
NORMAS DE URBANIDAD Y RELACIONES HUMANAS

Primera parte: Algunos aspectos de la formación social del legionario.

Introducción

- ¹

1. La Legión cuida con esmero, además de la formación espiritual, la formación humana de sus miembros. Es consciente de que Cristo, al encarnarse, ha asumido la naturaleza humana, elevándola a un rango superior, concediéndole una mayor dignidad y santificándola.
- ²

2. Por ello, el legionario no se ha de contentar con una presunta santidad o pietismo, en los que estén ausentes las virtudes humanas, que de forma tan perfecta encarnó Jesucristo, sino que debe trabajar con conciencia clara y programada, con constancia, abnegándose cuanto sea necesario para forjar al hombre nuevo, dejando que el Espíritu Santo esculpa en su corazón la imagen misma de Jesucristo.
- ³

3. Entre los diversos aspectos de la formación humana, hay algunos más periféricos, pero no por ello menos importantes, como son las formas sociales (trato, presentación personal, urbanidad) a las que el legionario debe conceder una atención muy especial.
- ⁴

4. Como hombre, como sacerdote, y como apóstol, el legionario debe ir forjando una personalidad rica y equilibrada, dado que el santo no es más que la síntesis armoniosa del desarrollo de los dones naturales y sobrenaturales recibidos de Dios, y porque la finura, la delicadeza, la distinción son la llave que abre los corazones de las personas, ganándose su simpatía para poderles ofrecer, en un segundo momento, la felicidad que buscan y la salvación que anhelan: Cristo Nuestro Señor.
- ⁵

5. Amen, pues, todas estas normas, fruto del interés de la Legión por suscitar un sacerdote y religioso nuevo. Ello implica espíritu de fe, humildad, voluntad firme, autodomínio, conocimiento amplio de la mística de la Legión, conocimiento de sí mismo y abnegación.

1. Presentación personal del legionario

- ⁶

6. Procuren mantener siempre y en todo momento, incluso en el porte externo, la dignidad y nobleza, sobriedad y sencillez propias de la condición de almas consagradas a Dios, que viven en el mundo, pero no son del mundo. Así eviten, por todos los medios posibles, caer en el aseglaramiento en sus actitudes, en las aficiones, en la forma de conducirse, en el porte externo, en las posturas, en el vocabulario, y no acepten el sofisma que se esconde tras la frase: «así se acostumbra en este país».
- ⁷

7. Muéstrense siempre firmes sin rigidez, sueltos sin arrogancia, sencillos sin timidez, de modo que cuantos tengan ocasión de tratarlos vean brillar en sus personas la nobleza de Jesucristo Nuestro Señor. Por ello, huyan nuestros religiosos de todo lo que sea brusco o ligero, y de todo cuanto sepa

a dejadez o molicie.

8

8. El porte del legionario debe ser noble y digno, lleno de mesura, control y naturalidad en todos sus gestos y movimientos. Por ello, eviten toda ligereza, vanidad y amaneramiento.

9

9. El rostro del legionario pertenece a los demás. Muéstrense siempre alegres y serenos como manifestación de la riqueza interior. Por el contrario, eviten todo signo de encogimiento, inseguridad o poquedad; no muestren un rostro preocupado, triste, sombrío o disgustado, ni exterioricen su alegría de forma exagerada y ruidosa.

10

10. La mirada del legionario ha de ser natural, apacible, recogida, serena y luminosa, como expresión de la presencia de Dios en el alma. Por ello, eviten toda ligereza, afectación, languidez o curiosidad malsana; no fijen su mirada detenidamente en otras personas, no miren a todos lados, ni de reojo. Vigilen las distracciones inútiles o peligrosas.

11

11. El comportamiento del legionario debe ser ecuánime y maduro en todo momento, como fruto de la autenticidad de vida que debe impregnar toda su forma de ser y de expresarse.

12

12. Caminen con naturalidad y dignidad. Eviten correr o caminar precipitadamente con el uniforme o el traje sin una especial necesidad. No lean mientras se desplazan de un sitio a otro para las distribuciones comunitarias.

13

13. Suban y bajen las escaleras sin correr, sin precipitación, pasando los escalones de uno en uno.

14

14. No se lleven continuamente las manos a la cara o a la cabeza, ni guiñen los ojos, ni se rían estrepitosamente. Todo ello denota falta de distinción y de dominio personal.

15

15. Procuren ser dignos, discretos y sobrios en los gestos, evitando los ademanes groseros o vulgares y la gesticulación exagerada. Prefieran para su comunicación la expresión viva de la mirada.

16

16. Eviten sonidos extraños con la garganta o con la nariz. No estornuden ni se suenen con estrépito. Usen el pañuelo con oportunidad y discreción.

17

17. Procuren no encorvar el cuerpo, sino mantenerlo firme, evitando posturas lánguidas y abandonadas. El legionario, como soldado, debe mantenerse recto, con naturalidad, virilidad y reciedumbre.

18

18. Cuando estén de pie, no se apoyen en los muebles, en la pared o en las puertas.

19

19. Al estar sentados, manténganse rectos, ligeramente recargados en el respaldo, con las piernas recogidas y juntas. Procuren no cruzar las piernas. Si necesitan hacerlo, háganlo con discreción.

2. El aseo personal

20

20. Cuiden el aseo personal como expresión de respeto a sí mismos y de respeto y caridad a los demás, y como fruto de la conciencia de ser templos vivos del Espíritu Santo, con una misión apostólica por realizar entre los hombres. Todo su aspecto exterior debe ser un reflejo de la luminosidad y de la belleza de su alma.

21

21. Procuren huir tanto del aseglaramiento y de la vanidad, como del abandono y de la dejadez en el aseo personal.

22

22. En su aseo personal, cuiden sobre todo de: 1) la ducha diaria, e incluso más frecuente, si es necesario. El legionario debe oler a limpio; 2) la limpieza del cabello, llevándolo siempre bien

peinado y cortado. Eviten las modas mundanas con afectación femenina; 3) el afeitado diario, manteniendo las patillas a la mitad de la oreja; 4) el aseo de la boca después de cada comida; eviten el mal aliento; 5) la limpieza de la nariz, sin permitir que sobresalgan vellos internos; 6) la limpieza de las orejas, sin permitir que sobresalgan vellos internos.

²³

23. Eviten por regla general el uso de colonias y, si necesitan usar desodorante, que sea de olor viril y discreto.

²⁴

24. Cuiden que en sus manos no haya asperezas y mantengan siempre las unas cortas y limpias. Nunca se las corten ni limen en público.

²⁵

25. Usen el pañuelo con corrección evitando, en la medida de lo posible, hacerlo en público, y guarden discretamente el pañuelo sin doblar la parte usada.

²⁶

26. Lleven siempre el calzado limpio y lustrado en todas sus partes.

²⁷

27. No salgan de su habitación sin estar correctamente vestidos. En los centros donde existan duchas comunes pasen a ellas vistiendo una bata o albornoz, o el pantalón y la camiseta.

²⁸

28. El aseo personal comprende no sólo el cuidado y la limpieza del propio cuerpo, sino también de la ropa que se usa; por ello, cámbiense de ropa interior una o más veces al día, según los climas y las peculiares condiciones de cada uno.

3. El trato del legionario

²⁹

29. La unidad y caridad de la familia legionaria exige de todos un esfuerzo por integrar las diversas psicologías, por abolir los conflictos, por comulgar afectivamente con los demás a través de la armonía de los sentimientos, reacciones, apreciaciones, gustos e inclinaciones, y es la delicadeza en el trato mutuo la que debe fomentar estas actitudes.

1. El trato en general

³⁰

30. La delicadeza que se pide al legionario en el trato constituye una exigencia de formación humana y, sobre todo, de su condición de apóstol de Jesucristo, signo visible, entre los hombres y para los hombres, de la caridad de Dios hacia las creaturas.

³¹

31. Cultiven la afabilidad, acogiendo y escuchando con amabilidad e interés, en toda circunstancia, a quienes tratan.

³²

32. Acepten la invitación de Cristo: «Aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón»; procuren, por tanto, que resplandezcan la benignidad y la mansedumbre en toda su vida de relaciones humanas, de modo que las personas se sientan acogidas y aceptadas, no repelidas por la frialdad, indiferencia o aspereza de las actuaciones, ni por la altivez o desdeñosidad de los ademanes.

³³

33. Reciban siempre a las personas con semblante amable. Demuestren interés por ellas y por lo que les dicen. No den señales de disgusto o de impaciencia. Si el deber les obliga a dar una negativa, háganlo con amabilidad y sin avasallar a las personas.

³⁴

34. Respeten siempre los juicios ajenos, y sepan condescender en lo que no es esencial. Pero si las opiniones atacan el honor o las convicciones religiosas o morales de un legionario, reaccionen con firmeza, sin miedo o cobardía, en defensa de sus hermanos.

³⁵

35. Muéstranse interesados por los demás, preguntándoles sobre aquello que pueda ser de su

agrado. Sean muy observadores para saber captar la impresión agradable o desagradable que producen con las palabras o actitudes.

³⁶

36. Contesten, por educación, todas las cartas que les lleguen, de manera especial, si quien se las envía, es un Superior eclesiástico o un Superior legionario.

³⁷

37. Siempre que reciban favores de propios o extraños en los viajes, o cuando pasen algunos días en alguna comunidad diversa de la propia, escriban una carta o una tarjeta para agradecer las atenciones o favores recibidos.

³⁸

38. Cuando acompañen a una persona, cédanle la iniciativa en la conversación, el lugar más digno, el paso ante la puerta, la barandilla al subir o bajar las escaleras..., especialmente si es Superior.

³⁹

39. Usen con naturalidad y espontaneidad las formas sociales de cortesía: «¿Me permite...?», «¿Me haría el favor...?», «Pase usted», «Con su permiso...», «Perdone...», etc. Estas fórmulas no sólo manifiestan la educación, sino también el dominio de sí mismo y el respeto y aprecio por el prójimo.

⁴⁰

40. Al tratar con personas de otras culturas sean muy delicados y atentos para comprenderlas y tener en cuenta sus peculiaridades propias.

⁴¹

41. Eviten cuidadosamente la acepción de personas o categorías en el trato, reconociendo en cada persona su dignidad como ser humano, y como hijo de Dios, y en muchos casos, su condición de miembro doliente del Cuerpo Místico de Cristo.

⁴²

42. No siempre es posible ofrecer una limosna a quien la pide. Sobre este particular deben seguirse los reglamentos de los centros, y teniendo en cuenta, además, que la Legión hace sus obras de caridad en nombre de todos los legionarios. Sin embargo, aunque tengan que dar una negativa en estos casos, procuren ofrecer una palabra de atención, de respeto y de bondad, que muchas veces es más apreciable que la misma limosna.

2. El trato con Dios

⁴³

43. Cuando el legionario se dirige a Dios, compromete toda su persona con cada una de las facultades y dones recibidos de la mano bondadosa y providente del Padre Celestial.

⁴⁴

44. El trato con Dios de los legionarios debe estar señalado por: 1) la humildad y sumisión, por ser Él nuestro Creador el Dueño y Señor de nuestras vidas; 2) el amor filial y agradecido, por ser Él nuestro Padre nuestro Redentor en Jesucristo y por habernos llamado a las filas de la Legión; 3) la confianza y sinceridad, porque sabemos que nos ama desde toda la eternidad y nos conoce profundamente; 4) la delicadeza y finura, como respuesta a quien así nos ha tratado y merece lo mejor de nuestras vidas.

⁴⁵

45. Estas cualidades no sólo deben manifestarse en las actitudes íntimas del alma; también deben reflejarse en el comportamiento externo.

⁴⁶

46. En la capilla, guarden una postura llena de devoción y naturalidad. Mantengan el cuerpo recto, la cabeza ligeramente inclinada hacia adelante, como un soldado ante su general; apoyen las manos o los antebrazos en el reclinatorio de las bancas, pero nunca los codos.

⁴⁷

47. Guarden con regularidad sus puestos en la capilla.

⁴⁸

48. Recen en comunidad con tono moderado, uniforme y viril.

⁴⁹

49. Cuando no se está de rodillas, al rezo del «Gloria Patri» se hace una ligera inclinación con la cabeza hacia adelante.

50

50. Canten siempre con voz moderada, sin sobresalir por encima de los demás.

51

51. Si llegan tarde a un acto de piedad comunitario, o no lo hacen a tiempo, deben recuperarlo en la primera ocasión posible, aunque sea de noche, avisando al Superior.

3. El trato con los legionarios

52

52. Cuiden que en el trato mutuo resplandezca siempre el aprecio, el respeto, el aliento, la ayuda mutua, la comprensión, la bondad, la cordialidad, la delicadeza, la solidaridad y la lealtad; todas estas virtudes engendran confianza, paz y alegría en la vida de comunidad.

53

53. Olvídense de sí mismos para servir a los demás y para hacerles felices en todo aquello que les permitan las Constituciones. Lleguen en esta servicialidad hasta el detalle, ofreciendo a los demás una muestra de atención, un rostro alegre, una palabra de aliento, una condescendencia en la conversación, aun en los momentos en que se sientan de mal humor, estén decaídos o estén atravesando interiormente por penas o pruebas morales.

54

54. Sean muy respetuosos en el trato, evitando la familiaridad muestras de confianza excesiva, como el pasarse el brazo por encima de los hombros, el tocarse, el empujarse; ni en privado, ni en público se traten de tú, sino siempre de usted.

55

55. Sean siempre agradecidos con quienes les hagan algún favor, especialmente con los Superiores, y no dejen de manifestarles esta gratitud según las tradiciones de la Legión.

56

56. No curioseen, por educación y discreción, las cosas de los demás.

57

57. No manifiesten a los demás los estados de ánimo, las dificultades o los problemas. Resérvenlos para aquellas personas con quienes les corresponda tratarlos.

58

58. Respeten el campo de trabajo propio de cada legionario, pero colaboren con él en todo lo que sea posible.

59

59. Cuando vean por televisión competiciones deportivas, procuren mantener en todo momento el control de sí mismos, reconocer y alabar lo positivo de los equipos que compiten y nunca de uno solo.

60

60. Procúrese especialmente observar estas normas cuando las competiciones se desarrollan entre equipos que representan a naciones de miembros de la comunidad, para que la pasión del nacionalismo no hiera en lo más mínimo la universalidad y caridad propias de las comunidades legionarias.

61

61. Después de visitar algún centro u obra de apostolado, manifiesten siempre los aspectos positivos, estimulantes y edificantes que hayan podido apreciar, y nunca exterioricen a los demás los problemas o aspectos negativos encontrados.

62

62. No acepten la forma de trato que las costumbres del mundo dan a los demás al comenzar o al terminar la correspondencia. Prefieran, por el contrario, la de los primeros campeones del cristianismo, como San Pablo, comenzando siempre sus cartas: «Carísimo en Jesucristo», o «Estimado en Jesucristo», o «Querido en Jesucristo». Y terminando: «Quedo», o «Me repito de Ud., afectísimo en Jesucristo», o simplemente: «Afectísimo en Jesucristo».

4. El trato con la propia familia

63

63. Siguiendo las huellas de Jesucristo que, por amor a la misión recibida del Padre, sublimó los

afectos familiares, vivan la consagración religiosa con desprendimiento de la familia. Expresen el auténtico amor a ella, orando y sacrificándose para que Dios Nuestro Señor la ayude en sus necesidades espirituales y materiales; denle la alegría de la coherencia y fidelidad a la propia vocación, y ayúdenla a que abra su corazón a Jesucristo y a que encuentre en la fidelidad a la vocación personal de cada uno de sus miembros, el camino para construir el Reino de Dios.

⁶⁴

64. Procuren no comprometer nunca a la Legión ni a los Superiores en aquellas situaciones en las que las exigencias de la propia familia no se hallen en armonía con la disciplina de la vida religiosa propia de la Legión. Para ello, vivan con convicción todas las normas y costumbres de la Legión y preséntenselas a la familia decisión y prudencia, haciendo cuanto puedan para las acepten a la luz de la fe y sumándose al sacrificio que comporta la entrega de la propia vida a la salvación de las almas.

⁶⁵

65. Cuando reciban visitas de la familia muéstrense alegres, cordiales, atentos, agradecidos y satisfechos por la vocación que Dios les ha otorgado. Después de la visita aprovechen la oportunidad para renovar la oblación generosa de los afectos más íntimos y para fortalecer su consagración a Dios. Compórtense de la misma manera cuando acudan a visitarla. No se dediquen a ver televisión, ni acepten invitaciones a cines o a lugares públicos impropios de un alma consagrada. Beban vino o licor con máxima moderación. Aprovechen esas ocasiones para dar testimonio de la madurez de su vida consagrada y para hacer patente la diferencia que existe entre los criterios de Cristo y los criterios del mundo. Sean apóstoles entre sus seres queridos. Muéstrense como hombres de Dios y no mundanos.

⁶⁶

66. No dejen entrar ni la tristeza ni la añoranza en las relaciones con la familia, y no se acostumbren a comunicarles los estados anímicos o emocionales cuando pasen por alguna depresión o dificultad todavía no superada, para no inquietar a sus familiares con problemas que atañen solamente a las relaciones personales con Dios y con la Legión.

⁶⁷

67. Cumplan puntual y responsablemente con la obligación de la correspondencia epistolar con los padres, conforme lo marcan las Constituciones y, con prudencia, aprovechen cuanto puedan ese medio para hablar de Dios.

⁶⁸

68. Traten de suscitar entre los familiares simpatizantes de la Legión, que la apoyen con sus oraciones y sacrificios, de palabra y de obra, y se conviertan muy especialmente en instrumentos para la búsqueda de nuevas vocaciones.

⁶⁹

69. Eviten mezclarse en los problemas y asuntos temporales de su propia familia.

⁷⁰

70. Sin autorización del Superior, nunca pidan ni regalen nada a la propia familia.

⁷¹

71. Si algún religioso desea responder con la grabación de su saludo y recuerdo a una cinta que haya recibido de su familia, puede hacerlo en casos especiales, con la debida dependencia del Superior y sin incluir música de fondo o efectos sonoros.

⁷²

72. Los religiosos pueden enviar vídeo-cintas a la propia familia únicamente con motivo de su profesión religiosa o de su ordenación sacerdotal, y sólo si la familia lo solicita.

5. El trato con la mujer

⁷³

73. Estimando la dignidad de la mujer, que desempeña un papel tan importante en la sociedad humana y es particularmente sensible a los valores de la religión y de la fe, sepan todos tratar a las mujeres con la discreción, la dignidad, la sobriedad y la naturalidad que corresponde a un consagrado a Dios y a un apóstol de Jesucristo.

⁷⁴

74. Diríjanse a la mujer con respeto, tratándola de usted, a no ser que sea parte de la propia familia,

o la hayan tratado desde la infancia.

75

75. En la conversación con la mujer, sean maduros, serios y ágiles, ciñéndose estrictamente a lo necesario, no bromeando, y actuando de cara a Dios con pureza de intención.

76

76. Por motivos de ponderación y conscientes de la propia debilidad, observen con las señoras y señoritas del Movimiento, y en general con la mujer, las siguientes normas: 1) No realicen viajes en compañía de mujeres, ni siquiera bajo el pretexto de peregrinaciones o de desplazamientos a retiros, a ejercicios espirituales o a cursillos. 2) En las actividades apostólicas no convivan con las señoras o señoritas, de manera particular durante los tiempos de descanso, recreación o comida; ciñanse a su trabajo de predicación, orientación moral y administración de los sacramentos. 3) No tomen fotografías a las señoras ni a las señoritas, ni permitan que ellas se las tomen. 4) Den siempre la orientación moral en un lugar adecuado, que reúna las condiciones marcadas por las Constituciones; nunca la den caminando por pasillos o jardines. 5) En la administración del sacramento de la penitencia, deben ceñirse con toda precisión a las normas dadas por la Santa Sede; para ello, deben contar siempre con los permisos del Director General y del Ordinario del lugar, y hacerlo en un confesionario de rejilla. 6) No visiten a las mujeres en su habitación, a no ser que se trate de una breve visita con motivo de una grave enfermedad o para administrarles los sacramentos; en este caso, procuren permanecer el tiempo estrictamente necesario para cumplir con este acto del ministerio sacerdotal.

6. El trato con las señoritas del tercer grado del Regnum Christi

77

77. Procuren conducirse con atención, sencillez y naturalidad en el trato con aquellas señoritas del tercer grado del Regnum Christi con quienes tengan que tratar por razones de ministerio apostólico.

78

78. En el trato con ellas aténganse a lo estrictamente necesario, de acuerdo con las normas establecidas, viviendo con delicadeza e integridad las exigencias de la propia vocación.

79

79. Gobiernen los propios sentimientos o movimientos afectivos, de forma que desarrollen el ministerio sacerdotal y apostólico en un clima de respeto, de madurez y de fidelidad a la consagración sacerdotal y religiosa.

80

80. Sean, por otro lado, muy naturales en el trato y observen las normas de educación, según lo pida cada circunstancia (v.g. saludar, ceder el paso, etc.).

81

81. No se detengan a conversar en particular con ellas.

82

82. Quien tenga ocasión de estar en un centro de señoritas del tercer grado del Regnum Christi, por razón de trabajo o por alguna circunstancia, no debe pedir ni aceptar nunca alimentos o bebidas, aunque sólo sea té, café o refrescos.

83

83. El sacerdote que tenga actividades docentes, debe dar sus clases en un lugar común y ahí mismo responder a las dificultades de sus alumnas, en presencia de todos los miembros de la clase o al menos de la mayoría.

84

84. El sacerdote confesor de las señoritas de tercer grado puede recibir consultas de carácter personal y espiritual sólo dentro del sacramento de la reconciliación.

85

85. Nunca se permitan llamarlas de tú, ni bromear con ellas, ni tener conversaciones innecesarias, ni tomarse fotografías con una o con varias señoritas, ni inducir las a faltar en lo más mínimo a los Estatutos del Movimiento.

86

86. No se hagan transmisores de mensajes o recados entre miembros del tercer grado femenino del Regnum Christi y otras personas, a no ser que se trate de los Directores Mayores.

87

87. No deben comer en la misma mesa con miembros del tercer grado femenino, a menos que sean hermanos. Pueden hacerlo en mesas distintas, cuando se trate de una celebración masiva o lo exijan las circunstancias.

88

88. En asuntos urgentes, la comunicación con los miembros del tercer grado femenino debe hacerse a través de la Directora del centro.

7. El trato con las familias en el apostolado

89

89. En la actividad apostólica traten a las familias con amabilidad, distinción y madurez, cualidades que deben manifestarse tanto en la compostura externa, en el modo de presentarse y en la conversación, como en la seguridad personal, seriedad y discreción.

90

90. Busquen por encima de todo realizar una labor apostólica, siendo ante ellas portadores y testigos del mensaje cristiano con el propio testimonio y con las palabras.

91

91. Conserven siempre la identidad religiosa legionaria, sin permitir que se introduzcan en su espíritu o en su comportamiento los criterios y formas del mundo. «Estar en el mundo, pero sin ser del mundo».

92

92. Preparen los contactos con las familias para no multiplicarlos innecesariamente ni dejarlos a la improvisación; apliquen el criterio de selección y efectividad, conscientes de la importancia del tiempo de que disponen para establecer el Reino de Cristo.

93

93. Con las familias de miembros del Regnum Christi o del Ecyd: 1) ordinariamente reciban a las familias en los centros o en los clubes del Movimiento. Raramente acudan a sus casas; 2) muéstrense siempre agradecidos por sus atenciones y muy especialmente por su colaboración en la marcha de los clubes, de los centros y de las actividades apostólicas que realizan; 3) sepan en todo momento ser discretos en la manifestación de la situación o realidad propia del Movimiento, especialmente con aquellas familias que no pertenecen al mismo; 4) preparen a las familias con prudencia y habilidad, cuando alguno de sus hijos sea llamado a la entrega total, para que acepten con agrado sobrenatural el don concedido a su hijo y se integren cada día más con el Movimiento.

8. El trato con los obispos, sacerdotes y religiosos

94

94. Con los Obispos: Traten con espíritu de fe, veneración y respeto a los Obispos que enseñan en comunión con el Romano Pontífice, como miembros del Colegio Apostólico y testigos de la verdad católica.

95

95. Con los sacerdotes y religiosos: a) En el trato con sacerdotes, religiosos y religiosas, compórtense en todo momento con el respeto y la dignidad propias de las almas consagradas; eviten con esmero la familiaridad y superficialidad, y procuren que sea el sello de todas sus relaciones el testimonio de mansedumbre, bondad y armonía del Corazón de Cristo. b) Diríjanse a ellos generalmente de «usted», salvo en casos particulares en que, por la diferencia de edad o antiguas relaciones, pueden hacer uso del «tú».

4. El vestido

96

1. Normas generales

96. Para seguir siempre las normas de la Sede Apostólica y del Derecho de la Iglesia y vivir en comunión de disciplina y obediencia con el Papa, cabeza visible de la Iglesia universal, el legionario debe llevar siempre, según las circunstancias de tiempos y lugares, un distintivo en su

vestido, según las normas establecidas en la Legión, para distinguirse y dar testimonio ante los hombres de su consagración a Dios, como miembro de la Iglesia.

97

97. El modo de vestir del legionario debe ser sencillo discreto, pobre, digno y debe excluir criterios de moda, vanidad, lujo y ostentación. Debe evitarse, con cuidado y exigencia, que se introduzcan los criterios mundanos.

98

98. Lleven todos un vestido limpio y en buen estado, por dignidad y distinción, evitando las prendas rotas, descosidas, deshilachadas, sucias y mal planchadas.

99

99. Tengan sólo la ropa que necesitan por sus características personales, o por su trabajo, y sean muy dependientes de los Superiores en este campo para vivir más fielmente el voto de pobreza.

100

100. Mantengan en todo momento la identidad religiosa y sacerdotal, no permitiendo que se introduzca en la forma de vestir, el aseglaramiento y la esclavitud de la moda. Sepan armonizar los criterios de distinción y limpieza con la pobreza, y absténganse de un ajuar exagerado, lujoso. No falten a su voto de pobreza buscando usar prendas con firmas comerciales que sólo encarecen los costos del vestido.

101

101. Tengan todos una gran confianza en sus Superiores, pidiéndoles todo lo que objetivamente necesiten de ropa para vestir dignamente y con pobreza. Por ello, en obsequio a Dios y en cumplimiento de sus votos de obediencia y de pobreza, absténganse de pedir ropa a los familiares, de comprarla por sí mismos o de usar la que les regalen, sin autorización del Superior.

2. Normas particulares

102

102. Usen siempre el uniforme legionario (sotana, banda, pantalón, zapatos, calcetines, de color negro) en los actos comunitarios o de equipo (actos de piedad, comidas, retiros, pláticas, avisos, actividades académicas públicas, encuentros con Cristo, balances en equipo, quietes), por sentido religioso, por respeto a los demás y por uniformidad.

103

103. Reserven la mejor sotana para la celebración eucarística, rosario solemne, adoración y bendición con el Santísimo, oración vespertina (cuando haya bendición con el Santísimo), como gesto externo de respeto y veneración hacia Jesucristo Eucaristía.

104

104. Cuiden que el traje esté siempre limpio, planchado, sin descosidos; que el clergyman esté limpio, y que el nudo de la corbata esté bien hecho. Pidan los permisos oportunos para enviar los trajes a la tintorería cada vez que sea necesario.

105

105. Tengan un gran respeto hacia la sotana, símbolo de la entrega a Dios, y manténganla limpia, planchada, sin olores, sin roturas, y no la usen para trabajos físicos. Cuiden que el alzacuellos y la pechera estén limpios y sin deformaciones. Y lleven la banda con distinción, ni muy suelta, ni muy apretada, hacia la parte derecha.

106

106. Usen debajo de la sotana o del traje camisas blancas en buen estado, siempre limpias y bien planchadas; cámbiense cuantas veces sea necesario por razones de higiene. Y usen, siempre que sea posible, gemelos discretos y sencillos.

107

107. Lleven el pantalón negro del uniforme bien planchado, limpio y sin roturas; usen el pantalón adecuado de color para cada circunstancia: paseos, trabajo, juego.

108

108. Usen playeras blancas o de color crema, dignas, llevándolas siempre dentro del pantalón. Mantengan los suéteres en buenas condiciones y usen sólo suéter de color negro debajo de la sotana.

109

109. Usen la guayabera en los momentos establecidos anteriormente. Dado que se trata de una

prenda para presentarse ante los demás, cuiden que siempre se encuentre limpia, planchada y bien cosida.

¹¹⁰

110. Por respeto y caridad hacia los demás, cámbiense de ropa interior y de calcetines todos los días y, si lo necesitan, con mayor frecuencia. Con el uniforme legionario (sotana, traje negro o de color), usen siempre calcetines negros; y en los trabajos, paseos y juegos usen calcetines de colores discretos.

¹¹¹

111. Lleven el calzado bien lustrado y en buenas condiciones; usen preferentemente zapatos lisos y con cordones. Mantengan los tenis en buen estado, sin roturas ni manchas.

¹¹²

112. Por distinción, usen en el juego, el equipo marcado; procuren que siempre esté limpio y bien cosido; cuiden que las medias no estén caídas.

¹¹³

113. Lleven siempre consigo un bolígrafo o pluma y una pequeña libreta o fichas, con el fin de poder anotar recados, observaciones, etc., en cualquier momento.

3. Indicaciones para los Superiores

¹¹⁴

114. Vigilen los Superiores para que los súbditos lleven siempre ropa limpia y distinguida, para que no usen prendas rotas, descosidas, deshilachadas, sin botones, y para que en cada religioso brille la dignidad de Jesucristo.

¹¹⁵

115. Cuiden los Superiores que las telas de las sotanas y trajes sean telas de colores fijos, de fibras durables y de planchado permanente.

¹¹⁶

116. Cuiden los Superiores que los religiosos tengan sólo la ropa necesaria, según las necesidades personales y la naturaleza de los trabajos que cada religioso debe desempeñar.

¹¹⁷

117. Busquen los Superiores sastres competentes que confeccionen las sotanas y trajes de los religiosos, para que todos tengan sotanas y trajes hechos a la medida según el estilo de sencillez y distinción propio de la Legión.

¹¹⁸

118. Estén atentos los Superiores a que los religiosos usen ropa discreta y propia del legionario, y por ello, por ningún motivo, permitan ropas demasiado ceñidas o demasiado flojas, bordados o estampados de fantasía, pantalones acampanados, colores chillones, para no caer en el aseglaramiento y esclavitud de la moda.

¹¹⁹

119. Procuren los Superiores dar a cada religioso la ropa que solicite, sin permitir de forma ordinaria que cada uno la compre por sí mismo, ya que la Legión es una gran familia que debe preocuparse por las necesidades de cada uno de sus hijos.

¹²⁰

120. Prohíban que se presten ropa unos a otros y vigilen para que se cumpla esta norma.

¹²¹

121. El traje 1) Recuerden los Superiores que el traje de los religiosos, negro o de color, debe ser cruzado, cerrado, recto y uniforme en su color; que los colores de los trajes deben ser lisos, oscuros, discretos, no brillantes ni muy claros; que el color de las corbatas debe ser negro o azul oscuro, y que la pechera del clergyman debe ser siempre negra. 2) Cuiden que los religiosos no usen trajes sucios, polvorientos, arrugados, descoloridos, sin botones y descosidos; que lleven bien hecho el nudo de la corbata, y que tengan limpio el alzacuellos del clergyman.

¹²²

122. Sotana 1) Recuerden los Superiores que la sotana debe ser negra, sin fruncidos ni pliegues; que cada religioso, en la medida de lo posible, debe tener dos sotanas en buenas condiciones; y que la banda debe ser negra, ni muy corta, ni muy larga. 2) Cuiden que los religiosos lleven siempre la sotana limpia, bien planchada, sin roturas o descosidos; que no usen la sotana para trabajos físicos o manuales; que la banda caiga siempre hacia la parte derecha; y que lleven el alzacuellos en buenas

condiciones.

123

123. Camisas 1) Recuerden los Superiores que las camisas deben ser siempre blancas y de manga larga; que los gemelos para las camisas deben ser sencillos y discretos; y que de ordinario no se deben usar puños, siempre que sea posible. 2) Cuiden que los religiosos usen camisas bien planchadas, en buen estado, y limpias, especialmente en los cuellos y en los puños; y que se cambien cuantas veces sea necesario, por distinción y limpieza.

124

124. Pantalón de uniforme o de juego 1) Recuerden los Superiores que debajo de la sotana ha de usarse siempre pantalón negro; que los colores de los pantalones de paseo o de trabajo deben ser lisos y discretos; que la hechura de los pantalones debe ser adecuada, ni demasiado apretados, ni demasiado sueltos; que no se deben usar pantalones acampanados o bombachos; y que se pueden usar monos de trabajo para ciertas tareas. 2) Cuiden que los religiosos usen siempre pantalones dignos, planchados y sin roturas; que lleven el tipo de pantalón adecuado según las normas establecidas; y que tengan los pantalones necesarios, de acuerdo con las exigencias de distinción, limpieza y oportunidad.

125

125. Playeras y suéteres 1) Recuerden los Superiores que las playeras deben ser blancas o de colores pálidos, lisas, sin adornos ni escritos; que los suéteres deben ser de color discreto, lisos, sin adornos, cerrados o abiertos con botones o cremayeras, o con cuello de tortuga, sin refuerzos en los codos. 2) Cuiden que los religiosos usen playeras y suéteres en buenas condiciones; que nunca lleven la playera o la camisa fuera del pantalón; que debajo de la sotana sólo usen suéteres de color negro.

126

126. Guayaberas 1) Recuerden los Superiores que las guayaberas deben ser blancas o de colores pálidos, sin bordados o adornos, y que pueden ser de manga corta o de manga larga, según el clima. 2) Cuiden que los religiosos usen la guayabera sólo en los momentos permitidos y que tengan las guayaberas necesarias para ir siempre distinguidos y dignos. 3) En los lugares en donde no se encuentren guayaberas, puede usarse otra prenda semejante a ella; corresponde al Director Territorial autorizarla en cada territorio. 4) En climas muy calurosos o durante el verano, los Superiores y formadores pueden atender en sus despachos, en dirección espiritual o en orientación complementaria, con guayabera y clergyman; y fuera de los despachos, con guayabera.

127

127. Ropa interior y calcetines 1) Recuerden que los calcetines del uniforme legionario deben ser negros; que los calcetines para juegos paseos o trabajos manuales, deben ser lisos, de colores discretos y sin adornos; y que la ropa interior debe ser blanca y de corte digno. 2) Cuiden que los religiosos tengan la ropa interior y los calcetines necesarios para que anden siempre limpios, y que se cambien diariamente, e incluso con más frecuencia, si es necesario.

128

128. Zapatos y tenis 1) Recuerden los Superiores que los zapatos deben ser negros, lisos, ni muy puntiagudos ni muy achatados, de tacón normal, de preferencia con agujetas, aunque se pueden usar también mocasines discretos y resistentes; y que los tenis sean sencillos y de color discreto. 2) Cuiden que los religiosos tengan al menos dos pares de zapatos para que puedan cambiarse; que lleven el calzado en buenas condiciones y bien lustrado, y que usen tenis limpios y dignos.

129

129. Traje de baño 1) Recuerden los Superiores que los trajes de baño deben ser dignos, modestos, de colores discretos, tipo pantalón corto. 2) Cuiden que los religiosos no usen trajes de baño descoloridos, apretados o transparentes, y vigilen que se cumpla la prohibición de prestarse la ropa unos a otros.

130

130. Equipo de juego 1) Recuerden los Superiores que los equipos de juego deben ser dignos, de colores discretos, según la tradición de la Legión, y que deben estar formados por un pantalón corto, una camiseta cerrada y de manga larga o corta, según el clima, y medias en consonancia con el equipo. 2) Cuiden que los religiosos acudan al juego con el uniforme marcado, que lo lleven limpio y bien cosido, que lleven la camiseta dentro del pantalón, y que no lleven las medias caídas.

131. Otras prendas de vestir 1) Recuerden los Superiores que sólo se puede usar el chándal de color discreto para jugar tenis o para correr; y que sólo se debe autorizar el chubasquero, la cachucha, los guantes, y las bufandas en climas que lo requieran; y que todos han de ser sencillos. 2) Cuiden que los religiosos lleven siempre estas prendas en buen estado, que las lleven con distinción y que se ajusten a las normas establecidas.

4. Uso de las prendas de vestir

A) Centros de formación

132. Ordinariamente El legionario usará una sotana decente y de corte correcto, pantalón negro, zapatos y calcetines negros.

133. En tiempo de estudio 1) Si el estudio es dentro del propio cuarto, se podrá usar suéter o guayabera -según la temperatura- con pantalón negro o de color discreto. No se deberán usar tenis. 2) Si el estudio se tiene en corredores o salones colectivos: a) En tiempo normal: se usará la sotana y el pantalón negro. b) En tiempo caluroso: se podrá usar guayabera y pantalón negro o de color discreto.

134. En la biblioteca 1) En tiempo normal: sotana y pantalón negro. 2) En tiempo caluroso: se podrá usar guayabera y pantalón negro o de color discreto.

135. En tiempo de oficios (Trabajos físicos o manuales) 1) Dentro del edificio: a) Trabajos manuales normales: pantalón de color discreto, guayabera o suéter -según la temperatura- y zapatos negros. b) Trabajos manuales fuertes: pantalón de color discreto, camisa sport o suéter -según la temperatura- y tenis si es necesario. c) Trabajos en la capilla: siempre con pantalón negro o de color discreto y muy limpio, y con guayabera o suéter -según la temperatura-. Los trabajos en la capilla ordinariamente se realizarán con zapatos. 2) Fuera del edificio: Ordinariamente, pantalón de color discreto, camisa sport o suéter -según la temperatura- y tenis o zapatos.

136. En viajes y salidas 1) Dentro de la ciudad: a) Si son religiosos: clergyman o alzacuellos, traje negro y zapatos negros. b) Si son novicios: traje negro y corbata negra sobre camisa blanca. 2) Fuera de la ciudad o del país (avión, tren, coche): a) Los religiosos llevarán siempre traje negro, con alzacuellos o clergyman, y zapatos negros. b) Los novicios llevarán siempre traje negro con corbata negra sobre camisa blanca. c) Si el viaje es por carretera y sólo van en el vehículo legionarios, podrán usar durante el viaje guayabera o suéter -según la temperatura-, hasta llegar al lugar de destino. 3) En las excursiones al campo usarán pantalón de color discreto, suéter o camisa sport -según la temperatura-, y tenis. 4) En las excursiones culturales seguirán las mismas normas que para las salidas a la ciudad.

137. En el apostolado 1) Para las actividades propias -retiros, charlas, administración de sacramentos, orientación moral- se usará siempre la sotana. 2) Para los viajes con miembros del Movimiento, se usará ordinariamente el traje negro con el clergyman o alzacuellos. En climas muy calurosos, el religioso o sacerdote podrá hacer uso de la guayabera durante el viaje. 3) Para excursiones a campo abierto con miembros del Movimiento o de captación, se usará pantalón de color discreto con guayabera o suéter -según la temperatura- y tenis si lo requieren las circunstancias.

138. En el juego 1) Se usará ordinariamente el equipo propio de cada juego, observando siempre la uniformidad y distinción en el mismo. 2) En los centros de formación, se podrá bajar con los equipos de juego puestos desde el propio cuarto o celda, pero sin cruzar o pasar delante de la puerta principal, y bajando siempre por la escalera de servicio.

139. En los actos sociales Para todo acto social comidas, etc., deberán usar el traje negro con el «clergyman» o alzacuellos, y zapatos negros.

140

140. Durante la gimnasia Para la gimnasia se usará pantalón de color discreto y camisa sport o suéter -según la temperatura-.

141

141. Durante las vacaciones mayores 1) Se usará la sotana para los siguientes actos comunitarios en la capilla: ofrecimiento de obras, Celebración Eucarística y oraciones de la noche. 2) En las demás actividades podrá usarse pantalón de color discreto y guayabera o suéter -según la temperatura-. 3) En los paseos podrá usarse camisa sport o suéter -según la temperatura-.

142

142. Durante las vacaciones menores 1) Se regularán en el uso del vestido por las normas comunes. 2) Cuando el clima sea muy caluroso, el Director Territorial podrá permitir que se use pantalón de color discreto y guayabera durante los actos comunitarios, a excepción de los siguientes: ofrecimiento de obras, meditación, Celebración Eucarística y oraciones de la noche, en los que se usará sotana. N.B. Cuando por motivo de lluvia o frío se necesiten otras prendas de vestir, se podrá usar la gabardina o el abrigo, siempre de color negro o azul oscuro.

143

B) Centros de Apostolado

143. Dentro del centro 1) Para los actos comunitarios -actos de piedad, comidas, etc.-, se deberá usar siempre una sotana de corte correcto, pantalón negro y zapatos y calcetines negros. 2) Para el estudio y preparación de actividades, pantalón negro o de color discreto, guayabera o suéter -según la temperatura- y zapatos negros. 3) Para trabajos físicos: pantalón de color discreto, suéter o camisa sport -según la temperatura- y zapatos negros o tenis -según las circunstancias-.

144

144. En el apostolado 1) En los centros del Regnum Christi o del Ecyd se usará siempre la sotana o el clergyman negro. 2) Para actividades apostólicas -retiros, ejercicios espirituales, triduos- se usará siempre la sotana. Para conferencias: si los lugares son apropiados, se usará la sotana; si se tienen en colegios u otros sitios, se usará el clergyman o alzacuellos. 3) En compromisos sociales de carácter apostólico -visitas a familias, salidas a hospitales, comidas, etc.-, se usará siempre el clergyman, salvo en casos excepcionales. 4) En cursillos: a) Ordinariamente se usará la sotana. b) En lugares muy calurosos, a juicio del Director Territorial, y solamente con varones, se podrá usar guayabera y pantalón negro o de color discreto, menos durante el tiempo dedicado a la administración de los sacramentos o actos de piedad, en que se usará la sotana. 5) En las demás obras de apostolado, incluidas las obras dedicadas a la educación, se usará clergyman o alzacuellos con traje negro. 6) En los países donde las leyes del Estado prohíban la ostentación de distintivos eclesiásticos, podrá usarse traje cruzado de color discreto, con corbata negra o azul oscuro. Sin embargo, siempre que sea posible, dentro del centro de apostolado deberán seguirse las normas generales y en las obras de apostolado que no tengan representación civil (v.g. colegios, universidades...), se usará el traje de color negro y clergyman o alzacuellos. El Director Territorial correspondiente debe tomar las disposiciones necesarias para la aplicación de estas normas a las situaciones concretas.

145

145. En los viajes nacionales o internacionales Usarán siempre clergyman, a no ser que las circunstancias aconsejen lo contrario; en este caso será el Director Territorial quien autorizará el uso del traje de color.

146

146. Durante las vacaciones mayores y menores Durante las vacaciones mayores y menores se regirán por las mismas normas de los centros de formación.

147

147. En las giras vocacionales Se usará el traje negro con clergyman o alzacuellos, a no ser que las leyes del país prohíban el uso de distintivos eclesiásticos, en este caso se podrá usar el traje de color, según la norma del número 144, 6.

148

148. En las demás ocasiones Se regirán por las mismas normas dadas para los centros de formación.

5. Urbanidad en el comedor

Introducción

149

149. Los comportamientos en el comedor son una de las manifestaciones más claras del dominio personal y de la conciencia de la propia dignidad. Al comer, procure el legionario dar un claro testimonio de su educación y control propio, de la riqueza de su espíritu y de los valores humanos y sociales que atesora.

1. Antes de sentarse

150

150. Por dignidad personal y respeto a los demás, preséntense en el comedor siempre distinguidos, con sus manos aseadas y bien peinados.

151

151. Coloquen la servilleta sobre la mesa, al lado izquierdo de los cubiertos, sin lanzarla desde lejos.

152

152. Recen con los brazos cruzados o las manos juntas sobre el pecho, según la costumbre legionaria, y guarden uniformidad en las líneas.

153

153. Mantengan su cabeza ligeramente inclinada hacia adelante, sin mirar de un lado a otro para inspeccionar el comedor o la comida que está servida sobre la mesa.

154

154. No se detengan en las puertas, ni ante los servilleteros. Cada uno pase diligentemente a su lugar correspondiente.

155

155. Si en alguna ocasión se llega al comedor mientras se bendice la mesa, esperen fuera hasta que termine la lectura del Evangelio o de las Constituciones.

156

156. Actúense durante la bendición de la mesa y escuchen con atención y respeto la lectura del Evangelio o de las Constituciones.

157

157. Eviten tocar los cubiertos, aunque estén en desorden, hasta que se hayan sentado.

2. Al sentarse

158

158. Procuren no hacer ruido con la silla al sentarse o al levantarse. Para ello, retírenla de la mesa levantándola ligeramente, sin arrastrarla.

159

159. Entren por el lado izquierdo de la silla y salgan por el derecho.

160

160. Como signo de buena educación y de propio control, no den señales de satisfacción o de disgusto al ver aparecer las fuentes con los diversos alimentos, ni se muestren impacientes o inquietos.

161

161. Procuren colocarse a una distancia conveniente de la mesa, que les permita libertad de movimiento. Mantengan el cuerpo ligeramente recto y los pies juntos y recogidos.

162

162. Apoyen los brazos sobre la mesa, a la altura de las muñecas. No bajen las manos ni suban los codos sobre la mesa.

163

163. La servilleta se abre y se coloca sobre las piernas.

164

164. Mantengan el control de sí mismos, y no comiencen a comer pan mientras esperan que llegue la comida.

165

165. Pueden beber agua u otros líquidos desde el inicio de la comida.

3. Al servirse

166

166. La sopera y las fuentes se colocan al lado izquierdo para servirse. Cuando son los meseros los que sirven, también han de hacerlo por el lado izquierdo.

167

167. Al servirse alimentos con caldo, no llenen demasiado el cucharón, ni lo arrastren sobre el borde de la sopera. Levanten el cucharón y viertan el líquido en el plato cuidadosamente, para evitar salpicaduras.

168

168. Cuando se sirvan personalmente otros alimentos, usen las dos manos, tomando la cuchara con la mano derecha y el tenedor con la izquierda, evitando con cuidado que se ensucie o manche la mesa.

169

169. No llenen demasiado los platos. Sírvanse cantidades discretas. Si desean más, es preferible repetir.

170

170. Por espíritu de pobreza, sírvanse sólo lo que necesitan, para evitar que se desperdicie la comida.

171

171. No toquen el propio plato con los cubiertos que se usan para servir ni, mucho menos, acomoden con ellos los alimentos en el plato.

172

172. Procuren no agotar completamente la fuente; siempre debe quedar algo en ella; y por espíritu de sacrificio y dominio personal, eviten servirse en demasía de aquellos platillos que más les gustan.

173

173. No levanten el plato hasta la fuente, ni llenen hasta rebosar los cubiertos con que se sirven. Tampoco hagan resbalar los alimentos de la fuente al plato.

174

174. No lleven nada directamente de la fuente a la boca.

175

175. Interrumpan la conversación mientras se sirven.

176

176. Las bebidas se sirven con la mano derecha. El vaso o la taza deben permanecer sobre la mesa, en su lugar. Si alguna vez es necesario levantar la taza, háganlo sobre el platillo.

177

177. El cucharón se usa solamente para alimentos con caldo.

178

178. Cuando pasen a los demás las fuentes o jarras, eviten arrastrarlas; levántenlas y ofrézcanlas de manera que se puedan tomar con facilidad.

4. Al comer

179

179. Pongan mucho cuidado, atención e interés para mantener vivas y altas las formas sociales en la manera de comer, siendo así signos visibles de la dignidad humana de Cristo.

180

180. El dominio personal debe manifestarse en el sereno control de las reacciones y gustos propios, y en la actitud de servicialidad y atención a las necesidades de quienes se encuentran alrededor, procurando eliminar todo ensimismamiento en el disfrute de la comida, o en las propias

ocupaciones.

181

181. La fidelidad en la observancia de las normas de urbanidad, la atención a la lectura, la participación en la conversación, cuando la hay, permite hacer también de la comida una actividad formativa y enriquecedora.

182

182. No se permitan faltar a las reglas de urbanidad cuando tengan que comer solos.

183

183. Empiecen a comer cuando inicie la persona que preside la mesa. Si el Superior no está presente, esperen a que se sirvan dos o tres hermanos.

184

184. Cuando se permita hablar durante las comidas, procuren que su conversación sea grata y amena. No traten ordinariamente asuntos de oficio que deben resolver en otra sede, ni temas demasiado serios o importantes; eviten, igualmente, caer en la frivolidad o ligereza, convertir la mesa en lugar de discusión, o monopolizar la conversación.

185

185. Hablen en tono de voz moderado, sin levantarlo demasiado; para ello, conversen sólo con los que están inmediatamente a sus lados y con el que está enfrente. Eviten también reírse ruidosamente y gesticular con los cubiertos.

186

186. Si el Rector o el Superior llega al comedor cuando ya se ha iniciado la comida, permanezcan sentados, pero, por deferencia, mientras reza, el lector interrumpa la lectura, y continúela después, indicando lo que está leyendo. Si se está conversando, guarden silencio, interrumpan la comida y esperen el «Cristo, Rey Nuestro!», para reanudar la conversación. Si el Rector o Superior no está presente, observen las mismas normas cuando llegue el Gerente después de haber iniciado la comida. Estas indicaciones se deben observar también cuando la comida es fuera del comedor y en los días de paseo, y con los Directores Mayores.

187

187. Procuren comer con tranquilidad, masticando bien los alimentos.

188

188. Tomen los alimentos con el busto ligeramente inclinado hacia adelante, llevando la comida a la boca, y eviten bajar excesivamente la cabeza hacia el plato.

189

189. Eviten levantar demasiado los codos mientras comen, para no molestar al que se encuentra a su lado.

190

190. No huelan los alimentos, y cuando estén demasiado calientes, muévanlos ligeramente con el cubierto apropiado, evitando soplar sobre ellos.

191

191. Tomen toda la comida que se han servido, pero no rebañen los platos. Los bocados que se lleven a la boca deben ser moderados, de manera que no sea necesario abrirla excesivamente. No se lleven un nuevo bocado hasta haber deglutido el anterior.

192

192. No mastiquen exageradamente, moviendo mucho los labios y las mandíbulas. Eviten sobre todo y con sumo cuidado, masticar con la boca abierta.

193

193. Nunca hablen mientras tienen comida en la boca.

194

194. No sorban ni hagan ruido al tomar caldos o alimentos demasiado líquidos.

195

195. Tomen el agua y las demás bebidas en pequeños tragos, y no todo a la vez.

196

196. Después de beber, eviten chasquear la lengua.

197

197. No beban líquidos mientras tienen todavía alimentos en la boca. Antes y después de beber, límpiense los labios discretamente con la servilleta.

198

198. Sobre todo después de haber tomado bebidas gaseosas, eviten, con sumo cuidado, eructar. Si

esto sucediese, inclinen la cabeza y lleven la servilleta a la boca, pidiendo siempre perdón.

199

199. Cuando sean invitados y desconozcan el modo de comer algún alimento, observen discretamente cómo se comportan los demás.

5. Uso de los cubiertos

200

200. Tomen los cubiertos por la parte alta del mango, sin alargar el índice para no apoyarlo sobre el dorso del cuchillo o sobre los dientes del tenedor.

201

201. No separen el dedo meñique al usar los cubiertos el vaso o la taza. Se ha de buscar la finura dentro de la sencillez.

202

202. Nunca se debe jugar con los cubiertos.

203

203. No introduzcan ni apoyen los cubiertos personales en las fuentes de servir.

204

204. No llenen demasiado el tenedor ni la cuchara. Lo que se ha tomado en ellos, debe llevarse a la boca de una vez, no en diversos momentos.

205

205. Cuando momentáneamente se dejan de usar los cubiertos, se colocan en el plato con el mango hacia el borde y las puntas hacia el centro, a ambos lados.

206

206. Al final de la comida los cubiertos se dejan paralelos sobre el plato, con los mangos hacia uno mismo.

207

207. La cuchara y el tenedor se introducen a la boca ligeramente de punta, no de lado.

208

208. Cuando no se usa el cuchillo, el tenedor se maneja con la mano derecha. Generalmente los alimentos se toman con las puntas del tenedor.

209

209. La cuchara se usa sólo para caldos o alimentos que tienen caldo. Los caldos o los alimentos con caldo se sirven en taza, o en el plato hondo.

210

210. La cuchara se deja en el plato hondo y se retira juntamente con él. La cucharilla, se deja sobre el platillo de la taza de café o de la copa de helado.

211

211. La cuchara se sostiene entre el pulgar y el índice, apoyada en el dedo medio.

212

212. El cuchillo se usa para cortar los alimentos, o para untar mantequilla o mermelada sobre el pan, y se maneja con la mano derecha. Nunca debe llevarse a la boca.

213

213. El cuchillo no se usa para servir salsas. Una vez que se ha usado, no debe limpiarse con pan, ni con el borde del plato, ni mucho menos entre los dientes del tenedor.

214

214. Cuando pasen un cuchillo o cualquier otro cubierto a otra persona, es preferible hacerlo depositando el cubierto sobre un plato limpio.

215

215. El salero debe usarse con la mano derecha, sin agitarlo exageradamente ni golpearlo sobre la mesa para aflojar la sal.

216

216. Si la sal está humedecida, agiten el salero ligeramente. Si no es suficiente, quiten el tapón, pongan un poco de sal en un plato pequeño y sírvanse la que necesiten con la punta del cuchillo, nunca con los dedos.

217

217. Si el salero es abierto, no se toma la sal con los dedos, sino con la cucharilla apropiada, o con la punta del cuchillo, si no hay cucharilla.

218

218. El vaso y la taza se toman con la mano derecha.

219

219. La taza se toma del asa con el dedo pulgar y el índice, sosteniéndola al mismo tiempo con el dedo medio.

220

220. El vaso se toma por la mitad inferior, con los tres primeros dedos de la mano, nunca con la palma de la mano. Deben procurar beber con cuidado para no dejar señales de los dedos ni de los labios en el vaso.

221

221. Ni el vaso ni la taza se llenan hasta el borde; se deja el espacio de un dedo, aproximadamente, a partir del borde superior.

222

222. Para colocar el vaso sobre la mesa, para recogerlo o para ofrecerlo a otra persona, nunca debe tocarse el borde superior, y mucho menos introducir los dedos en la parte interna.

223

223. Por lo general, las bebidas calientes se sirven en taza; las bebidas frías, en vaso.

224

224. No utilicen envases comerciales en la mesa; sirvan estas bebidas en jarras. Sin embargo, en los paseos al campo, pueden utilizarse los envases comerciales.

225

225. Cuiden los Superiores que la vajilla sea sencilla, de proporciones moderadas; retírese del uso la vajilla despostillada y las jarras y fuentes no suficientemente dignas.

6. Normas para algunos alimentos en particular El pan

226

226. El pan se debe partir discretamente, con las manos, en pedazos pequeños, trozo por trozo, según se vaya necesitando, y sin esparcir demasiadas migajas. Por tanto; no se parte a la mitad, ni en varios trozos a la vez, ni se parte a tirones, ni se corta con el cuchillo, ni mucho menos se muerde directamente.

227

227. Puede partirse una porción de pan del plato central y volver el resto al plato, si no se piensa tomar todo. Sin embargo, evítese dejar pedazos de pan sobre la mesa o devolver lo sobrante al plato central al final de la comida.

228

228. El pan se toma en poca cantidad para acompañar las sopas, los consomés o las pastas.

229

229. Se puede utilizar un trozo de pan para facilitar la colocación de los alimentos en el tenedor e impedir que resbalen, pero evítese arrastrar los alimentos hacia el tenedor con el pan o con la mano.

230

230. La mantequilla y la mermelada se extienden sobre cada pedazo de pan.

231

231. Los trozos de pan que se llevan a la boca deben ser pequeños.

232

La sopa 232. La sopa se sirve procurando no llegar al borde interior del plato.

233

233. Eviten llenar demasiado la cuchara para no salpicar.

234

234. Por norma general, no inclinen el plato para recoger el líquido. Si lo hacen, inclinen el plato ligeramente hacia el interior.

235

235. Si una gota de caldo resbala por la parte inferior de la cuchara, no se limpia con un trozo de pan.

236

236. Al terminar la sopa, dejen la cuchara en el plato.

237

237. Cuando se sirve consomé en plato hondo se toma con cuchara, pero cuando se sirve en una taza especial puede tomarse con cuchara o beberse.

238

Las pastas 238. En la Legión no es costumbre tomar los espaguetis, macarrones, tallarines, etc., enrollándolos en el tenedor. Se cortan en suficiente cantidad para llevarlos a la boca sin que cuelguen en el tenedor.

239

239. Sean especialmente cuidadosos al comer la pasta para evitar manchar la mesa, la ropa, los labios, y la parte exterior de los platos.

240

240. Si algún espagueti queda colgando, llévenlo a la boca discretamente con el tenedor, sin sorberlo.

241

241. Los demás tipos de pasta se parten con el tenedor y se llevan a la boca sin clavar el tenedor en ellos.

242

El queso 242. El queso blando se corta sólo con el tenedor; el duro, con el tenedor y el cuchillo.

243

243. El queso cremoso se puede untar en el pan con el cuchillo, nunca con el tenedor.

244

Los huevos 244. Los huevos tibios, o pasados por agua, se toman con la cucharilla.

245

245. Fuera del caso anterior, los huevos se parten y se llevan a la boca con el tenedor.

246

246. La yema de los huevos, como las salsas, no se recoge con pedazos de pan. Se ha de tomar lo que se pueda usando con atención el tenedor.

247

247. La tacita o la copa de los huevos tibios no se levanta al comer los huevos, ni éstos se beben como los líquidos.

248

La carne 248. La carne se corta cruzando el tenedor y el cuchillo cogidos por el extremo del mango. No se corta toda de una vez, sino trozo por trozo, a medida que se va comiendo. Los trozos no deben ser demasiado grandes, ni excesivamente pequeños.

249

249. Los huesos se deben retirar discretamente al extremo del plato.

250

250. La carne molida o blanda se corta sólo con el tenedor.

251

251. Existen dos formas adecuadas de comer la carne: a) En Europa: generalmente se conserva el tenedor en la mano izquierda y se lleva el trozo de carne a la boca. b) En América: después de cortar el trozo de carne, se deja el cuchillo sobre el plato, se pasa el tenedor a la mano derecha y se lleva la carne a la boca. Al cortar un nuevo trozo, se pasa nuevamente el tenedor a la mano izquierda.

252

El pescado 252. Para comer el pescado se utilizan un tenedor y un cuchillo especiales. Con el cuchillo se separa la cabeza y la cola del pescado y se colocan en el extremo del plato; luego se abre el pescado longitudinalmente: la espina central y las demás espinas se separan con el cuchillo y se colocan aparte en el plato. Si se ha llevado a la boca alguna espina, se toma discretamente con la mano y se coloca en el plato, o se deposita con la boca en el tenedor, y después se coloca discretamente sobre el plato.

253

253. Los trozos de limón que se ofrecen con el pescado se toman con el tenedor por la parte de la pulpa y se exprimen cuidadosamente con los dedos, evitando las salpicaduras; después se depositan en el extremo del plato.

254

254. Se puede quitar la piel del pescado ayudándose con el cuchillo.

255

255. El pescado se lleva a la boca con el tenedor sostenido por la mano derecha.

256

El pollo 256. Se toma con el tenedor y el cuchillo, no con los dedos. Sin embargo, en el campo, puede tomarse con los dedos.

257

257. Quien así lo desee, puede quitar la piel del pollo, ayudándose del cuchillo.

258

Las verduras, las legumbres, las patatas 258. Las verduras y las legumbres se toman con el tenedor, ayudándose, si fuese necesario, con un pedazo de pan. No deben aplastarse para formar con ellas una especie de puré.

259

259. La ensalada se come con el tenedor. Si se necesita cortar, se hace con el tenedor, aunque es preferible tomarla doblando las hojas.

260

260. Las patatas fritas en forma de tiras o pequeños cuadros, se toman con el tenedor, sin ensartalas con los dientes del tenedor. Si es necesario, se parten antes con el mismo tenedor. Las patatas fritas en lonchas pueden tomarse una a una con la mano, o también con el tenedor.

261

La fruta y los postres 261. Nunca deben colocarse directamente sobre la mesa ni sobre el mantel.

262

262. Todas las frutas, excepto las uvas y las cerezas, se comen con el cuchillo y el tenedor apropiados. Las frutas preparadas (por ejemplo, las macedonias...) se toman con cucharita.

263

263. La fruta se pela sobre el plato, aunque puede también levantarse ligeramente con el tenedor.

264

264. El racimo de uvas se sostiene sobre el plato con la mano izquierda y se van tomando las uvas una a una con la mano derecha. Las semillas y la piel pueden depositarse a un lado, en el plato.

265

265. Los pastelillos se toman generalmente sólo con el tenedor.

Segunda parte: Las dependencias de los centros **Introducción**

266

266. Los centros de formación y los centros de apostolado son el ambiente vital en que el legionario, mediante las prácticas de piedad, cultiva especialmente su unión con Dios, estudia y se prepara responsablemente para el ejercicio inmediato o futuro del apostolado y convive fraternalmente con sus hermanos en un esfuerzo común por superarse cada día en el camino de la propia santificación en la Legión.

267

267. Todos los legionarios procuren mantener el centro donde habitan con la limpieza y dignidad que exige el espíritu de la Legión, haciéndose responsables del orden y distinción de la propia habitación, y de aquellas dependencias que estén bajo su cuidado o que sean comunes a todos: capilla, salas de estar, comedor, pasillos, lugares de aseo, jardines...

268

268. Para guardar el orden y el decoro propios de los centros legionarios, presten especial atención al cuidado de las paredes, en especial las de las escaleras, los barandales, el ascensor, las puertas; tiren los papeles o basura en los lugares correspondientes, y dejen cada objeto y los instrumentos de trabajo en el sitio asignado.

269

269. Aunque haya encargados oficialmente asignados para el aseo y mantenimiento de algunas dependencias, por espíritu de pobreza y responsabilidad avisen prontamente al Superior si notan desperfectos o desorden, interesándose como en cosa propia.

270

270. Los centros legionarios deben ofrecer siempre un ambiente de silencio, como reflejo de la madurez y responsabilidad en la vivencia de la unión con Dios y en el desempeño de las propias responsabilidades. Eviten, por ello, detenerse a charlar en lugares de paso, como el ascensor, las escaleras, los tránsitos, el vestíbulo, la recepción. Eviten, también conversar a la puerta de las habitaciones. Si es necesario verdaderamente hacer alguna consulta, debe hacerse con brevedad y en voz baja.

271

271. En los centros donde haya dos escaleras, resérvense las principales para pasar a los actos comunitarios.

1. La capilla

272

272. La capilla es el lugar principal y el más digno de todo centro legionario; el lugar donde confluyen, en el Corazón de Cristo presente realmente en el Sagrario, todos los esfuerzos, anhelos, luchas, fracasos y alegrías de la familia legionaria; lugar de encuentro espiritual del alma con Dios y con los hermanos.

273

273. La capilla debe destacar por su elegancia, su sobriedad, su distinción y su limpieza.

274

274. La capilla legionaria está presidida por el Sagrario colocado en el centro, bien sea empotrado en la pared o, si esto no es posible, encima del altar -, por un crucifijo en el centro y proporcionado a las dimensiones de la pared -, y por una estatua de la Santísima Virgen colocada a la derecha del Cristo, sobre una base empotrada en la pared o sobre una columna -. Pueden también colocarse las estaciones del viacrucis o unas cruces en las paredes.

275

275. La capilla legionaria no está sujeta al voto de pobreza. Debe contar con todo lo necesario para el desenvolvimiento digno de las ceremonias litúrgicas, tanto privadas como comunitarias, y para ello no debe escatimarse gasto alguno. Sin embargo, evítese lo recargado, barroco y ostentoso.

276

276. Préstese especial cuidado en la conservación, tanto del Sagrario como de los vasos sagrados, candeleros y demás objetos litúrgicos, siempre en perfecto estado y con todo el decoro que merece Jesucristo Nuestro Señor. Evítese usar patenas o cálices abollados.

277

277. El mantel del altar ha de ser simple, sin flecos tejidos ni bordado alguno. Debe caer a los lados hasta unos 20 centímetros antes del suelo. Debe estar siempre blanco, sin manchas de ninguna clase. Se ha de cambiar siempre que sea necesario, retirando del uso todo mantel ya desgastado o con manchas que ya no se pueden eliminar

278

278. Consérvense todas las vestiduras sagradas siempre en perfectas condiciones en cuanto al planchado, costuras, cremalleras, broches... El Prefecto de Capilla controle que todos los elementos que se utilizan en las celebraciones litúrgicas (manteles, corporales, purificadores, manutergios, velas...), aunque las celebraciones sean en privado, respondan a la dignidad y grandeza de las realidades que significan. De acuerdo con el Rector o con el Superior del centro, retire cuanto no responda a estos criterios.

279

279. Procúrese que nuestras capillas sean luminosas, tanto natural como artificialmente. Cámbiense oportunamente cualquier lámpara deficiente.

280

280. Los bancos, los reclinatorios y las sillas deben estar perfectamente alineados y bien barnizados. La alfombra, limpia y con los extremos bien hilvanados.

281

281. Teniendo en cuenta los tiempos litúrgicos, colóquense dos floreros uno frente al altar y otro ante la imagen de la Santísima Virgen. Preparen los floreros con buen gusto y elegancia, tanto en la elección de las flores, como en la disposición y armonía en el colorido. En las solemnidades litúrgicas relevantes pueden ponerse plantas floreadas.

282

282. En los días de fiesta de primerísima pueden ponerse uno o dos floreros pequeños sobre el altar, sin ocultar la acción del sacerdote. Cuando se ponga un solo florero, colóquese en un extremo del altar y los candeleros en el otro, guardando la simetría.

283

283. Cuando en los días de primerísima hay adoración al Santísimo Sacramento durante el día y se

quiere adornar el altar, pónganse siempre dos floreros pequeños y bajos.

284

284. Como homenaje de fe y de amor a Jesucristo Nuestro Señor, presente en la Eucaristía, las flores y plantas que adornen las capillas de los centros de formación y de los centros de apostolado deben ser siempre naturales. Procúrese, en la medida de lo posible, que las flores y plantas de las capillas de las obras de apostolado sean también naturales.

285

285. La lámpara del Santísimo Sacramento ha de ser de aceite o de cera, para que simbolice mejor la presencia real de Cristo en la Eucaristía y su amor que se consume por los hombres, y sea símbolo también de la fe, la oración y la consumición de la vida de los legionarios en el servicio de Dios y de sus hermanos. Sin embargo, en los centros de apostolado podrá tenerse además una lámpara eléctrica para encenderla cuando los componentes de la comunidad no se encuentren en el centro. En estos casos se apagará la lámpara de aceite, para evitar posibles incendios, y volverá a encenderse cuando la comunidad o alguno de sus miembros regrese al centro. En los clubes y obras de apostolado similares que tengan reservado el Santísimo en la capilla, podrá usarse una lámpara eléctrica.

2. La recepción

286

286. En la recepción debe estar solamente el encargado de la portería. Colóquense las cabinas telefónicas para uso de los religiosos fuera del recinto de la recepción y solamente déjense incorporadas cuando sea totalmente imposible tenerlas fuera del recinto.

287

287. En la recepción deben encontrarse: el directorio de los teléfonos más usados, las guías telefónicas, bolígrafos, fichas, los impresos para informar sobre las llamadas y el diario de recepción.

288

288. Dada la delicadeza y discreción que exige el oficio de recepcionista, si no se encuentra una persona idónea y de absoluta confianza, en los centros de formación esta función debe desempeñarla un grupo de ocho religiosos o novicios, en turnos semanales de dos en dos. Este grupo, convenientemente adiestrado, debe desempeñar su oficio por lo menos todo un año. Si es necesario poner un sustituto momentáneamente elíjase entre los mismos miembros del grupo asignado.

289

289. En los centros de apostolado, en la medida de lo posible, obsérvese lo siguiente: 1) Nómbrense dos o tres religiosos que sean los telefonistas habituales. Si no se encuentra en el centro ninguno de ellos, conteste el teléfono quien se encuentre en el centro. 2) Como nuestros religiosos que habitan en centros de apostolado pueden ser requeridos en el centro por alguna necesidad imprevista o una llamada telefónica, llévase un diario de recepción donde cada religioso anote al salir del centro el lugar o los lugares a donde se dirige y los teléfonos donde se le puede localizar en caso de necesidad. Al regresar al centro deje consigna igualmente en el diario de recepción. 3) Tomen con toda precisión los recados telefónicos y, si los reglamentos o el Superior no disponen otra cosa, pásenlos al interesado tan pronto como éste llegue, o déjenle el recado a la entrada de su habitación. 4) Si llaman por teléfono a un religioso que se encuentra en el centro: a) Si tiene permiso habitual de recibir llamadas, por razones de oficio o apostolado, se le puede pasar directamente la llamada y después avisar al Superior. b) Si no tiene permiso habitual, se avisa primero al Superior. Si éste no se encuentra en el centro, se pasa la llamada y se avisa posteriormente al Superior. 5) Con el fin de ayudar a la administración de cada centro en el control y revisión de los recibos telefónicos, téngale, además, en cada centro un diario de recepción especial en el que cada religioso que llama por larga distancia, anote el número a donde habló, la ciudad, nación y duración aproximada de la llamada.

3. La biblioteca

290

290. La biblioteca es una dependencia comunitaria destinada al estudio, a la consulta o a la lectura. Debe reinar en ella un clima propicio para el trabajo intelectual. Por espíritu de caridad y por respeto al trabajo de los demás, observen silencio y eviten cuanto sea causa de molestia o distracción para ellos.

291

291. Observen puntualmente las normas propias de la biblioteca del centro, de manera que todos puedan beneficiarse de ella. Para ello: 1) nunca saquen de la biblioteca los libros de consulta, a no ser por breve espacio de tiempo y con la debida autorización; 2) llenen las fichas correspondientes, de manera que siempre pueda saberse dónde se encuentra cada uno; 3) no lleven a sus habitaciones ni a sus librerías más libros de los que razonablemente puedan usar; 4) no conserven los libros indefinidamente en sus habitaciones ni en sus librerías. Si les son necesarios, renueven su petición según esté marcado en los reglamentos de cada centro.

292

292. Compete solamente al Rector de la propia sección, al Superior del centro o al Instructor de novicios de la propia sección, conceder autorización para leer o consultar los libros de la biblioteca.

293

293. Si no se trata de libros de espiritualidad, pidan al Superior competente las autorizaciones necesarias para usar los libros de la biblioteca, después de haberlo consultado con el Prefecto o encargado de estudios.

294

294. En los centros de formación, solamente los encargados de la biblioteca deben entregar a los religiosos, incluidos los Prefectos, los libros de la biblioteca que hayan solicitado.

295

295. En los centros de apostolado, después de haber recibido la autorización necesaria, los religiosos y sacerdotes pueden tomar personalmente los libros, dejando en el lugar adecuado la ficha correspondiente.

296

296. Por atención y respeto a los demás y por espíritu de pobreza, sean muy cuidadosos en el uso de los libros: fórrenlos, no escriban notas en ellos ni los subrayen y eviten mancharlos. Si hay algún libro que consideren de suma utilidad para el propio trabajo de docencia o de ministerio, prefieran pedir un ejemplar para su uso personal.

297

297. Pasen nota al Prefecto o al encargado de estudios de los centros, sobre aquellas novedades bibliográficas que consideren interesantes y útiles para los miembros del centro.

298

Normas para los superiores 298. Vigilen atentamente los Rectores y los Superiores de los centros -siguiendo las directrices de las Comisiones Doctrinales de los Equipos Técnicos de Consultoría-, para que no entren en las bibliotecas de los centros aquellas obras que desde el punto de vista doctrinal o moral resulten inconvenientes para almas consagradas a Dios, especialmente en las áreas de teología, filosofía, literatura y psicología.

299

299. Velen para que en las bibliotecas se mantenga el clima propicio para el trabajo intelectual: que reine el silencio y la dedicación al estudio y se evite todo aquello que pueda distraer a quienes ahí trabajan, como por ejemplo: movimientos frecuentes, paso precipitado de las hojas de los libros, ruidos con las plumas o con los bolígrafos, etc.

300

300. Cuiden que todos observen fielmente las normas establecidas para el uso de la biblioteca y se mantengan en ella la disciplina, el orden y la distinción propios de la Legión. Por ello: 1) procuren que todos los sacerdotes, religiosos y novicios pidan la debida autorización para sus lecturas. Esta autorización puede concederse para cada caso o de modo habitual; 2) permitan sacar los libros de consulta general solamente en caso de necesidad y por un breve espacio de tiempo para que esos libros estén siempre a la disposición de todos; 3) vigilen, a través de los encargados, para que no salgan libros de la biblioteca sin que quede constancia en el fichero correspondiente; 4) cerciórense

de que las lecturas, cuya autorización les piden, responden a un programa bien trazado y previamente aprobado; 5) cuiden que los religiosos no tengan en su habitación más libros de los que necesitan para sus actividades.

³⁰¹

301. Vigilen para que los libros de la biblioteca estén siempre en buen estado y se retiren y envíen a encuadernar aquellos que no responden a los criterios de distinción legionaria.

³⁰²

302. Si hay libros o revistas muy solicitados, pongan al servicio de los sacerdotes y religiosos dos o varios ejemplares.

³⁰³

303. Vigilen que la biblioteca cuente con suficiente iluminación natural o artificial; que las luces estén siempre en buenas condiciones; que el sol no dañe los libros y que el recinto esté suficientemente aseado.

³⁰⁴

304. Los Rectores y los Superiores de los centros, al autorizar la lectura de libros a nuestros religiosos, deben guiarse no sólo por los criterios de carácter general, sino muy especialmente por las normas de prudencia que aconsejen la índole y la situación personal de cada religioso.

4. El salón de actos

³⁰⁵

305. El salón de actos de los centros de formación es una dependencia reservada para actividades espirituales o académicas con participación de todas las comunidades del centro.

³⁰⁶

306. Debe estar presidido por el Cristo Legionario y la bandera del Papa, de la Legión, y si lo prescriben las leyes estatales, también la bandera del país.

³⁰⁷

307. A la derecha e izquierda del ingreso, dentro del salón de actos, debe colocarse una imagen de la Santísima Virgen y otra del Papa reinante.

³⁰⁸

308. Póngase especial esmero en la combinación de los colores de las sillas o butacas, y la alfombra y cortinaje del estrado, hermanando la dignidad y elegancia con la sencillez.

³⁰⁹

309. Dótese a esta dependencia de lo necesario una buena iluminación y acústica.

³¹⁰

310. Evítese emplear este salón para otras actividades al margen de las asignadas.

5. Salón de estar

³¹¹

311. El salón de estar es una dependencia comunitaria dedicada al descanso, al esparcimiento y a la convivencia fraterna de los religiosos del centro. Es también ordinariamente el lugar destinado para la lectura del periódico y de las revistas de información, para la audición de la música, y para el uso de la televisión y de la radio, según los reglamentos del centro.

³¹²

312. Puede adornarse con alguna planta de interior. Los sillones deben ser discretamente cómodos, lineales, sin molduras y de colores discretos, adaptados al conjunto. Puede haber una alfombra central preferentemente de color liso, y algunos cuadros de la historia legionaria o de algún paisaje en las paredes. Todo ello con la distinción, la sencillez y el buen gusto legionarios.

³¹³

313. En la medida de lo posible, y dentro de las normas que expresan las Constituciones y los reglamentos para las lecturas, el salón de estar debe dotarse de los periódicos, las revistas informativas y los aparatos necesarios para cumplir sus diversas funciones.

³¹⁴

314. Dada la sensibilidad y fragilidad de los aparatos, conviene colocarlos en muebles cerrados y

asignar responsables para su manejo y conservación.

³¹⁵

315. Los periódicos y las revistas deben estar colocados ordenadamente en el revistero. El encargado del salón, retire oportunamente las publicaciones de fechas atrasadas.

³¹⁶

316. Todos contribuyan a mantener la limpieza y el orden del salón, dejando las revistas y los periódicos en el lugar correspondiente y ordenando los sillones después de su uso.

³¹⁷

317. Por atención y respeto a los demás, eviten sacar las revistas o los periódicos del salón de estar, y no se permitan recortar artículos de interés personal mientras se encuentren expuestos en el revistero y sin la debida autorización.

6. El comedor

³¹⁸

318. Todo comedor legionario debe estar presidido por el crucifijo y las imágenes de la Santísima Virgen y del Papa reinante.

³¹⁹

319. El comedor debe distinguirse por su limpieza, especialmente las mesas, los platos, los vasos y los cubiertos, de forma que la presentación del ambiente contribuya a la educación y a la formación de todos.

7. La cocina

³²⁰

320. La cocina no es lugar de reuniones, ni un lugar de tránsito. Por ello, solamente entren en este departamento el ecónomo, el despensero, el encargado de la cocina, los cocineros y los meseros.

³²¹

321. Tengan sumo cuidado para que sus vestidos, especialmente el uniforme, no se impregnen de humo, de grasa o de olores, y cámbienlos cuantas veces sea necesario.

³²²

322. Los encargados de la cocina deben procurar que esté siempre bien ventilada, con la higiene y limpieza debidas. Cuiden con esmero toda la maquinaria haciendo uso apropiado de ella, y avisen en cuanto noten algún desperfecto; presten atención al ahorro de la luz, del agua y del gas.

8. Departamento de duchas y baños

³²³

323. Todos deben poner sumo cuidado, atención y esfuerzo para que estos departamentos se conserven siempre con la limpieza, el orden y el decoro debidos, por respeto a sí mismos y por respeto y caridad hacia los demás. En el uso de estas dependencias se percibe el nivel de civismo y educación de las personas.

³²⁴

324. Sean muy diligentes al ducharse, especialmente cuando las duchas sean comunitarias; utilicen sandalias para evitar el contagio de enfermedades de la piel. Después de usar la ducha, por respeto y caridad, procuren dejarla lo más limpia posible: piso, azulejos, cortina, desagüe... Eviten dejar ropa sucia, trozos de jabón, espuma regada, cabellos en el piso, agua en el vestidor, etc.; la cortina debe correrse siempre de manera que el agua pueda escurrir fácilmente.

³²⁵

325. El uso de los sanitarios requiere especial cuidado y atención. Tengan el suficiente control de sí mismos para evitar el abandono o la precipitación, de manera que estos departamentos se conserven siempre con el debido decoro. Por ello: 1) al orinar, levanten las dos tapas y eviten salpicar fuera de la taza. Si esto sucede, limpien inmediatamente; 2) usen con moderación el papel higiénico, para evitar que se obstruyan los desagües; 3) no lleven libros a estos departamentos, pues no son lugar

adecuado para la lectura; 4) después de usar el sanitario, hagan correr el agua y constaten que ha quedado limpio y ventilado; bajen la doble tapa y dejen cerrada la puerta; 5) en la medida de lo posible, no usen baños abiertos (mingitorios).

³²⁶

326. El encargado debe supervisar durante todo el día el mantenimiento digno de estas dependencias, prestando atención no sólo a la limpieza, sino también a los desagües, funcionamiento hidráulico, desinfección periódica, cortinas de las duchas, toalla, jabón...

³²⁷

327. Prefiérase poner en el lavabo común de estos departamentos un depósito resistente y adecuado con jabón líquido, y no pastilla.

³²⁸

328. Quien note algún desperfecto o anomalía en el aseo o en el funcionamiento hidráulico de estas dependencias, prontamente avise al encargado.

³²⁹

329. Cuando el lavabo, la ducha, el sanitario, son de uso personal, por respeto y caridad, déjenlos especialmente en óptimas condiciones al efectuar los cambios de celdas o habitaciones.

9. Los jardines

³³⁰

330. En todos los centros de la Legión, tanto de formación como de apostolado, en la medida de lo posible, haya una zona de jardines bien trazados y cuidados, y con flores según las diversas épocas del año. Donde ello sea factible, debe haber también árboles decorativos, como por ejemplo: pinos, encinas, chopos, laureles, cipreses..., según los diversos climas.

³³¹

331. La Legión considera los jardines como un elemento que puede ayudar a los nuestros a encontrar la grandeza de Dios y a unirse a Él, como un elemento de oxigenación y de descanso físico; como un buen auxilio para la distensión de los nervios, el equilibrio de las neuronas y la serenidad psicológica y emocional; y como medio de formación por la educación del gusto estético en contacto con la naturaleza.

³³²

332. Aporten todos su trabajo y su dedicación para que los jardines estén siempre bien cuidados. Eviten pisar, arrojar basura o maltratar las flores. Ordinariamente, no se deben cortar las flores del jardín para adornar la capilla.

³³³

333. La Legión no considera los jardines como un elemento de lujo o como algo superfluo. Evítese mutilar o cortar los árboles sin verdadera necesidad y, cuando se vea necesario, no se haga sin el voto deliberativo del Consejo del centro.