



REGOLA E VITA  
DEL TERZO ORDINE  
REGOLARE  
DI SAN FRANCESCO  
- TOR -



**BREVE PONTIFICIO**  
*Franciscanum vitae propositum*

**GIOVANNI PAOLO II**  
**a perpetua memoria**

L'ideale francescano di vita anche in questo nostro tempo, non in modo diverso che nei secoli passati, affascina incessantemente molti uomini e donne desiderosi di perfezione evangelica e assetati del regno di Dio.

Ispirandosi all'esempio di S. Francesco d'Assisi i membri del Terzo Ordine Regolare intendono seguire Gesù Cristo vivendo in comunione di fraternità, professando con voti pubblici l'osservanza dei consigli evangelici di obbedienza, povertà e castità, dedicandosi alle molteplici opere dell'attività apostolica. Per meglio realizzare il loro programma di vita attendono con assiduità alla preghiera, alimentano la carità fraterna, vivono nella vera penitenza e nell'abnegazione cristiana. Poiché invero questi specifici elementi e motivi dell'ideale di vita francescana sono abbondantemente contenuti nella "Regola e Vita dei fratelli e delle sorelle del Terzo Ordine Regolare di S. Francesco" e Poiché così delineati convengono interamente all'autentico spirito francescano, Noi, nella pienezza della Nostra autorità apostolica, stabiliamo, ordiniamo e dichiariamo che la presente Regola abbia vigore e importanza per illustrare ai fratelli alle sorelle il senso della genuina vita francescana, essendosi pienamente tenuto conto di quanto a loro tempo stabilirono su questa materia i Nostri predecessori Leone X e Pio XI con le costituzioni apostoliche "Inter cetera" e "Rerum condicio".

Poiché Ci è noto con quanto impegno questa "Regola e Vita" ha compiuto il cammino di aggiornamento e come felicemente ha ottenuto la desiderata convergenza di pareri attraverso discussioni collegiali e consultazioni, proposte e meditate elaborazioni, per tale ragione abbiamo fondata speranza che i desiderati frutti di rinnovamento conseguano pienamente la loro attuazione. Ordiniamo pertanto che questa Nostra approvazione abbia valore fin d'ora e ottenga i suoi effetti tanto nel presente come nel futuro, senza che nulla possa ostacolare queste cose.

Dato a Roma, presso S. Pietro, sotto l'anello del pescatore, il giorno 8 dicembre 1982, anno quinto del nostro pontificato.

**Agostino Casaroli**  
affari pubblici della chiesa

## PAROLE DI S. FRANCESCO AI SUOI SEGUACI

Tutti coloro che amano il Signore con tutto il cuore, con tutta l'anima e la mente, con tutte le forze, e amano il loro prossimo come sé stessi, e hanno in odio i loro corpi con i vizi e peccati, e ricevono il corpo e il sangue del Signore nostro Gesù Cristo e fanno frutti degni di penitenza: oh, quanto sono beati e benedetti quelli e quelle che fanno tali cose e perseverano in esse! Infatti riposerà su di loro lo Spirito del Signore ed egli farà la sua abitazione e dimora in essi; e sono figli del Padre celeste, del quale compiono le opere, e sono spose, fratelli e madri del Signore nostro Gesù Cristo.

Siamo suoi sposi quando l'anima fedele si unisce al Signore nostro Gesù Cristo per virtù di Spirito santo. Siamo suoi fratelli quando facciamo la volontà del Padre che è nei Cieli. Gli siamo madri quando lo portiamo nel cuore e nel corpo nostro per mezzo del divino amore e della pura e sincera coscienza, e lo generiamo attraverso le opere sante, che devono splendere di esempio agli altri.

Oh, come è glorioso, santo e grande avere un Padre nei cieli! Com'è santo, consolante, bello e ammirabile avere un tale sposo! Quanto sacro e caro, piacevole, umile, pacificante e dolce, amabile e desiderabile sopra ogni cosa, avere un tale fratello e un tale figlio: il Signore nostro Gesù Cristo, il quale ha offerto la vita per le sue pecore e ha pregato il Padre dicendo. Padre santo custodisci nel tuo nome quelli che mi hai dato nel mondo; erano tuoi e li hai dati a me. Le parole che hai date a me io le ho date a loro; essi le hanno accolte e hanno creduto veramente che sono uscito date e hanno conosciuto che tu mi hai mandato. Io prego per loro e non per il mondo. Benedicili e santificali; per loro io consacro me stesso. Non prego solo per questi, ma anche per quelli che crederanno in me attraverso la loro parola perché siano santificati nell'unità come lo siamo noi. E voglio, Padre, che dove sono io siano anche loro con me, perché contemplino la mia gloria nel tuo regno.

Amen.

### Nel nome del Signore

#### Incomincia la Regola e Vita dei Fratelli e delle Sorelle del Terzo Ordine Regolare di San Francesco

1. La forma di vita dei fratelli e delle sorelle del Terzo Ordine Regolare di San Francesco è questa: osservare il santo vangelo del Signore nostro Gesù Cristo, vivendo in obbedienza, in povertà e in castità. Coloro che seguono Gesù Cristo, secondo l'esempio di S. Francesco sono tenuti a fare di più e cose più grandi, osservando i precetti e i consigli del Signore nostro Gesù Cristo, e devono rinnegare sé stessi come ognuno ha promesso a Dio.

2. I fratelli e le sorelle di questo Ordine, in unione con tutti quelli che vogliono servire il Signore Dio nella santa chiesa cattolica e apostolica,

perseverino nella vera fede e nella penitenza. Essi intendono vivere questa conversione evangelica in spirito di preghiera, di povertà e di umiltà.

Si astengano da ogni male e siano perseveranti nel bene fino alla fine, poiché lo stesso Figlio di Dio verrà nella gloria e dirà a tutti quelli che lo conobbero, lo adorarono e lo servono nella penitenza: Venite, benedetti del Padre mio, prendete possesso del regno, che è stato preparato per voi fin dalle origini del mondo.

3. I fratelli e le sorelle promettono obbedienza e riverenza al Papa e alla chiesa cattolica. Con lo stesso spirito obbediscano a coloro che sono stati costituiti nel servizio della fraternità. Dovunque sono e in qualunque luogo si incontreranno, si accolgano spiritualmente e con amore e si onorino a vicenda. Promuovano sempre l'unità e la comunione con tutti i membri della famiglia francescana.

### Come Intraprendere Questa Vita

4. Coloro che, per ispirazione del Signore, vengono a noi con la volontà di intraprendere questa vita, siano accolti benevolmente. Al momento opportuno saranno presentati ai ministri che hanno il potere di ammetterli nella fraternità.

5. I ministri si accertino che gli aspiranti aderiscano sinceramente alla fede cattolica e ai sacramenti della chiesa. Se sono idonei, saranno iniziati alla vita di fraternità. Si esponga loro diligentemente tutto ciò che appartiene a questa vita evangelica, in particolare siano proposte le seguenti parole del Signore: Se vuoi essere perfetto, va', vendi quello che possiedi, dallo ai poveri e avrai un tesoro in cielo; poi vieni e seguimi. E se qualcuno vuole venire dietro a me rinneghi sé stesso, prenda la sua croce e mi segua.

6. Così, sotto la guida del Signore, incominciano la vita di penitenza, consapevoli che tutti dobbiamo convertirci incessantemente. In segno di conversione e di consacrazione alla vita evangelica, portino vesti umili e vivano insieme con semplicità.

7. Terminato il periodo di prova, siano ricevuti all'obbedienza, promettendo di osservare sempre questa vita e la regola. Messa da parte ogni preoccupazione e ogni affanno, si adoperino nel migliore dei modi per servire, amare, onorare e adorare il Signore Dio con cuore puro e con mente pura.

8. Sempre costruiscano in sé stessi una casa e una dimora permanente a colui che è il Signore Dio onnipotente, Padre e Figlio e Spirito santo, perché possano crescere nell'amore universale con cuore indiviso, convertendosi continuamente a Dio e al prossimo.

## Lo Spirito di Preghiera

9. Ovunque, in ogni luogo, ogni ora e in ogni tempo i fratelli e le sorelle credano veramente e umilmente, conservino in cuore e amino, onorino, adorino, servano, lodino, benedicano e glorifichino l'altissimo e sommo Dio, l'eterno Padre e il Figlio e lo Spirito santo. E lo adorino con cuore puro, poiché è necessario pregare sempre senza stancarsi; infatti il Padre cerca tali adoratori. Con il medesimo spirito celebrino l'ufficio divino in unione con la chiesa universale. I fratelli e le sorelle, che il Signore ha chiamato alla vita contemplativa, con gioia sempre nuova testimonino ogni giorno la propria consacrazione a Dio e celebrino l'amore che il Padre ha per il mondo, lui che ci ha creati e redenti, e ci salverà per la sua misericordia.

10. I Fratelli e le sorelle lodino il Signore, re del cielo e della terra, insieme con tutte le sue creature, e gli rendano grazie poiché, per la sua santa volontà e per mezzo del suo unico Figlio e lo Spirito Santo, ha creato tutte le cose spirituali e corporali, e ha fatto noi a sua immagine e somiglianza.

11. Conformandosi totalmente al santo vangelo, i fratelli e le sorelle meditino nella propria mente e conservino le parole del Signore nostro Gesù Cristo, il Verbo del Padre, e le parole dello Spirito santo, che sono spirito e vita.

12. Partecipino al sacrificio del Signore nostro Gesù Cristo e ricevano il suo corpo e il suo sangue con profonda umiltà e venerazione, memori di ciò che dice il Signore: Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue ha la vita eterna. Dimostrino, quanto più potranno, ogni riverenza e ogni onore al santissimo corpo e sangue del Signore nostro Gesù Cristo, al suo santo nome e alle parole scritte di colui nel quale sono state pacificate e riconciliate a Dio onnipotente tutte le creature del cielo e della terra.

13. Per ogni loro colpa i fratelli e le sorelle non tardino a pentirsi interiormente con la contrizione ed esteriormente e con la confessione; e facciano frutti degni di penitenza. Devono anche digiunare; sempre però cerchino di essere semplici e umili. Niente altro desideriamo, pertanto, che il Salvatore nostro, il quale offrì sé stesso, mediante il suo sangue, come sacrificio e come vittima sull'altare della croce per i nostri peccati, lasciando a noi l'esempio affinché seguiamo le sue orme.

## La Vita in Castità per il Regno dei Cieli

14. I fratelli e le sorelle considerino in quanta dignità li ha posti il signore Dio, che li ha creati e formati a immagine del Figlio suo nel corpo e a somiglianza di sé stesso nello spirito. Creati per Cristo, hanno scelto questa forma di vita che è fondata sulle parole e sulla testimonianza del nostro Redentore.

15. Professando la castità per il regno dei cieli, sono premurosi per le cose del Signore e non debbano far altro che seguire la volontà del Signore e piacere a

lui. E operino sempre in maniera che nelle loro azioni risplenda la carità verso Dio e verso tutti gli uomini.

16. Ricordino che, per eccellente dono della grazia, sono chiamati a esprimere nella loro vita quel mirabile mistero della Chiesa per cui essa è unita allo sposo divini Cristo.

17. Abbiamo presente anzitutto come modello la beatissima vergine Maria, madre di Dio e del Signore nostro Gesù Cristo. Facciano questo secondo l'esortazione del beato Francesco, il quale ha nutrito una grande venerazione per Maria santissima, Signora e Regina, "verGINE fatta chiesa". Ricordino che l'immacolata vergine Maria si proclamò "ancella del Signore", e seguano il suo esempio.

### Come Servire e Lavorare

18. Da poveri, i fratelli e le sorelle, ai quali il Signore ha concesso la grazia di servire o lavorare, servano e lavorino con fedeltà e con devozione, cosicché, allontanato l'ozio, nemico dell'anima, non estinguano lo spirito della santa orazione e della devozione, al quale tutte le cose temporali devono servire.

19. Traggano dal frutto del lavoro il necessario al corpo, per sé, per i loro fratelli e sorelle, e anche questo umilmente, come conviene a servi di Dio e a seguaci della santa povertà. Il superfluo lo distribuiscano ai poveri. E mai debbono desiderare di essere sopra gli altri, ma anzi devono essere servi e soggetti a ogni umana creatura per amore di Dio.

20. I fratelli e le sorelle siano miti, pacifici e modesti, modesti e umili, parlando a tutti dignitosamente, come si conviene. E dovunque si trovino o vadano per il mondo, non litighino ed evitino dispute di parole, e non giudichino gli altri; piuttosto si mostrino lieti nel Signore, ilari e garbatamente cortesi. E rivolgano il saluto: il Signore ti dia pace!

### Vita in Povertà

21. Tutti i fratelli e le sorelle si impegnino a seguire l'umiltà e la povertà del Signore nostro Gesù Cristo che, essendo incomparabilmente ricco, volle scegliere nel mondo, insieme con la beatissima sua madre, la povertà, e spogliò sé stesso. E ricordino che niente altro è necessario avere di questo mondo se non, come scrive l'Apostolo, "avendo il cibo e le vesti", essere contenti di questo. E si guardino molto dal denaro. E devono godere quando si intrattengono con persone umili e disprezzate, tra poveri e deboli, infermi e lebbrosi e i mendicanti della strada.

22. Coloro che sono veramente poveri in spirito, seguendo l'esempio del Signore non si appropriano di alcuna cosa né contendono nulla ad alcuno, ma vivono in questo mondo come pellegrini e forestieri. Questa è l'eccellenza dell'altissima povertà che ci costituisce eredi e re del regno dei cieli; ci ha

reso poveri di cose, ma sublimi per virtù. Sia questa la nostra porzione che ci conduce alla terra dei viventi. Aderendo totalmente alla povertà, nel nome del Signore nostro Gesù Cristo mai vogliamo possedere altro sotto il cielo.

### Vita Fraterna

23. I fratelli e le sorelle si amino a vicenda per amore di Dio, come dice il Signore;: questo è il mio comandamento, che vi amiate gli uni gli altri come io ho amato voi. E mostrino con le opere l'amore che hanno tra loro. E con fiducia l'uno manifesti all'altro le proprie necessità, affinché vicendevolmente procurino e servano ciò di cui ognuno ha bisogno. Beati quelli che amano l'altro quando è malato, e non può compensarli, tanto come lo amano quando è sano e può compensarli. E di tutto ciò che accade loro rendano grazie al Creatore e desiderano essere come li vuole il Signore, sia in buona salute che infermi.

24. Qualora sorgesse tra loro, a motivo di parole o di atteggiamenti, occasione di turbamento, chiedano subito umilmente perdono l'uno all'altro prima di offrire a Dio la loro preghiera. Se qualcuno avesse trascurato gravemente gli impegni di vita che ha professato, sia ammonito dal ministro o da coloro che saranno venuti a conoscenza della sua colpa. Però questi non gli procurino vergogna né disonore, ma abbiano grande misericordia verso di lui. Tutti però devono evitare attentamente di adirarsi e di scandalizzarsi per il peccato di qualcuno, poiché l'ira e il turbamento, in sé e negli altri, impediscono la carità.

### L'obbedienza Caritativa

25. I fratelli e le sorelle, sull'esempio del Signore Gesù che depose la sua volontà nella volontà del Padre, si ricordino che per amore di Dio hanno rinunciato alla propria volontà. In tutti i capitoli che tengono cerchino in primo luogo il regno di Dio e la giustizia, e si esortino vicendevolmente a osservare meglio la regola che hanno professato e a seguire con fedeltà le orme del Signore nostro Gesù Cristo. Non esercitino potere o dominio soprattutto fra di loro, ma in ispirito di carità volontariamente si servano e si obbediscano a vicenda. Tale è la vera e santa obbedienza di nostro Signore Gesù Cristo.

26. Siano tenuti ad avere sempre uno di loro come ministro e servo della fraternità e a lui obbediscano fedelmente in tutto ciò che hanno promesso al Signore di osservare, purché non sia contrario all'anima e a questa regola.

27. Coloro che sono ministri e servi degli altri li visitino e li ammoniscano con umiltà e carità e li confortino. E dovunque siano dei fratelli e sorelle che fossero convinti di non poter osservare spiritualmente la regola, hanno l'obbligo e il diritto di rivolgersi ai propri ministri. I ministri li accolgano con carità e benevolenza e dimostri- no tanta familiarità verso di loro che quelli possano parlare e comportarsi con essi come fanno i padroni nei riguardi dei servi, infatti così deve essere, che i ministri siano i servi di tutti.

28. Nessun si appropri di alcun ministero; ma, giunto il tempo stabilito, ognuno lascerà volentieri il proprio incarico.

### La Vita Apostolica

29. I fratelli e le sorelle amino Dio con tutto il cuore, con tutta l'anima e la mente, con tutte le loro forze e amino il prossimo come sé stessi. Ed esaltino il Signore nelle loro opere, poiché egli li ha inviati per il mondo intero a testimoniare la sua voce con la parola e con le opere e perché facciano conoscere a tutti che non c'è altro onnipotente fuori di lui.

30. Come annunciano la pace con la bocca, così la portino ancor più abbondante nei loro cuori. Nessuno per causa loro sia provocato all'ira o allo scandalo, ma tutti siano attirati, per la loro mitezza, alla pace, alla bontà, e alla concordia. Infatti i fratelli e le sorelle sono stati chiamati a curare i feriti, risollevare gli abbattuti e richiamare gli smarriti. E ovunque siano, si ricordino di aver donato sé stessi e di aver offerto il proprio corpo al Signore Gesù Cristo. Per suo amore devono esporsi ai nemici visibili e invisibili, poiché dice il Signore: Beati quelli che sono perseguitati a causa della giustizia, poiché di essi è il regno dei cieli.

31. Nella carità che è Dio, tutti i fratelli e le sorelle - sia che preghino, sia che servano, sia che lavorino - cerchino di umiliarsi in ogni cosa, di non gloriarsi, di non compiacersi in sé stessi né insuperbirsi interiormente per le buone parole e opere, e neppure di alcun bene che Dio compie o dice e opera qualche volta in loro e per mezzo di loro. In ogni luogo e in ogni circostanza riconoscano che tutti i beni sono del Signore Dio altissimo e dominatore di tutte le cose: rendano grazie a lui, dal quale procedono tutti i beni

### Esortazione e Benedizione

32. I fratelli e le sorelle devono desiderare di avere sopra ogni cosa lo spirito del Signore e il suo santo operare. E sempre sudditi nella santa chiesa e saldi nella fede cattolica, osservino la povertà, l'umiltà e il santo vangelo del Signore nostro Gesù Cristo, come hanno fermamente promesso. "E chiunque osserverà queste cose sia colmato in cielo della benedizione dell'altissimo Padre e in terra sia ripieno della benedizione del suo Figlio diletto con il santissimo Spirito paraclito e con tutte le potenze celesti e con tutti i santi. E io, frate Francesco, piccolino servo vostro, per quanto è in mio potere, confermo a voi dentro e fuori questa santissima benedizione."



T