

# REGEL & LEBEN



**Im Namen des Herrn!**

**Es beginnt die Regel und das Leben  
der Brüder und Schwestern  
vom Regulierten Dritten Orden  
des heiligen Franziskus.**

---

**Einleitung**

---

**NACHFOLGEN**

1

Jesus Christus nachfolgen nach dem Beispiel des heiligen Franziskus.

**LEBEN**

2

Leben im Geist des Gebetes, der Armut und der Demut.

**SICH BEGEGNEN**

3

Einander geistlich und aufmerksam begegnen und einander ehren.

---

## Von der Annahme dieses Lebens

---

**LIEBEVOLL** 4  
Liebevolle Annahme neuer Brüder und Schwestern.

**SORGFALT** 5  
Ihnen alles, was zu einem Leben nach dem Evangelium gehört, sorgfältig darlegen.

**EINFACH** 6  
Ein einfaches Leben führen.

**IMMER BESSER** 7  
Immer besser dem Herrn dienen, ihn lieben, ehren und anbeten.

**WACHSEN** 8  
In die allumfassende Liebe hineinwachsen.

---

## Vom Geist des Gebetes

---

**IMMER & ÜBERALL** 9  
An jedem Ort und zu jeder Zeit an Jesus glauben und an ihm festhalten.

**LOBEN** 10  
Den Herrn mit allen seinen Geschöpfen loben und ihm danken.

**SICH AUSRICHTEN** 11  
Sich nach dem Evangelium ausrichten.

**EHREN** 12  
Dem Leib und Blut und dem Wort Jesus Christus Ehre erweisen.

**FOLGEN** 13  
Den Fussspuren Jesus Christus folgen.

---

## Vom Leben in Keuschheit um des Himmelreiches willen

---

### WÜRDE

14

Von Gott in grosser Würde eingesetzt.

### SO TUN

15

Alles so tun, dass die Liebe zu Gott und zu allen Menschen aufleuchtet.

### VERBUNDEN

16

Verbundenheit mit Jesus Christus offenbar machen.

### BEISPIEL

17

Dem Beispiel Maria folgen.

---

## Vom der Art zu dienen und zu arbeiten

---

### HINGABE

18

Mit Treue und Hingabe arbeiten.

### ANNEHMEN

19

Für sich und die Schwestern das für den Unterhalt Nötige annehmen.

### HEITER & LIEBENSWÜRDIG

20

Sich als solche zeigen, die sich im Herrn freuen und heiter und liebenswürdig sind.

---

## Vom Leben in Armut

---

### ZUFRIEDEN

21

Mit Nahrung und Kleidung zufrieden sein.

### NICHTS ANEIGNEN

22

Sich nichts aneignen noch jemandem etwas streitig machen.

---

## Vom schwesterlichen und brüderlichen Leben

---

### LIEBE ZEIGEN

23

Die Liebe zueinander in Werken zeigen.

### VERZEIHEN

24

Einander demütig um Verzeihung bitten.

---

## Vom liebenden Gehorsam

---

### SICH ERMUTIGEN

25

Sich gegenseitig ermutigen, treu den Fusspuren Jesus Christus zu folgen.

### GEHORCHEN

26

Den leitenden Oberen in allem gehorchen, was wir dem Herrn versprochen haben und was nicht gegen das Gewissen und diese Regel ist.

### ERMAHNEN & BESTÄRKEN

27

Jene, die Vorgesetzte und Dienende der anderen sind, sollen diese aufsuchen und sie in Demut und Liebe ermahnen und bestärken.

### DIENEN

28

Ein zum Dienst bestimmtes Amt nicht als Eigentum beanspruchen.

---

## Vom apostolischen Leben

---

### ZEUGNIS GEBEN

29

Durch Wort und Werk der Stimme des Herrn Zeugnis geben.

### FRIEDEN

30

Den Frieden verkünden und diesen im Herzen tragen.

### DANKEN

31

Alles Gute als Eigentum des Herrn anerkennen und ihm danken.

BEDACHT SEIN

32

Darauf bedacht sein, den Geist des Herrn zu haben.

T

Und wer immer dies beobachtet,  
werde im Himmel erfüllt  
mit dem Segen des höchsten Vaters  
und werde auf Erden erfüllt  
mit dem Segen seines geliebten Sohnes  
in Gemeinschaft mit dem Heiligen Geiste,  
dem Tröster,  
und allen Kräften des Himmels  
und allen Heiligen.

Und ich, der ganz kleine Bruder Franziskus,  
euer Knecht, bestätige euch,  
soviel ich nur kann,  
innen und aussen  
diesen heiligsten Segen.