

# La difícil combinación de familia y trabajo

Vanesa Walter es una joven madre francesa que concilia sus obligaciones familiares con su trabajo de empresaria. Este es su testimonio.

22/12/2005

El Opus Dei significa para mí un gran apoyo. Me da el aliento que necesito para ocuparme de mi familia y de mi trabajo con constancia. Gracias a su espíritu he aprendido a rezar; a

intentar realizar las tareas cotidianas por amor a Dios y a los demás; a procurar amar la voluntad de Dios, aunque a veces no sea fácil. Es una ayuda muy buena para mí, porque luchar por cumplir la voluntad de Dios supone luchar por llevar a la práctica aspiraciones importantes: hacer feliz al marido, a los hijos; ayudar a los demás con el trabajo...

Todo eso se lo debo a san Josemaría, que nos ha dejado unos escritos y una predicación magnífica, con enseñanzas muy pegadas a la realidad de la vida, que ayudan eficazmente en el vivir cotidiano. Lo considero un Padre, un amigo y un consejero al que acudo con frecuencia para pedirle ayuda. Lo he aprendido casi todo de él, desde el punto de vista espiritual, porque yo, antes de conocer el Opus Dei, sabía muy poco: por ejemplo, pensaba que la Eucaristía era un simple símbolo y que rezar consistía en recitar unas

languísimas oraciones... Hay una frase suya que me impresiona especialmente: Haz lo que debes y está en lo que haces".

Intento dedicar a la familia mis mejores energías y el tiempo necesario que necesita cada uno. Cuando vuelvo a casa para estar con mis hijos -a las 6.30 de la tarde como mucho y dos días a la semana a las 4.30- procuro esforzarme en sonreír y olvidarme de los problemas de la empresa, a la que le dedico muchas menos horas que la mayoría de los empresarios.

Yo tenía desde siempre la ilusión de montar mi propia empresa desde cero: quería que fuese algo útil y algo en lo que yo fuera mi propio jefe. Y me lancé en cuanto me licencié en Económicas, con las ayudas que se prestan a los empresarios jóvenes.

Al principio pensaba crear una sociedad de servicios, con propuestas

que le permitieran a la gente conciliar su vida familiar y laboral. Pero me di cuenta de que, para llevar a cabo ese objetivo tenía que ayudar primero a los que trabajan en ese sector a superar su falta de preparación personal.

Eso me llevó a reorientar mi proyecto hacia la puesta al día en la formación profesional. Después de pasar un tiempo investigando, creo que se puede ofrecer esa formación de forma gratuita a las personas que trabajan en el hogar. En la actualidad nos dedicamos sobre todo a la formación de baby-sitters, de empleadas del hogar y de personas que cuidan de personas ancianas, poniendo el acento en todo lo que se refiere al gobierno de la casa y al cuidado de los niños (prevención, seguridad, reforzamiento de la autoridad de los padres, asesoramiento en sus tareas escolares, etc.). Estamos

desarrollando una oferta que pienso que puede ser interesante en este campo.

Para eso debo aprovechar mi tiempo al máximo, porque conciliar la vida familiar y la profesional no es sencillo. A veces se te junta todo: la atención de los hijos, el cuidado de la casa, etc. A mí me sirve trabajar sin culpabilizarme, procurando estar serena, tanto en mi casa como en el trabajo.

---

pdf | Documento generado automáticamente desde <https://opusdei.org/es-es/article/la-dificil-combinacion-de-familia-y-trabajo/>  
(23/01/2026)