



De dagindeling van de monniken volgt een vast ritme. Vanaf 1 augustus a.s. zijn de tijden:

04.15	opstaan
04.30	nachtwake (metten)
05.15	ontbijt, persoonlijk gebed
06.30	gezamenlijke geestelijke lezing (lectio divina)
07.15	morgengebed (lauden)
08.00	eucharistieviering en voormiddaggebed (terts) <i>(3 x per week wordt een stille eucharistie gehouden en worden de gebeden van de terts gelezen).</i>
09.00	arbeid
12.00	middaggebed (sext)
12.30	middageten en -rust
14.30	namiddaggebed (noon)
14.45	arbeid
17.45	avondgebed (vespers) incl. meditatie
18.30	avondeten en vrije tijd
19.30	dagsluiting (completen)

De gebedstijden zijn in **vet** weergegeven.

Het dagritme voor de gasten in het gastenhuis verloopt natuurlijk anders, maar wel rond de gebedsdiensten. Om 6.30 u is het ontbijt zelfbediening en is er geen muziek.

op zon- en hoogfeestdagen is de dagindeling afwijkend voor:

11.00	eucharistieviering
	geen namiddaggebed (noon) en
17.00 - 18.00	avondgebed (incl. ½ uur meditatie)

Uitgezonderd in **H. Mis op zondag om 11.00 uur** hebben in de getijden de psalmen een grote plaats. Enige bekendheid met (het gebruik van) het psalmrooster is aan te bevelen.