

## «Dios me devolvió la alegría»

Joana es una portuguesa gerente, madre de cuatro hijos. Tras unos años de insatisfacción y tristeza se encontró con un Dios que le llenó de felicidad y le impulsó a salir de sí misma y ayudar a su familia y amigas.

15/02/2022

Estudió en el Liceo Francés y posteriormente en la Universidad Católica Portuguesa. En 1998 comenzó su carrera profesional

como gestora y hoy trabaja en una consultoría de tecnologías de la información. “La vida estaba bien, pero siempre me faltaba algo, no sabía muy bien qué”. Joana considera que tuvo una trayectoria muy normal en la fe: “Hice todo lo que tenía que hacer, a la edad que tenía que hacerlo: seguía las reglas”.

Pero parecía que siempre faltaba algo, “ese tiempo de conexión”, ese espacio a solas con Dios para rezar y mirar a los suyos en 3D. “A veces la gente me preguntaba: '¿Estás triste? Y yo contestaba: sí. Me sentí muy triste”. Sabía que había recibido el don de la fe y “estaba molesta conmigo misma porque hasta cierto punto me sentía una ingrata”.

## **Un primo sacerdote y una hija en los Equipos de Nuestra Señora**

En 2010 fue ordenado sacerdote en Roma uno de los primos de la familia, que es numerario del Opus

Dei. En Lisboa, este prime le animó a participar en un retiro, una actividad mensual, abierta a todos, con un tiempo más largo de oración.

“Recuerdo que así encontré ese tiempo de vinculación que necesitaba. Fue ese tiempo para mí y para Dios el que me devolvió un poco de la alegría”.

Más tarde, su hija quiso entrar en los Equipos de Nuestra Señora, y un día confesó a sus padres: “No tenemos equipo porque no hay suficientes matrimonios que nos acompañen”.

Joana pensó inmediatamente: “Si pido a otra pareja que acompañe al equipo de mi hija, ¿cómo puedo negarme a hacer lo mismo con otros jóvenes? No puedo pedir lo que no puedo dar”.

Y aceptó el reto de ayudar en la formación en la fe de 15 jóvenes, amigos de su hija. Fue un reto encontrar el tiempo suficiente: “Me

lo tomé en serio -todavía me tomo los equipos en serio-, así que estuve estudiando y formándome y me encontré buscando libros por mi cuenta y buscando materiales de forma totalmente autodidacta”.

## **Una amiga con cáncer: Fátima y Roma**

Dina era como de la familia. Un día le diagnosticaron un cáncer. Al principio tenían esperanzas en que se curara. Joana y su familia procuraron ayudarla. La decisión fue rápida: “Vamos a Fátima a la procesión de las velas. Habrá algún tipo de respuesta. No sé cuál pero la habrá...”. Fue la primera visita de Dina a Fátima: “Fue algo trascendental. Nosotros que hemos estado en tantas ocasiones a veces olvidamos la fuerza de Nuestra Madre”.

Por desgracia, la enfermedad de Dina se agravó: “Los médicos me dijeron que le quedaba poco tiempo de vida. Y decidí que podía ayudarla a hacer realidad un sueño: acompañarla a Roma para ver al Papa”. Fue un viaje inolvidable: “Se subió a las sillas, pasó por encima de la gente... Siguió al Papa durante todo el recorrido”. Estaba feliz y me decía: “Fui a Fátima y vi al Papa en Roma, he hecho todo lo que hay que hacer en mi vida”.

Un mes después fue ingresada en el hospital para no salir nunca: ese fue el final. Joana confiesa que Dina le enseñó una de las lecciones más importantes: “Me mostró dónde se halla la felicidad. La felicidad está en que encontremos a Dios. La felicidad está en que aceptemos las cosas. Estaba aceptando lo más difícil que alguien tiene que aceptar. Estaba aceptando su propia muerte”.

## **Dios es alegría para mí... y para dar a los demás**

Para Joana, la vida continúa. Busca encontrar a Dios en todo lo que hace: en el trabajo exigente, en el cuidado de su familia y en la amistad con muchas personas. “A veces pienso que no comprendo cómo la gente no entiende esto. Y me digo que yo fui la primera en no entenderlo y en criticar durante años, años y años”.

Y concluye: “Para mí ahora todo es demasiado sencillo; este es el gran mensaje que nos muestra la Iglesia y el Opus Dei y espero poder seguir mostrándolo también a otros: en el catolicismo, Dios es alegría y elimina toda tristeza”.

---

### **Historias relacionadas:**

Sembradores de paz y de alegría,  
serie de vídeos por el 75 aniversario

del comienzo de la labor del Opus Dei en Portugal.

---

## **Textos sugeridos para reflexionar con esta historia**

### **1. La oración, nuestra mejor arma**

Trabajemos, y trabajemos mucho y bien, sin olvidar que nuestra mejor arma es la oración. Por eso, no me canso de repetir que hemos de ser almas contemplativas en medio del mundo, que procuran convertir su trabajo en oración. San Josemaría, Surco, n. 497.

### **2. “Es inevitable que cada niño nos sorprenda”**

Entonces la gran cuestión no es dónde está el hijo físicamente, con

quién está en este momento, sino dónde está en un sentido existencial, dónde está posicionado desde el punto de vista de sus convicciones, de sus objetivos, de sus deseos, de su proyecto de vida. Por eso, las preguntas que hago a los padres son: «¿Intentamos comprender “dónde” están los hijos realmente en su camino? ¿Dónde está realmente su alma, lo sabemos? Y, sobre todo, ¿queremos saberlo?» (...)

s inevitable que cada hijo nos sorprenda con los proyectos que broten de esa libertad, que nos rompa los esquemas, y es bueno que eso suceda. La educación entraña la tarea de promover libertades responsables, que opten en las encrucijadas con sentido e inteligencia; personas que comprendan sin recortes que su vida y la de su comunidad está en sus manos y que esa libertad es un don

inmenso. (Papa Francisco, Amoris Laetitia, nn. 261-262)

### **3. La muerte no tiene la última palabra**

«La esperanza no falla» (*Rm 5,5*), nos dice Pablo. La esperanza nos atrae y da sentido a nuestras vidas. No veo el más allá, pero la esperanza es el don de Dios que nos atrae hacia la vida, hacia la alegría eterna. (Papa Francisco, 2-11-2020).

Sin embargo, es comprensible que ante la realidad de la muerte pueda entrar alguna vez en el alma la inquietud o la sombra del desaliento. Procuremos entonces reaccionar con prontitud, acudiendo a santa María, *Madre de la esperanza y Causa de nuestra alegría*. (Carta del Prelado, 25 de noviembre de 2021)

---

pdf | Documento generado  
automáticamente desde [https://  
opusdei.org/es/article/profundizar-  
vocacion-cristiana-portugal/](https://opusdei.org/es/article/profundizar-vocacion-cristiana-portugal/)  
(17/03/2026)