

# **Sobre la formación profesional (I): La reflexión sobre mi propio trabajo**

San Josemaría solía considerar cinco aspectos de la formación que ofrece el Opus Dei: humano, espiritual, doctrinal-religioso, apostólico y profesional. Esta serie explica el impacto de esa formación en la santificación del trabajo. Más allá de la educación o el aprendizaje, ¿en qué consiste la formación profesional?

15/01/2022

Un estudiante que realiza un semestre en una universidad extranjera. Una veterana funcionaria municipal. Un diseñador *freelance* que trabaja desde casa. Una profesora de instituto que empieza el curso. Un ingeniero que ha emigrado. Una enfermera que acaba de conseguir mejores condiciones laborales. Un dependiente que ha sufrido una reducción de jornada y sueldo. Una peluquera que ha cerrado su peluquería durante la pandemia. Un padre o una madre que se ocupan de los hijos pequeños. Una recién graduada que busca su primer empleo. En estas, u otras, situaciones profesionales y personales se encuentran numerosos cristianos que quieren seguir los pasos de Jesús-trabajador con la guía que les ofrece la formación en el

Opus Dei. El artesano de Nazaret es su principal modelo (Mt 13, 54-58).

En toda vida hay un recorrido pasado y un proyecto futuro, a veces luz y a veces sombra, alegría y sufrimiento, decisiones acertadas y erróneas, ilusiones y dudas, un impacto personal, familiar y social. Cada uno de nosotros, desde su singularidad, con su historia y sus circunstancias, está llamado a santificar el trabajo, a santificarse en el trabajo y a santificar a los demás en el trabajo.

Para poder realizar esta misión, san Josemaría insistía en la necesidad de prepararse bien. “Si has de ser sal y luz, necesitas ciencia, idoneidad”<sup>[1]</sup>. “Hijos de mi corazón, para que la siembra sea eficaz, necesitáis que haya un refuerzo en la parte espiritual, otro en la parte psicológica, otro en la parte profesional”<sup>[2]</sup>. “No basta el deseo de

querer trabajar por el bien común; el camino, para que este deseo sea eficaz, es formar hombres y mujeres capaces de conseguir una buena preparación, y capaces de dar a los demás el fruto de esa plenitud que han alcanzado”<sup>[3]</sup>.

El Opus Dei se compromete a dar una formación cristiana que atañe a todas las dimensiones de la persona, incluida la profesional. Sin embargo, la preparación intelectual y técnica que cada ocupación requiere se adquiere en las instituciones de enseñanza y capacitación propias de cada país y en la misma experiencia laboral, no en la Obra. El Opus Dei como tal tampoco imparte cursos de *mentoring*, *soft skills* o marca personal, por poner ejemplos relacionados con el ámbito laboral. ¿En qué consiste, pues, esta formación profesional? En los siguientes artículos de la serie se desarrollan algunas reflexiones.

## Hoy, para mí: formación para mi vida

El mensaje de san Josemaría sobre la santificación del trabajo, la transformación del mundo desde dentro y el lugar central que ocupa la profesión en la vida social llevan al cristiano a profundizar en la importancia del trabajo como eje de su vocación y misión en medio del mundo, con sus posibilidades y sus desafíos. Consagrar el mundo a Dios desde dentro, manifestar la fe del Evangelio en el entorno, servir a los demás y humanizar las estructuras son algunas de las manifestaciones de la identificación de los fieles laicos con Cristo, sacerdote, profeta y rey, por el bautismo<sup>[4]</sup>.

Todos los trabajos, desde los más establecidos y regulados hasta los más creativos y *part-time*, requieren esa reflexión por parte de quien los realiza. Habrá aspectos comunes,

porque “esta dignidad del trabajo está fundada en el Amor”<sup>[5]</sup>, “ha de ser una ofrenda digna para el Creador”<sup>[6]</sup>, “manifiesta el amor, se ordena al amor”<sup>[7]</sup>. Otros, en cambio, serán muy personales, en función de la relación de cada uno con Dios, de su sentido de ofrecimiento unido al de Cristo en la Cruz y en la Santa Misa, de su deseo de servir y del propio conocimiento de las características de su quehacer profesional.

En el vasto entramado de aspectos que tejen el trabajo profesional, hay dos que solo cada uno puede ponderar y descubrir: en qué consiste santificar ese trabajo concreto que realizo y cómo hacerlo en las circunstancias precisas y actuales de mí mismo y del entorno.

Santificar el trabajo, para un oncólogo, incluye desde el esfuerzo para estar a la última en la

investigación hasta la escucha empática del paciente; para un conductor de autobús, desde el modo de tomar una curva hasta la sonrisa que ofrece a los pasajeros; para una arquitecto, escuchar al cliente para servir a sus necesidades y asegurar la calidad de las soluciones y la belleza del resultado. La respuesta a “¿qué manifestaciones tiene santificar mi trabajo?” será variada para una deportista profesional, el reponedor de un supermercado, un *youtuber*, un abogado de oficio, una directora comercial, un cocinero, una soprano, un agricultor, una *community manager*, un maestro o un conductor de camión. Y también tendrán que hacer su propio recorrido reflexivo quienes se jubilan, están en paro o sufren una invalidez.

Además de lo específico de cada dedicación profesional, la prudencia juega un papel clave a la hora de cultivar determinadas actitudes y

tomar determinaciones acertadas. Alguien a punto de jubilarse puede afrontar con dejadez o con entusiasmo el último tramo de su vida laboral. Una mujer casada debe afrontar los retos de una posible maternidad en un entorno que habitualmente desconfía, desaprueba o rechaza embarazos y bajas maternales. Una economista o un abogado pueden encontrarse en situaciones contrarias a lo que su conciencia les dicta que es justo. En situaciones de pobreza o inestabilidad, una pareja puede valorar si uno de ellos emigra para asegurar el sostenimiento de la familia. Otras veces la duda será si reducir la jornada de trabajo para cuidar a padres dependientes, hijos pequeños, miembros enfermos de la familia.

Las condiciones legales, laborales, económicas, educativas, sociales o políticas de cada país determinan

muchas de las facilidades y dificultades que se presentan en la vida profesional, y la prudencia ayuda a valorarlas y buscar los medios oportunos para tomar decisiones.

## **Algunos retos contemporáneos**

La realidad que conforma el ámbito del trabajo, pues, presenta complejidades que todos experimentamos en mayor o menor medida. Quizás algunas de las más relevantes en la actualidad, que exponemos a continuación, nos aportan luz sobre los aspectos en los cuales la formación nos ayuda a santificar el trabajo hoy y ahora.

Desde hace años se arrastra la necesidad de un estudio profundo, fruto de la reflexión y de un conocimiento sapiencial de lo humano, frente a la superficialidad y el empobrecimiento que pueden suponer el predominio de lo

tecnológico y la especialización. La abundancia de formación no implica asimilación si no va acompañada de contemplación, reflexión, diálogo o lecturas que valgan la pena: “Cuando alguien no aprende a detenerse para percibir y valorar lo bello, no es extraño que todo se convierta para él en objeto de uso y abuso inescrupuloso. Al mismo tiempo, si se quiere conseguir cambios profundos, hay que tener presente que los paradigmas de pensamiento realmente influyen en los comportamientos”<sup>[8]</sup>, señala el Papa.

Otro reto de la mentalidad actual es recuperar la alegría de compartir y la riqueza de las relaciones humanas ante una sofocadora cultura del éxito. La exigencia de resultados, la autoimposición del rendimiento como medida de calidad, los procesos que pasan por encima de las personas, el *mobbing* sufrido, pueden acabar en frustración, agotamiento,

fracaso o desaliento, y llevar incluso a la enfermedad física o psíquica. Francisco reivindica la necesidad de no perder de vista lo fundamental: “Busquen priorizar espacios donde la cultura de la eficacia, el rendimiento y el éxito se vea visitada por la cultura de un amor gratuito y desinteresado capaz de brindar a todos (...) posibilidades de una vida feliz y lograda”<sup>[9]</sup>.

También supone un reto, en muchos casos, conciliar tiempos y prioridades. “La familia es un gran punto de verificación. Cuando la organización del trabajo la tiene como rehén, o incluso dificulta su camino, entonces estamos seguros de que la sociedad humana ha comenzado a trabajar en contra de sí misma”<sup>[10]</sup>, advierte el Papa. Y no solo en relación con la familia. También necesitamos tiempo para el descanso o el deporte, para visitar un museo o quedar con los amigos, para

colaborar con una asociación o seguir un tratamiento médico, para asistir a un curso o visitar enfermos. Tiempo para la formación cristiana y la vida de relación con Dios.

Por otro lado, el mundo del trabajo en sí está acelerando su evolución. Continúa el proceso de transformación digital en muchos sectores, y han aparecido nuevas formas de trabajo, más colaborativas, por proyectos, en modalidad de teletrabajo... Los aspectos positivos, como la mayor flexibilidad, creatividad y cooperación, conviven con otros negativos, como la mayor precariedad. Pocos jóvenes desean entrar a trabajar en una empresa con un puesto fijo y jubilarse en ella, como quizás han hecho sus padres o abuelos. A la vez, las nuevas plataformas facilitan que las pasiones y los conocimientos de cada uno puedan ser la base de una

dedicación profesional con la que ganarse la vida.

Las transformaciones anteriores han facilitado la aparición de nuevas profesiones. En paralelo, la inserción laboral supone una dificultad en muchos países, afectados por la crisis económica. Conseguir un primer trabajo estable en el caso de los jóvenes, reincorporarse tras una temporada en paro a una cierta edad, reciclarse en un sector que ha cambiado rápidamente o afrontar prejubilaciones son algunas de las situaciones que más sufrimiento provocan en las personas y en las familias.

Por último, se ve clara la necesidad de construir alrededor del trabajo estructuras que lo humanicen: la legislación laboral, los salarios, las condiciones de seguridad, los contratos, los beneficios y tantos otros aspectos deben configurarse de

forma justa. Una especial atención requiere asegurar la plena incorporación de la mujer a la vida laboral y pública y dar respuesta a sus desafíos (techos de cristal, brecha salarial, peaje de la maternidad...).

## **Una vida integrada, una formación unitaria**

Para afrontar estos desafíos, tanto los personales como los referidos a la situación del trabajo en cada sociedad, es necesaria una formación unitaria e integral, que involucre a toda la persona en sus distintas dimensiones. Por ejemplo, ayudar a cultivar virtudes como la paciencia, la fortaleza, la audacia, la humildad o la constancia es una gran aportación a la preparación necesaria hoy para afrontar desafíos como los anteriores.

Por *formación* no se entiende principalmente la transmisión de unos contenidos o conocimientos,

sino más bien un proceso personal de desarrollo, crecimiento y maduración, que persigue la identificación con Jesucristo, hombre y Dios, con los acentos propios del espíritu del Opus Dei. Así, las distintas facetas de la formación nos ayudan a relacionarnos con Dios en el trabajo, descubrir la verdad y el bien relacionados con la profesión, ejercitar las virtudes, buscar la calidad y amar mejor a las personas con quienes nos relacionamos. Una vida caracterizada por un gran amor a la libertad que conlleva una gran responsabilidad y tiene como consecuencia un deseo personal para mejorar día a día, contando con los medios que la Obra proporciona a sus fieles y a quienes participan de sus medios de formación<sup>[11]</sup>. De este modo, el proyecto vital y profesional está integrado en la misión a la que hemos sido llamados.

El trabajo vertebraliza la realidad completa de la vida de la persona. Mediante el trabajo –que junto con la filiación nos establece en el mundo (“¿No es éste el hijo del artesano? ¿No se llama su madre María y sus hermanos Santiago, José, Simón y Judas?”<sup>[12]</sup>)– aprendemos a ser ciudadanos con los demás y a liderar desde el servicio.

Por ese motivo es posible abordarlo desde todas las vertientes de la formación: “La formación de los fieles del Opus Dei, que comienza cuando dan sus primeros pasos en la Obra y dura hasta el mismo momento de la muerte, comprende los aspectos humano, profesional, espiritual, apostólico y doctrinal; aspectos que se compenetran armónicamente entre sí, como conviene a la fuerte unidad de vida característica del espíritu del Opus Dei, y que es recomendada

insistentemente por la Iglesia a todos los fieles”<sup>[13]</sup>.

Este desarrollo armónico y equilibrado de actitudes y virtudes apuntalan un modo cristiano de vivir, porque la llamada a la santidad y al apostolado se realiza precisamente en el propio trabajo profesional y mediante el ejercicio del trabajo profesional; con él nos sostenemos, sostenemos a nuestras familias y colaboramos a mantener iniciativas para el bien de todos; ejercitamos el sacerdocio común de los fieles con el testimonio y las relaciones interpersonales<sup>[14]</sup>.

De la mano de san José, padre trabajador, “la crisis de nuestro tiempo, que es una crisis económica, social, cultural y espiritual, puede representar para todos un llamado a redescubrir el significado, la importancia y la necesidad del trabajo”<sup>[15]</sup>.

<sup>[1]</sup> San Josemaría, *Camino*, 340.

<sup>[2]</sup> San Josemaría, *Mientras nos hablaba en el camino*, p. 245.

<sup>[3]</sup> San Josemaría, *Conversaciones*, n. 73.

<sup>[4]</sup> Cfr. *Lumen Gentium*, 34-36.

<sup>[5]</sup> San Josemaría, *Es Cristo que pasa*, n. 48.

<sup>[6]</sup> San Josemaría, *Amigos de Dios*, n. 55.

<sup>[7]</sup> San Josemaría, *Es Cristo que pasa*, n. 48.

<sup>[8]</sup> Francisco, *Laudato Sì*, 215.

<sup>[9]</sup> Francisco, *Discurso en el encuentro con los Obispos*, Tokio, 23-XI-2019.

<sup>[10]</sup> Francisco, Audiencia general, 19-VIII-2015.

<sup>[11]</sup> Cfr. Prelatura de la Santa Cruz y Opus Dei, *Ratio Institutionis*, Roma, 2007, n.8.

<sup>[12]</sup> Mt 13, 55.

<sup>[13]</sup> Prelatura de la Santa Cruz y Opus Dei, *Ratio Institutionis*, Roma, 2007, n. 4.

<sup>[14]</sup> Íd., n. 6.

<sup>[15]</sup> Francisco, *Patris Corde*, n. 6.

Teresa Escobar

Jerry Wang / Unsplash

---

pdf | Documento generado  
automáticamente desde [https://  
opusdei.org/es-cr/article/sobre-la-  
formacion-profesional-i-la-reflexion-  
sobre-mi-propio-trabajo/](https://opusdei.org/es-cr/article/sobre-la-formacion-profesional-i-la-reflexion-sobre-mi-propio-trabajo/) (08/01/2026)