

# El valor de hacer comida o bañar a un niño

Testimonio de Marie Cantin, de Quebec (Canadá). Estudió medicina, pero hace diez años tomó la decisión de dedicarse por entero a su familia.

16/09/2005

“Hace unos diez años, cuando hice la elección de dedicarme totalmente a mi familia y dejar por algún tiempo mi profesión de médico, sentí la necesidad de alimentar mi fe. Me

acordé entonces del Opus Dei. Decidí ponerme en contacto con un centro de la Prelatura, y ¡eureka!, lo que oía saciaba mi sed de amar a Cristo.

Desde el comienzo, me cautivó el mensaje sobre el trabajo. Aprecié mucho descubrir que lo que da valor a nuestras tareas era el amor de Dios que se pone al realizarlas. Es, en medio de las cosas más materiales de la tierra, donde debemos santificarnos, sirviendo a Dios y todos los hombres, decía el fundador del Opus Dei. Bajo esta luz, el simple hecho de preparar una comida o de bañar a un niño adquiere un valor infinito.

Mi vida espiritual se ha enriquecido con el estudio de los escritos de san Josemaría. He comprendido que mi bautismo me confiere una vocación – la santidad– y que es posible alcanzarla gracias a la frecuencia de sacramentos, la oración, la dirección

espiritual, el conocimiento de la doctrina cristiana.

Me impresionó el amor de san Josemaría a esa fuente de gracias que son los sacramentos. La misa, centro y raíz de la vida cristiana, es cada vez más para mí, como lo fue para él, el eje alrededor del que giran mis días. Además, la frecuencia asidua del sacramento de la alegría, o sea la confesión, me ayuda a conocerme mejor y a discernir más claramente la voluntad de Dios; ese encuentro de corazón a corazón entre Padre e hija me permite experimentar aún más la realidad de la filiación divina, fundamento del espíritu del Opus Dei.

Una vez que mi vida interior creció, descubrí la posibilidad de ver con la mirada de Dios, de desarrollar un “alma contemplativa” que me ayude en el esfuerzo por captar la voluntad de Dios en esos detalles pequeños y

grandes de la vida. Pero el panorama que me abrieron los escritos de san Josemaría no se limita a mi santificación, sino que desborda hacia los demás: mis relaciones de amistad han tomado un sentido nuevo, porque comprendo mejor mi responsabilidad de compartir con mis amigos este tesoro de alegría.

Desde que conozco todo esto, no pasa un día sin que agradezca a Dios que haya abierto este nuevo camino de santidad en su Iglesia y que nos haya invitado a mi esposo y a mí a seguirle en él”.

*Este relato ha sido publicado en el folleto "La alegría de los hijos de Dios", de Alberto Michelini. © 2002 Oficina de Información del Opus Dei.*

[opusdei.org/es-cr/article/el-valor-de-hacer-comida-o-banar-a-un-nino/](https://opusdei.org/es-cr/article/el-valor-de-hacer-comida-o-banar-a-un-nino/)  
(24/03/2026)