

## **REGOLAMENTO**

### **per gli ospiti degli eremi**

1. L'arrivo degli ospiti, di età superiore ai venti anni, sia o al mattino o al pomeriggio. Il primo e l'ultimo pranzo o cena li faranno con la Fraternità di eremo: è uno strumento utile per conoscersi e per dare il "benvenuto".
2. L'esperienza di eremo è fatta per adulti. Per i giovani, che hanno ancora l'urgenza della socializzazione, non è adatta l'esperienza di eremo, ma solo i convegni a tematiche spirituali. I giovani, infatti, hanno ancora bisogno di socializzazione e non ancora di interiorizzazione.
3. Il responsabile pro tempore dell'eremo ("il Frate-madre") accoglierà con fraterno amore gli ospiti e leggerà e commenterà il presente **Regolamento**. Poi illustrerà loro la metodologia della "*lectio divina*" e lo stile dell'eremo. E' opportuno che, inizialmente, ci si attenga rigidamente alle tecniche indicate dalla metodologia, successivamente si può fare la "*lectio divina*" con maggiore libertà, tenendo presente però che la Parola di Dio deve diventare sempre più binario su cui far scorrere la propria vita.
4. Ogni ospite porterà con sé le lenzuola, la federa, le asciugamani e tutti gli effetti personali. Porti con sé, possibilmente, anche una radietta per ascoltare il giornale-radio: il tempo di eremo non deve estraniarci dal mondo, ma educarci a viverci "da cristiani". Porti con sé anche tutto quanto possa essere consumato durante il periodo di eremo, tenendo presente però che la Fraternità di eremo sarà sempre di supporto per ciò che dovesse servire. Vige l'autogestione in tutto: i Frati dell'eremo vogliono assicurare un tempo di interiorizzazione e di riflessione, ma non vogliono diventare né albergatori né ristoratori. Solo in casi eccezionali, si ammette, *ordinariamente*, l'ospite alla mensa dei Frati dell'eremo.
5. E' consentito fare passeggiate o nei boschi o nelle radure o per le strade della contrada; se si incontrano cani (è zona di pastori!), basta fermarsi e mai scappare. Si prega di conservare sempre uno stile di raccoglimento e di moderato silenzio; si parli sempre sommestamente.
6. Durante la giornata si consiglia qualche ora di lavoro manuale, che il Frate responsabile può indicare; e questo oltre il rassetto ordinario dell'eremo.
7. Si consiglia di andare a dormire alle ore 20-20,30 e di levarsi alle ore 04-04,30: le ore mattutine sono le migliori per pregare, essendo assenti i rumori vari, fosse anche il canto degli uccelli. Dopo la levata, si consiglia la "*lectio divina*" delle letture bibliche della Messa del giorno nella Cappella dell'eremo. La *lectio divina* duri almeno un'ora. Possibilmente, si metta per iscritto quello che lo Spirito "dice" durante la *lectio divina*: è anche un modo per prolungare il tempo dell'"ascolto" e fissarlo più concretamente con parole. E' un consiglio!
8. Due sono i momenti "forti" della giornata di eremo: la "*lectio divina*" al mattino, e la "collatio" durante il Vespro; in pratica: la Parola di Dio deve diventare sempre più "vita" e "strumento" di comunione fraterna. Sarebbe auspicabile che, anche dopo l'eremo, si continui a dedicare del tempo alla "*lectio divina*", almeno un quarto d'ora al giorno, da solo, o meglio ancora con la comunità di appartenenza.
9. L'orario consigliato (ciascuno lo provi, e, se non dovesse ritenerlo utile per sé, lo cambia, purchè non sacrifichi l'"ascolto" della Parola di Dio) è: **(orario estivo)**:

- a. Levata alle ore 04-04,30; caffè; preghiere personali in cappella; “lectio divina”; trascrizione della lectio divina; adorazione; celebrazione delle Lodi mattutine; ascolto del giornale-radio; rassetto dell’eremo.
- b. Il resto della mattinata: colazione; passeggiate; Ufficio delle letture (?); Ora media (?)
- c. Dalle ore 12 alle ore 13: preparazione del pranzo. L’eremo è fornito di cucina e annessi. Ci si procuri in precedenza gli alimenti. Si consiglia, durante il periodo di eremo, di astenersi da bevande alcoliche e dal fumo.
- d. Dalle ore 14 alle ore 15,30: riposo o, in alternativa, quanto fosse di proprio gusto.
- e. Dalle ore 15,30 alle ore 17: letture e/o adorazione.
- f. Dalle ore 17 alle ore 17,45: rosario, e/o “Via Crucis”, e/o adorazione.
- g. Alle ore 18, nella Cappella della Fraternità di eremo, celebrazione *comunitaria* del Vespro; al posto della “lettura breve” si leggono le letture bibliche della Messa del giorno su cui si è fatta al mattino la “lectio divina”; dopo un congruo tempo di silenzio e di riflessione, ognuno è invitato alla “collatio”; si termina il Vespro con la Comunione eucaristica. Dopo il Vespro, in luogo a parte, si fa la lettura continua della Fonti Francescane e di un documento del Magistero: i Frati dell’eremo intendono educarsi ed educare a un “ascolto” della Parola di Dio nell’ottica ecclesiale e francescana.
- h. Alle ore 19 circa si dedica un’ora al lavoro manuale, indicato dal Frate responsabile.
- i. Alle ore 20-20,30, dopo una frugale cena, Compieta e riposo.