News
Religious Life



Las panelistas de **La Vida** de julio respondieron a estas interrogantes *¿Tienes amigos que te ayudan a sentirte más cerca de Dios? ¿Qué hay en ellos que te hace sentir así?* (Foto: Unsplash/Erik Witsoe)

by Panelistas de La Vida

View Author Profile

Join the Conversation

July 28, 2025

Share on BlueskyShare on FacebookShare on TwitterEmail to a friendPrint

La amistad puede ser una de las formas más profundas en que sentimos la presencia de Dios. Ya sea con una palabra de aliento, riendo juntos o simplemente acompañándonos en medio de las dificultades de la vida, hay amigos que sostienen nuestra fe cuando parece tambalear y nos recuerdan que no estamos solas. Su presencia puede ser sacramental: signos de gracia que nos vuelven a orientar a Dios.

Este mes preguntamos a nuestras panelistas de **La Vida**: *¿Tienes amigos que te ayudan a sentirte más cerca de Dios? ¿Qué hay en ellos que te hace sentir así?*

La Vida, testimonios de la vida consagrada



Carolina Lizárraga, Misioneras Siervas del Espíritu Santo. (Foto: GSR en español)

Carolina Lizárraga nació en Tucumán, Argentina, y es miembro de las Misioneras Siervas del Espíritu Santo (SSpS). Realizó su noviciado en Paraguay, donde profesó sus primeros votos. Durante su etapa de juniorado se formó como docente en Ciencias Sagradas. Después de un periodo de preparación en México, emitió sus votos perpetuos en Argentina. Actualmente ha sido enviada en misión a Mozambique, África. Le apasiona la lectura, el mate, el silencio, la música y el encuentro con los demás.

Creo que la palabra 'amigo' no es algo abstracto y general, sino una persona concreta: rostro, nombre y vida compartida.

El libro de la Biblia Eclesiástico 6, 14 expresa: "Un amigo fiel es un refugio seguro; el que lo encuentra ha encontrado un tesoro". Quienes tenemos la gracia de tener amigos, somos portadores de un tesoro y descubrimos en nuestras vidas la maravillosa seguridad de sabernos amados y acompañados por otros.

Cada día celebro el regalo de la amistad y a las personas que Dios me ha dado como amigos y amigas: aquellas que me desean de corazón el bien como yo se lo deseo a ellas. Mis amigos tienen la capacidad de edificar mi vida; a veces, me ayudan a mejorar, a hacerla más firme, más fuerte y más segura. Otras veces son parte de la alegría que da ver 'algo logrado', del gozo del avance.

En mi seguimiento a Jesús he tenido la gracia de encontrar amigos que me ayudaron a fortalecer mi vocación religiosa, dándome ánimo, alegría, seguridad, esperanza y amor. Mis amistades se forjaron en el silencio, el tiempo y la confianza mutua. Fue un amor recíproco fortalecido con el respeto, el cariño y la libertad.



Carolina Lizárraga, izquierda, con Eduarda Negrette en Crespo, entre Ríos, Argentina, en el 2024. (Foto: cortesía de Carolina Lizárraga)

En algunos momentos de mi vida como consagrada he dudado y he tenido miedo de seguir los propósitos que Dios me iba mostrando. Mis amigos, con su cercanía sincera, me han ayudado a superar esos miedos y me han mostrado que Dios es más próximo de lo que jamás podamos imaginar.

Hace poco tiempo murió una amiga muy querida. Su muerte física ha causado mucho dolor en mi alma y en mi corazón. Resuenan en mí las palabras que me dijo hace meses: "Nuestras almas siempre van a estar unidas. Porque nuestras almas se complementan en Dios. Nuestra amistad no es una casualidad en la vida". La fe no explica con la razón la muerte de los que amamos, pero sí le da un sentido de eternidad, y en lo profundo de mi corazón sé que ella vive en Dios para siempre.

Parafraseando a Nancy, mi amiga, estoy convencida de que las personas con las que tengo la gracia de formar una amistad no son casualidades de la vida. Son regalos de Dios. Son dones de su amor sobrenatural que me ayudan a afianzar mi vocación religiosa misionera, encarnada en una humanidad que a veces es resiliente y otras, frágil.

¡La amistad es uno de los regalos más hermosos, nobles e incomparables que Dios me ha dado gratuitamente por su bondad!

> "En mi seguimiento a Jesús he tenido la gracia de encontrar amigos que me ayudaron a fortalecer mi vocación religiosa (...). Mis amistades se forjaron en el silencio, el tiempo y la confianza mutua": Hna. Carolina Lizárraga
>
> Tweet this



Hna. Claudia Navarro, Hermanas Terciarias Misioneras Franciscanas. (Foto: GSR en español)

Claudia Navarro, miembro de las Hermanas Terciarias Misioneras Franciscanas, es docente y dedicada acompañante de jóvenes en discernimiento y en las primeras etapas de formación (aspirantado y postulantado). Integra los equipos de Comunicación y Redes y de Pastoral Vocacional de su congregación. Reside en una casa de oración y formación entre las pintorescas sierras de Córdoba, Argentina. Su camino de consagración ha estado profundamente vinculado al arte, primero a través

del dibujo y la pintura, luego la música, y actualmente la poesía y la escritura, dones que enriquecen su vocación y ministerio.

Tenía seis años recién cumplidos, nos habíamos mudado de un pueblo a la ciudad y era el primer día en mi nueva escuela. De aquella jornada solo recuerdo la pregunta que le hice a Daniela: "¿Querés ser mi amiga?". Entre las herramientas con las que contaba para adaptarme a lo nuevo, intuía que debía asegurarme la amistad para empezar bien el camino. Aquella pregunta inocente era una manera de buscar o soñar con la amistad. Con el tiempo iría descubriendo que se trata más bien de un don que se cultiva y se ejerce.

Los amigos son unos detectores increíbles de nuestros talentos. Unen maravillosamente su cariño a la destreza de descubrir en uno las mejores maneras de darse. Los talentos se convierten en belleza y en servicio cuando se cultivan y entregan. Muchas veces fueron los amigos quienes me recordaron o me hicieron consciente de los dones que Dios me había dado.

En la adolescencia, Roly me pidió que copiara el diseño de una camiseta de Axel, el cantante de Guns N' Roses. Para mi sorpresa, la ilustración era el rostro de Jesús coronado de espinas; este fue el primer dibujo religioso que hice. Había olvidado el gusto y cierta destreza que de niña tenía para el dibujo, y Roly ejercía su amistad ayudándome a desenterrar aquello.



Hna. Mariana Beatriz Ruiz, izquierda, y Claudia Marina Navarro en Agua de Oro, Argentina, en febrero de 2024. (Foto: cortesía Claudia Navarro)

Una amiga entrañable de Dios y mía fue Mariana. Compartimos los primeros años de ingreso a la congregación, y tiempo después colaboramos juntas en la misión de la formación. Ella me animó a asomarme al maravilloso mundo interior, lugar donde encontré a Dios, y junto a él la inspiración para crear y servir. Caminamos juntas en el discernimiento de la vida religiosa; dialogábamos mucho sobre lo que sentíamos que Dios nos pedía vivir, sobre lo que era verdaderamente importante y sobre lo accesorio.

Además de ser mi hermana en religión, fue mi mejor amiga. Su partida repentina y temprana de este mundo significó un dolor muy grande que no impidió que convirtiera la eternidad en algo más cercano. Su ausencia hizo que desplegara más sistemáticamente un don que tenía encajonado: escribir. Creo que Mariana, desde el cielo, siguió ejerciendo su amistad animándome a que cultivara y compartiera esas

palabras que voy encontrando dentro, por las cuales siento que Dios me redime.

Los talentos, como los amigos, nos rescatan, o Dios nos salva por medio de ellos. Porque nos hacen salir de nosotros mismos y de nuestros límites; nos mueven de lugar para ver mejor las cosas. Parafraseando a Simone Weil, podríamos decir que los talentos, como la amistad, no se buscan, ni se sueñan, ni se desean, se ejercen.

> "Los amigos son unos detectores increíbles de nuestros talentos. (...) Muchas veces fueron los amigos quienes me recordaron o me hicieron consciente de los dones que Dios me había dado": Hna. Claudia Navarro
>
> Tweet this



Yolanda Olivera, religiosa peruana de la congregación Franciscana Misionera de la Madre del Divino Pastor, es licenciada en Psicología Clínica con especialización en Cuidado y Protección de Niños, Adolescentes y Adultos Vulnerables, Ciencias Humanas, Evaluación Psicológica y Acompañamiento Espiritual. Ha trabajado en la educación formal y no formal. Acompañó a los laicos de su congregación en Perú. Fue misionera en Boa Vista, Brasil, apoyando la emergencia humanitaria. Actualmente vive en Moreno, Argentina, donde colabora en un centro comunitario que ofrece actividades socioeducativas. Disfruta acompañando procesos personales y promoviendo espacios seguros. A través de su labor pastoral, busca construir relaciones justas y asegurar la participación de la mujer en la toma de decisiones.

A lo largo de mi vida he tenido la gracia de conocer a personas que me han ayudado a abrir mi corazón y a vivir ligera de equipaje. En los lugares donde me ha tocado vivir he construido vínculos y amistades que considero que fueron y son mi Betania: un lugar de encuentro, de apoyo y consuelo, donde recargar energías para continuar el camino junto a amigos que me ayudan a vivir feliz mi entrega vocacional.

En momentos clave de mi vida, las personas a quienes considero mis amigos fueron mi apoyo, porque me escucharon sin juzgarme y me ayudaron a discernir y ver el paso de Dios en mi historia personal y en mi proyecto de vida; además contribuyeron a que saliera de mis egoísmos para vivir con sentido de hospitalidad y a que me convirtiera en un lugar seguro para las personas con quienes comparto la vida.

Con algunos amigos no hablo todos los días, pero el día que lo hacemos considero que nos convertimos en testigos fieles del proceso de cada uno. Compartir con el corazón abierto me lleva a sufrir y gozar de los logros y luchas de cada uno. Sin embargo, también en algún momento de mi vida he tenido que poner límites y decir no a algunas amistades, porque no me estaban ayudando a crecer y cada vez que conversábamos se activaba el cortisol en sentido de defensa. Soy consciente de que terminar con una relación de amistad implica un duelo, pero por salud emocional tenemos que hacerlo y esto nos ayuda a madurar en libertad interior.



Edy Savietto y Yolanda Olivera en la catarata Salto Kamá, en Santa Elena, Venezuela, el 31 de octubre de 2023. (Foto: cortesía Yolanda Olivera)

Jesús de Nazaret también tuvo sus amigos, como Lázaro y sus hermanas, y el discípulo amado Juan, por mencionar algunos. Cuando Jesús habla con sus discípulos les dice: "Ya no les llamo servidores, porque un servidor no sabe lo que hace su patrón. Los llamo amigos, porque les he dado a conocer todo lo que aprendí de mi Padre" (Jn, 15, 15). Es decir, logra construir vínculos profundos con ellos, con quienes compartía su proceso interior y con quienes se sentía acogido, comprendido y acompañado.

Desde mi espiritualidad franciscana y al aproximarme a la persona de san Francisco de Asís encontré que su mejor amigo fue el hermano León, quien lo cuidó hasta el final de sus días y conocía sus tristezas y alegrías más profundas. Fray León fue su secretario y confesor. Francisco le llamaba "ovejuela de Dios" por el cariño que se tenían, pero también por la sencillez y humildad que transmitía el hermano León. Él

fue el único testigo de los estigmas de san Francisco. El hermano León fue también el primer testigo de la vida espiritual de san Francisco. Considero que mis amigos me ayudan y me orientan a vivir en plenitud y a entregarme al servicio de Dios y de los hermanos.

Finalmente, quiero decir que algunos amigos que ya no están conmigo me enseñaron a amar y a extender mis alas para vivir una entrega sin buscar recompensa. Ellos me acercaron más a Dios y a vivir de una manera más libre, porque quien ha encontrado un amigo, ha encontrado un tesoro: "Un amigo fiel es una protección segura; el que lo encuentra ha encontrado un tesoro. Un amigo fiel no tiene precio; su valor no se mide con dinero. Un amigo fiel protege como un talismán; el que honra a Dios lo encontrará" (Eclesiástico 6, 14-16). Un abrazo al cielo para mi amigo Edy Savietto.

> "He construido amistades que fueron y son mi Betania: un lugar de encuentro, de apoyo y consuelo, donde recargar energías para continuar el camino junto a amigos que me ayudan a vivir feliz mi entrega vocacional": Hna. Yolanda Olivera
>
> Tweet this



Susana Pasqualini es animadora general de su congregación, las Hermanas Misioneras Redentoristas, y ha sido formadora en varias ocasiones. Actualmente vive en una comunidad misionera en la provincia de Catamarca, Argentina, una de las más pobres del país. Su misión se centra en el trabajo pastoral en barrios periféricos y en la formación de laicos misioneros.

En mi vida consagrada los amigos han sido siempre muy importantes.

Al provenir de una cultura campesina, yo era bastante reservada y tenía pocos amigos cuando llegué a la comunidad religiosa. Por eso, empezar a compartir la vida en las primeras etapas de formación significó para mí todo un desafío, y a la vez, el gran descubrimiento de la amistad profunda, de los diálogos de corazón a corazón, y de la intimidad que me sostenía y me impulsaba, una y otra vez, a crecer. Gracias a Dios, hasta el día de hoy puedo compartir así con mis compañeras de noviciado y experimentar que quienes te conocen tan bien siempre tienen una palabra verdadera para darte.

A lo largo de los años el camino me fue regalando otros amigos y amigas consagrados que me acercaron a Dios. Con sus propias luchas y esperanzas en el seguimiento de Jesús me ayudaron a ser más fiel. En estas amistades el respeto a la originalidad de cada uno fue fundamental. En particular, la amistad con varones consagrados acompañó mi crecimiento como mujer y alimentó el deseo de construir un discipulado de iguales.

Muchas veces digo que los amigos, en mi vida itinerante de redentorista, han sido como mi casa en el camino de la vida, un lugar al que siempre puedo regresar y desde el cual siempre me envían de nuevo a buscar el amor.



(Foto: Unsplash/Noorulabdeen Ahmad)

Otro capítulo importante han sido en mi vida las amistades con los más pobres. Durante años sufrí mucho porque me daba cuenta de que no tenía amigos entre aquellos que visitaba como misionera. Pensaba que me sentía superior, o tal vez en una continua actitud de 'dar' que alejaba la posibilidad de un vínculo más simétrico. Sin embargo, en algún momento de mi desarrollo personal sucedió: pude ubicarme de igual a igual, simplemente como una hermana. Me vi compartiendo la vida, con mis propias pobrezas y fragilidades, con aquellos que tienen esa experiencia tan cotidiana de la precariedad y de la Providencia de Dios. Esas amistades me enseñan continuamente. En especial me acercan al Evangelio, me liberan de mis exigencias y rigideces, y me colocan en senderos de libertad.

Doy gracias a Dios por la amistad. Creo firmemente que sin los amigos no podría haber continuado en este camino de vida religiosa. A los amigos, sin duda, debo la perseverancia en mi vocación.

> "Los amigos, en mi vida itinerante de redentorista, han sido como mi casa en el camino de la vida, un lugar al que siempre puedo regresar y desde el cual siempre me envían de nuevo a buscar el amor": Susana Pasqualini
>
> Tweet this

Advertisement

This story appears in the **The Life** feature series. View the full series.