

# **Sobre la formación profesional (II): una formación para ser Cristo en el trabajo**

Para identificarnos con Cristo en el trabajo, nos ayuda alimentar la dimensión espiritual, profundizar intelectualmente en nuestro quehacer, capacitarnos para hacer el bien, crecer en amistad y ganar en competencia.

15/02/2022

¿Quién no ha soñado alguna vez con vivir una gran aventura? Una aventura en la que se escondan descubrimientos inimaginables, que saque a la luz el potencial para superar las limitaciones personales, desconocido hasta entonces, una aventura llena de encuentros y compartida con otros compañeros de viaje. De eso trata la santidad que cada uno sueña alcanzar: una gran aventura de relación con Dios en medio del mundo.

Para un comerciante, una ingeniero, una estudiante o un asistente sanitario, esta aventura de la santidad se desarrolla alrededor de su trabajo profesional, día a día, con esfuerzo, con ilusión, con ganas o sin ellas, colaborando con otros colegas codo a codo o en *smart working*. Para muchas personas, el trabajo es el eje, el centro en torno al cual giran la santidad y el apostolado en medio del mundo, y su alcance se refleja en

esa expresión de san Josemaría: *santificar el trabajo, santificarse en el trabajo y santificar a los demás con el trabajo.*

Una declaración de intenciones y una meta en la que está implícita la necesidad de tener recursos para llevarla a término. ¿Quién sale a correr sin zapatillas o pone en marcha un proyecto sin una inversión? Aquí no se trata de recursos aislados, herramientas o estrategias, sino que estamos hablando de formarse en todas las dimensiones vitales para llegar a ser Cristo en el trabajo.

## **Nuestro encuentro personal con Dios en el trabajo**

La dimensión que resulta más evidente es la dimensión espiritual, ya que se centra en vivir el trabajo con amor, como lugar de encuentro con mi Padre Dios, procurando presentarle una ofrenda agradable<sup>[1]</sup>,

unida al sacrificio del Hijo en la cruz que se actualiza en cada celebración de la Misa<sup>[2]</sup>. Se trata de buscar activamente hacer la tarea juntos, *por Él, con Él y en Él*<sup>[3]</sup>, como ocasión de servicio, un servicio directo -como es el caso de tantas profesiones: cocineros, repartidores, maestros, psicólogos- o indirecto, porque todo trabajo es un servicio a la sociedad. Esto se extiende a las acciones concretas de toda la jornada hasta llegar a hacer, como enseñaba san Josemaría, de la mesa de estudio, de la oficina, la cátedra, el taller o el campo, un altar en el que Dios nos espera cada día<sup>[4]</sup>, donde vamos depositando una hora tras otra de nuestra existencia.

Por nuestra parte, la dimensión espiritual significa también el esfuerzo por no olvidar que lo importante de nuestro trabajo no es lo que nosotros hacemos, sino lo que Dios obra a través de nosotros.

Levantamos a menudo el corazón para glorificar, agradecer, pedir perdón y pedir ayuda a Dios en correspondencia con los fines de la Misa (adoración, acción de gracias, reparación y petición<sup>[5]</sup>). Y caemos en la cuenta de que Dios nos ve, nos escucha y nos sonríe, pues contempla el esfuerzo que hacemos para amarle.

La perseverancia en el trabajo supone cansancio, fatiga; una fatiga física para quien trabaja en el sector de la construcción o esculpiendo una obra de arte, una fatiga mental para quien escruta una pantalla creando un nuevo algoritmo o ha de atender con amabilidad al siguiente pasajero. La formación espiritual nos ayuda a ver este esfuerzo como una ocasión de estar más cerca de Cristo, que *cargó sobre sí nuestros dolores*<sup>[6]</sup>, más cerca de Dios Redentor. En definitiva, el trabajo santificado (por Cristo, con Él y en Él) *nace del amor, manifiesta*

*el amor y se ordena al amor*<sup>[7]</sup>. El amor de Cristo al Padre y a nosotros - sus hermanos, los hombres- es el principio vivificador y unificador de toda su actividad y misión; y también lo es de nuestro trabajo, cuando cuidamos del mundo y de los demás, intentando imitar a Jesús, siendo uno con Él.

## **La comprensión intelectual del sentido del trabajo**

Si tuviéramos que definir qué es lo que da sentido a nuestra existencia, lo que nos configura como personas, lo que nos coloca en el mundo, uno de los aspectos que subrayaríamos es nuestro trabajo. Incluso si el que estamos realizando ahora mismo no es “el trabajo de mis sueños”. Por contraste, ¿qué sería nuestra vida sin trabajar? *La vocación que Dios nos da es muy hermosa: crear, re-crear, trabajar*, señalaba el Papa Francisco; *el trabajo involucra al hombre en*

*todo: en su pensamiento, en su acción, en todo*<sup>[8]</sup>. Este papel fundamental del trabajo a la hora de dar sentido a nuestra existencia, requiere una profundización desde el punto de vista filosófico y teológico. Esta es la formación que necesitamos en el plano intelectual: cuanto más comprendamos esta realidad -que Dios tomó al hombre y lo colocó en el jardín de Edén para que lo trabajara y lo guardara<sup>[9]</sup>, es decir, el sentido vocacional del trabajo humano- , más entenderemos la dignidad que comporta, porque nos hace parecernos a Dios, manifiesta nuestro ser a imagen y semejanza suya<sup>[10]</sup>.

Esta aproximación puede realizarse desde diversas disciplinas, para comprender con más profundidad la Creación, la dimensión redentora de los años en que Cristo estuvo trabajando con José, el sacrificio de la Cruz, la acción del Espíritu Santo

en la historia, el papel de los laicos en la cristianización de la sociedad, etc. De especial importancia, por supuesto, es todo lo que se refiere a la virtud de la justicia y a los requerimientos morales de cada profesión. Por eso el estudio nos ofrece perspectivas nuevas para entender cómo santificar el propio trabajo y reforzar nuestro deseo de hacerlo.

Junto a lo anterior, está siempre presente la necesidad de profundizar en la dimensión social y de transformación del mundo que tiene la propia dedicación profesional.

*Debemos recibir una formación tal que suscite en nuestras almas, a la hora de acometer el trabajo profesional de cada uno, el instinto y la sana inquietud de conformar esa tarea a las exigencias de la conciencia cristiana, a los imperativos divinos que deben regir en la sociedad y en las actividades de los hombres<sup>[11]</sup>, en*

palabras de san Josemaría. Quien tiene una experiencia del trabajo como lugar de santificación desea que esa experiencia llegue a todas las personas, no solo proporcionando medios espirituales para dotar de sentido el trabajo que cada cual pueda tener, sino procurando activamente que todos tengan trabajos dignos y significativos.

## **Más capaces para el bien**

La realización cotidiana del trabajo proporciona una oportunidad para el ejercicio de las virtudes humanas. Es un lugar de entrenamiento muy útil para todos aquellos que quieren mejorar en su calidad como personas: como en todo gimnasio, para llegar a un nivel alto de satisfacción se requiere frecuentarlo con constancia, aunque en este caso se suma, por la gracia, una gran dosis de ayuda sobrenatural.

La formación humana, hoy y ahora, ayuda a poner el foco de atención en virtudes que nos capacitan para hacer realidad ese deseo de servir a las demás personas, virtudes que podríamos llamar sociales. Por ejemplo, cabría fomentar que en el trabajo se ponga en práctica la escucha interesada y activa, con afán de aprender de los demás. En la relación con cada uno, como explica el Papa al hablar de la conversación entre Jesús y el joven rico: *Cuando escuchamos con el corazón sucede esto: el otro se siente acogido, no juzgado, libre para contar la propia experiencia de vida y el propio camino espiritual*<sup>[12]</sup>. Pero también en sentido más amplio: *El Espíritu nos pide que nos pongamos a la escucha de las preguntas, de los afanes, de las esperanzas de cada Iglesia, de cada pueblo y nación. Y también a la escucha del mundo, de los desafíos y los cambios que nos pone delante. No insonoricemos el corazón, no nos*

*blindemos dentro de nuestras certezas. Las certezas tantas veces nos cierran. Escuchémonos<sup>[13]</sup>.*

Muy unida a este aspecto, la virtud de la humildad nos lleva a reconocer que necesitamos de los otros, así como a darnos cuenta de lo que podemos aportar y a hacerlo generosamente. La capacidad de colaborar con otros y contar con todos es una exigencia de nuestro mundo laboral; si bien se pueden aprender técnicas y habilidades, la virtud cristiana añade además una actitud vital, un interés real por la otra persona, queriendo –y con la práctica sabiendo– fomentar la libertad y la responsabilidad de cada uno, y poniendo en juego sus talentos.

Otra virtud que se desarrolla es el compromiso, una palabra que a veces provoca pavor. Sin embargo, lo que tendría que llevarnos a la

reflexión es qué consecuencias comporta el miedo al compromiso. ¿Cómo puedo construir algo valioso que permanezca en el tiempo sin compromiso? ¿Se puede llegar a una meta sin dejar por el camino otras posibilidades? Conocemos bien la respuesta y no cabe duda de que, al igual que en otros campos personales, también en el trabajo el compromiso puede ser arduo, porque implica renuncias o requiere un esfuerzo continuado.

El compromiso también es imprescindible para vivir la honradez, la justicia y la responsabilidad social. Facilita la capacidad de ser fiel a lo que la propia conciencia señala como justo, incluso aunque estén extendidos comportamientos contrarios en nuestro entorno profesional. Refuerza la preocupación activa por humanizar los entornos laborales y

promover entre todos condiciones dignas de trabajo.

## **Disfrutar con los demás**

En las relaciones interpersonales, la benevolencia y la magnanimitad con los demás son cualidades muy apreciadas. En una sociedad individualista y competitiva como la nuestra, son virtudes que manifiestan la caridad, y un cristiano quiere desarrollarlas y transmitirlas en su ambiente sin caer en la ingenuidad o la simple filantropía, y a riesgo de que a veces la bondad sea vista como una debilidad. Aprender a pedir perdón, a rectificar y sobre todo a perdonar. Ser honesto con uno mismo y con los demás. Ser sincero y leal en las relaciones con los compañeros. Tratar con afabilidad y paciencia a los clientes. El elenco de virtudes podría ser largo, tanto como cada uno quiera, y el deseo de ser mejor y querer mejor

a los compañeros de viaje forma parte de esa aventura que significa la vida profesional.

El ámbito del propio trabajo es el entorno natural para que se creen muchas y sólidas amistades, como recuerda el Prelado del Opus Dei en su carta del 1.XI.19<sup>[14]</sup>, así como para sembrar la paz y la alegría tan propias del espíritu cristiano. San Josemaría, citado por el Prelado, lo explica así: *Bien puede decirse, hijos de mi alma, que el fruto mayor de la labor del Opus Dei es el que obtienen sus miembros personalmente, con el apostolado del ejemplo y de la amistad leal con sus compañeros de profesión: en la universidad o en la fábrica, en la oficina, en la mina o en el campo<sup>[15]</sup>.* Es un espacio para compartir afanes, colaborar mutuamente y dedicar muchas horas a desarrollar una tarea común; esto fortalece los vínculos y da espacio al conocimiento mutuo, a la vez que

impide instrumentalizar las relaciones, reduciéndolas a una ventaja dentro de la cultura del éxito inmediato. *Que nazca una amistad tiene mucho de don inesperado*<sup>[16]</sup>, recuerda el Prelado, *este don de Dios que nos transmite consuelo y alegría*<sup>[17]</sup> y nos recuerda el amor gratuito de la Trinidad por cada uno. A la vez, se convierte en una tarea grata y compartida, pues *la amistad misma es un diálogo, en el que damos y recibimos luz; en el que surgen proyectos, en un mutuo abrirse horizontes; en el que nos alegramos por lo bueno y nos apoyamos en lo difícil; en el que lo pasamos bien, porque Dios nos quiere contentos*<sup>[18]</sup>.

## **Y con competencia profesional**

Además de la formación en las virtudes, la formación profesional es parte fundamental para la propia santificación y una herramienta específica para afrontar los desafíos

culturales y sociales de la sociedad de hoy. La competencia profesional es esencial para que un trabajo se pueda santificar, ya que primero hay que hacerlo bien, tan bien como cualquier persona; y si es posible, mejor, pues va a la par con nuestros deseos de perfeccionar la creación, adorar al Creador y colaborar en la corredención<sup>[19]</sup>, poniendo en ejercicio el alma sacerdotal adquirida en el Bautismo, siendo Cristo en el trabajo.

A los primeros de la Obra, san Josemaría insistía en que la formación intelectual y profesional lleva a *buscar los relieves, no las llanuras*<sup>[20]</sup>, en la propia profesión y oficio. Esto es, impulsar a cada persona a desplegar plenamente su propia personalidad y sus capacidades en el ámbito en que pueda aportar más a la sociedad, ayudando a humanizar el propio entorno.

La capacitación y la titulación profesional se adquieren en las instituciones creadas para tal fin: universidades, escuelas técnicas, academias, plataformas *online* de formación, instituciones públicas que ofrecen cursos de actualización o inserción laboral... La oferta es amplia y variada, y hay que decidirse a aprovecharla. La ambición de llegar a más de un cristiano implica una continua y exigente capacitación profesional para estar al día, una *obligación a adquirir una conveniente formación profesional*, que se *adquiere en los mismos lugares que los demás ciudadanos*<sup>[21]</sup>.

## **La formación que proporciona la Prelatura**

De todo lo anterior se deduce que quien busca ser santo en medio del mundo necesita una formación que repercuta en todos los ámbitos que entran en juego en el propio ejercicio

profesional y ayude a que cada persona pueda vivir con madurez ese camino de identificación con Cristo. Esto es lo que la Prelatura proporciona.

En primer lugar, se nos impulsa a amar nuestra profesión, como lugar de encuentro con Dios y participación de su obra creadora, de forma práctica. Nos puede ayudar preguntarnos a lo largo del día cómo estoy transformando el mundo hoy. Quizás la respuesta contemple no reaccionar con agresividad a una situación tensa cuando se acerca un plazo, agradecer una ayuda de una colega, conceder una baja de maternidad sin hacer peligrar la reincorporación de la madre, tantos momentos y decisiones en los que estamos llamados a transformar el mundo, mejorar nuestro entorno y contribuir a llevarlo a Dios.

Además, la formación recibida nos ayuda a desempeñar nuestro trabajo de modo coherentemente cristiano, es decir, de acuerdo con la deontología propia de la profesión y con la iniciativa de quien busca colaborar en la construcción de una sociedad más humana. Y nos recuerda que hay que estudiar, conocer y ejercitarse los requisitos éticos y morales con sentido de misión, y siendo ejemplares en el ejercicio profesional. Este aspecto requerirá una mayor inversión de tiempo y esfuerzo por parte de abogados, ginecólogos, funcionarios de aduanas o inversores en bolsa, pero es igualmente importante en quienes cuidan de personas ancianas, son becarios en una radio local o preparan comida para llevar.

Junto con esto, estimula el deseo de poner los medios para capacitarnos debidamente, de modo que cada uno promueva un crecimiento en la

cultura propia de cada oficio, profesión o actividad que nos toca desempeñar, poniendo en marcha asociaciones profesionales o participando activamente en ellas, dedicando tiempo a conocer mejor la propia profesión, solos o en compañía de otros. Esto requiere tiempo y energías, que no sobran, pero es un enriquecimiento necesario. San Josemaría decía: *Yo doy tanta importancia a la cultura profesional de un peluquero como a la de un investigador; a la de un estudiante universitario como a la de una empleada del hogar. Se trata de tener la cultura del propio oficio, correspondiente a la vocación profesional de cada uno*<sup>[22]</sup>.

La formación facilita la adquisición de valores específicos para la propia profesión u oficio: el valor de la vida y de la salud, en las profesiones relacionadas con la medicina; la solidaridad de bomberos y

cooperantes; la igualdad para los empresarios y para quienes trabajan en sindicatos... Hay valores que, siendo universales y necesarios en todos los trabajos, en algunos de ellos sobresalen de un modo especial y que se han de acompañar de las competencias necesarias para vivirlos. Al hacerlo por la gloria de Dios y el bien de las almas, nuestro trabajo alcanza un valor sobrenatural que nos permite la identificación con Cristo.

El acompañamiento espiritual que brinda la Prelatura nos ayuda a afrontar con realismo -madurez humana y sobrenatural- las oportunidades y exigencias que la vida ofrece, también durante el recorrido profesional a lo largo de los años, con esperanza, discernimiento y sentido sobrenatural.

Por último, la identificación con la misión apostólica lleva a ilusionarse con poder colaborar más en el sostenimiento económico personal, para contribuir así al bienestar de la propia familia y a los apostolados de la Obra.

Hemos hecho un recorrido por todos los aspectos de la formación que influyen en hacer que nuestro trabajo sea el trabajo de un cristiano, cuya centralidad san Josemaría sintetizaba con las siguientes palabras: *Vamos a pedir luz a Jesucristo Señor Nuestro, y rogarle que nos ayude a descubrir, en cada instante, ese sentido divino que transforma nuestra vocación profesional en el quicio sobre el que se fundamenta y gira nuestra llamada a la santidad*<sup>[23]</sup>.

---

<sup>[1]</sup> Cfr. *Catecismo de la Iglesia Católica*, n. 2569.

<sup>[2]</sup> Cfr. *Catecismo de la Iglesia Católica*, n. 1350.

<sup>[3]</sup> Cfr. Plegaria Eucarística, doxología final.

<sup>[4]</sup> Cfr. San Josemaría, *Conversaciones*, n. 114.

<sup>[5]</sup> Cfr. *Catecismo de la Iglesia Católica*, nn. 1407 y 1414.

<sup>[6]</sup> San Josemaría. *Es Cristo que pasa*, n. 95.

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

<sup>[8]</sup> Francisco, “El trabajo es la vocación del hombre”, homilía en Santa Marta, 1 mayo 2020.

<sup>[9]</sup> Génesis 2,15.

<sup>[10]</sup> Cfr. Génesis 1,26.

<sup>[11]</sup> San Josemaría. *Carta 6-V-1945*, n. 15, en E. Burkhart, J. López, *Vida cotidiana y santidad en la enseñanza de San Josemaría*, III, Rialp, Madrid 2013, p. 574.

<sup>[12]</sup> Francisco, Homilía, Misa para la apertura del sínodo de los obispos, 10-10-2021.

<sup>[13]</sup> Ibíd.

<sup>[14]</sup> Cfr. Fernando Ocáriz, *Carta Pastoral 1-XI-2019*, n. 20.

<sup>[15]</sup> San Josemaría, *Carta n. 6*, n. 55.

<sup>[16]</sup> Fernando Ocáriz, *Carta Pastoral 1-XI-2019*, n. 20.

<sup>[17]</sup> Íd., n. 23.

<sup>[18]</sup> Fernando Ocáriz, *Carta pastoral*, 9-I-2018, n. 14.

<sup>[19]</sup> Cfr. Fernando Ocáriz, *Carta Pastoral 14-II-2017*, n. 17

<sup>[20]</sup> Cfr. Ana Sastre, *Tiempo de Caminar*, Rialp, Madrid 1989, cita 18, p. 232: (Fuente: san Josemaría, Hoja de Noticias (complementos) de julio de 1939 (AGP, serie A.2, leg. 10, carp. 2) “No paséis por la carrera como si toda ella fuera una llanura. Buscad los relieves. Tened personalidad. Trazad vuestro surco. Y que los surcos de todos, hagan producir el campo del Padre de familias”.

<sup>[21]</sup> Cfr. Prelatura de la Santa Cruz y Opus Dei, *Ratio Institutionis*, Roma, 2007, n. 14.

<sup>[22]</sup> San Josemaría, Notas de un círculo breve, 19-IV-1964; en volúmenes de “Meditaciones”, vol. I, pp. 606-607 (AGP, biblioteca, P06).

<sup>[23]</sup> San Josemaría, *Amigos de Dios*, n. 62.

Maeves Javaloyes

---

pdf | Documento generado  
automáticamente desde [https://  
opusdei.org/es-es/article/sobre-la-  
formacion-profesional-ii-una-  
formacion-para-ser-cristo-en-el-trabajo/](https://opusdei.org/es-es/article/sobre-la-formacion-profesional-ii-una-formacion-para-ser-cristo-en-el-trabajo/)  
(30/01/2026)