

«Cuando pones primero a Dios, Él multiplica tu tiempo»

Nina Lagdameo explica cómo compaginar una carrera profesional exigente con la educación de tres hijos.

11/07/2018

Nina Lagdameo nació en Filipinas hace 55 años, pero vive en Estados Unidos desde hace 31. Trabaja en el campus de una escuela de negocios en Nueva York como *Director of*

Executive Education. Vive en Nueva Jersey con su marido y sus dos hijos, de 14 y 17 años. Su hija mayor estudia en Europa.

Como madre, ¿cuáles son tus principales objetivos en la vida?

Mi primer objetivo es asegurarme de que mis hijos reciben una buena educación. Esto incluye no solo su educación universitaria sino todo lo que tiene que ver con su formación espiritual, social y cultural. No está lejos el momento en que tengan que tomar sus propias decisiones, así que quiero que estén preparados para enfrentarse al mundo como adultos responsables.

¿Cómo recibiste tú esa formación?

Principalmente, de mis padres. Además, mi madre me animó a ir un club juvenil donde se cocinaba, se hacían manualidades y otras actividades. Junto con muchas

amistades, el club me proporcionó un profundo conocimiento de la religión católica. No lo capté inmediatamente, pero con el tiempo cobró sentido.

Recuerdo que una vez mi padre me dio un libro, *La fe explicada* (de Leo Tresse), y lo dejé después de leer la primera página. Años después, mientras estaba en el colegio, lo leí y no lo pude dejar. Supongo que el interés por lo espiritual evoluciona con el tiempo.

La primera vez que oí hablar del Opus Dei tenía 13 años, y fue en Filipinas. Cuando llegué a América en 1986, una de las primeras llamadas que hice fue a Alderton House, un centro del Opus Dei en Manhattan. Quería continuar mi costumbre de asistir a los retiros espirituales cada año. Ahora suelo ir a Murray Hill, en Midtown, no solo a los retiros mensuales o al curso de

retiro, sino también a seminarios de desarrollo profesional y a actividades culturales.

¿De qué manera te ayudan esas actividades?

Me han ayudado a profundizar en mi conocimiento de la fe católica, así como a desarrollar buenos hábitos de trabajo e ideales, todo lo cual me ayuda a luchar para ser la persona que Dios quiere que sea.

Por ejemplo, varias lecturas —sobre paternidad, educación de la libertad de los hijos, gestión de los desafíos que plantean las tecnologías digitales en los jóvenes— me han ayudado a mí y a mi marido a estar mejor informados y más preocupados por la educación de nuestros hijos.

Por otro lado, me he dado cuenta de que, asistir a las clases de formación varias veces al mes, me permite hacer mejor mi trabajo, ya sea el de

casa o el que realizo como empleada. Una semana el tema puede estar relacionado con la importancia de las cosas pequeñas y eso me ayuda a recordar la importancia de responder los correos cuidadosamente, poniendo atención a los detalles; o puede basarse en la importancia de intentar sonreír y mantener la alegría y la paciencia cuando estoy con mis hijos o en una sala llena de ejecutivos del más alto nivel, que esperan un rápido y cualificado servicio.

Como esposa, madre, profesional, hija, hermana, amiga, siempre debo mantener el objetivo último de acercarme a Dios y servir a los demás por Él.

Trabajar a tiempo completo fuera de casa supone que debo tener claras mis prioridades. Es importante preparar una buena comida, cocinar para amigos, viajar o realizar un

programa de educación para la escuela de negocios. He aprendido que todas estas actividades agradan a Dios en la medida que las hago por Él tan bien como puedo. El Opus Dei me ha enseñado a redirigir mi deseo de perfección, no para ser perfeccionista, sino para esforzarme en el trabajo y para cuidar de mi familia lo mejor que pueda, haciéndolo por amor a Dios.

¿Cómo es un día normal en tu vida?

Como vivo en Nueva Jersey, me levanto muy temprano y tomo cada día un tren hacia Manhattan. No soporto los trenes masificados, así que estoy en la ciudad a tiempo para la Misa de 7.00 en la Holy Innocents Church. Algunas personas se levantan temprano para hacer yoga y meditar. Yo me levanto temprano para ir a la iglesia y meditar en la presencia de Dios. Esto fundamenta

mi día, pone las cosas en perspectiva y me da paz. Descubro que, cuando pones primero a Dios, Él multiplica tu tiempo.

Después, camino desde la calle 37 hasta la 57 rezando el rosario, mientras disfruto de las luces de Times Square sin turistas. Suelo llegar a la oficina antes de las 9.00, pero primero me da tiempo de pararme en el banco o para recoger medicinas de la farmacia.

El papel que desempeño en el trabajo consiste en hablar con los *Senior Executives* de todas partes del mundo. Estar en la oficina temprano me permite conectar tanto con ejecutivos de Asia como de Europa. La oficina principal de mi escuela está en Europa, por lo que, normalmente, lo primero que hacemos es una *conference call*. Durante la mañana, suelo salir a tomar un café con algún compañero

de la empresa, de lo contrario, estoy todo el rato pegada al teléfono o al email. Comemos a las 13.00 en la oficina e intentamos sentarnos juntos siempre que podemos. Es una buena costumbre ya que, si no, todos comeríamos frente al ordenador. Dos veces a la semana trato de escaparme a hacer un rato de deporte en el NY Health & Racquet club. A las 17.30, si no tengo ninguna otra cita pendiente, me voy rápido a la Penn Station para tomar el tren a casa.

Mi marido, si puede, me recoge en la estación. Si no, me voy a casa andando. Intento llegar a la cena, pero si llego tarde, charlo con mi familia durante el postre, preparo la comida para el día siguiente, me organizo, leo un poco, hablo con mi marido, rezo mis oraciones y me voy a la cama.

Los fines de semana son diferentes. Normalmente, preparo un gran desayuno e intentamos comer juntos siempre, además de participar en la Misa del domingo a las 11.00.

¿Cuáles son los mayores retos que debes afrontar cada día?

¡El tiempo! Poco tiempo y mucho que hacer. Necesito priorizar —Dios, mi marido, mis hijos, mi familia, el trabajo— en este orden. Una vez que pongo a Dios en primer lugar, todo lo demás se va colocando en su sitio. Mi padre me dijo una vez que una persona ocupada es más capaz de comprometerse porque saben cómo organizar su día y aprovechar mejor el tiempo. Y cuando tengo demasiado que hacer y no sé por dónde empezar, imagino a mi madre diciéndome: “Empieza por el principio”. Y, poco a poco, consigo hacer todo.

¿Qué es lo que te causa estrés? ¿Cómo gestionas eso?

Yo no hablaría de estrés. Nunca digo que estoy estresada. Voy al gimnasio, por ejemplo, no para quitarme el estrés, sino para perder peso. La Misa diaria es lo que realmente quita el estrés. Algunas veces, los problemas familiares pueden provocar preocupación, como, por ejemplo, una enfermedad. Pero he aprendido a rezar y a dejar estas cosas en manos de Dios.

El trabajo tiene sus propias exigencias y presiones, pero no dejo que me afecte. El que es mi jefe desde hace tiempo me dijo una vez: “Al final del día, el trabajo solo es trabajo. La familia y los amigos son más importantes”. No me malinterpretes, trabajo duro y trato de hacer bien mi trabajo, de santificarlo, que es una parte importante del mensaje del Opus Dei,

pero me han enseñado a no convertir mi vida en trabajo. Por supuesto, un ama de casa a tiempo completo hace un importante trabajo que santificar, su tarea es la casa.

¿Qué importancia das al trabajo y a la vida en familia? ¿Tienes también tiempo para los amigos? ¿De qué modo priorizas?

El trabajo es importante para mí, pero mi familia es mi prioridad. Tengo la suerte de que en mi empresa entendemos la importancia de la familia, a la vez que cada uno se empeña lo más que puede. Tengo diferentes grupos de amigos e intento quedar y hacer planes para verlos. El truco es tratar de que no entren en conflicto con el tiempo familiar. La tecnología y las redes sociales hacen más sencillo estar conectado. Utilizamos un *Viber chat* familiar para que mi hija en España

esté al corriente de lo que ocurre en Estados Unidos.

¿Qué otra cosa te gustaría añadir?

Hay muchos caminos para llegar a Dios, pero en el Opus Dei consigo hacer aquello con lo que disfruto y me permite luchar tanto en lo material como en lo espiritual.

¡Realmente simplifica mi vida!

Cuando apenas tenía veinte años, aprendí que uno nunca puede tener el control sobre todo. Puedo planificar una tarea e intentar hacerlo lo mejor posible, pero, en un momento determinado, uno tiene que entender que todo depende de Dios, Él se encarga. La vida es compleja y el Opus Dei me ha ayudado a entender que en todo momento, no importa lo doloroso que sea, uno puede sentir que Dios la está guiando. Siempre hay un motivo para sonreír.

.....

pdf | Documento generado
automáticamente desde [https://
opusdei.org/es/article/cuando-pones-
primero-a-dios-el-multiplica-tu-tiempo/](https://opusdei.org/es/article/cuando-pones-primero-a-dios-el-multiplica-tu-tiempo/)
(16/02/2026)