

## VI. LA SETTIMANA.

Varie norme, consuetudini e atti che scandiscono la vita di una numeraria non hanno frequenza quotidiana, ma si succedono con ritmi settimanali, mensili, e qualcuna addirittura annuali. Iniziamo a vedere quelle settimanali.

### 1. Colloquio.

Il *colloquio*, o *confidenza*, o *colloquio fraterno* costituisce lo strumento principale, nell'Opera, di direzione spirituale<sup>73</sup>. È una consuetudine che si narra essere nata spontaneamente fra i primi numerari che seguirono il fondatore, i quali, non avendo ancora la possibi-

<sup>73</sup> "La charla, en frase de nuestro Fundador, es el medio de santificación mas soberano que tenemos en el Opus Dei" (*Vademecum de los Consejos locales*, Roma, 19-III-1987, cap. II, pag. 67).

lità di confessarsi con sacerdoti provenienti dalle fila dell'Opus Dei, presero l'abitudine di trattare con il *Padre* argomenti di lotta ascetica e di vita interiore, per essere certi di vivere correttamente lo spirito dell'Opera. In seguito, sempre secondo questa tradizione orale, diventò impossibile per il fondatore seguire in prima persona la direzione spirituale di tutti i suoi figli, ed egli delegò questo compito ai direttori di ogni centro, che a loro volta hanno la facoltà di delegare a persone di loro fiducia, del consiglio locale o meno, tale incarico per ogni singolo membro dell'istituzione.

Il fatto stesso che tale consuetudine non viene indicata con un unico termine vuole significare che è un qualche cosa di spontaneo, di non formalizzato, più un'esigenza della singola persona che non una prescrizione dell'istituzione.

Il colloquio è il luogo per antonomasia per vivere una virtù fondamentale nell'Opus Dei: la sincerità. La formazione data dall'Opera assicura che se tale mezzo di formazione viene vissuto bene, con generosità e fino in fondo, la perseveranza nella propria vocazione è assicurata, e di fatto si torna a insistere una volta e un'altra, nei mezzi di formazione, su tale consuetudine, sui suoi contenuti<sup>74</sup>, sulle disposizioni interiori con cui occorre farla, sulle modalità concrete per realizzarla<sup>75</sup>.

<sup>74</sup> In una guida per lezioni di formazioni che utilizzavamo nel periodo 1971-1988, venivano esaurientemente analizzati i punti che, nell'arco di un certo lasso di tempo, dovevano essere fatti oggetto del colloquio, alcuni con maggiore, altri con minore frequenza: "Quanto concerne la fede, la purezza e la vocazione. Compimento delle norme, specialmente la santa messa, l'orazione, la mortificazione e gli esami di coscienza. Spirito di filiazione, di fraternità e di proselitismo. Preoccupazioni, tristezze, allegrie. Amore alla Chiesa e all'Opera. Preghiera per il romano pontefice e per i vescovi in comunione con la sede di Roma. Umiltà. Spirito di povertà e di distacco. Lavoro. Salute e riposo".

<sup>75</sup> "Esta charla es siempre una *conversación privada y fraterna*, de consejo y aliento espiritual que se puede designar de modos diversos, porque no tiene una denominación propia y exclusiva de la Prelatura. Por eso, no hay ningún inconveniente en utilizar expresiones equivalentes, sobre todo en el lenguaje oral; se puede decir, por ejemplo: vamos a charlar, desde nuestra última conversación, la próxima vez que hablemos, etc. ... Ya en los comienzos de la Obra, la charla nació de manera espontánea, como una costumbre de familia, llena de sencillez, naturalidad y confianza. Por eso, se hace sin solemnidad alguna: es una conversación fraterna, que se mantiene paseando por el jardín, en una terraza, en la sala de estar, en un cuarto abierto a todos, etc." (*Vademecum de los Consejos locales*, Roma, 19-III-1987, cap. I, pag. 13).



Ogni numeraria fa la propria confidenza con la direttrice del centro o con una persona da questa designata. Non è previsto che l'interessata esprima un parere o una preferenza riguardo alla persona con la quale dovrà aprire la propria anima, anzi è di buono spirito accettare docilmente e senza riserve l'assegnazione del proprio colloquio.

Il colloquio si fa una volta alla settimana, e un altro comportamento di buono spirito è il prendere l'iniziativa di sollecitare alla propria direttrice l'appuntamento di volta in volta, senza aspettare di essere cercate.

Il colloquio fraterno, essendo un mezzo di direzione spirituale, da vivere con visione soprannaturale, deve essere preparato nell'orazione mentale, possibilmente utilizzando l'agenda sia per ripassare i propri punti di lotta concretati nei colloqui precedenti, sia per appuntarsi gli avvenimenti e gli argomenti di cui si intende parlare, evitando in questo modo improvvisazioni ed approssimazioni.

Il colloquio ben fatto è caratterizzato, secondo un'espressione del fondatore, da quattro "c": deve essere chiaro, concreto, conciso, completo.

Normalmente nel corso annuale si cambia la persona con cui si fa il proprio colloquio, nell'ottica di evitare una monopolizzazione della direzione spirituale.

## 2. Confessione e direzione spirituale.

Sempre con cadenza settimanale si riceve il sacramento della penitenza con il sacerdote designato per il centro<sup>76</sup>. Dato che, come nel caso del colloquio, non è una determinata persona a dare direzione spirituale, ma è l'Opera in quanto tale, nelle persone da essa designate, a svolgere questo compito, ogni numeraria si confessa abitualmente con il sacerdote incaricato di assistere il centro a cui appartie-

<sup>76</sup> Riguardo al sacerdote che raccoglie abitualmente le confessioni delle numerarie, e in genere di tutti i membri dell'Opera, pur lasciando in linea di principio e secondo quanto esplicitamente previsto dal Codice di Diritto Canonico ad ognuno la libertà di scegliere il proprio confessore, pure il *Vademecum de los Consejos locales* esplicita: "...Es una muestra de muy buen espíritu hacerlo - siempre que sea posible - con sacerdotes de la Obra, aun cuando para eso hayan de emplear medios que se salgan de lo habitual" (*Vademecum de los Consejos locales*, Roma, 19-III-1987, cap. II, pag. 72).

ne. Di fatto non ci sono problemi a che una numeraria, che per qualunque ragione non abbia ancora compiuto nel suo centro questa norma settimanale del piano di vita, si confessi con il sacerdote di un centro in cui si trova di passaggio o che, per esempio, sta seguendo un corso di ritiro o una convivenza alla quale la numeraria assiste, purché tale comportamento resti un'eccezione.

Come si è già detto, una numeraria si confessa esclusivamente utilizzando un confessionale che impedisce il contatto diretto con il sacerdote. Periodicamente, oltre che per l'amministrazione della penitenza, il buono spirito vuole che si parli col sacerdote di argomenti di direzione spirituale, curando molto che i due momenti - quello dell'amministrazione del sacramento e quello della direzione spirituale - risultino ben distinti.

Dato che in questo modo la permanenza in confessionale di ogni singola persona può prolungarsi e che spesso la fila di coloro che attendono di poter entrare è lunga, capita, senza che questa pratica venga di fatto né incoraggiata né sconsigliata, che si faccia una lista su un biglietto in cui chi deve passare dal sacerdote appunta il suo nome in modo tale da avere la sicurezza di essere chiamata dalla persona che la precede, quando questa termina, e potersi nel frattempo dedicare ad altre cose senza passare ore in oratorio.

### 3. Circolo breve.

Settimanalmente tutte le numerarie appartenenti allo stesso centro si riuniscono per il *circolo breve*. Se il centro è formato da molte persone, come per esempio nel caso di un centro di studi o durante un corso annuale, le numerarie appartenenti allo stesso centro vengono suddivise in vari sottogruppi.

Il circolo breve viene diretto abitualmente dalla direttrice del centro e periodicamente da qualche altra persona del consiglio locale. È consuetudine che chi dirige il circolo porti il cilicio durante il tempo necessario allo svolgimento di questa riunione, offrendo questa penitenza per le altre numerarie che assistono. Il circolo inizia con un breve commento al vangelo della liturgia del giorno. Subito dopo le numerarie, in piedi, ascoltano la lettura del piano di vita e a seguire, sedute, una conversazione relativa al commento di una di queste norme. Segue un esame di coscienza nel quale chi dirige il circolo legge delle domande, sempre le stesse, contenute nell'apposita guida, quindi si fa, profondamente inchinate, un atto di contrizione



collettivo recitando il *confiteor*. Segue l'*emendatio*, un'accusa fatta in ginocchio dalle singole numerarie di colpe quotidiane leggere alle quali la direttrice del circolo commina altrettanto leggere penitenze. Per fare l'*emendatio*, occorre consultarsi prima dell'inizio del circolo breve con la persona che lo dirige, e tale atto non è obbligatorio, anche se è di buono spirito viverlo periodicamente e con frequenza, per crescere in spirito di umiltà e di contrizione. Segue una seconda conversazione su argomenti vari. Può essere la lettura di una nota arrivata dalla delegazione o dall'assessorato riguardante un criterio da chiarire, un comportamento da evitare o da promuovere a fronte di avvenimenti pubblici che riguardano l'Opera o la fede cristiana, oppure ancora il commento di un aspetto dello spirito dell'Opera che si è deciso in consiglio locale di dover approfondire, eccetera. Terminata questa seconda conversazione, segue una breve *tertulia* nella quale si trattano soprattutto argomenti apostolici, proselitistici o si scambiano notizie riguardanti il *Padre*, quindi si conclude il circolo con la recita delle preci dell'Opera.

In questo mezzo di formazione, come in tutti gli altri tradizionali dell'Opera - conversazioni su argomenti ascetici, lezioni su argomenti dottrinali, lezioni sullo spirito dell'Opera, eccetera - chi assiste resta in silenzio e non interviene mai con domande: lo spirito, che viene spiegato anche alle ragazze di san Raffaele e alle signore nel lavoro di san Gabriele, non è quello di discutere ma di imparare. Eventuali dubbi e domande di approfondimento possono essere rivolte, successivamente e privatamente, alla persona che ha diretto il mezzo di formazione, oppure per iscritto al sacerdote.

#### 4. Benedizione eucaristica e *Salve Regina* il sabato.

La Vergine Maria è oggetto di una profonda devozione nella spiritualità dell'Opus Dei. Essa viene considerata "fondatrice", dato che nessuna figura femminile ha affiancato il fondatore nell'epoca iniziale, e tale devozione è intensificata nel giorno di sabato, che tradizionalmente la Chiesa dedica alla madre di Cristo.

Oltre all'offerta di alcune mortificazioni, la devozione alla Madonna si concreta, il sabato, con la benedizione con il Santissimo Sacramento esposto solo estraendo la pisside contenente le sacre specie dal tabernacolo nei giorni feriali, oppure più solennemente mettendo la particola nell'ostensorio nei giorni di festa, e a seguire, già riposto il Santissimo Sacramento nel tabernacolo, si canta la *Salve regina* in

gregoriano. Durante il periodo pasquale, il canto della *Salve* è sostituito da quello del *Regina coeli*.

## 5. Mortificazione corporale settimanale.

La penitenza corporale ha un ruolo piuttosto importante, anche se non primario, nell'ascetica dell'Opus Dei<sup>77</sup>. Le pratiche in cui si concreta non sono considerate norme del piano di vita in senso stretto, ma piuttosto delle consuetudini.

Oltre alla consuetudine di dormire senza materasso sul legno, penitenza che come abbiamo visto è esclusiva delle numerarie all'interno dell'Opera, queste condividono con numerarie ausiliari, numerari della sezione maschile e aggregati di entrambe le sezioni l'uso del cilicio per due ore al giorno in tutti i giorni feriali (escluse, cioè, le feste della Chiesa universale, di quella locale e le feste proprie dell'Opus Dei), e quello settimanale della disciplina, una frusta di cordicelle intrecciate con la quale ci si colpisce sulle natiche mentre si recita una qualche orazione concordata nel colloquio di direzione spirituale. La consuetudine che tutti, eccetto i soci soprannumerari, vivono nell'Opus Dei, è quella di fare questa penitenza il sabato<sup>78</sup>; è però di buono spirito concordare con la propria direttrice altre occasioni nelle quali utilizzare la disciplina: nel proprio giorno di guardia, o per raccomandare la vocazione delle persone particolarmente seguite, o per qualche altra intenzione particolarmente importante. Anche quando capita di dover lottare particolarmente sulla virtù della purezza può essere visto come opportuno moltiplicare l'uso della disci-

<sup>77</sup> Vari punti di *Cammino* esplicitano questo ruolo fondamentale della penitenza fisica, intesa sia come mezzo ascetico che come collaborazione volontaria e attiva alla redenzione operata da Cristo: "Dí al tuo corpo: preferisco avere uno schiavo che esserlo io di te" (*Cammino*, 214); "Se siamo generosi nella mortificazione volontaria, Gesù ci colmerà di grazie per amare le espiazioni che Egli ci manderà" (*Cammino*, 221); "La Croce sul tuo petto?... Bene. Ma... la Croce sulle tue spalle, la croce nella tua carne, la Croce nella tua intelligenza. Così vivrai per Cristo, con Cristo e in Cristo: soltanto così sarai apostolo" (*Cammino*, 929).

<sup>78</sup> È bene comunque specificare che, parlando della "mortificazione in onore della Vergine" che si pratica collettivamente nell'Opera il sabato, si allude alla rinuncia della merenda. Questa mortificazione si insegnava spesso anche alle ragazze di san Raffaele e alle signore che partecipavano al lavoro di san Gabriele, e nella formazione data alle giovani vocazioni si teneva molto a sottolineare che non andava confusa con l'uso della disciplina.



plina, che comunque non deve mai diventare troppo importante rispetto ad altre mortificazioni più nascoste ed umili, perché si conosce bene la tentazione di orgoglio spirituale che si può nascondere sotto un'enfasi eccessiva nella pratica della penitenza fisica<sup>79</sup>.

L'uso della disciplina, che è fatto privatamente, crea spesso qualche problema pratico, specialmente per chi vive in residenze universitarie, a stretto contatto con persone non dell'Opera, e per le vocazioni recenti, che utilizzano gli strumenti di mortificazione corporale nelle ore che passano nel centro. È difficile in queste occasioni dissimulare il rumore ed evitare che estranee si accorgano di quello che si sta facendo, e ognuna cerca come può di passare inosservata.

## 6. Giorno di guardia.

Ho già fatto allusione varie volte al *giorno di guardia*<sup>80</sup>, una consuetudine che si vive settimanalmente nell'Opus Dei per concretare lo spirito di fraternità.

In ogni centro, ciascun giorno della settimana è coperto da una numeraria che durante quel giorno si impegna a vegliare particolarmente sulla santità delle proprie sorelle con le quali convive. Se la quantità di numerarie che abitano il centro non è sufficiente a coprire i sette giorni della settimana, una o più persone si faranno carico di più di una giornata.

Questa speciale fraternità si concreta con varie modalità di preghiera, mortificazione e fatti di carità.

<sup>79</sup> "Para fortalecer el espíritu propio del Opus Dei se fomenta la penitencia y la mortificación corporal, que debe buscarse, sobre todo, en las cosas pequeñas y ordinarias y en el fiel cumplimiento del trabajo de cada día, constante y ordenado. Sin embargo, todas las penitencias privadas han de someterse a la autoridad y prudencia del Director, que puede y debe modelarlas, después de ponderar todas las circunstancias en la presencia del Señor" (*De spiritu et de piis servandis consuetudinibus*, Roma 1990, 39).

<sup>80</sup> "Cada uno de los fieles del Opus Dei, con conocimiento únicamente del Director, todas las semanas en día fijo, vivirá el llamado "día de guardia": es decir, en esa jornada se esforzará más por practicar con especial empeño nuestro espíritu, Normas y Costumbres; procurará intensificar su trato habitual con Dios, dedicará más tiempo a la oración, añadirá alguna mortificación especial y pedirá intensamente al Señor por sus hermanos, para que les conceda un mayor amor y cuidado en su modo de practicar el espíritu del Opus Dei" (*De spiritu et de piis servandis consuetudinibus*, Roma 1990, 124).

Si intensifica, per esempio, la pratica quotidiana di recitare almeno un *Memorare*<sup>81</sup> per ognuna delle numerarie del centro, si moltiplicano le mortificazioni e vi fa qualche penitenza *extra*, come utilizzare la disciplina o aumentare il tempo durante il quale si porta il cilicio, probabilmente si farà qualche mortificazione in più durante i pasti, e soprattutto si cercherà di aumentare l'attenzione e la responsabilità per aiutare, tramite la correzione fraterna, le proprie sorelle a migliorare la propria lotta ascetica.

Durante la notte che precede il proprio giorno di guardia si fa la penitenza di dormire senza cuscino e, volendo, di sostituirlo con un libro<sup>82</sup>.

## 7. Devozioni settimanali.

Per facilitare la vita contemplativa, lo spirito dell'Opera propone ai propri membri di vivere una particolare devozione in ciascun giorno della settimana. Abbiamo già visto la devozione per la Madonna il sabato. Per la domenica viene proposta la devozione alla santissima Trinità, che mensilmente si concreta nella recita, dopo il ringraziamento della messa, del *simbolo atanasiano*. Il lunedì si vive la devozione agli angeli custodi; il martedì ci si esercita a considerare la propria filiazione divina, e dopo il ringraziamento alla messa, invece del *Trium puerorum*, si recita il *salmo II*; il mercoledì è raccomandata la devozione a san Giuseppe; il giovedì all'eucarestia aiutata dalla meditazione dell'inno *Adoro te devote*; il venerdì, infine, si considera specialmente la passione di Cristo.

<sup>81</sup> "También procuran rezar varias veces al día la oración *Memorare*, aplicandola por el fiel del Opus Dei o de la Sociedad Sacerdotal de la Santa Cruz que más lo necesite" (*De spiritu et de piis servandis consuetudinibus*, Roma 1990, 88).

<sup>82</sup> Come già accennato, questa penitenza di dormire sul legno e senza cuscino è condivisa anche dalle numerarie ausiliari, dai numerari della sezione maschile e dagli aggregati di entrambe le sezioni dell'Opera. Credo che le numerarie ausiliari e i numerari, che non hanno una tavola ciascuno a disposizione, si trasferiscano di stanza nella propria notte di guardia. In alternativa, vengono anche usate delle tavole pieghevoli che è possibile utilizzare a turno sopra il materasso. C'è da dire che, anche se le numerarie vivono rispetto al riposo notturno una maggiore austerità durante la maggior parte della propria vita, probabilmente la consuetudine di dormire senza materasso una volta a settimana risulta più dura per coloro che lo fanno solo discontinuamente, senza arrivare ad acquisirne l'abitudine come succedeva a noi.



## 8. Passeggiata settimanale.

Fa parte delle consuetudini dell'Opera il cercare di fare in modo che, in mezzo alle esigenze ascetiche e lavorative di cui è piena la vita di una numeraria, sia data ad ognuna anche l'occasione di riposarsi e distrarsi. È previsto pertanto che ogni associata faccia settimanalmente una passeggiata con questo scopo<sup>83</sup>. Di fatto, nel periodo a cui faccio riferimento, questa consuetudine era largamente disattesa, per quell'accumularsi di impegni cui ho fatto riferimento all'inizio. Ad ogni modo l'esistenza di questa possibilità permetteva a chi lo voleva di prendersi di tanto in tanto una piccola parentesi appellandosi al buono spirito. Spesso la passeggiata settimanale finiva per coincidere con un'uscita a scopo apostolico, con una *romeria*, o con un giro per negozi per fare qualche acquisto di abbigliamento.

## 9. Cura della persona.

Oltre alle norme del piano di vita e alle consuetudini dell'Opera, il ritmo settimanale marca anche altri aspetti della vita quotidiana, come ad esempio il cambio della biancheria e la cura dei capelli.

L'amministrazione provvede settimanalmente a ritirare la biancheria personale usata e a restituire quella pulita consegnata la settimana precedente.

Ogni numeraria normalmente utilizza una sacca in stoffa per raccogliere la propria biancheria personale, che è abitualmente marcata con le iniziali della proprietaria. In un giorno prestabilito, questa borsa viene lasciata ai piedi del letto e raccolta dal personale domestico, o nei centri più piccoli e più semplici dalla numeraria incaricata, che la porterà nella lavanderia dove verrà lavata assieme ad altri capi analoghi secondo un adeguato programma di lavaggio, e poi, dopo essere stata asciugata e stirata, restituita alla proprietaria sempre dentro la sacca di stoffa, anch'essa lavata, che è servita per consegnarla.

Il cambio della biancheria della casa - tovaglie, asciugamani, lenzuola - viene fatto direttamente dall'amministrazione.

La cura dei capelli è un aspetto della vita abituale di una numeraria che spesso acquista caratteristiche divertenti e pittoresche. Per

<sup>83</sup> "Los numerarios y los agregados procuran hacer una excursión al mes, y dar un paseo por lo menos cada semana" (*Glosas sobre la obra de San Miguel*, Roma, 29-IX-87, VIII. *Descanso y atención a los enfermos*).

spirito di povertà si cerca di evitare di andare troppo spesso dal parrucchiere, per cui in ogni centro si finisce per identificare una persona che ha maggiori capacità nell'aiutare le altre numerarie a curare la propria capigliatura e così a mantenere un buon tono umano richiesto dalla laicità della vocazione di numeraria. Qualcuna più audace si spinge addirittura in qualche taglio, in tinture e permanenti. I risultati non sono sempre all'altezza della buona volontà dell'improvvisata parrucchiera, che è comunque una persona sempre piuttosto generosa, dato che le richieste delle altre numerarie finiscono per incidere non poco nell'utilizzo dei suoi ritagli di tempo. Talvolta occorre ricorrere con urgenza all'opera di un parrucchiere professionista per rimediare ai danni prodotti dall'inesperienza e dalla mancanza di professionalità, comunque in genere si riesce a mantenere un buon livello di ordine personale. Il convivere nel proprio centro con una numeraria che abbia buone capacità come parrucchiera è una vera fortuna, che si rimpiange quando cambiano le circostanze.

Prima di lavarsi la testa, è di buono spirito avvisare la direttrice. È un dettaglio di povertà, per non disporre in maniera totalmente autonoma del proprio tempo, di obbedienza, e anche, non ultimo, di organizzazione, perché normalmente le numerarie non dispongono di asciugacapelli personali e occorre regolare l'utilizzo di quelli disponibili nel centro, evitando che troppe persone ne abbiano bisogno contemporaneamente.