

## ¿Y si aplicáramos la Regla de San Benito a nuestra vida familiar? Habría que cambiar estas 6 cosas



La Regla de San Benito es **la normativa que el santo patrono de Europa estableció para vivir en sus comunidades** monásticas, unas comunidades que debían preservar la civilización, la cultura y en general **la paz y el amor, en un contexto de violencia, corrupción y saqueo**, con el Imperio Romano hundido y los ostrogodos y otros bárbaros aposentándose entre las ruinas.

**Sus 73 capítulos durante quince siglos han guiado la vida de decenas de miles de hombres y mujeres** en cientos de comunidades de todo el mundo. Podríamos considerarla una “fórmula probada” para vivir como cristianos en comunidad.

**¿Y si se intentara aplicar a la vida familiar en el siglo XXI?** También las familias cristianas del siglo XXI intentan ser como los monasterios del siglo V, islas de paz, amor y respeto a Dios, rodeadas de un ambiente hostil, bárbaro e impío, que vive de crear ruinas y saquearlas.

Esta es la tesis de un libro de 2014 del sacerdote benedictino Massimo Lapponi publicado en Italia y titulado “*San Benito y la vida familiar*”.

Él señala que la Regla Benedictina aplicada a la vida familiar **produciría cambios en estos 6 ámbitos:**

### 1) Cambios en el trabajo

Como en un monasterio (con su “ora et labora”), todos ayudarían en las labores domésticas, se aceptaría e inculcaría el sacrificio de uno mismo en el servicio a los demás. Además, quedaría claro que la vida laboral no se debería privilegiar sobre la vida familiar.

### 2) Cambios en el descanso

Las películas y los juegos se compartirían juntos, no en solitario. Habría ratos de recreo y juego en común tras la cena familiar, parando el ritmo para

encontrarnos y descansar. **«El reposo es un tiempo de comunión con Dios y con las almas y de alegría por esta comunión»**, escribe el autor.

### 3) Cambios en las comidas

Se rezaría antes de las comidas. Y comerían juntos los miembros de la familia, no a horas distintas en habitaciones distintas. Sería un momento de conversación, de compartir ideas, experiencias, tiempo. **Estar juntos para comer ayuda a las familias**, y no solo no porque lo digan los benedictinos, sino que también lo han demostrado numerosos estudios sociológicos. Pero para eso la televisión debe estar apagada.

### 4) Cambios en hábitos de consumo

Una familia “al estilo benedictino” evitará el lujo y la superficialidad. No llenará las habitaciones de los niños de cosas y juguetes. Se establecerá una **gran sobriedad en el uso de elementos electrónicos**, tanto entre padres como entre niños (horarios de pantallas apagadas, limitar uso de pantallas, etc...). **Se buscará que el uso de los objetos electrónicos sea comunitario: mejor ver juntos una película** que ir cada uno a jugar un juego distinto en su dispositivo particular. En cualquier caso, **reduciendo al mínimo las pantallas, se fomentaría la lectura y la conversación**.

### 5) Cambios en la vida de oración

Habría **un lugar para rezar y un tiempo para rezar**, a ser posible con un pequeño altar familiar para la oración en común. Se bloqueará la “invasión mundana” creando un clima en el que padres e hijos puedan encontrarse con Dios cada día.

### 6) Cambios en la caridad y solidaridad

La familia buscará evitar el centrarse o cerrarse en sí misma: será acogedora, buscará aliviar en lo posible los sufrimientos ajenos, pondrá a los hijos en contacto con los más desfavorecidos.

Así Massimo Lapponi anima a poner en marcha estas medidas: “las familias de hoy están llamadas a **ser islas luminosas de fe, educación y cultura** en medio del barrio, del colegio, en el supermercado, en el parque, con los amigos... Se trata de construir el futuro como hicieron los hijos de san Benito, buscando a Dios”.

El autor presenta el libro con una cita de san Cipriano: «No hablamos de cosas grandes; las vivimos».

*Publicado por Religión en Libertad el 7 de julio de 2017*