

## Zisterziensischer Tagesablauf an Werktagen während der vorösterlichen Fastenzeit

- mit ungefährender Zeitangabe des zisterziensischen Tages für Ende Februar

- etwa 1.25 Uhr: Wecken, gefolgt vom
- Nachtgottesdienst (bis etwa 2.50 Uhr), dann
- Intervall und freie Zeit für die Lectio divina (bis gegen 6.20 Uhr)
- kurz darauf: Laudes, oft mit unmittelbar anschließender Prim nach Tagesanbruch
- Eucharistiefeier (gegen 7.20 Uhr), dann
- Intervall bzw. Lectio divina,
- ca. 8.20 Uhr Terz und Kapitel, nach dem sich alle zur Arbeit bereit machen, dann;
- um kurz vor 9.00 Uhr: Schlagen der Tabula zum Arbeitsbeginn und
- Arbeitseinsatz mit einer Pause und den beiden Horen von
- Sext (gegen 11.20 Uhr) und Non (gegen 14.00 Uhr);
- dann, wohl noch vor 15.00 Uhr: Arbeitsende und Intervall (etwa eine Stunde),
- gegen 16.00 Uhr Vesper und Totenvesper, anschließend
- Mahlzeit (etwa 16.40 Uhr), gefolgt von der Danksagung und
- dem Biberes oder Trunk, sowie einem Intervall, dann
- Kollatslesung und schließlich,
- gegen 17.30 Uhr, die Komplet und Nachtruhe

Quelle: Ecclesiastica Officia. Gebräuchebuch der Zisterzienser aus dem 12. Jahrhundert...  
Langwaden 2003. S. 22/23 und S. 34.