

opusdei.org

# Las normas de piedad del “plan de vida” en el Opus Dei

Son unas prácticas de piedad, propias de la vida cristiana, que los miembros del Opus Dei procuran vivir para, en palabras del fundador del Opus Dei, “buscar a Dios, encontrarle y tratarle siempre, admirándolo con amor en medio de las fatigas de su trabajo ordinario”.

18/04/2021

## Más información sobre el “Plan de vida”

- Plan de vida (extracto de la homilía, El trato con Dios, pronunciada por san Josemaría el 5 de abril de 1964).
- Plan de vida (Voz del diccionario de San Josemaría Escrivá de Balaguer).
- El «plan de vida» en las enseñanzas del Beato Josemaría.

\*\*\*\*\*

***Capítulo de "La fundación del Opus Dei". Libro escrito por John F. Coverdale, en el que narra la historia del Opus Dei hasta 1943.***

Mientras trabajaba para encontrar almas que pudieran entender el mensaje de santidad y apostolado en medio del mundo, Escrivá se esforzaba por definir claramente los rasgos principales de lo que Dios quería de los miembros del Opus Dei.

Desde la visión del 2 de octubre estaba claro que los miembros del Opus Dei estaban llamados a un “encuentro cotidiano con Cristo. Es, en medio de las cosas más materiales de la tierra, que Dios os llama a servirle en y desde las tareas civiles, materiales, seculares de la vida humana” [1].

Para ello necesitarían una intensa vida interior de unión con Dios mediante la oración, el sacrificio y la santificación de su trabajo y demás actividades. Tendrían que leer el Evangelio, acudir a la Santa Misa, hacer oración, hacer penitencia, pero no separada ni aparte de su vida y actividades ordinarias. Tenían que evitar “la tentación, tan frecuente entonces y ahora, de llevar como una doble vida: la vida interior, la vida de relación con Dios, de una parte; y de otra, distinta y separada, la vida familiar, profesional y social, plena de pequeñas realidades terrenas” [2].

Al contrario, su vida interior, sus prácticas de piedad debían llevarles a santificar su vida cotidiana.

La cuestión era cómo alcanzar este ideal. **¿Qué prácticas de piedad deberían realizar los miembros del Opus Dei?** ¿Cómo podían integrarlas en el tejido de su vida cotidiana de modo que ésta fuera una única vida, basada en el amor de Dios, y no una esquizofrénica mezcla de piedad y vida ordinaria?

Basándose en su experiencia personal y en la de la gente a la que atendía con su dirección espiritual, Escrivá trazó un **plan de vida interior** para los miembros de la Obra. Por ejemplo, desde el principio fue obvio que deberían leer la Sagrada Escritura, pero no estaba claro el modo en el que se realizaría esa lectura.

Primero Escrivá pensó que sería bueno que todos leyeran los mismos

textos cada día; finalmente decidió simplemente recomendar que cada uno dedicase unos minutos al día a leer los Evangelios u otro libro del Nuevo Testamento.

En febrero de 1933, consideró que ya había llegado la hora de escribir un **“plan de vida”**, una serie flexible de prácticas de piedad que los fieles del Opus Dei se comprometerían a intentar cumplir. Este plan incluye no sólo momentos dedicados exclusivamente a rezar (el Rosario o la meditación personal), sino también prácticas de piedad como las acciones de gracias a Dios o jaculatorias a Nuestra Señora. Al repartirlas a lo largo del día, los miembros de la Obra podrían descubrir, que “hay un algo santo, divino, escondido en las situaciones más comunes” [3] en medio de su trabajo y demás actividades laborales y familiares.

El plan de vida que Escrivá propuso fue diseñado para ayudar a los miembros del Opus Dei a “buscar a Dios, encontrarle y tratarle siempre, admirándolo con amor en medio de las fatigas de su trabajo ordinario, que son cuidados terrenos, pero purificados y elevados al orden sobrenatural” [4].

Las prácticas de piedad que Escrivá recomendaba, y a las que se solía referir como **“las normas de nuestro plan de vida”** o simplemente **“las normas”** no eran algo nuevo. Con la sola excepción de aquella pequeña serie de oraciones que había escrito para que las recitaran cada día los miembros de la Obra, todas las prácticas que estableció eran comunes de la piedad católica. De hecho, incluso las oraciones que compuso estaban sacadas en su casi totalidad de la Sagrada Escritura y de la liturgia de la Iglesia.

**Lo nuevo en este plan de vida era su finalidad. Estaba pensado para ayudar a la gente comprometida en la búsqueda de la santidad a encontrar a Dios en medio del mundo.** Al cumplir con diligencia sus responsabilidades familiares, profesionales, civiles y sociales “al servicio de Dios y de todos los hombres” [5] podrían santificar su vida cotidiana, según decía Escrivá, “hecha de carne y espíritu, y ésta es la que tiene que ser –en el alma y en el cuerpo– santa y llena de Dios: a ese Dios invisible, lo encontramos en las cosas más visibles y materiales” [6].

Por esta razón, además de asistir a la Santa Misa y rezar el Rosario, Escrivá incluyó el trabajo y el estudio entre los medios que los miembros del Opus Dei debían utilizar en su lucha por alcanzar la santidad.

[Volver al índice del libro “La fundación del Opus Dei”.](#)

---

[1] Conversaciones con Monseñor  
Escrivá de Balaguer. Ediciones Rialp.  
Madrid 2000. p. 114

[2] Ibid. p. 114

[3] Ibid. p. 114

[4] AGP P06 IV p. 606

[5] Conversaciones con Monseñor  
Escrivá de Balaguer. Ediciones Rialp.  
Madrid 2000. p. 117 y 113

[6] Ibid. p. 114