Capítulo III

1. Domai vossa carne com jejuns e abstinência de comida e bebida, enquanto a saúde o permitir. Quando alguém não puder jejuar, nem por isso tome algum alimento fora da hora das refeições, a não ser quando estiver doente.

2. Quando vos sentais a mesa, até o término da refeição, escutai, sem barulho e discussões, segundo o costume, o que é lido, para que não somente vossa boca tome o alimento, mas também vossos ouvidos se alimentem da palavra de Deus.

3. Se aqueles, que são habitualmente fracos, são tratados de forma diferente na alimentação, os que vierem de outro regime mais forte não devem sentir-se ofendidos, nem julgar injusto aquele tratamento. E estes não considerem aqueles mais felizes porque comem o que eles não comem. Alegrem-se por ter a saúde que os outros não tem.

4. E se àqueles que vierem ao mosteiro provenientes de uma vida mais delicada for dado alimento, roupa, cama ou agasalho, que não se dão aos mais fortes e, portanto, mais felizes, aqueles aos quais não se concede isto devem considerar quanto desceram os outros das comodidades do mundo, embora não tenham conseguido chegar à frugalidade dos que são mais fortes. Nem devem querer tudo o que vêem receber a mais alguns poucos, não como honra senão como tolerância; não venha acontecer a detestável perversidade de que no mosteiro, enquanto é possível, os ricos tornam-se laboriosos e os pobres, delicados.

5. Assim como os doentes têm necessidade de comer menos para que não se prejudiquem, assim também, depois da enfermidade devem ser tratados de tal forma que logo se restabeleçam, mesmo quando tenham vindo da mais humilde pobreza do mundo, pois a convalescença levou-os à mesma fraqueza a que o antigo refinamento tinha levado os ricos. Restabelecidos, porém, voltem àqueles hábitos mais felizes, que convém aos servos de Deus, por necessitar menos. Uma vez que estão sadios não devem permanecer naquela condição a que os levou a necessidade, quando doentes. Julguem-se mais felizes os que são mais fortes para viver a sobriedade, porque é melhor necessitar menos que ter mais.

Revision #2
Created 12 April 2026 22:41:22 by Admin
Updated 12 April 2026 22:42:42 by Admin