

# Katarina: "Padre, ¿cómo ayudar más a mi familia?"

Katarina Jantakova es de Eslovaquia. Casada, con hijos, es supernumeraria del Opus Dei desde hace dos años. Desde que recibe formación cristiana opina que no es sólo para ella: ¿cómo pueden beneficiarse los demás?

22/06/2012

*Otče,*

sme veľmi radi, že ste prišli na Slovensko a môžeme sa s Vami stretnúť. Volám sa Katarina Jantaková, Opus Dei som spoznala pred šiestimi rokmi. Začala som chodiť na duchovné obnovy do Isteru a postupne sa môj život – najmä ten rodinný – začal meniť. Mám tri deti a veľmi dobrého manžela. Som dva roky Supernumerárkou a Opus Dei mi poskytuje duchovnú formáciu, ktorá mi pomáha byť v mojom živote správne nasmerovaná. Lenže nechcem byť len tá čo prijíma. Rada by som využila túto formáciu pri stretnutiach s mojou rodinou, kolegyňami v práci, priateľkami. Môžete mi poradiť, ako to môžem čo najprirodzenejšie robiť?

Yo te digo como es lógico que no he entendido nada, pero al mismo tiempo te he encomendado, he encomendado a tu familia, he encomendado a todos los demás para que tengáis el orgullo santo de ser

muy eslovacas y muy eslovacos, y que deis gloria a Dios desde esta tierra.

(Traducción de la pregunta):

*Padre,*

Estamos muy contentos de que haya venido a Eslovaquia y de que podamos tener este encuentro con Usted. Me llamo Katarina Jantakova. Conocí el Opus Dei hace seis años y empecé a asistir a los retiros en Ister. Poco a poco, la formación recibida me ha ido ayudando a mejorar, sobre todo en mi vida familiar. Tengo tres hijos y un marido muy bueno. Desde hace dos años soy supernumeraria y agradezco mucho la formación espiritual que recibo en la Obra, que me ayuda a orientar mi vida correctamente. Pero no quiero limitarme sólo a recibir. Quisiera aprovechar mejor la formación y compartirla más con mi familia, mis colegas en el trabajo y mis amigas.

Podría aconsejarme cómo hacerlo con más sentido sobrenatural?

Mira, yo digo que en tu familia. Y lo digo; -no hablo solamente con ella, sino con todos- en vuestra familia. Que os esforcéis -cada una y cada uno- para hacer la vida agradable a los demás. Que respondáis con amabilidad, que sepáis sonreír, que sepáis hablar de tal manera que la gente que está en vuestra familia se encuentre con la agradabilidad de sentirse queridos.

También de que ofrezcáis los pequeños inconvenientes que podemos tener. Por ejemplo: el dolor de cabeza. Yo os puedo contar que san Josemaría tuvo una enfermedad que es muy grave y muy seria: la diabetes. Produce un dolor de cabeza extraordinario a muchos de esos pacientes. Y nos contaba a los que estábamos muy a su alrededor que no había ningún analgésico que le

quitara el dolor de cabeza. Pues bueno, a pesar de esto, cuando se reunía con sus hijas o con sus hijos, siempre hablaba con alegría, con una sonrisa en la boca. Después, al volver a la habitación, nos decía: “estoy cansadísimo, estoy agotado”, pero nadie lo había notado. En la familia gastándote más por tu marido y por tus hijos, pensando con generosidad: yo qué he hecho hoy por mi marido y por mis hijos. Cómo he rezado por ellos, cómo he atendido a lo que me están contando, qué interés he puesto en lo que me decían, porque eso contribuye a la vida en familia.

Con tus amigas, hablando de la felicidad de vivir en gracia de Dios. Es decir apartar de nosotros todo lo que nos aparta de Dios. San Josemaría... yo os hablo de san Josemaría, porque he vivido al lado y concretamente, porque la Iglesia lo ha declarado santo. Como dijo el Papa Juan Pablo II -que también amó

muchísimo Eslovaquia, muchísimo, muchísimo. Ya sabéis que, siempre que podía, iba a los montes Tatra para esquiar y aprovechaba esos momentos para hacer apostolado-. El Papa Juan Pablo II quiso declarar santo a san Josemaría y dijo que era el santo de la vida ordinaria. No se trata –insisto- en que hagáis cosas raras, sino cómo santificáis lo de cada momento. Con tus amigas, cómo las saludas –todas y todos-, cómo saludamos? ¿Con afecto? ¿Saludamos encomendándolos a sus ángeles custodios? ¿Hablamos con las personas con afán de servirlos? Si nos piden un favor, pensamos en lo que nos piden, en lo que nos piden y no en nuestro egoísmo? Esa es otra manera de ayudarles. Y te preguntarán, ¿por qué haces esto? Porque me han dicho en los centros del Opus Dei que tengo que santificar la vida corriente.

¿Y el descanso? Pues también debemos y podemos santificarlo: ¿cómo? no yendo a aquellos lugares para descansar, que no es un descanso ofender a Dios. Ir a aquellos lugares en que podamos dar gloria a Dios distrayéndonos, divirtiéndonos. Es lógico que el Señor quería que sus apóstoles descansaran. A veces les llamaba y les decía, vamos a retirarnos un poquito para que descanséis. Es maravilloso! No sé si habéis leído.

Os recomiendo que leáis el Evangelio. Todos! El Evangelio es la Palabra de Dios. Por lo tanto leed el Evangelio.

Es maravillosa, esa escena de Emaús, cuando los apóstoles -que eran hombres, personas como vosotras y como nosotros- iban cansados, iban desilusionados. Y se aparece Cristo en el camino. Pero Cristo no se impone, quiere que le abramos las

puertas, quiere que le dejemos entrar en nuestras vidas, como decía también el Papa Juan Pablo II: “*aprite*”, abrid las puertas a Cristo! Y Cristo se acerca y empieza a hablar con ellos y les habla con cariño y también reprendiéndoles un poco, porque no han sido hombres de fe. Cuando hace ademán de marcharse, los apóstoles le dicen “no te vayas que ya está para terminar el día. Quédate con nosotros!”; y se quedó con ellos y le reconocen en la fracción del pan, en la Eucaristía. Y ellos comentan: ¿no es verdad que nuestro corazón ardía mientras nos hablaba en el camino?

Yo te digo a ti y digo a todos. Qué seáis personas que hagáis la vida amable a vuestras amigas y a vuestros amigos, a vuestros colegas. Una amabilidad que no consiste en transigir con lo que vaya en contra de la ley moral o de la fe; pero sí que seáis serviciales.



Por eso aprovecha bien los medios de formación. Yo os sugiero hacerlo con entera libertad. Qué vayáis a los medios de formación que dan en los centros del Opus Dei. ¿Para qué? para que, como cristianos corrientes, podáis ayudar en los ambientes que frecuentéis.

Procura asimilar bien la formación para transmitirla a otras personas. Mira, había una mujer que se dedicaba al servicio doméstico, al hogar, y, como se daba cuenta que podía aprender de todas las personas, lo contaba a sus amigas. Pero, ¿dónde has aprendido todas estas cosas? Y ella dijo: más que aprender hay que vivir. Tú trata de vivir lo que dicen los medios de formación, y luego transmitirás esa formación con generosidad a las personas que trates. Y que vayas por todas esas calles de Bratislava pidiendo por la gente de esta tierra

para que se acerquen a Dios. ¿De acuerdo?

---

pdf | Documento generado  
automáticamente desde [https://  
opusdei.org/es-es/article/katarina-  
padre-como-ayudar-mas-a-mi-familia-2/](https://opusdei.org/es-es/article/katarina-padre-como-ayudar-mas-a-mi-familia-2/)  
(03/02/2026)