest lucru, să fie primit alături de obște, **9** ba să fie convins să rămână, ca ceilalți să poată învăța de la el **10** și fiindcă în orice loc slujim aceluiași Domn și luptăm pentru

același Împărat. **11** Dacă abatele va vedea că este vrednic, îi poate da un loc ceva mai însemnat. **12** Dar nu numai pe monahi, ci și pe cei din cinul preoțesc despre care am scris mai sus sau pe ceilalți clerici abatele îi poate ridica pe o treaptă mai înaltă decât cea pe care au fost primiți la intrare, dacă s-a convins că duc o viață sfântă.

13 Să se ferească, însă, abatele să nu primească vreodată pe vreun monah dintr-o mănăstire cunoscută fără consimțământul abatelui său sau fără scrisori de recomandare, **14** căci stă scris: *Ce nu vrei să îți se întâmple ție, nu fă nici tu altuia* (Tob. 4, 15).

LXII. Despre preoții mănăstirii

1 Dacă abatele va voi să-și hirotonească vreun preot sau diacon, să aleagă dintre monahii săi pe unul vrednic de slujirea preoției.

2 Cel hirotonit să se păzească de slava deșartă și de mândrie **3** și să nu îndrăznească să facă nimic fără porunca abatelui, știindu-se dator să respecte Regula mai mult decât ceilalți. **4** Să nu uite de ascultarea Regulei și de rânduiala ei din pricina preoției, ci să se apropie tot mai mult de Dumnezeu.

5 Să-și păstreze mereu rangul cu care a intrat în mănăstire, **6** în afară de slujirea de la altar sau de cazul în care adunarea obștii și abatele vor vrea să-l răsplătească pentru vrednicia viețuirii sale. **7** Totuși, să știe că e dator să asculte de povățuirea pe care i-o dau decanii sau superiorii săi.

8 Dacă va ieși din cuvântul lor, să fie judecat nu ca preot, ci ca răzvrătit. **9** Și dacă după mai multe mustărări nu se supune, să fie chemat ca martor însuși episcopul. **10** Dacă nici așa nu se îndreaptă, după ce s-au confirmat învinuirile ce i se aduc, să fie izgonit din mănăstire, **11** dacă într-adevăr este atât de îndărătnic, încât refuză să se supună sau să respecte Regula.

LXIII. Despre ierarhia obștii

1 Monahii să-și păstreze în mănăstire rangurile potrivit cu vechimea călugăriei, cu meritele fiecăruia și cu hotărârile abatelui.

2 Acesta să nu tulbure turma încredințată lui și să nu hotărască ceva pe nedrept, ca și cum ar avea putere nelimitată, **3** ci să se gândească mereu că are să dea seamă înaintea lui Dumnezeu de toate deciziile și faptele sale.

4 Așadar, frații vor da sărutul păcii, vor veni la împărtășanie, vor intona psalmii și vor șede în cor în ordinea stabilită de abate sau de ei înșiși. **5** Și nicăieri vârsta să nu deosebească rangurile și să nu le influențeze defel, **6** căci Samuel și Daniel, copii fiind, i-au judecat pe preoți. **7** Prin urmare, cu excepția celor pe care, cum am spus, abatele i-a înălțat pentru motive superioare sau i-a degradat din anumite pricini, toți ceilalți să se socotească în ordinea în care s-au călugărit; **8** de exemplu, cine a venit în mănăstire la

ceasul al doilea va ști că e mai mic decât cel ce a intrat la ceasul întâi, indiferent de vârsta și de demnitatea pe care le are. **9** Copiii trebuie ținuti să asculte în toate și de toți.

10 Tinerii să-și respecte, așadar, superiorii, iar aceștia să-i iubească pe cei mai mici decât ei. **11** În ceea ce privește felul în care monahii se vor adresa unii altora, nimănui să nu-i fie îngăduit să-l cheme pe celălalt direct pe nume. **12** Superiorii să se adreseze celor tineri cu „frate”, iar cei mai mici să-și numească superiorii „Părinte”, nume prin care se înțelege respectul cuvenit părinților.

13 Abatele, întrucât credem că ține locul lui Hristos, să fie numit „domn” și „abate”, nu pentru vrednicia sa, ci din respect și din dragoste pentru Hristos; **14** el, însă, să ia seama și să se poarte în așa fel încât să merite această cinstită.

15 Oriunde s-ar întâlni frații, cel mai mic să ceară binecuvântare de la cel mai mare. **16** Când vine cel mai mare, cel mic să se scoale și să-i dea locul și să nu cuteze să se așeze decât dacă îi poruncește cel mai bătrân decât el, **17** ca să se împlinescă cele scrise: *În cinste, unii altora dați-vă întâietate* (Rom. 12, 10).

18 Copiii sau cei tineri să stea în rânduială în biserică ori la masă, la locul cuvenit lor; **19** afară, însă, și oriunde altundeva, să fie supravegheați și disciplinați, până ajung la vârsta priceperii.

LXIV. Despre alegerea abatelui

1 În alegerea abatelui, să se aibă mereu în vedere să fie desemnat fie acela pe care întreaga obște și-l alege în unanimitate, având frică de Dumnezeu, fie doar o parte oricât de mică a obștii, dar dintr-un motiv bine întemeiat. **2** Abatele să fie ales pentru vrednicia viețuirii și pentru învățătura înțelepciunii sale, chiar dacă ar fi ultimul în ierarhia obștii.

3 Dar chiar dacă, Doamne ferește, întreaga obște ar alege în unanimitate pe cineva care să le îngăduie fărădelegile, **4** iar defectele aceluia sunt aduse la cunoștința episcopului locului, fie prin intermediul abaților, fie al creștinilor din vecinătatea mănăstirii, **5** toți să împiedice sfatul celor răi și să așeze un conducător vrednic în casa lui Dumnezeu. **6** Să știe că vor fi răsplătiți cum se cuvine pentru această faptă, dacă o fac întru curăție și din râvnă pentru Dumnezeu, iar de neglijează s-o facă li se va socoti păcat.

7 Cel rânduit abate să cugete mereu ce povară a luat asupra sa și Cui va să dea seamă de stăpânirea sa **8** și să fie convins că trebuie slujească mai degrabă decât să domnească.

9 Astfel, abatele trebuie să fie instruit în legea dumnezeiască, așa încât să știe de unde să scoată lucruri noi și vechi (cf. Mt. 13, 52), să fie cast, sobru, milostiv **10** și să înalțe întotdeauna îndurarea nai presus de judecată, ca să aibă el însuși parte de îndurare.

11 Să urască viciile, dar să îi iubească pe frați. **12** Când pedepsește să fie cu băgare de seamă și să nu exagereze, ca nu cumva voind să curețe de tot rugina să spargă vasul. **13** Să aibe întotdeauna în vedere propria sa slăbiciune și să-și aducă aminte că trestia frântă

nu trebuie zdrobită (cf. Is. 42, 3). **14** Nu spunem că trebuie să lase patimile să crească, ci să le reteze cu înțelepciune și cu dragoste, după cum vede că e de folos fiecăruia, **15** și să se străduiască să fie mai mult iubit decât temut.

16 Să nu fie gâlcevitor sau nerăbdător, să nu exagereze și să nu fie încăpățânat; să nu fie gelos și prea bănuitor, căci altfel nu va afla odihnă în veci. **17** În poruncile pe care le dă, să fie prudent și cumpătat și, fie că e vorba de lucruri dumnezeiești, fie lumești, să discearnă și să chibzuiască, **18** gândindu-se la înțelepciunea sfântului Iacob, care zicea: *De-mi voi mai osteni oile mânăndu-le tare, ar pieri toate într-o singură zi* (Gen. 33, 13).

19 Având, așadar, mărturiile acestea și alte pilde de discernământ, care este maica virtuților, să potrivească în așa fel totul, încât celor puternici să le prisosească râvna, iar cei slabi să nu cedeze.

20 Îl sfătuim mai ales să se țină în toate de Regula de față, **21** ca, împlinindu-și slujirea cum se cuvine, să audă de la Domnul ceea ce a auzit sluga bună care le-a dus tovarășilor săi hrană la vremea cuvenită: **22** *Adevărat zic vouă că peste toate avuțiile sale îl va pune* (Mt. 24, 47).

LXV. Despre priorul mănăstirii

1 Se întâmplă adesea ca alegerea unui prior să stârnească scandaluri grave în mănăstiri, **2** întrucât sunt unii monahi plini de duhul rău al slavei deșarte, care se socot pe sine ca urmând îndată după abate. Purtându-se ca niște despoți, aceștia ațâță scandalurile și pricinuesc dezbinări în obști, **3** mai ales în locurile unde priorul este ales de același preot sau de aceiași abați care înscăunează abatele. **4** Se vede limpede înșelarea, fiindcă, de îndată ce este numit prior unuia ca acesta i se dă motiv de trufie, **5** căci gândurile sale îi spun că el nu s-ar afla sub autoritatea abatelui, **6** „că doar și pe tine te-au rânduit tot cei ce l-au făcut pe el abate”. **7** De aici se ivesc invidii, certuri, defăimări, pizmuri, dezbinări și dezordini. **8** Câtă vreme abatele și priorul se dușmănesc, ei își primejdiesc fără îndoială propriile suflete, **9** dar și supușii lor, luând partea unuia sau a celuilalt, sunt duși la pierzanie. **10** Vina pentru această răutate va cădea asupra capetelor celor ce au stârnit asemenea dezordini.

11 Prin urmare, noi credem că, pentru păstrarea păcii și a dragostei, e bine să rămână la socotința abatelui felul în care își rânduieste mănăstirea. **12** Pe cât se poate, interesele mănăstirii să fie apărate, după cum am spus, de decani, sub povățuirea abatelui; **13** astfel, autoritatea va fi împărțită între mai mulți, ca nimeni să nu se trufească. **14** Dacă fie împrejurările, fie obștea cere pe bună dreptate și cu smerenie acest lucru, iar abatele consideră că e de folos, **15** cel pe care el îl va alege la sfatul fraților cu frică de Dumnezeu, acela să fie rânduit prior.

16 Priorul să-și împlinească însărcinările primite de la abate cu respect, fără a face nimic împotriva voinței sau povățuirii acestuia; **17** căci, cu cât a fost așezat mai presus de ceilalți, cu atât mai sânguincios se cade să fie în respectarea prevederilor Regulei.

18 Dacă priorul se dovedește a fi stăpânit de patimi, înșelat de slava deșartă sau se arată disprețuitor față de Sfânta Regulă, să fie muștrat prin cuvânt de patru ori. **19** Dacă nu se schimbă, să fie pedepsit conform Regulei. **20** Dacă nici așa nu se îndreaptă, atunci să fie lepădat din rangul de prior și un altul mai vrednic să fie așezat în locul lui. **21** Dacă nici după aceea nu va avea pace și nu va fi ascultător în obște, să fie izgonit chiar și din mănăstire. **22** Totuși, abatele să bage de seamă că are să răspundă înaintea lui Dumnezeu de toate hotărârile sale, ca nu cumva focul invidiei sau al pizmei să-i mistuie sufletul.

LXVI. Despre portarii mănăstirii

1 La poarta mănăstirii să fie așezat un bătrân înțelept, care să știe să ceară și să dea seamă de treburile mănăstirii și a cărui maturitate să nu-i îngăduie să stea degeaba. **2** Chilia portarului va trebui să fie lângă poartă, ca cei ce vin să găsească mereu pe cineva care să le răspundă. **3** De îndată ce va bate vreun om sau va striga un sărac, să răspundă „Mulțumim lui Dumnezeu” sau „Binecuvântați” **4** și, cu toată blândețea celui temător de Dumnezeu, să dea răspuns grabnic și plin de dragoste. **5** Dacă portarul are nevoie de ajutor, să i se dea un frate mai tânăr.

6 Pe cât e cu putință, mănăstirea trebuie rânduită în așa fel încât toate cele de trebuință, cum ar fi apa, moara, grădina sau diferitele ateliere, să fie cuprinse înăuntrul ei, **7** iar monahii să nu trebuiască să rătăcească pe afară, fiindcă acest lucru aduce numai pagubă sufletelor lor.

8 Vrem ca această Regulă să fie citită adesea în auzul obștii, ca niciun frate să nu poată aduce ignoranța drept scuză pentru încălcarea ei.

LXVII. Despre frații trimiși în călătorie

1 Monahii care urmează să plece în călătorie să se încredințeze rugăciunilor tuturor fraților și ale abatelui, **2** iar la rugăciunea de la sfârșitul slujbelor dumnezeiești să fie pomeniți toți cei ce nu sunt de față.

3 Frații care se întorc din călătorie să se așeze cu fața la pământ în biserică în ziua întoarcerii, după ce se va sfârși dumnezeiasca slujbă de la toate orele canonice, **4** și să ceară tuturor să se roage pentru greșelile pe care le vor fi săvârșit pe drum, privind sau ascultând vreun lucru rău sau rostind vorbe deșarte. **5** Nimeni să nu cuteze să povestească altuia ce a văzut sau auzit în afara mănăstirii, căci multă stricăciune se face astfel.

6 Dacă cineva a îndrăznit să facă așa ceva, să fie pedepsit după Regulă. **7** La fel va păți cel ce îndrăznește să iasă dintre zidurile mănăstirii, să meargă undeva sau să facă un lucru oricât de neînsemnat fără să-i fi poruncit abatele.

LXVIII. Dacă unui frate i s-ar porunci lucruri cu neputință de împlinit

1 Dacă unui frate i se dau porunci foarte grele sau cu neputință de împlinit, să primească însărcinarea cu toată blândețea și ascultarea. **2** Dacă vede că greutatea sarcinii întrece cu

totul măsura puterilor sale, să-i înfățișeze superiorului său pricinile neputinței lui cu răbdare și bună-cuviință, **3** fără trufie, încăpățănare sau obrăznicie. **4** Dacă acesta stăruie în porunca pe care i-a dat-o, ucenicul să știe că ceea ce i s-a poruncit e spre binele lui **5** și, încredințat de ajutorul lui Dumnezeu, să facă ascultare din dragoste.

LXIX. În mânăstire, nimeni să nu îndrăznească să ia apărarea altuia

1 Trebuie avut grijă ca în nicio împrejurare niciun monah să nu cuteze să apere pe un altul în mânăstire sau să-l ocrotească în vreun fel, **2** chiar dacă ar fi rude. **3** Să nu îndrăznească monahii să facă așa ceva cu niciun chip, căci astfel pot pricinui scandaluri grave. **4** Dacă cineva încalcă această prevedere, să fie aspru pedepsit.

LXX. Nimeni să nu cuteze să-și lovească fratele

1 Să se ocolească în mânăstire orice prilej de aroganță. **2** Hotărâm că nimănui nu-i este îngăduit să-l excomuniche sau să-l lovească pe vreunul din frații săi, decât dacă abatele i-a dat această autoritate. **3** Cei ce au păcătuit să fie certați înaintea tuturor, ca ceilalți să se teamă. **4** Toți se vor îngriji de disciplinarea și supravegherea copiilor până ce împlinesc vârsta de cincisprezece ani, **5** însă cu măsură și înțelepciune.

6 Dar după această vârstă, dacă cineva va cuteza să-și pedepsească cumva fratele fără poruncă de la abate ori se va aprinde de mânie chiar și împotriva copiilor, să fie supus pedepsei Regulei, **7** căci stă scris: *Ce nu vrei să ți se întâmple ție, nu fă nici tu altuia* (Tob. 4, 15).

LXXI. Frații să asculte unii de alții

1 Virtutea ascultării nu trebuie arătată numai abatelui de către toți monahii, ci frații sunt datori să se supună de asemenea unii altora, **2** știind că pe această cale a ascultării au să se întoarcă la Dumnezeu.

3 Astfel, dând întâietate poruncii abatelui sau a superiorilor rânduiți de el – poruncă înaintea căreia nu îngăduim să fie respectate cererile particulare – **4** toți ucenicii să se supună în rest celor mai bătrâni decât ei cu toată dragostea și râvna. **5** Dacă vreunul se arată gâlcevitor, să fie pedepsit.

6 Iar dacă vreun frate este certat în orice fel de către abate sau de vreun superior pentru o pricină oricât de mică, **7** sau dacă simte că sufletul superiorului s-a mâniat sau s-a tulburat oricât de puțin din vina lui, **8** să se arunce numaidecât la pământ la picioarele lui și să se căiască, până când acea tulburare se va vindeca prin binecuvântare. **9** Dacă refuză să facă aceasta, să primească o pedeapsă corporală sau, dacă se încăpățânează, să fie alungat din mânăstire.

LXXII. Despre zelul bun pe care trebuie să-l aibă monahii

1 După cum există un zel al amărăciunii care îl desparte pe om de Dumnezeu și îl duce în iad, **2** tot așa este și un zel bun care desparte omul de patimi și îl conduce spre Dumnezeu și spre viața veșnică.

3 Așadar, pe acesta din urmă să îl cultive cu dragoste înflăcărată monahii, **4** adică: *să-și dea întâietate unii altora în cinste*; **5** să-și poarte unii altora cu multă răbdare neputințele trupești sau sufletești; **6** să se întreacă în ascultare unii pe alții; **7** niciunul să nu urmărească folosul propriu, ci pe al aproapelui său; **8** să se dedice dragostei frățești cu inimă curată; **9** să-și iubească abatele cu dragoste neprefăcută și smerită. **10** Să nu pună nimic mai presus de Hristos, **12** Care să ne conducă pe toți la viața de veci.

LXXIII. Nu toată dreptatea este așezată în respectarea acestei Reguli

1 Am scris această Regulă ca, respectând-o în mânăstiri, să arătăm că avem măcar ceva din bună-cuviința moravurilor sau începutul vieții călugărești.

2 Mai departe, cel ce se grăbește spre desăvârșirea viețuirii are învățăturile Sfinților Părinți, a căror urmare îl duce pe om pe culmile desăvârșirii. **3** Ce altceva e fiecare pagină și fiecare cuvânt inspirat de Dumnezeu din Vechiul și Noul Testament dacă nu un îndreptar nesmintit pentru viața omului? **4** Sau care din cărțile Sfinților Părinți catolici nu ne ajută să aflăm calea cea dreaptă către Ziditorul nostru? **5** Oare *Convorbirile, Așezămintele și Viețile Părinților*, dar și *Regula* Sfântului nostru Părinte Vasile, ce altceva sunt pentru monahii cu viață cuvioasă și ascultători dacă nu mijloace de a practica virtuțile? **7** Nouă, însă, celor nepăsători, răi și delăsători, ni se fac pricină de rușine și ocară.

8 Prin urmare, oricine ai fi tu, cel ce te grăbești să ajungi în patria cerească, împlinește pentru început această Regulă minimă cu ajutorul lui Hristos; **9** apoi, sub ocrotirea lui Dumnezeu, vei ajunge în cele din urmă la măsuri mai mari, la culmile învățaturii și ale virtuților pe care le-am pomenit mai sus. Amin.