O percurso de uma ex-aluna de Anihan: coragem, graça e gratidão

Marisol Manjares partilha de que forma fé, família e determinação a levaram de um começo de vida humilde a chef executiva regional de um dos grupos de restaurantes de topo, no centro de Manila, nas Filipinas.

15/11/2025

Há doze anos, uma jovem de Barangay Punta, na cidade de Calamba, entrou na <u>Anihan Technical</u> <u>School</u>, com grandes sonhos e muito pouco mais do que isso.

Marisol Manjares, uma de oito irmãos, cresceu com pais que não tinham um trabalho permanente. Havia dias sem eletricidade ou água corrente, e em que as refeições eram escassas. Mas, mesmo nessas alturas, ela acreditava: "Panandalian lang ito... makaka-ahon din kami" (é temporário... vamos ultrapassar).

Marisol é, agora, *Chef* Executiva Regional do Grupo *Wild Flour Hospitality*, uma das cadeias de restaurantes mais respeitadas de Manila. Subiu a pulso, começando como estagiária, passando para ajudante de cozinha, sub-*chef* júnior, sub-*chef*, *chef* de cozinha e, finalmente, *chef* regional. "Nada veio de forma fácil – admite –, mas com fé, trabalho árduo e um coração grato, tudo é possível".

Ao celebrar o marco de 10 anos na Wild Flour, uma década depois da formatura, na Escola Profissional Anihan, em 2015, olha para o seu percurso, resumindo-o em cinco lições que moldaram a sua vida:

1 – A família como inspiração

"Lahat para sa kanila" (é tudo por eles), afirma. Crescer pobre aproximou-os e tornou-os mais determinados. "Kung hindi namin naranasan ang mga hirap noong nakaraan, hindi kami magsusumikap na magkakapatid" (se não tivéssemos tido todas aquelas dificuldades no passado, nós, os irmãos, não nos teríamos esforçado tanto). Hoje, têm quatro pequenas casas, alguns veículos modestos e três dos irmãos trabalham no estrangeiro. "O sucesso é mais agradável quando leva toda a gente consigo", reflete Marisol.

2 - Descobre os teus pontos fortes

Estudar nunca foi o seu forte, mas descobriu o seu talento em cozinha. "Alam kong masipag ako" (sei que sou muito trabalhadora), ri. Em Anihan (2013-2015), aprimorou as suas habilidades culinárias, obtendo o Certificado Nacional em Culinária, Panificação e Pastelaria e em serviços de Alimentação e Bebidas. "Depois da formatura, pitong araw lang ako nagpahinga at nag-umpisa na akong magtrabaho sa Wild Flour Restaurant, sa Bonifacio Global City" (tive apenas sete dias de descanso, começando logo a trabalhar no restaurante Wild Flour, em Bonifacio Global City).

3 – Transforma o trabalho em oração

Marisol acredita que o segredo para a boa comida é simples: *lutong may puso* (cozinhar com o coração). Inspirada por São Josemaria Escrivá, e pelo espírito do Opus Dei, aprendeu que todo o trabalho, mesmo o mais vulgar, pode ser sagrado quando oferecido a Deus. Celebra o aniversário e o dia de festa de São Josemaria todos os anos, encontrando oportunidades para partilhar com amigos e colegas a sua mensagem: a santificação do trabalho quotidiano.

4 - Orgulha-te de Anihan

"Basta Anihan graduate, pasok agad sa trabaho!" (Quem se formou em Anihan, encontra logo trabalho), partilhou, num discurso, por ocasião da formatura do ano de 2023, em Anihan. Durante a sua primeira entrevista de emprego na Wild Flour, o executivo fez-lhe apenas uma pergunta: "Quando pode começar?". Tal é a confiança nas alunas de Anihan, conhecidas pela sua capacidade, carácter e confiabilidade. "Anihan é como uma

família – relembra –. Naalala ko noong ako'y baguhan pa lamang, ang mga nakasama ko na graduates din ng Anihan ay nagsilbing pamilya ko doon sa restaurant" (lembro-me de quando ainda era novata, as colegas que estavam no restaurante, e que já se haviam formado em Anihan, me tratarem como se fosse da família). Agora, tenta dar o mesmo apoio às recém-formadas que entram na equipa da Wild Flour.

5 – Põe Deus em primeiro lugar

Para Marisol, esta é a base de tudo.
"Gawing sentro ng buhay ang
Panginoong Maykapal, at tiyak ang
inyong tagumpay" (fazer de Deus
Nosso Senhor o centro da nossa vida,
a vitória é certa), afirma.

Marisol consegue passar um tempo precioso com os pais e está ansiosa pelos seus próximos sonhos: ter a sua própria pastelaria ou café, casar e constituir família. Para ela, *Anihan* será sempre o sítio onde aprendeu que a confiança, a fé e a gratidão podem tornar até mesmo os inícios mais humildes em vidas com propósito e sucesso.

Anihan, uma escola profissional criada em 1986, por profissionais do Opus Dei, continua a sua missão: desenvolvimento de jovens, provenientes de famílias com poucos recursos para que se tornem profissionais de sucesso nas indústrias hoteleira, de restauração e alimentar.

Michelle C. Salon

pdf | Documento gerado automaticamente a partir de https:// opusdei.org/pt-pt/article/o-percurso-deuma-ex-aluna-de-anihan-coragemgraca-e-gratidao/ (11/12/2025)