

Daily life of a monk in the Middle Ages

Read the French text below which outlines the daily life of a monk and make a bullet point list in English, in time order, of the activities it describes.



Time	Activity



Routine quotidienne d'un moine

Pour la plupart des moines leur vie était **confinée** à l'enceinte du monastère.

Les moines **se levaient** habituellement avec le soleil - 4h30 en été ou 7h30 en hiver, la journée étant dictée par la présence de lumière.

En commençant par **une toilette** rapide,

Les moines passaient environ **une heure à travailler en silence** ce qui, pour les moines, signifiait prières, lire le texte qui leur avait été assigné par leur supérieur ou copier un livre spécifique (un processus laborieux qui prenait de nombreux mois).

Ensuite, **la messe** du matin avait lieu,

suivie de **la réunion des chapitres** où tout le monde se réunissait pour discuter de toute affaire importante concernant le monastère dans son ensemble.

Après une autre période de **travail**, qui pouvait inclure du travail physique s'il n'y avait pas de frères laïcs pour le faire,

il y avait une **messe** de midi (la haute messe) puis un **repas**, le plus important de la journée.

Ils passaient **l'après-midi à travailler** de nouveau et

terminaient vers 16h30 en hiver, qui était le moment d'un autre repas	ou, en été, un souper vers 18h suivi d'autres travaux.
--	--

Les moines **se couchaient** tôt, **juste après 18h en hiver ou 20h en été.**

vers 2 ou 3 heures du matin, ils **se levaient** à nouveau pour chanter les **vigiles** (alias les matines) et laudes dans l'église.

<https://www.worldhistory.org/trans/fr/2-1293/la-vie-quotidienne-des-moines-au-moyen-age/>

Extra !

Food and drink in the monastery

Read this article . What are the main points you spot?

Ils avaient une **bonne nourriture** toute l'année et leur consommation n'était vraiment limitée que par la stricte règle de l'ascèse dans leur monastère particulier.

Dans les monastères les plus stricts, la **viande** n'était généralement consommée que par les malades et elle était souvent réservée à certains jours de fête.

Les monastères aux règles plus généreuses permettaient à des viandes comme le porc, le lapin, le lièvre, le poulet et les gibiers à plumes d'apparaître plus souvent sur la table

Dans tous les monastères, il y avait du pain, de poisson, des céréales, des légumes, des fruits, des œufs et du fromage, ainsi que beaucoup de vin et de bière.

Les moines avaient généralement un repas par jour en hiver et deux en été.

