

V. LA JORNADA

1. Desde el despertar a la hora de la comida.

Son las 6.30 de la mañana. En la habitación de la directora del centro suena el despertador⁵¹. Inmediatamente se quita de encima las mantas y baja rápidamente de la cama, buscando no conceder ni siquiera un instante a la pereza. De esa forma comienza, con el *minuto heroico*, la primera de una larga serie de costumbres que marcarán su vida de numeraria.

Inmediatamente después, como cualquier otro socio -numerario, agregado o supernumerario de la sección de varones o femenina- continúa con *el ofrecimiento de obras*. Esta norma del *plan de vida* consiste en besar el suelo en señal de humildad y de servicio, mientras se reza interiormente la jaculatoria “*Serviam!*” “*Serviré*”⁵².

Ya está por tanto preparada para despertar al resto de la casa: marcará el número de teléfono para llegar a las diferentes zonas donde se encuentran las habitaciones en que duermen las otras numerarias del centro, o bien, si la casa es más grande -como es el caso de una residencia universitaria o de un centro de estudios- llamará al número de teléfono interno de una encargada para cada zona, para que ésta llame a las habitaciones de las otras numerarias.

Cada una repite el rito del *minuto heroico* y del *ofrecimiento de obras*; después, llevando una bata si los servicios, como ocurre frecuentemente en los centros donde viven personas más jóvenes, son comunes, se dirige al baño donde en media hora exacta se lavará, dándose una rápida ducha con agua fría (el agua caliente siempre está disponible, pero es de buen espíritu y tema de dirección espiritual semanal hacer esta mortificación y ofrecerla por el *Padre*), se maquilla un poco, según el gusto de cada una, y de vuelta a su habitación, se viste y hace la cama.

Todas estas operaciones se hacen en perfecto silencio, llamado *tiempo de la noche*⁵³, para permitir a cada una vivir con un recogimiento interior hecho de jaculatorias y comuniones espirituales -dos *normas de siempre*- la preparación para la oración mental y la misa.

Media hora exacta después del sonido del despertador se empiezan a reunir en el oratorio, la capilla del centro. La encargada del oratorio, o si ésta no ha llegado todavía, cualquier otra numeraria con buena voluntad e iniciativa, enciende dos velas a los lados del sagrario y ocasionalmente -si es fiesta- coloca flores, con tallo corto y puestas directamente en el borde posterior del altar, sin ningún recipiente de agua que prolongue su duración, en el espacio entre el tabernáculo y los tres candeleros que

⁵¹ “Se suele retrasar algo la hora de levantarse los domingos y días de fiesta, sobre todo cuando en los días laborables es muy temprana, aunque, en general, la diferencia de horario no es grande” (Glosas sobre la obra de San Miguel, Roma, 29-IX-87, II. Ambiente de los Centros).

⁵² “Los fieles del Opus Dei deben cultivar intensamente un ascetismo lleno de fortaleza. Este ascetismo se apoya en la humildad - que todos manifiestan desde el primer instante del día, con la frente en el suelo, diciendo ‘serviam’ “ (De spiritu et de piis servandis consuetudinibus, Roma 1990, 13).

⁵³ “Para conseguir un trato más íntimo con Dios, hemos de guardar silencio durante el tiempo de la noche y durante el tiempo de trabajo de la tarde: el primero dura desde el examen de la noche hasta el final de la Misa o de la oración de la mañana; el segundo, tres horas, después del almuerzo o de la tertulia” (De spiritu et de piis servandis consuetudinibus, Roma 1990, 123).

tiene a su lado.

Mientras tanto todas llegan en pequeños grupos, después de retirar de un mueble con compartimentos que se encuentra junto al oratorio el misal y el velo con el que se cubrirán la cabeza, y la encargada del día comienza en voz alta la oración mental hecha en común: “*Señor mío y Dios mío, creo firmemente que estás aquí, que me ves, que me oyes. Te adoro con profunda reverencia. Te pido perdón de mis pecados y gracias para hacer con fruto este rato de oración. Madre mía Inmaculada, san José mi Padre y Señor, Ángel de mi guarda, interceded por mí*”. A continuación empieza la lectura en voz alta de *Meditaciones*⁵⁴, un texto redactado en varios libros para el tiempo ordinario y las diferentes fiestas y periodos litúrgicos, para uso exclusivo de los socios, en el que, en tres párrafos que se leen a intervalos de diez minutos para la oración mental personal, se van repasando metódicamente varios aspectos del espíritu del Opus Dei relacionándolos con los textos litúrgicos.

Al menos una vez a la semana la oración mental de la mañana la predica el sacerdote numerario encargado del centro⁵⁵. En ese caso la encargada del oratorio la tarde anterior, además de preparar los ornamentos para la celebración de la misa, deja preparado entre el presbiterio y los bancos de los fieles, de tal modo que el sacerdote no dé la espalda al sagrario pero se pueda dirigir a las numerarias sentadas en los bancos, una mesita, cubierta con un paño que cubra completamente el mueble hasta el suelo, con una lamparita con pantalla encima y un crucifijo.

Cuando el sacerdote llega, se arrodilla ante el tabernáculo y le dirige la oración del comienzo de la oración, luego se apagan todas las luces en la habitación del oratorio, excepto las dos velas a los lados del altar y la lamparita sobre la mesa del sacerdote, y éste comienza a decir en voz alta su meditación que se escucha en silencio, y tratando de unirse personalmente, por las numerarias presentes.

A veces el sacerdote lee sus apuntes, otras no. A veces alguna en el auditorio siente la necesidad de apuntar una idea o un propósito y saca la agenda de bolsillo que

⁵⁴ Además de los libros de *Meditaciones*, hay toda una serie de libros para uso interno de los socios de la Obra que recogen las enseñanzas del fundador -reproducidas textualmente o comentadas-, los criterios del buen espíritu, argumentos doctrinales y ascéticos, etc. Sería muy amplio y complejo describir exhaustivamente toda esta bibliografía, y excede también los objetivos de este estudio. Con respecto a la vida cotidiana, basta saber que periódicamente llegan a los centros, publicaciones de la imprenta -un conjunto de actividades tanto de redacción como tipográficas realizadas en la sede central femenina del Opus Dei en Roma, en Villa Sacchetti- publicaciones periódicas, distintas para la sección de varones y para la femenina del Opus Dei. En el caso de la sección femenina, la revista mensual lleva el nombre de *Noticias*.

“Las revistas dirigidas a los fieles de la Prelatura tienen el aire de cartas de familia que, redactadas de modo sencillo y espontáneo, contribuyen eficazmente a su formación y a su vibración apostólica. Sirven también para conocer y aprovechar experiencias apostólicas o nuevos aspectos de la labor en otros lugares... Estas publicaciones no están pensadas para referir dificultades - de ordinaria administración en toda labor apostólica -: los artículos se escriben en un tono general optimista, alegre y positivo...” (*Vademecum de Publicaciones internas - Roma, 9-1-87, I. Características generales*). Queda sólo por indicar que los artículos que aparecen en las publicaciones internas nunca llevan el nombre de quien, o de quienes, los han redactado.

⁵⁵ “En la medida de lo posible, en los Centros donde viven sólo Numerarios, el sacerdote dirige al menos una meditación a la semana... Además, se procura que, en los Centros de numerarios y agregados, el sacerdote dirija la meditación en las fiestas litúrgicas principales y en las fiestas de la Obra” (*Glosas sobre la obra de San Miguel, Roma, 29-IX-87, I. Medios de formación*).

siempre lleva consigo para escribir rápidamente alguna frase.

Tanto si la meditación de la mañana la predica el sacerdote como si no, la meditación termina media hora después con una oración en voz alta similar a la del comienzo: *“Te doy gracias, Dios mío, por los buenos propósitos, afectos e inspiraciones que me has comunicado en esta meditación. Te pido ayuda para ponerlos por obra. Madre mía Inmaculada, san José, mi Padre y Señor, Ángel de mi guarda, interceded por mí”*.

Luego el sacerdote se traslada a la sacristía y, si alguna lo necesita, pasa al confesionario⁵⁶. Revestido con los ornamentos preparados según indicaciones precisas, el sacerdote pasa al oratorio, donde mientras tanto se han encendido todas las luces eléctricas y, si es una solemnidad o una fiesta, las seis velas de cera a los lados del sagrario, y comienza la celebración de la misa⁵⁷ que se celebrará dando la espalda al pueblo y, si no hay presentes personas que no sean *“de casa”* es decir que no sean del Opus Dei, en latín. Es de buen espíritu usar con devoción el misal italiano/latín, no sólo para seguir mejor los textos de la liturgia, sino también para no distraerse y para ayudarse en los diez minutos de acción de gracias de la comunión. Habitualmente se usa el Canon I o Canon Romano, más largo y solemne, y sólo muy excepcionalmente se pueden usar los otros cánones.

La misa se celebra y sigue con gran recogimiento, los movimientos de los fieles son simultáneos así como sus voces en las respuestas al sacerdote. Todo está caracterizado por la devoción y la corrección. La encargada del oratorio hará sonar una campanilla justo antes de la consagración eucarística y al final de la consagración de las dos especies. En la sección femenina, donde no es posible ayudar a misa ya que ninguna mujer está admitida al servicio del altar, se enciende al comienzo de la celebración una velita colocada en una palmatoria situada sobre el altar, a la derecha del celebrante y junto al corporal. Esta velita, en la sección de varones y en las misas solemnes en que se ayuda a misa, se enciende en el momento de la consagración. Al momento de la comunión, dos numerarias que se encuentran en los primeros bancos se levantan para acercarse al centro del corredor formado por las dos filas de bancos dos reclinatorios, que generalmente completan el primer banco de la fila, los cubren con un paño de lino blanco almidonado y bordado, y encima dejan una bandejita oval de metal precioso, generalmente plata o plata dorada, que sirve a quien comulga para ponerlo bajo la boca para evitar que se pierda el más pequeño fragmento de partícula consagrada. La comunión se recibe de rodillas.

Terminada la misa, el sacerdote vuelve a la sacristía para quitarse los ornamentos, a veces acompañado por un breve canto gregoriano⁵⁸. La mayoría de las

⁵⁶ “En cualquier caso, los sacerdotes están un rato en el confesionario antes de celebrar la Santa Misa en los Centros de la Obra, muy especialmente en los que hay vocaciones recientes” (Glosas sobre la obra de San Miguel, Roma, 29-IX-87, I. Medios de formación).

⁵⁷ “Hay que procurar que haya Misa diariamente en cada Centro, celebrada por un sacerdote de la Obra: no es acertado que varios numerarios acudan juntos de modo habitual a una iglesia; y, de ordinario, tampoco conviene invitar a otros sacerdotes a celebrar en nuestros oratorios. Cuando hay aún pocos sacerdotes de la Obra en una ciudad, se pide a la Comisión Regional que autorice la binación siempre que sea necesario” (Glosas sobre la obra de San Miguel, Roma, 29-IX-87, I. Medios de formación).

⁵⁸ “...Donde hay un número suficiente de fieles de la Prelatura, siempre se ha vivido la tradición de entonar después del Santo Sacrificio algún canto en latín, que puede corresponder a la

veces hará su acción de gracias de la misa en el confesionario, donde es posible que pase alguna numeraria que no haya cumplido todavía la norma de la confesión semanal, o más simplemente alguna que quiere pasar para una confesión de devoción, es decir no necesaria para recibir en gracia el sacramento de la eucaristía, sino hecha para aumentar el propio espíritu de contrición o en expiación por cualquier falta considerada más seria de lo habitual. A veces el sacerdote se parará todavía algún minuto para cambiar unas pocas palabras, necesarias para el gobierno espiritual de la casa, con la directora, que irá a hablarle a la sacristía, siempre acompañada por otra numeraria, generalmente una *senior*, por edad o por responsabilidades de gobierno en el centro. Mientras tanto en el oratorio, todas las numerarias hacen diez minutos de acción de gracias de la misa, que termina con el rezo del himno *Trium Puerorum*, o con el Salmo II el martes o el *Adoro Te Devote* el jueves.

A la salida del oratorio, mientras se recogen velas y misales, se rompe el tiempo de la noche y ya se intercambian frases de saludo y de la vida cotidiana, luego se dirigen hacia el comedor para el desayuno a base de leche, café, a veces té si alguna lo necesita o desea, y pan con mantequilla y mermelada. Ya desde esta primera comida del día se empieza a vivir la norma de siempre de la mortificación: podrá ser abstenerse del azúcar en el café o de untar el pan con la mantequilla⁵⁹: cada una se las ingenia para poner lo que el fundador llamaba “el ingrediente de la mortificación” en su comida, de forma disimulada.

Terminado el desayuno, que dura unos diez minutos, cada una se retira para ponerse un delantal blanco para el desarrollo de un encargo de limpieza o mantenimiento del centro en que vive, encargo del que se está dispensada sólo en casos excepcionales⁶⁰. A veces este encargo de limpieza, por exigencias organizativas del centro, puede ser programado antes de la oración y de la misa, y entonces se desarrolla continuando a observar el tiempo de la noche y limitándose por tanto a intercambiar sólo las palabras indispensables para el desarrollo del trabajo.

Este momento de trabajo a menudo es el elegido para llevar el cilicio⁶¹, un instrumento de mortificación cuyo uso está previsto durante dos horas en la jornada de cada numeraria y agregada. El modelo de cilicio usado por los socios de la Obra consiste en una cadenilla de hierro formada por mallas que terminan en puntas afiladas, de una anchura de tres o cuatro centímetros y de la longitud necesaria para

Misa que se ha celebrado o al tiempo litúrgico: *Crux fidelis, Ubi Caritas, Pax in coelo, Ave Maris Stella, Magnificat, Te Ioseph, Oremus pro Patre, Rorate coeli, Media vita, etc.*” (De spiritu et de piis servandis consuetudinibus, Roma 1990, 76, nota 35).

⁵⁹ “Leíamos -tú y yo- la vida heroicamente vulgar de aquel hombre de Dios. -Y le vimos luchar, durante meses y años (qué "contabilidad", la de su examen particular!), a la hora del desayuno: hoy vencía, mañana era vencido... Apuntaba: "no tomé mantequilla..., tomé mantequilla!" Ojalá también vivamos -tú y yo- nuestra..., "tragedia" de la mantequilla” (Camino, 205).

⁶⁰ “La preocupación de los miembros del Consejo local por el cuidado de la casa, les lleva a estar siempre pendientes de los detalles materiales, y a procurar que las demás personas del Centro ejerciten también su sentido de responsabilidad mediante encargos concretos” (Vademecum de las sede de los Centros, Roma, 6-XII-87, pag. 8).

⁶¹ “Para mortificar y someter el cuerpo, los numerarios y los agregados del Opus Dei, de acuerdo con quien dirige su alma, practicarán fielmente la piadosa costumbre de llevar cada día, al menos por dos horas, un pequeño cilicio; además, una vez a la semana, usarán las disciplinas y dormirán en el suelo, siempre que no haya peligro para la salud” (De spiritu et de piis servandis consuetudinibus, Roma 1990, 125).

poder rodear estrechamente la parte alta del muslo. La duración de esta penitencia puede alargarse por la devoción de cada persona, que en todo caso deberá siempre pedir el permiso a la propia directora para aumentarla. Es muy frecuente que ese tiempo se alargue en el *día de guardia*⁶², o por alguna intención apostólica o para poder encomendar alguna intención especial.

El uso del cilicio en este momento del día en que se realiza una actividad física permite ante todo no retrasar el cumplimiento de esta costumbre, arriesgándose a saltársela o abreviarla, además de seguirla de una forma más generosa, ya que la necesidad de tener que realizar muchos movimientos no permite aliviarse. En todo caso no hay indicaciones contrarias a que se cumpla en cualquier otro momento del día.

Después de este primer momento de limpieza de la casa, las personas que tienen un trabajo externo se preparan para salir, las otras continúan con el trabajo de limpieza si éste es su trabajo profesional, como es el caso de las numerarias auxiliares y de las numerarias encargadas de trabajos de administración, o bien empiezan su trabajo de oficina si tienen encargos internos de gobierno, como en el caso de los miembros de un *Consejo local*, de una *Delegación* o de la *Asesoría*.

2. Comida y *tertulia*⁶³.

Las numerarias de un centro vuelven a reunirse para el almuerzo.

Quien haya tenido la posibilidad, habrá cumplido ya, por la mañana, otra norma del plan de vida, la *lectura espiritual*. Esta norma consiste en la lectura de un pasaje del evangelio, que durará unos cinco minutos, y se hace de forma ordenada y progresiva, de tal forma que se garantice que, pasado algún tiempo, cada una haya leído y vuelva a leer de forma sistemática todo el Nuevo Testamento. La norma continúa, hasta alcanzar un tiempo total de quince minutos, con la lectura de un libro espiritual: puede ser un clásico de la literatura espiritual ascética o teológica patrimonio de la iglesia católica, pero con el paso de los años, después de 1975, año de la muerte del fundador, prevalece la tendencia a leer textos de monseñor Escrivá. También las publicaciones internas *Noticias* para la sección femenina y *Crónica* y *Obras* para la sección de varones, se pueden usar como textos para la lectura espiritual, en los artículos que son de argumento ascético o que contienen palabras del *Padre*, en *tertulias* o encuentros de otro tipo.

Además a mediodía, privadamente o en pequeños grupos cuando existe esa posibilidad, cada numeraria habrá rezado el *Angelus* o el *Regina coeli* en el tiempo pascual.

Quien ha estado fuera, al entrar pasa por dirección para saludar a la directora. Todos los miembros de la Obra, cuando están solos utilizan para saludarse entre ellos

⁶² Por lo que se refiere a esa costumbre, véase más adelante.

⁶³ “Las tertulias son una necesidad de la vida en familia, un gran medio para mejorar la formación y una oportunidad de manifestar prácticamente la entrega a los demás en multitud de pequeños detalles... El Consejo local cuida de que las tertulias mantengan siempre el tono sobrenatural y humano propio de la Obra, y procura que todos contribuyan a lograr este ambiente, sin que ninguno -por timidez o comodidad, inconscientemente- esté habitualmente pasivo” (Glosas sobre la obra de San Miguel, Roma, 29-IX-87, II. Ambiente de los Centros).

una fórmula interna que quiere recordar el saludo que usaban los primeros cristianos “*Pax*”, al que se responde “*In aeternum*”. Esta fórmula de saludo es habitualmente lo primero que se enseña, con alegre complicidad, a quien acaba de *pitár*⁶⁴, inmediatamente después de entregar a la directora la carta con su petición de admisión a la Obra.

Pocos minutos antes de la comida las numerarias del centro se encuentran en el oratorio para rezar *en familia*⁶⁵ de las *Preces*, la oración oficial del Opus Dei, compuesta por frases de salmos y de oraciones, que en conjunto forman como un compendio del espíritu de la Obra.

Una numeraria vuelve a encender las dos velas pequeñas a los lados del sagrario, que señalan la oración hecha *en familia* de manera oficial, en vez de las que las personas particulares rezan privadamente. Cada día, en turno por orden alfabético, una persona se encarga de dirigir estas oraciones. Cuando todas han llegado, se besa el

⁶⁴ “Pitar” es la palabra que se usa en el lenguaje interno del Opus Dei para indicar que una persona ha pedido la admisión en la Obra, aludiendo al pitido que la locomotora del tren emitía, antiguamente, para señalar que partía. Hablaré a continuación de las diferentes incorporaciones que llevan a la pertenencia definitiva a la institución. De momento sólo quiero aludir al momento inicial de la vocación. El “pitaje” está precedido por el trabajo proselitista que provoca la “crisis” (=búsqueda) vocacional, a través de un plano inclinado que, si todo va bien, continuará sucesivamente de modo gradual con la formación que se da a las vocaciones recientes. Este plano inclinado lleva a despertar en el ánimo de las chicas, consideradas idóneas para llegar a ser numerarias (o, según los casos, numerarias auxiliares, agregadas o supernumerarias), inquietudes espirituales, impulsándolas a comenzar y a profundizar un camino de intensa vida de piedad, formación doctrinal e inquietudes altruistas no sólo en cuanto a las necesidades materiales, sino sobre todo respecto a las necesidades espirituales de su prójimo. Una vez provocada la crisis vocacional, se sigue con constancia a la candidata hasta que, en algunos casos, se consigue con consienta en pedir la admisión a la Obra. Esa petición se hace por medio de una carta en la que se manifiesta claramente al prelado (o al consiliario regional, en el caso de las supernumerarias) la propia voluntad de ser admitida en el Opus Dei como numeraria (u otra cosa, según los casos). Cuando se juzgaba oportuno, se organizaban breves convivencias con objeto dar el impulso final a alguna pitable todavía indecisa, mediante una vida de familia más intensa y afectuosa, el relato, oportuno, de las vocaciones de otras numerarias, o de momentos conmovedores de la historia de la Obra, pero sobre todo mediante un trato personal particularmente intenso con las numerarias (casi siempre una más cercana por edad y circunstancias a la pitable y otra más mayor y autorizada) que la seguían apostólicamente. Hasta la erección del Opus Dei en Prelatura personal, en 1982, la edad mínima para poder pedir la admisión era de catorce años y medio. Después de la erección en Prelatura, se subió ese límite de edad: “La edad mínima para incorporarse a la Prelatura, mediante la Oblación son los dieciocho años. Por tanto, nadie puede ser admitido antes de los diecisiete, ni se toma en consideración la petición de admisión de quienes no hayan cumplido los dieciséis años y medio. Las personas que, a partir de los catorce años y medio, deseen pedir la admisión, sólo podrán solicitarla como aspirantes, mediante carta dirigida al Consiliario. Los aspirantes deben reunir las condiciones y disposiciones previstas para los candidatos. Al cumplir los dieciséis años y medio, si perseveran en su propósito, y el Consejo local correspondiente lo autoriza, escriben una nueva carta pidiendo la Admisión en la Obra” (Vademecum de los Consejos locales, Roma, 19-III-1987, cap. I, pag. 19).

⁶⁵ “Para hacer referencia a las pocas Normas y Costumbres que cumplen juntos los miembros de la Prelatura que viven en familia se emplea la expresión reuniones de familia, porque lo son. En los Centros de numerarios mayores, estas reuniones son diariamente la oración de la mañana, la Misa y la acción de gracias, las Preces, la Visita al Santísimo, el examen del mediodía, el comentario del Evangelio y el examen de la noche. En los otros Centros, además, se reza diariamente en familia una parte del Rosario” (Glosas sobre la obra de San Miguel, Roma, 29-IX-87, II. Ambiente de los Centros).

suelo repitiendo “*Serviam!*”, luego quien dirige la oración empieza “*Ad Trinitatem Beatissimam*” y, en coro, las demás responden: “*Gratias tibi Deus, gratias tibi: vera et una Trinitas, una et summa Deitas, sancta et una Unitas*”. La voz individual continúa: “*Ad Iesum Christum Regem*”, y las otras responden: “*Dominus Iudex noster, Dominus Legifer noster, Dominus Rex noster: ipse salvabit nos*. La oración continúa unos minutos con invocaciones a la Virgen, a los santos protectores de la Obra y con oraciones por el *Padre*, pero los benefactores y los familiares de los socios de la Obra, por los socios vivos y difuntos.

Puede haber algún momento de desconcierto en los centros en que las numerarias no viven ellas solas, por ejemplo en las residencias universitarias o en los clubs de bachilleres, donde frecuentemente durante el día entran en el oratorio personas *no de casa*, porque se trata de evitar que en el momento de rezar las *Preces* estén presentes personas ajenas, que quedarían extrañadas por el hecho de ver a tanta gente al mismo tiempo realizar gestos de devoción tan excéntricos como besar el suelo y rezar en riguroso latín oraciones desconocidas para la mayoría.

Terminado el rezo de las *Preces*, se permanece todavía algún instante en silencio para hacer el *examen particular*, cada una por su cuenta, después la directora o en su ausencia la *dignior* -la más importante por cargo o por edad- terminan este momento de vida de familia con la jaculatoria habitual “*Sancta Maria, Spes nostra, Ancilla Domini*”, a la que todas responden “*Ora pro nobis*”⁶⁶.

Nuevamente se sale del oratorio, se vuelven a retirar las velas y se dirigen charlando hacia el comedor. Allí, en una o dos mesas, según el número de personas que viven en el centro, preparado con un cuidado que alcanza la elegancia, las numerarias toman asiento. Sólo el puesto de la directora es fijo, las otras cambien, y en una residencia universitaria tendrán cuidado las numerarias de repartirse por las diferentes mesas, mezclándose con las otras residentes que no pertenecen a la Obra, para garantizar con su presencia el mantenimiento de un buen tono humano y, en lo posible, sobrenatural.

Cuando todas están sentadas, la directora hace sonar la campanilla que señala su sitio, y quien tiene el turno de oración en ese día comienza la bendición de la comida: “*Benedic, Domine, nos et haec tua dona quae de tua largitate sumus sumpturi. Per Christum Dominum nostrum*. Al que todas responden con el “*Amen*” ritual. La fórmula latina se utiliza exclusivamente en los *centros de san Miguel* - habitados sólo por numerarias-, en todos los demás se utiliza la misma oración traducida al italiano.

La comida es uno de los llamados *momentos de vida de familia*, en los que es de buen espíritu para una numeraria, vivir con naturalidad y espontaneidad la dimensión más laical de su vocación, comportándose con mayor espontaneidad y en lo posible con alegría, aunque sin dejar de cumplir sus obligaciones de caridad y de solicitud hacia las otras. Todo, como en el desayuno, sazonado con el ingrediente de la mortificación. En estos momentos son muy apreciadas las anécdotas apostólicas, especialmente las unidas al trabajo desarrollado durante la mañana. Naturalmente este

⁶⁶ Las reuniones en familia de los fieles varones se concluyen con la jaculatoria: *Sancta Maria, Spes nostra, Sedes Sapientiae, ora pro nobis*; y las de las mujeres de la Prelatura son: *Sancta Maria, Spes nostra, Ancilla Domini, ora pro nobis*” (De spiritu et de piis servandis consuetudinibus, Roma 1990, 86).

modo ideal de comportarse de hecho se vive de modos muy distintos según la situación concreta en que se encuentra. En un centro de estudios, por ejemplo, se advertirá al mismo tiempo una mayor medida y control de todo comportamiento - debido al régimen de intensa formación que caracteriza a un centro de esa clase- con una especie de represión pícara, y a veces ni siquiera tanto, debido a la joven media de edad. En los centros en que se desarrolla labor de gobierno, delegaciones y asesoría, especialmente cuando hay alguna numeraria invitada, se llega a percibir una cierta sumisión, debida a la emoción de encontrarse cara a cara con las directoras que son consideradas como representantes directas del *Padre* y por tanto indirectamente de Dios mismo. En los cursos anuales y en los centros de san Miguel se tendrá en general una mayor espontaneidad, incluso sazónada, a veces, por alguna excepción a las reglas no escritas del buen espíritu por parte de alguna numeraria más independiente y con libertad de espíritu. Finalmente, en los centros de numerarias auxiliares, el tono será frecuentemente alegre, con alguna nota de infantilismo, marcado por las intervenciones de la numeraria que asiste, sirviendo y controlando el buen espíritu, a la comida de las auxiliares.

La comida se compone normalmente de un primer plato, uno segundo con guarnición, y fruta, acompañados de agua, vino y pan, de lo que cada una se sirve según lo que necesita y desea. Se cuidan pequeños detalles de una cortesía que quiere ser, al mismo tiempo, una forma de caridad: llenar el vaso de la que está al lado o acercarle un plato que esté lejos sin esperar a que la interesada lo pida, tratar de no tomar para sí la parte mejor, no anticiparse para servirse, etc.

Si alguna llega tarde, se acerca a la directora y le pide disculpas, una costumbre que está a mitad de camino entre un acto de buena educación y una enmienda hecha con espíritu ascético.

En los centros administración normalmente el servicio de la mesa será llevado a cabo por una o más numerarias auxiliares o por colaboradoras domésticas que no pertenezcan a la Obra. En los centros sin este servicio, las mismas numerarias se turnan para el servicio de la mesa, levantándose cada vez que haga falta para retirar los platos o para servir los nuevos.

En los días de fiestas la comida se puede enriquecer con un dulce en lugar de la fruta, con un vino de más calidad, con un ligero aperitivo, que en el caso de fiestas particularmente solemnes llega a estar muy cuidado y servido en un carrito en la sala de estar. En este caso también el servicio de servilletas, platos, cubiertos y vasos son de más calidad y tono que los usados cotidianamente, y se intenta que no falte una pequeña decoración de flores en el centro de la mesa. También el uniforme de quien sirve en la mesa, en estos días, es más elegante.

Se intenta mantener el tiempo de la comida en media hora. Cuando todas han terminado, la directora da con la campanilla con que ha regulado y dirigido el servicio de la mesa, la señal y se recita la oración de acción de gracias: "*Agimus tibi gratias, omnipotens Deus, pro universis beneficiis tuis. Qui vivis et regnas in saecula saeculorum -Amen -Deus det nobis suam pacem -Et vitam aeternam, amen*".

A continuación se vuelve al oratorio par ala *Visita al Santísimo Sacramento*" o como más frecuentemente se suele decir, para la *Visita, tout court*. A diferencia de las "*Preces*" antes de la comida, que en presencia de personas ajenas a la Obra pueden disimularse hasta evitar recitarlas todas juntas como momento de *vida de familia*, para

esta *Visita* se intenta implicar al máximo posible a las residentes y a otras personas que no sean del centro alojadas en ese momento. Se rezan tres veces el Padre nuestro, el Ave María y el Gloria al Padre, terminando la visita con la *comunión espiritual*: “*Yo quisiera, Señor, recibirlos con aquella pureza, humildad y devoción con que os recibió vuestra Santísima Madre, con el espíritu y fervor de los santos*” y con la jaculatoria “*Sancta Maria, Spes nostra...*” que ya conocemos.

Llega entonces el momento de la *tertulia*. El término en español, lengua paterna del Opus Dei, significa una reunión entre amigos para charlar. En la Obra este momento quiere ser lo más parecido al que se da en las familias después de la cena, cuando después de haber liquidado todo y terminados los quehaceres, se reúne en la misma habitación para leer el periódico, poner un punto de costura, escuchar distraídamente la TV, y sustancialmente estar juntos los miembros de la misma familia. Pero la *tertulia* en la Obra es sobre todo un momento exquisitamente apostólico, tanto si sólo están presentes *personas de casa* -y entonces se caracterizará sobre todo por noticias del *Padre*, con anécdotas proselitistas respecto a las personas más próximas a pedir la admisión en la Obra, y con noticias sobre las nuevas actividades apostólicas-, como si están presentes personas que no sean de la Obra, y entonces se tratarán más o menos los mismos temas pero *ad usum delphini*, sin detallar demasiado las intenciones proselitistas, destacando la referencia a la Iglesia y a la sociedad más que a la Obra, o bien insistiendo decididamente en el aspecto más lúdico y recreativo, con algunas canciones cantadas entre todas o algún chiste contado con gracia y buen gusto.

En circunstancias particulares, como por ejemplo una *convivencia de pitables* es decir, que reúne a personas en crisis de vocación, la *tertulia* es el momento privilegiado para dirigir el tema sobre el relato que alguna numeraria puede hacer sobre el nacimiento de su propia vocación, deteniéndose en los aspectos más pintorescos -como una conversión o haber sido la primera de una nación- o más dramáticos, como la oposición por parte de la propia familia de origen o la terminación de una gran relación afectiva. En este caso, mientras una habla, todas las demás terminan por escuchar conmovidas con ansiedad por la situación tan emotiva que se llega a crear.

También la *tertulia* dura alrededor de media hora. Al terminar el tiempo previsto, la directora indica el final levantándose y marchándose al oratorio o a su despacho.

3. Tarde.

Empieza el *tiempo de trabajo*⁶⁷, un segundo periodo de silencio y recogimiento -aunque no tan radical como el de la noche- que dura unas tres horas y que sirve para preparar la media hora de oración mental de la tarde.

La primera parte de la tarde es un momento frecuentemente dedicado al rezo del *Rosario*, ya como momento de *vida de familia* -en los días de fiesta solemne y en los *cursos anuales* y *cursos de retiro*-, ya como norma del *plan de vida* vivida privadamente. Como todas las otras normas, el rezo del Rosario puede y debe

⁶⁷ Cfr. nota 53.

convertirse, siempre que sea posible, en un momento de apostolado. En las residencias universitarias las numerarias lo rezarán a menudo con alguna de las residentes que están tratando apostólicamente, igualmente en los clubs de bachilleres y en las *convivencias de san Rafael*.

Hay una manera uniforme de rezar esta oración. Antes del Rosario propiamente dicho, se repite la *visita al santísimo*, luego la oración “*Domine, labia mea aperies*” a la que se responde “*Et os meum annuntiabit laudem tuam*”; “*Deus, in adiutorium meum intende*”, “*Domine ad adiuvandum me festina*”; “*Gloria Patri...*”; a continuación se sigue con el rezo de las decenas precedido por el enunciado del misterio, gozoso, doloroso o glorioso, que se va a contemplar. Finalmente se rezan las letanías de la Virgen.

Después de la muerte del fundador se asistió dentro de la Obra a una vuelta de tuerca respecto a las exigencias ascéticas y doctrinales vividas hasta entonces, querido por el nuevo presidente general don Álvaro del Portillo. Empezó entonces a ser de buen espíritu, pero no obligatorio, rezar cada día las tres partes del Rosario completas. Anteriormente se recitaban sólo los cinco misterios que la Iglesia propone a la devoción de los fieles para cada día de la semana, recogándose para una rápida contemplación mental de los otros misterios, cinco por la mañana y cinco por la tarde.

En todo caso también el Rosario, como todas las otras *normas del plan de vida* diario, menos las dos horas de oración mental expresamente previstas una por la mañana y otra por la tarde, se pueden cumplir en cualquier momento del día, haciéndolas compatibles con las propias circunstancias personales de actividades profesionales y de circunstancias familiares. De todos modos conviene evitar cumplirlas todas juntas una a continuación de otra, porque su finalidad es en cambio la de llenar todo el día de citas que ayuden a mantener un trato constante con Dios.

Generalmente la tarde es un tiempo privilegiado para dedicarlo al propio *encargo apostólico*. Lo del apostolado personal y el proselitismo es un deber que incumbe a todo socio del Opus Dei sin excepciones: toda la formación que se da y que se recibe en la Obra impulsa y motiva a transformar en apostólica toda circunstancia de la vida. Eso no evita que a cada socio se le confíe un encargo apostólico del que se sienta responsable de forma particular. Por lo cual, terminada la *tertulia* de la tarde y si es posible cumplida alguna *norma del plan de vida*, cada una de las numerarias del centro se dedican a ese encargo, dentro o fuera del mismo centro. Algunas saldrán para desarrollar la labor de *san Rafael* -con chicas jóvenes- en un club de bachilleres o en una Residencia universitaria; otras, normalmente pertenecientes a un grupo de más edad, saldrán para realizar su encargo de *san Gabriel* -con supernumerarias y cooperadoras- pertenecientes a la Obra las primeras, o cercanas a ella las segundas, orientada a la vida matrimonial. También puede suceder que el lugar donde se realiza el propio encargo sea el mismo centro donde se vive; en cambio sucede que algunas numerarias -que desarrollan una actividad profesional externa que requiere un horario de trabajo amplio- no vuelvan a su centro hasta avanzada la tarde, con el tiempo justo para terminar el *plan de vida* y realizar algún pequeño encargo doméstico, o hacer la charla fraterna con la directora. Estas numerarias, además de desarrollar su apostolado personal con las colegas de su trabajo, normalmente dedicarán a su encargo apostólico, más reducido, el sábado.

También la merienda es para una numeraria un momento de *vida de familia*,

aunque no obligatorio como los otros, que siempre que le resulta posible es conveniente transformarlo también en un momento apostólico, viviéndolo con las residentes en una residencia universitaria, o con las asociadas del club en los centros para chicas más jóvenes. En este último caso es de buen espíritu vivir los que el fundador llamaba “*el apostolado de no dar*” e pedir a las invitadas una pequeña contribución económica para cubrir los gastos de la merienda.

4. Noche.

La cena, aún más que el almuerzo al que, por exigencias profesionales o de otro tipo, sucede que no participan todas las personas del centro, es el momento de vida de familia que ve reunidas a todas las numerarias. La comida tiene las características del almuerzo, excepto el hecho de que generalmente es un poco más ligero, no en el número de platos, sino en cuanto al contenido. En la segunda mitad de los años 80 algunas directrices del *Padre*, orientadas a dar una vuelta de tuerca a la austeridad con que los fieles de la prelatura viven las exigencias de la entrega, limitaron el uso del vino sólo al almuerzo, y desde entonces en la mesa de la cena se encuentra sólo la jarra del agua.

Justo antes o inmediatamente a continuación de la cena, según las exigencias de horario de cada centro, hay un tiempo dedicado al propio encargo. Una numeraria se encargará de registrar en el diario del centro los asuntos del día, con sencillez y espíritu positivo, destacando sucesos y éxitos apostólicos, mencionando discretamente y brevemente sucesos menos positivos, teniendo claro que todo será controlado con frecuencia por el director del centro, tanto para completar posibles olvidos como para hacer las correcciones oportunas⁶⁸.

Mientras tanto la encargada del oratorio preparará todo lo necesario para la celebración eucarística del día siguiente, ayudándose con la *Epacta* -la agenda litúrgica oficial de la Iglesia- y consultando la *Praxis de oratorio* -una colección de criterios establecidos por el fundador y de experiencias maduradas con los años en los centros y consideradas de valor universal- todas las veces que le surge cualquier duda respecto a la correcta ejecución de su encargo: desde la disposición de los objetos litúrgicos sobre el altar, a la distancia que deben quedar del suelo los manteles dispuestos sobre el mismo altar, al número de prendas de la dotación litúrgica que debe haber en cada centro, a la mayor o menos solemnidad -identificada por las letras A, B, o C del alfabeto- con que deberá ser celebrada alguna fiesta de la Iglesia o de la Obra. Es probable que en el mismo momento la secretaria del consejo local abra la

⁶⁸ “El diario se redacta en un estilo sencillo, familiar, sin pretensiones literarias, pero sin abusar de vulgarismos o de frases hechas, ininteligibles a la vuelta de poco tiempo. La extensión es variable: unos días bastan tres o cuatro líneas; otros, en cambio, se escriben algunas páginas. Los temas brotan espontáneamente de la preocupación apostólica, de la visión sobrenatural, de la ilusión y del cariño humanos que caracterizan el ambiente del Centro: pequeños detalles de la vida en familia; anécdotas del apostolado; hechos edificantes narrados con naturalidad; etc. Aunque el espíritu de alegría y de optimismo lleva a no transformar el diario en un paño de lágrimas, se anotan también, si ocurren, algunos hechos o circunstancias que, de no relatarse darían una visión deformada, irreal de la vida de ese Centro... El Director revisa con frecuencia el diario, tanto para subsanar posibles olvidos, como para hacer las correcciones oportunas” (Vademecum de las sedes de los Centros, Roma, 6-XII-87, pag. 32-33).

caja para que las numerarias puedan hacer su petición de dinero -la cantidad de dinero entregada a cada una no es habitualmente abundante y no basta para cubrir los gastos de todo un mes si hay algún imprevisto- y que alguna otra numeraria dedique este tiempo disponible para hacer o recibir, la charla fraterna.

Normalmente la *tertulia* de la noche es la última obligación para una numeraria, antes del examen general y del descanso nocturno.

También la *tertulia* de la noche tiene características muy similares a la del almuerzo. Se intentará, por parte de todas, de cuidar de mantener un buen tono humano y sobrenatural, de no dejar pasar detalles de caridad y de cariño hacia las otras, escuchándolas con atención o dirigiéndoles preguntas que demuestren el propio interés. Es de buen espíritu llevar a menuda la conversación sobre anécdotas apostólicas o respecto al *Padre* o el fundador, llamado *nuestro Padre* desde 1975 para distinguirlo, en el léxico diario, del presidente general primero, o prelado, desde la aprobación del Opus Dei como prelatura personal después, actualmente en vida.

Alguna rara vez se permite la visión de una película emitida por la televisión, un electrodoméstico presente en todas las salas de estar de los centros de la Obra habitualmente guardado dentro de un mueble con puertas que permite cerrarlo con llave, de tal modo que la visión de cualquier programa debe necesariamente pasar a través de la autorización explícita de la directora a que hay que pedir la llave. También esta práctica tiene sus excepciones: en los centros de *numerarias mayores* muy a menudo ese mueble no tiene llave, o se deja en la cerradura, también porque ya que se trata la mayor parte de las veces de centros habitados por un número reducido de personas, se tiene de hecho un más disimulado, pero no menos eficaz, control social. En todo caso la solución de mueble para la televisión sirve para recordar a todas las numerarias que es un instrumento de distracción o de profundización cultural para ser utilizado con la máxima prudencia y restricción⁶⁹. En todo caso, la directora o la *senior* presente tendrá siempre a mano el mando a distancia para interrumpir la visión del espectáculo momentáneamente o definitivamente, si las imágenes pueden ofender la sensibilidad o el pudor que forman parte de la ascética practicada por todo miembro de la Obra⁷⁰.

Terminada la *tertulia*, empieza el tiempo de la noche. Se comienza de nuevo un silencio absoluto, que sólo se interrumpe excepcionalmente por alguna pregunta urgente hecha siempre en voz baja, para no distraer el recogimiento de las demás.

⁶⁹ “...De ordinario, apenas queda tiempo para ver la televisión... Es frecuente, en bastante países, que la televisión, como otros medios informativos, difunda doctrinas filomarxistas, materialistas o laicistas, en el modo de dar y comentar las noticias, en reportajes de tipo cultural o religioso, etc.: a veces, de un modo solapado, particularmente insidioso. Además, es cada vez más agresiva la inmoralidad de muchas emisiones televisivas: en ocasiones, abiertamente pornográficas, o, al menos, de una sensualidad o frivolidad incompatibles con el tono de una familia cristiana” (Glosas sobre la obra de San Miguel, Roma, 29-IX-87, II. Ambiente de los Centros).

⁷⁰ “Concretamente, puede suceder que, aun habiéndolo seleccionado con atención, se comience a ver un programa que -en contra de lo que se había previsto- resulte deformador o desentone con el ambiente de una familia cristiana: entonces, con naturalidad, pero inmediatamente, se apaga el televisor. Al menos en los Centros de Estudios y en los Centros de gente joven, está siempre presente algún miembro del Consejo local cuando se ve la televisión, para enseñar de modo práctico estos criterios prudenciales” (Glosas sobre la obra de San Miguel, Roma, 29-IX-87, II. Ambiente de los Centros).

Todas se dirigen hacia el oratorio para el examen de conciencia, que está precedido por el *comentario del Evangelio*. Esta norma consiste en una breve frase de reflexión, profundización o exhortación escrita por la persona que durante el día ha estado de turno para dirigir las oraciones que se hacen en común, sobre la base del pasaje evangélico leído en la misa del día. Habitualmente el comentario del Evangelio se prepara con tiempo y se deja sobre la mesa de la directora, lo lee para aprobarlo. Aunque alguien, excepcionalmente, se retrase hasta el último momento para prepararlo, antes de leerlo en voz alta en el oratorio se somete a su aprobación. El comentario del Evangelio se termina con indicaciones sobre la liturgia del día siguiente, de tal modo que cada una pueda buscar en su misal la misa correspondiente, en “*Meditaciones*” la lectura exacta, y finalmente que se evite usar las disciplinas - cosa que muchas hacen apenas se levantan si es un día en que lo tienen previsto- si el día siguiente es una fiesta.

El examen general lo hace cada una en silencio. Es de buen espíritu consultar los propios puntos de examen personal en la agenda, y apuntar en ella los resultados de la lucha ascética del día, para llevarlos después a la charla fraterna y si es necesario a la confesión.

Pasados tres, cuatro minutos, por última vez en ese día la jaculatoria “*Sancta Maria, spes nostra, ancilla Domini*” pone fin a la jornada.

La petición a la directora de la autorización para quedarse despierta después del examen para algo urgente que no se ha conseguido terminar se valorará con mucha restricción, y a veces se dará la autorización, más a menudo se negará, quizás con un consejo sobre cómo resolver de otro modo el problema.

Cada una se dedica a una rápida organización personal antes de acostarse. Para alguna esa noche es la víspera de su día de guardia: hay que quitar la almohada y sustituirla por un libro. Ya se sabe que esa noche se dormirá poco y mal, y los frecuentes despertares debidos a la posición particularmente incómoda servirán para multiplicar el rezo de los *Memorare* y el recuerdo y la oración por las otras numerarias del centro.

Cada una, antes de acostarse, se arrodilla junto a su cama y extendidos los brazos en forma de cruz, reza interiormente tres Avemarías para pedir la virtud de la santa pureza⁷¹. El último acto regulado por las normas es rociar la propia cama con unas gotas de agua bendita⁷². Finalmente, no queda más que dormirse.

⁷¹ “Cada día, antes de acostarse, los fieles del Opus Dei rezan devotamente -de rodillas y, si es posible, con los brazos en cruz-, tres Avemarías, llamadas de la Pureza” (De spiritu et de piis servandis consuetudinibus, Roma 1990, 86).

⁷² “Tengan todos en su habitación agua bendita, con la que rociarán su cama, antes de acostarse, y con los dedos mojados se signarán también con la señal de la Cruz” (De spiritu et de piis servandis consuetudinibus, Roma 1990, 115).