

*La forma di vita di Chiara d'Assisi è la prima Regola scritta da una donna per altre donne. Già questo dato lascia percepire la singolarità e la ricchezza di un testo che raccoglie il cammino di una vita, quella vissuta da Chiara insieme alle sue sorelle nel monastero di San Damiano. Il dono della vocazione, che Chiara ha riconosciuto attraverso l'accompagnamento e la mediazione di Francesco, viene da lei vissuto in pienezza e con la responsabilità di consegnare il carisma ad altre donne che sarebbero venute dopo di lei. La sostanza della Regola è il desiderio di vivere il Vangelo abbracciando Cristo povero e seguendo le sue orme dentro la Chiesa, tenendo saldo il legame con i frati Minori.*

## Dalla FORMA DI VITA DELLE SORELLE POVERE\*

### CAPITOLO 1

<sup>1</sup> La Forma di vita dell'Ordine delle sorelle Povere, istituita dal beato Francesco, è questa: <sup>2</sup> osservare il santo Vangelo del Signore nostro Gesù Cristo, vivendo in obbedienza, senza nulla di proprio e in castità.

<sup>3</sup> Chiara, indegna ancella di Cristo e pianticella del beatissimo padre Francesco, promette obbedienza e riverenza al signor papa Innocenzo e ai suoi successori canonicamente eletti e alla Chiesa romana.

<sup>4</sup> E come al principio della sua conversione, insieme con le sue sorelle promise obbedienza al beato Francesco, così promette di mantenerla inviolabilmente ai suoi successori.

<sup>5</sup> E le altre sorelle siano tenute sempre ad obbedire ai successori del beato Francesco, a sorella Chiara e alle altre abbadesse, elette canonicamente, che le succederanno.

### CAPITOLO 2

<sup>1</sup> Se qualcuna, per divina ispirazione, verrà da noi con la volontà di abbracciare questa vita, l'abbadessa sia tenuta a chiedere il consenso di tutte le sorelle; <sup>2</sup> e se la maggioranza acconsentirà, la possa accettare, dopo aver ottenuto il permesso del signor cardinale nostro protettore. <sup>3</sup> E se vede che può essere ricevuta, la esamini diligentemente, o la faccia esaminare intorno alla fede cattolica e i sacramenti della Chiesa.

<sup>4</sup> E se crede tutte queste cose e le vuole fedelmente confessarle e fermamente osservarle fino alla fine; <sup>5</sup> e non ha marito, o, qualora lo abbia, ha già abbracciato la vita religiosa con l'autorità del vescovo diocesano e ha già emesso il voto di continenza; e se, inoltre, non è impedita dall'osservare questa vita da età avanzata o qualche infermità o debolezza di mente, <sup>6</sup> le si esponga diligentemente il tenore della nostra vita.

<sup>7</sup> E se sarà idonea, le si dica la parola del santo Vangelo: che vada e venda tutte le sue cose e procuri di distribuirle ai poveri. <sup>8</sup> Che, se non potrà farlo, le basta la buona volontà.

<sup>9</sup> E si guardino l'abbadessa e le sue sorelle dal preoccuparsi per le cose temporali di lei, perché liberamente possa fare delle cose sue quello che il Signore le ispirerà. <sup>10</sup> Se tuttavia domandasse consiglio, la indirizzino a persone discrete e timorate di Dio, su consiglio delle quali i suoi beni vengano distribuiti ai poveri.

<sup>11</sup> Poi, tagliati i capelli in tondo e deposto l'abito secolare, le conceda tre tonache e un mantello.

<sup>12</sup> Da quel momento non le è più lecito uscire fuori del monastero, senza un utile, ragionevole, manifesto e approvato motivo. <sup>13</sup> Finito poi l'anno della prova, sia ricevuta all'obbedienza,

promettendo di osservare in perpetuo la vita e la forma della nostra povertà. <sup>14</sup> Nessuna sia velata durante il tempo della prova.

<sup>15</sup> Le sorelle possano avere anche delle mantellette per comodità e convenienza del servizio e del lavoro.

<sup>16</sup> L'abbadessa poi le provveda con discrezione di indumenti, secondo le qualità delle persone, i luoghi e le stagioni e le regioni fredde, conforme vedrà essere richiesto dalla necessità.

<sup>17</sup> Le giovinette, ricevute in monastero prima del tempo dell'età legittima, vengano tosate in tondo e, deposto l'abito secolare, vengano vestite con panno religioso, come parrà all'abbadessa. <sup>18</sup> Raggiunta poi l'età legittima, vestite alla maniera delle altre, facciano la loro professione. <sup>19</sup> E tanto a loro quanto alle altre novizie l'abbadessa assegni con sollecitudine una maestra tra le più discrete di tutto il monastero, <sup>20</sup> la quale le istruisca con cura sul modo di vivere santamente e sui comportamenti onesti secondo la forma della nostra professione. <sup>21</sup> Le medesime norme si osservino nell'esame e nell'accettazione delle sorelle che prestano servizio fuori del monastero; <sup>22</sup> esse però potranno usare calzature. <sup>23</sup> Nessuna abbia residenza con noi in monastero, se non sia stata ricevuta secondo la forma della nostra professione.

<sup>24</sup> E per amore del santissimo e diletteissimo Bambino avvolto in poveri pannicelli e adagiato nel presepio, e della sua santissima Madre, ammonisco, prego caldamente ed esorto le mie sorelle a indossare sempre vestimenti vili.

[...]

## CAPITOLO 6

<sup>1</sup> Dopo che l'altissimo Padre celeste si degnò di illuminare con la sua grazia l'anima mia perché, seguendo l'esempio e gli insegnamenti del beatissimo padre nostro san Francesco, facessi penitenza, poco tempo dopo la sua conversione, insieme con le mie sorelle, gli promisi volontariamente obbedienza.

<sup>2</sup> Il beato padre, poi, considerando che non avremmo temuto nessuna povertà, fatica, tribolazione, umiliazione e disprezzo del mondo, che anzi li avremmo ritenuti grandi delizie, mosso da pietà, scrisse per noi una forma di vita in questo modo: <sup>3</sup> «Poiché per divina ispirazione vi siete fatte figlie e ancelle dell'altissimo sommo Re, il Padre celeste, e vi siete sposate allo Spirito Santo, scegliendo di vivere secondo la perfezione del santo Vangelo, <sup>4</sup> voglio e prometto di avere sempre di voi come di loro, per mezzo mio e dei miei frati, cura diligente e sollecitudine speciale». <sup>5</sup> Ciò che egli adempì diligentemente finché visse, e volle che fosse sempre da adempiere dai frati.

<sup>6</sup> E affinché non ci scostassimo mai dalla santissima povertà che abbracciammo, e neppure quelle che sarebbero venute dopo di noi, poco prima della sua morte ci scrisse di nuovo la sua ultima volontà con queste parole: <sup>7</sup> «Io, frate Francesco piccolino, voglio seguire la vita e la povertà dell'altissimo Signore nostro Gesù Cristo e della sua santissima Madre, e perseverare in essa sino alla fine. <sup>8</sup> E prego voi, mie signore, e vi consiglio che viviate sempre in questa santissima vita e povertà. <sup>9</sup> E guardate con grande cura di non allontanarvi mai da essa, in perpetuo e in nessuna maniera, per insegnamento o consiglio di alcuno».

<sup>10</sup> E come io, insieme con le mie sorelle, sono stata sempre sollecita nel custodire la santa povertà che abbiamo promesso al Signore Dio e al beato Francesco, <sup>11</sup> così le abbadesse che mi succederanno nell'ufficio e tutte le sorelle siano tenute a osservarla inviolabilmente fino alla fine: <sup>12</sup> vale a dire nel non ricevere o avere possessi o proprietà né da sé, né per mezzo di interposta persona, <sup>13</sup> o anche qualche cosa che ragionevolmente possa dirsi proprietà, <sup>14</sup> se non quel tanto di terra che richiede la necessità, per l'onestà e l'isolamento del monastero; <sup>15</sup> e quella terra non venga lavorata se non come orto per la necessità delle sorelle stesse.

## CAPITOLO 7

<sup>1</sup> Le sorelle alle quali il Signore ha dato la grazia di lavorare, dopo l'ora di terza lavorino con fedeltà e devozione e di un lavoro che sia onesto e di comune utilità, <sup>2</sup> in modo tale che, bandito l'ozio nemico dell'anima, non estinguano lo spirito della santa orazione e devozione, al quale tutte le altre cose temporali devono servire.

<sup>3</sup> L'abbadessa o la sua vicaria sia tenuta ad assegnare in capitolo, davanti a tutte, ciò che ciascuna dovrà fare con le proprie mani. <sup>4</sup> Ugualmente si faccia se da qualcuno fosse mandata qualche elemosina per le necessità delle sorelle, affinché si preghi in comune per lui.

<sup>5</sup> E tutte queste cose siano distribuite per la comune utilità per mezzo dell'abbadessa o della sua vicaria, con il consiglio delle discrete.

## CAPITOLO 8

<sup>1</sup> Le sorelle non si appropriino di nulla, né casa, né luogo, né alcuna cosa, <sup>2</sup> e come pellegrine e forestiere in questo mondo, servendo il Signore in povertà e umiltà, mandino con fiducia per l'elemosina, <sup>3</sup> né devono vergognarsi, perché il Signore per noi si fece povero in questo mondo. <sup>4</sup> Questo è quel vertice dell'altissima povertà, che vi ha costituito, carissime sorelle mie, eredi e regine del regno dei cieli, vi ha fatto povere di cose, ma vi ha sublimato in virtù. <sup>5</sup> Questa sia la vostra porzione, che conduce nella terra dei viventi. <sup>6</sup> Aderendo totalmente ad essa, non vogliate mai, sorelle amatissime, avere altro in perpetuo sotto il cielo, per il nome del Signore nostro Gesù Cristo e della sua santissima Madre.

<sup>7</sup> Non sia lecito ad alcuna sorella mandare lettere o ricevere o dare cosa alcuna fuori del monastero senza licenza dell'abbadessa. <sup>8</sup> Né sia lecito tenere cosa alcuna che l'abbadessa non abbia data o permessa. <sup>9</sup> Che se le venga mandata qualche cosa dai suoi parenti o da altri, l'abbadessa gliela faccia consegnare. <sup>10</sup> La sorella poi, se ne ha bisogno, ne possa usare; se no, ne faccia parte caritatevolmente con la sorella che ne ha bisogno. <sup>11</sup> Se poi le fosse stato trasmesso del denaro, l'abbadessa, con il consiglio delle discrete, la faccia provvedere delle cose di cui ha bisogno.

<sup>12</sup> Riguardo alle sorelle inferme, l'abbadessa sia fermamente tenuta a informarsi con sollecitudine, da sé e per mezzo delle altre sorelle, di ciò che richiede la loro infermità, tanto nei consigli che nei cibi e nelle altre necessità, <sup>13</sup> e a provvedervi caritatevolmente e misericordiosamente, secondo la possibilità del luogo. <sup>14</sup> Poiché tutte sono tenute a provvedere e a servire le loro sorelle inferme, come vorrebbero essere servite esse stesse se incorressero in qualche infermità. <sup>15</sup> Con sicurezza manifesti l'una all'altra la propria necessità. <sup>16</sup> E se la madre ama e nutre la sua figlia carnale, con quanto maggiore amore deve la sorella amare e nutrire la sua sorella spirituale!

<sup>17</sup> Quelle che sono inferme giacciono su sacchi con paglia e abbiano alla testa guanciali con piuma; <sup>18</sup> e quelle che ne hanno bisogno, possano usare calze di lana e coperte imbottite.

<sup>19</sup> Le suddette inferme, poi, quando vengono visitate da quelli che entrano in monastero, possano, ciascuna per proprio conto, rispondere brevemente con qualche buona parola a quelli che loro parlano.

<sup>20</sup> Le altre sorelle, invece, che pur ne hanno licenza, non ardiscano parlare a quelli che entrano nel monastero, se non in presenza di due sorelle discrete che odano, assegnate dal l'abbadessa o dalla sua vicaria. <sup>21</sup> Questa forma nel parlare siano tenute a osservarla per se stesse anche l'abbadessa e la sua vicaria.

[...]

## CAPITOLO 10

<sup>1</sup> L'abbadessa ammonisca e visiti le sue sorelle e le corregga con umiltà e carità, non comandando ad esse cosa alcuna che sia contro la loro anima e la forma della nostra professione.

<sup>2</sup> Le sorelle suddite, poi, si ricordino che per Dio hanno rinnegato le proprie volontà. <sup>3</sup> Perciò siano fermamente tenute a obbedire alle loro abbadesse in tutte le cose che hanno promesso al Signore di osservare e che non sono contrarie all'anima e alla nostra professione.

<sup>4</sup> L'abbadessa poi abbia tanta familiarità nei loro riguardi, che possano parlarle e trattare con lei come le signore con la propria ancella: <sup>5</sup> perché così dev'essere, che l'abbadessa sia l'ancella di tutte le sorelle.

<sup>6</sup> Ammonisco poi ed esorto nel Signore Gesù Cristo, che si guardino le sorelle da ogni superbia, vanagloria, invidia, avarizia, cura e sollecitudine di questo mondo, dalla detrazione e mormorazione, dalla discordia e divisione.

<sup>7</sup> Siano invece sempre sollecite nel conservare reciprocamente l'unità dell'amore vicendevole, che è il vincolo della perfezione. <sup>8</sup> E quelle che non sanno leggere, non si preoccupino di imparare, <sup>9</sup> ma attendano a ciò che sopra ogni cosa debbono desiderare: avere lo Spirito del Signore e la sua santa operazione, <sup>10</sup> pregarlo sempre con cuore puro e avere umiltà, pazienza nella tribolazione e nell'infermità, <sup>11</sup> e amare quelli che ci perseguitano, riprendono e accusano, <sup>12</sup> perché dice il Signore: Beati quelli che soffrono persecuzione per la giustizia, perché di essi è il regno dei cieli. <sup>13</sup> Chi poi persevererà sino alla fine, questi sarà salvo.

[...]

## CAPITOLO 12

<sup>1</sup> Il nostro visitatore sia sempre dell'Ordine dei frati minori, secondo la volontà e il mandato del nostro cardinale. <sup>2</sup> E sia tale che se ne conosca pienamente l'onestà dei costumi. <sup>3</sup> Sarà suo ufficio correggere, tanto nel capo che nelle membra, gli abusi commessi contro la forma della nostra professione.

<sup>4</sup> Egli, stando in luogo pubblico, per poter essere visto dagli altri, potrà parlare a più sorelle o a ciascuna in particolare, secondo che riterrà più conveniente, di ciò che spetta all'ufficio della visita.

<sup>5</sup> Chiediamo anche in grazia, allo stesso Ordine, per amore di Dio e del beato Francesco, <sup>6</sup> un cappellano con un compagno chierico, di buona fama, discreto e prudente, e due frati laici, amanti del vivere santo e onesto, <sup>7</sup> in aiuto alla nostra povertà, come abbiamo sempre misericordiosamente avuto dal detto Ordine dei frati minori.

<sup>8</sup> Al cappellano non sia lecito entrare in monastero senza compagno. <sup>9</sup> Ed entrando stiano in luogo pubblico, così che possano vedersi l'un l'altro ed essere visti dagli altri. <sup>10</sup> Sia loro lecito entrare per la confessione delle inferme che non potessero andare in parlatorio, per comunicare le medesime, per l'estrema unzione, per la raccomandazione dell'anima. <sup>11</sup> Ma per le esequie e la celebrazione delle messe per le defunte e per scavare o aprire la sepoltura, o anche per accomodarla, possano entrare persone idonee e in numero sufficiente, secondo il prudente giudizio dell'abbadessa. <sup>12</sup> In vista di tutto ciò, le sorelle siano fermamente tenute ad avere sempre per nostro governatore, protettore e correttore quello dei cardinali della santa Chiesa romana che sarà stato assegnato per i frati minori dal signor papa; <sup>13</sup> affinché, sempre suddite e soggette ai piedi della stessa santa Chiesa, salde nella fede cattolica, osserviamo in perpetuo la povertà e l'umiltà del Signore nostro Gesù Cristo e della sua santissima Madre, e il santo Vangelo, come abbiamo fermamente promesso. Amen.

---

\* Da: *FONTI FRANCESCANE, Terza edizione rivista e aggiornata. Scritti e fonti biografiche di Chiara d'Assisi*, Editrici Francescane, Padova 2011.