

## «Busqué la paz en las drogas y el reiki... La encontré en la oración»

Catarina vive en Oporto y es trabajadora social. En su adolescencia buscó la paz y no la encontró hasta que descubrió que Dios se la daba en la oración, en su familia y en su trabajo con los sin hogar.

21/10/2021

Nació en la ciudad “invicta” de Portugal y estudió Trabajo Social.

Cuando estaba en la universidad buscaba un sentido a su existencia, una razón para su vida, pues desde pequeña se afanaba por indagar sobre las múltiples preguntas que surgían en su interior.

Tras un periodo en las Azores, una enfermedad la obligó a regresar a Oporto. Y, con la enfermedad, tomó un camino errante: “tomaba diferentes medicamentos, terapias alternativas como el reiki, e incluso iba a clubes nocturnos...”.

Por aquel entonces, un amigo le habló de Dios durante un largo paseo. “Noté que Dios tocó mi corazón y comenzó una nueva etapa en mi vida”. Catarina acudió al sacramento de la Reconciliación, después de muchos años, empezó a rezar el rosario y a ir a misa.

Por la mañana tomaba el metro para ir a misa en la iglesia de la Congregación. Un día, al final de la

celebración, un chico se le acercó y - ante su sorpresa- le pidió que rezara porque marchaba a un seminario en China. Después le presentó a su madre, que es del Opus Dei, y así fue como Catarina conoció la Obra. Comenzó a recibir dirección espiritual y asistió a otras actividades de formación. “En el Opus Dei descubrí que todo lo que forma parte de nuestra vida es compatible con la amistad con Dios, y que podemos vivir nuestra vida cotidiana con Él, con naturalidad y alegría”.

Ha pasado el suficiente tiempo para comprobar que su compromiso con Dios le ha ayudado a esforzarse por ser una mejor profesional, una esposa y madre más dedicada y atenta, especialmente después del nacimiento de su hija.

Además, en su trabajo, trata de ayudar a muchas personas sin hogar de Oporto, con una visión cristiana.

Junto a sus compañeros lucha por mejorar las condiciones de vida de estas personas y por facilitarles la reinserción social a través del trabajo. Como en tantos lugares, esta lacra social ha empeorado con la pandemia porque muchas personas han perdido su trabajo y se ven abocadas a vivir en la calle.

“La Obra me ha ayudado a darle un sentido más profundo al trabajo: en cada indigente puedo tener un encuentro con Dios, algo que me lleva a intentar superarme profesionalmente para servirles”.

Y termina: “Mirando hacia atrás me he dado cuenta de que Dios siempre ha estado ahí, que me ha guiado a través de todas las circunstancias de mi vida”.

---

**Historias relacionadas:**  
Sembradores de paz y de alegría, serie de videos por el 75 aniversario del comienzo de la labor del Opus Dei en Portugal.

---

## **Temas de reflexión sugeridos por este vídeo**

### **Descubrir a Cristo en los pobres: tienen mucho que enseñarnos**

Para la Iglesia la opción por los pobres es una categoría teológica antes que cultural, sociológica, política o filosófica. Dios les otorga «su primera misericordia». (...) Esta opción —enseñaba Benedicto XVI— «está implícita en la fe cristológica en aquel Dios que se ha hecho pobre por nosotros, para enriquecernos con su pobreza». Por eso quiero una Iglesia pobre para los pobres. Ellos tienen mucho que enseñarnos. (...) La nueva

evangelización es una invitación a reconocer la fuerza salvífica de sus vidas y a ponerlos en el centro del camino de la Iglesia. Estamos llamados a descubrir a Cristo en ellos, a prestarles nuestra voz en sus causas, pero también a ser sus amigos, a escucharlos, a interpretarlos y a recoger la misteriosa sabiduría que Dios quiere comunicarnos a través de ellos. Papa Francisco, Evangelii Gaudium, 198.

## **Dios y el sentido de la vida**

La llamada de Dios es amor, tenemos que intentar encontrar el amor que hay detrás de cada llamada, y a ella se responde solo con amor. Este es el lenguaje: la respuesta a una llamada que viene del amor es solo el amor. Al principio hay un encuentro, precisamente, el encuentro con Jesús, que nos habla del Padre, nos da a conocer su amor. Y entonces, espontáneamente, brota también en

nosotros el deseo de comunicarlo a las personas que amamos: “He encontrado el Amor”, “he encontrado al Mesías”, “he encontrado a Dios”, “he encontrado a Jesús” “he encontrado el sentido de mi vida”. En una palabra: “He encontrado a Dios”. (Papa Francisco, Ángelus 17-1-2021)

## **La misa: un encuentro privilegiado con Cristo**

Lucha para conseguir que el Santo Sacrificio del Altar sea el centro y la raíz de tu vida interior, de modo que toda la jornada se convierta en un acto de culto —prolongación de la Misa que has oído y preparación para la siguiente—, que se va desbordando en jaculatorias, en visitas al Santísimo, en ofrecimiento de tu trabajo profesional y de tu vida familiar. (Forja 69)

Es tanto el Amor de Dios por sus criaturas, y habría de ser tanta nuestra correspondencia que, al

decir la Santa Misa, deberían pararse los relojes. (Forja 436)

---

pdf | Documento generado  
automáticamente desde [https://  
opusdei.org/es-py/article/sentido-vida-  
dios-trabajo-social-conversion/](https://opusdei.org/es-py/article/sentido-vida-dios-trabajo-social-conversion/)  
(08/02/2026)