

La misura dei più deboli

Perché una comunità si dà una regola: la Regola di Benedetto letta dal fine alle norme

Materiale ad uso personale dello studente

Da settembre 2025 nelle scuole superiori lo smartphone non si usa in orario scolastico, «anche a fini didattici». Prima di chiederci se la norma sia giusta, possiamo chiederci tre cose: a che cosa serve, che cosa impone, per chi fa eccezione. Una misura si può discutere solo quando se ne conosce lo scopo, e una regola mostra com'è fatta da come tratta chi ne ha più bisogno. Un testo scritto nell'Italia del VI secolo per una comunità di monaci permette di porre la domanda dall'inizio: perché una comunità si dà una regola, e da che cosa si riconosce una regola buona?

Un uomo e i suoi monaci

Benedetto nasce a Norcia verso il 480. Studia a Roma, lascia la città prima di finire gli studi, vive tre anni da eremita in una grotta sopra Subiaco, raccoglie discepoli nella valle dell'Aniene e nel 529 si stabilisce a Montecassino, dove muore nel 547. Quasi tutto questo lo sappiamo da un solo testo, il secondo libro dei *Dialoghi* di papa Gregorio Magno, scritto verso il 592, cinquant'anni dopo la morte: un racconto spirituale, pieno di miracoli, che vuole mostrare in un uomo concreto la via verso Dio. Non è una biografia nel senso moderno, e gli storici non lo leggono come una cronaca [3] [4]. La Regola, invece, possiamo leggerla direttamente.

I monaci di Benedetto sono **cenobiti**. La parola viene dal greco *koinóbion*, composto di *koinós*, «comune», e *bíos*, «vita»; la Regola li definisce nel primo capitolo: «vivono in un monastero sotto una regola e un abate» (1,2) [1]. Il nome dice già il problema. Chi vive da solo segue il proprio ritmo; chi vive con altri deve stabilire quando si prega, quando si lavora, quanto si mangia, chi decide. E le persone da tenere insieme sono diverse: la Regola prevede nello stesso monastero nobili e schiavi, e vieta all'abate di anteporre «il nobile allo schiavo» (2,18), perché «o schiavi o liberi, tutti siamo una cosa sola in Cristo» (2,20, con Gal 3,28).

Perché, allora, una regola? La risposta la dà Benedetto stesso, elencando le specie di monaci che ha visto. Ci sono i sarabaiti, che non hanno regola: «tutto quanto viene loro in mente e a loro piace, lo dicono santo; invece tutto quanto non vogliono, lo ritengono illecito» (1,9). E ci sono i girovaghi, «sempre vagabondi, mai stabili, schiavi dei propri capricci» (1,11). Chi vuole cercare Dio insieme (del novizio si esamina «se cerca davvero Dio», 58,7) ha bisogno di una misura comune, per due ragioni che il testo mette in fila: lo scopo è troppo alto per tenerlo fermo da soli, e senza una misura ognuno finisce per chiamare santo ciò che gli piace.

Non il primo a scrivere una regola

Benedetto non è il primo. In Oriente, nel IV secolo, Basilio di Cesarea ha già scritto regole per le comunità monastiche, e Benedetto lo chiama «il nostro padre Basilio» (73,5). In Italia, nei primi decenni del VI secolo, circola un testo anonimo tre volte più lungo, la cosiddetta *Regola del Maestro*: la maggior parte degli studiosi ritiene che Benedetto l'abbia usata come fonte, riprendendo quasi alla lettera i primi sette capitoli, quelli spirituali, e accorciando con libertà tutto il resto, fino a un terzo del modello [7]. Per Basilio la regola non serve a opprimere: serve perché nessuno, da solo, riesce a tenere fermo uno scopo così alto, e la vita comune è una scuola in cui il fratello aiuta a correggersi. Benedetto, da parte sua, chiama il suo lavoro «questa Regola così modesta, scritta per principianti» (73,8). Non inventa una forma di vita: la seleziona, la accorcia e la corregge. Che cosa aggiunge, allora, di suo? Lo si vede proprio all'inizio.

Il fine scritto prima delle norme

La Regola conta un prologo e settantatré capitoli. Stabilisce a che ora ci si alza, quanto si mangia, come ci si veste, che cosa si fa quando arriva qualcuno, come si corregge chi sbaglia. Ma prima di tutto questo dichiara per che cosa esiste il monastero:

Istituiremo a tale scopo una scuola di servizio divino; e nell'organizzarla speriamo di non programmare nulla di gravoso o d'insopportabile. Se poi per motivi giustificati t'imatterai in disposizioni alquanto severe, necessarie per correggere i vizi o per conservare la carità, non devi per questo spaventarti.

Regola di san Benedetto, Prologo 45-47 [1]

In tre righe ci sono tre cose. Un **fine**: imparare a servire Dio, come in una scuola. Un **criterio** per ogni norma: nulla di insopportabile. E un limite dichiarato con onestà: qualche severità ci sarà, ma solo per una ragione, correggere i vizi o conservare la carità. Le norme vengono dopo e vanno giudicate su questo. La prima frase, la «scuola di servizio», Benedetto la trova già nella *Regola del Maestro*; le righe che seguono, il criterio e il limite, sono sue: nel Maestro non hanno un parallelo. Di suo, dunque, c'è proprio la misura.

REGOLA

Dal latino *regula*, derivato di *regere*, propriamente «guidare dritto». In origine era l'assicella di legno, il regolo, con cui si tracciano linee dritte; poi il significato è passato a «norma» [8]. Una regola traccia una direzione: non cammina al posto di chi la segue. Per leggere la Regola di Benedetto, e qualunque regolamento, servono tre parole che nell'uso comune si confondono. Il **fine** è ciò per cui un gruppo esiste; nessuna organizzazione, da sola, lo produce. La **regola** è la misura concreta che rende praticabile il fine giorno per giorno: un'ora, una quantità, un limite. L'**efficienza** è il rapporto fra il risultato e le risorse impiegate: dice quanto bene si ottiene qualcosa, non a che cosa serva. Non è un male; diventa un criterio sbagliato quando prende il posto del fine.

La misura presa sui più deboli

È facile scrivere un buon prologo. La prova è nelle norme concrete, quando si parla di vino, di lavoro, di malati. Il capitolo sul vino comincia citando san Paolo, «Ognuno ha ricevuto un proprio dono da Dio, chi l'uno e chi l'altro» (1 Cor 7,7), e perciò fissa la razione «con qualche scrupolo»:

Tuttavia, tenendo presente lo stato di salute dei più deboli, pensiamo che a ogni fratello basti mezzo litro circa di vino al giorno.

Regola di san Benedetto, 40,3 [1]

Il latino usa una misura romana, l'*hemina*, che per i dizionari valeva circa un quarto di litro, metà di un sestario; questa traduzione scrive «mezzo litro circa», altre «un quarto», e la misura esatta in uso al tempo di Benedetto è discussa [8]. Conta il criterio. La razione non è il massimo che i forti sopportano né il minimo imponibile a tutti: è calcolata su chi fa più fatica e vale per tutti. Chi può farne a meno è libero di farlo, e ne avrà «un premio speciale» (40,4); se il clima o un lavoro pesante lo richiedono, l'abate può aumentarla (40,5).

Lo stesso criterio regola il lavoro. Dopo aver fissato le ore, il testo cambia registro: «Tutto però si faccia con moderazione, tenendo presente chi è di costituzione debole» (48,9). E più avanti: «Ai fratelli malati o di costituzione gracile si dia un lavoro o un'arte, che permetta loro di evitare l'ozio senza essere schiacciati dal peso della fatica e senza cadere nello scoraggiamento» (48,24). L'orario comune non impone a tutti un carico identico: la misura comune e l'adattamento alla persona servono lo stesso fine.

Regola anche la distribuzione dei beni, con una frase degli Atti degli Apostoli: «Veniva distribuito a ciascuno secondo il proprio bisogno» (At 4,35, in 34,1). Il testo previene subito l'equivoco: non si tratta di preferenze di persona, «ma che si tenga conto delle infermità» (34,2); chi ha bisogno di meno ringrazi, chi ha bisogno di più non se ne vanta (34,3-4). E fissa un ordine di priorità che non lascia dubbi: «La cura dei fratelli malati sia posta al di sopra di ogni altra preoccupazione. Ad essi si deve servire come a Cristo in persona» (36,1), perché Cristo ha detto «Ero malato e mi avete visitato» (Mt 25,36). Vecchi e bambini sono esentati dalle restrizioni alimentari e possono mangiare prima degli altri (37,2-3).

Perché questa misura è ragionevole, e non una debolezza? Perché il fine è la persona che cerca Dio, e una misura che spezza il più debole tradisce il fine per cui esiste. Una misura presa invece sul risultato, quanto si produce, quanto si risparmia, è ciò che abbiamo chiamato efficienza: può essere utile, ma non dice a che cosa serve la comunità. Il capitolo 57 lo mostra dal lato del denaro: se il monastero vende i prodotti dei suoi artigiani, «ogni cosa si venda sempre a un prezzo più basso di quello usato dai secolari, affinché in tutto sia glorificato Dio» (57,8-9). Il prezzo è orientato a un fine, non al massimo guadagno.

Chi bussa alla porta

Queste misure valgono per chi è dentro. Ma il monastero ha una porta, e chi arriva da fuori non rispetta l'orario. La Regola non lo tratta come un disturbo:

Tutti gli ospiti che giungono al monastero siano accolti come Cristo in persona. Egli ci dirà infatti: «Ho domandato ospitalità e voi mi avete accolto».

Regola di san Benedetto, 53,1, che cita Mt 25,35 [1]

Nella traduzione della Bibbia che usiamo oggi il versetto suona «ero straniero e mi avete accolto» [2]: è la pagina del giudizio finale, in cui Cristo si identifica con l'affamato, lo straniero, il malato. La Regola ne trae una precedenza: «Soprattutto ci si preoccupi di ricevere bene i poveri e i pellegrini, poiché è proprio in loro che si accoglie di più il Cristo; infatti, il timore stesso che si ha dei ricchi, induce da se stesso ad onorarli» (53,15). Il più debole, qui, è chi non può ricambiare.

Il testo non è ingenuo. Prevede una cucina separata per l'abate e gli ospiti, «che non mancano mai in monastero», affidata ogni anno a due fratelli capaci (53,16-17), e alla porta un anziano con la cella accanto, «affinché chi arriva trovi sempre qualcuno pronto a rispondere. Appena uno bussa alla porta o un povero chiama, il portinaio gli rivolga una parola di benvenuto» (66,2-3). L'accoglienza è dovuta, e proprio per questo è organizzata.

Anche chi comanda sta sotto la Regola

Resta il problema di chi decide. Il superiore del monastero si chiama **abate**: la parola viene dal latino tardo *abbas*, di origine aramaica, *abbà*, «padre» [8]. La Regola lo spiega con san Paolo: l'abate «fa in monastero le veci di Cristo, poiché è chiamato con il suo stesso nome», «Abbà, Padre!» (2,2-3, con Rm 8,15). L'autorità del monastero porta il nome di un padre, non di un padrone, e per questo ha dei limiti scritti: l'abate «non deve insegnare, stabilire o comandare nulla che sia contrario ai comandamenti di Dio» (2,4).

Abbiamo detto che tutti siano chiamati a esprimere il proprio parere, poiché spesso è al più giovane che Dio rivela la soluzione migliore.

Regola di san Benedetto, 3,3 [1]

Per le questioni importanti l'abate raduna tutta la comunità e ascolta tutti. Non è una votazione: la decisione ultima resta sua (3,5). Ma «in ogni cosa tutti seguano la Regola come maestra e nessuno ardisca allontanarsene» (3,7), e l'abate stesso agisca «nel rispetto della Regola, sapendo che di ogni sua disposizione renderà conto a Dio» (3,11). Il più giovane non va ascoltato perché sia più competente, ma perché la parola utile può venire da dove l'autorità non la cercherebbe. Il capitolo sull'elezione dell'abate aggiunge il tono: deve «giovare piuttosto che dominare» (64,8) e correggere senza esagerare, «temendo che, a voler troppo raschiare la ruggine, il vaso vada in frantumi» (64,12). La ragione è presa dalla Genesi, dalle parole di Giacobbe che non vuole affrettare il passo delle greggi: «Se affaticherò troppo le mie pecore, moriranno tutte in un solo giorno» (64,18, con Gen 33,13).

DISCREZIONE

Dal latino tardo *discretio*, derivato di *discernere*, «distinguere»: la facoltà di discernere come norma del giudicare [8]. Nella Regola non significa riservatezza, ma capacità di trovare la giusta misura nel caso concreto. Il capitolo sull'abate la chiama «madre di tutte le virtù» e ne indica lo scopo: regolare ogni cosa «in modo che i forti desiderino fare di più e i deboli non si scoraggino» (64,19). Senza discrezione una regola diventa un meccanismo; senza regola la discrezione diventa arbitrio.

Questo non vuol dire che la Regola fosse mite. Per «i malvagi, i testardi, i superbi e ribelli» prevede che l'abate li corregga «subito con castighi corporali» (2,28), citando i Proverbi; chi non si emenda viene escluso dalla mensa e dalla preghiera comune (23-24); i ragazzi che sbagliano nel coro ricevono «una punizione corporale» (45,3), anche se verso di loro il testo chiede «grande equilibrio e moderazione» (70,5) e vieta a chiunque di punire senza l'ordine dell'abate (70,1-2). Durante le ore di lettura uno o due fratelli girano per il monastero a controllare chi perde tempo (48,17-18). Sono pratiche dell'educazione antica e medievale, che oggi la Chiesa e la scuola non accettano. Vanno dette come fatti, dopo aver capito la misura: comprendere non è giustificare. La novità sta altrove: un testo del VI secolo metteva per iscritto il limite di chi comanda e vincolava anche lui.

Che cosa è nato da una regola

La Regola ordina la giornata in ore di lavoro e ore di lettura, e dice perché. «L'ozio è nemico dell'anima. Perciò i fratelli devono occuparsi in determinate ore nel lavoro manuale, in altre ore invece devono dedicarsi alla *lectio divina*», la lettura lenta e meditata della Scrittura (48,1). D'estate si lavora dopo la preghiera del mattino fin verso le dieci, si legge fino a mezzogiorno, si riposa, poi si torna al lavoro fino al Vespro; d'inverno l'ordine si rovescia (48,3-11). Se la povertà lo esige, i monaci raccolgono da sé le messi, «poiché allora sono davvero monaci quando vivono del lavoro delle proprie mani» (48,8). In Quaresima «tutti ricevano dalla biblioteca un libro da leggere di seguito, integralmente» (48,15).

Parlando a Parigi nel 2008, Benedetto XVI ha letto così questa pagina. I monaci non avevano l'intenzione «di creare una cultura e nemmeno di conservare una cultura del passato»: il loro obiettivo era «*quaerere Deum*, cercare Dio». Ma poiché Dio parla nelle Scritture, cercarlo esige «una cultura della parola»: «poiché la ricerca di Dio esige la cultura della parola, fa parte del monastero la biblioteca [...]. Per lo stesso motivo ne fa parte anche la scuola». Lo stesso vale per il lavoro: «Nel mondo greco il lavoro fisico era considerato l'impegno dei servi», mentre nella tradizione ebraica anche i grandi maestri esercitavano un mestiere, e il monachesimo ha accolto questa eredità: «il lavoro manuale è parte costitutiva del monachesimo cristiano» [5]. In questa lettura la cura dei libri e del lavoro cresce dalla ricerca di Dio, non da un progetto culturale.

Due precisazioni evitano le esagerazioni. Biblioteche e scuole esistevano già nel mondo antico, e i testi antichi arrivarono fino a noi anche per Bisanzio e per il mondo islamico: i monasteri furono una via, non l'unica. E la formula *ora et labora*, con cui la tradizione riassume questa vita, non compare nel testo della Regola: Paolo VI la chiama «il suo famoso motto» [6].

Una regola che si legge ancora

Perché, dunque, una comunità si dà una regola? Per tenere fermo, giorno dopo giorno, uno scopo che nessuno riesce a tenere da solo. La regola non è lo scopo: ne è la misura quotidiana. Ed è buona finché prende la misura sui più deboli, come l'abate che «regoli ogni cosa in modo che i forti desiderino fare di più e i deboli non si scorraggino»; quando la prende solo sul risultato, o solo sui forti, smette di servire al fine e resta soltanto organizzazione.

Resta l'ultima domanda: e oggi? La Regola non è un documento del passato. È arrivata fino a noi per tappe che hanno ciascuna un nome e una ragione. Verso il 592 papa Gregorio Magno scrive il secondo libro dei *Dialoghi* per mostrare in Benedetto, in un tempo di crolli, un modello di vita: è soprattutto da quel libro che Benedetto diventa conosciuto, e con lui la sua Regola [4]. Nell'816-817, ai sinodi di Aquisgrana, l'imperatore Ludovico il Pio, con il monaco Benedetto d'Aniane, impone l'osservanza della Regola a tutti i monasteri dell'impero, perché vuole una sola forma di vita monastica nei suoi territori. Nel 910 l'abbazia di Cluny, in Borgogna, riparte proprio da quella Regola e ne diffonde la riforma. Il 24 ottobre 1964 Paolo VI, riconsacrando la chiesa di Montecassino distrutta nel 1944 e ricostruita, proclama Benedetto «Patrono principale dell'intera Europa», perché «lui e i suoi figli portarono con la croce, con il libro e con l'aratro il progresso cristiano» ai popoli del continente [6]. E oggi la «famiglia benedettina da lui fondata», scrive Benedetto XVI, porta «tuttora frutto in tutto il mondo» [4]: monaci e monache vivono sotto questa Regola, che chiede di essere «letta frequentemente in comunità, affinché nessun fratello adduca il pretesto di non conoscerla» (66,8); l'edizione italiana che abbiamo letto segna in margine le date per leggerla tutta due volte all'anno [1].

Il testo che abbiamo letto in traduzione sta, in latino, in un manoscritto della biblioteca abbaziale di San Gallo, in Svizzera, il codice 914, copiato su pergamena nel primo terzo del IX secolo: secondo la biblioteca è «il testimone più importante della *Regula Benedicti*» [9]. La prima parola, in testa alla prima pagina, è quella con cui il prologo si apre: «Ascolta, o figlio» (Prol. 1).

La regola di scuola, letta con la stessa griglia

Torniamo alla norma da cui siamo partiti. La circolare del Ministero dell'Istruzione e del Merito n. 3392 del 16 giugno 2025 vieta lo smartphone in orario scolastico nel secondo ciclo, «anche a fini didattici». Il fine dichiarato è la salute e il benessere degli adolescenti, insieme ai risultati scolastici. La misura è un divieto uguale per tutti. Le eccezioni riguardano chi ne ha bisogno: gli studenti per cui l'uso è previsto dal Piano educativo individualizzato o dal Piano didattico personalizzato, i casi di « motivate necessità personali », e un'eccezione circoscritta negli indirizzi tecnici di informatica e telecomunicazioni, quando l'uso sia funzionale al progetto formativo [10]. Fine, misura, eccezioni: la stessa griglia della Regola, con una domanda in più che la Regola insegna a fare: chi è il più debole che questa misura protegge?

Si può obiettare che un divieto, da solo, non insegna a usare bene uno strumento. L'obiezione è seria, e colpisce la misura, non il fine: la circolare stessa chiede di educare a un uso responsabile. Distinguere i piani permette di discutere senza confondersi: si può condividere il fine e contestare la misura; più difficile è accettare una misura senza sapere a che cosa serve. I due testi hanno epoche, autorità e scopi diversi; il confronto riguarda solo il rapporto fra fine, misura e persona.

Per lo studio

1. Nel primo capitolo Benedetto descrive i sarabaiti e i girovagli (1,6-11). Perché il ritratto di chi vive senza regola spiega la necessità della Regola meglio di una definizione? Rispondi usando 1,9 e 58,7.
2. Confronta la ragione comune di 40,3, la distribuzione «secondo il bisogno» di 34,1-2 e il lavoro adattato alle forze di 48,24. Che cosa hanno in comune queste tre norme, e perché il testo precisa che non si tratta di «preferenze di persona»?
3. Perché la parola «abate» aiuta a capire i limiti dell'autorità nel monastero? Usa 2,2-4, 3,7 e 64,18-19, e spiega che cosa aggiunge l'immagine delle pecore di Giacobbe.
4. Caso immaginario: una mensa scolastica chiude alle 13.30, ma due studenti arrivano alle 13.40 per gli orari del trasporto accessibile; un incaricato resta fino alle 14 per garantire loro il pasto. Quale bisogno tutela questa modifica? Quale passo della Regola aiuta a ragionarci? Quali dati mancherebbero per giudicarla «efficiente» o no?

Una comunità si dà una regola quando ha uno scopo che non raggiunge per caso e che nessuno, da solo, riesce a tenere fermo. La regola non è quello scopo: ne è la misura quotidiana, ed è buona finché la prende sui più deboli.

Fonti

- [1] *San Benedetto, Regola*, traduzione in lingua corrente dei Benedettini di Noci (Bari), Edizioni La Scala: Premessa, Prologo e capitoli citati nel testo; i curatori dichiarano una traduzione condotta «con una certa libertà».
- [2] *La Sacra Bibbia*, traduzione CEI 2008: Mt 25,35-40; Rm 8,15; 1 Cor 7,7; At 4,35; Gen 33,13; Gal 3,28.
- [3] Gregorio Magno, *Dialoghi*, libro II (citato attraverso [4]).
- [4] Benedetto XVI, *Udienza generale del 9 aprile 2008* (San Benedetto da Norcia), www.vatican.va.
- [5] Benedetto XVI, *Discorso al Collège des Bernardins*, Parigi, 12 settembre 2008, www.vatican.va.
- [6] Paolo VI, lettera apostolica *Pacis nuntius*, 24 ottobre 1964, www.vatican.va.
- [7] A. de Vogüé, «Regula Benedicti», in *Dizionario degli Istituti di Perfezione*, vol. II, coll. 1555-1564 (rapporto con la *Regola del Maestro*).
- [8] *Vocabolario Treccani*, voci «regola», «abate», «cenobio», «discrezione», «emina».
- [9] e-codices, Biblioteca virtuale dei manoscritti conservati in Svizzera, scheda del Cod. Sang. 914 (St. Gallen, Stiftsbibliothek), www.e-codices.unifr.ch.
- [10] Ministero dell'Istruzione e del Merito, circolare 16 giugno 2025, n. 3392, nel testo allegato dall'USR Emilia-Romagna (www.istruzioneer.gov.it).