

## **Sergio: "Mi vida cristiana tiene cada día más sentido"**

En Valparaíso, V región Chile, un grupo de jóvenes escolares y universitarios que asisten al centro de formación del Opus Dei Viloalle llevan adelante una iniciativa que comenzó hace más de 8 años luego de un encuentro casual con Sofía Zárate. Conoce la historia de Sergio Cabezas, un joven voluntario de este proyecto.

07/04/2025

Sofía es una reconocida voluntaria y cuidadora de ancianos en situación de vulnerabilidad de la región. El año 2016, se encontró afuera de la Iglesia de La Matriz con un grupo de jóvenes que la ayudaron a trasladar unos materiales para un hogar de menores. Así nació una amistad que ha perseverado hasta hoy.

Cada sábado, pase lo que pase, un grupo acompaña a Sofía a recorrer los cerros de un Valparaíso oculto, donde encuentran a ancianos olvidados, que viven en medio de la soledad y la pobreza, aquejados por enfermedades.

Sofía, que es un ejemplo de liderazgo femenino, junto a los jóvenes del centro de formación Viloalle, como Sergio, recorren las habitaciones de abuelos para compartir un café, preparar el almuerzo, realizar algún arreglo doméstico, dialogar de la

vida y finalmente ver el rostro de Cristo en quien más lo necesita.

La historia de Sofía y Sergio (Chile) forma parte del multimedia «El viaje del viaje», un proyecto por el 50.º aniversario de las catequesis de san Josemaría por América. A continuación reproducimos su historia.

---

Soy Sergio Cabezas, tengo 20 años y soy estudiante de Ingeniería. Me formo en Viloalle aquí en Viña del Mar.

Encuentro que estas visitas a Valparaíso, personalmente, me han ayudado mucho, porque con ellas uno aprende realmente a darse al otro.

La realidad a veces es un poco fuerte, pero lo que Cristo pide en ese

momento es algo tan simple como una sonrisa a esa señora, un café, un abrazo, un chiste... Cosas que para nosotros son básicas, pero para esa gente son increíbles.

Cuando hago estas visitas y lo llevo a mi vida personal, pienso también en cómo, con mi profesión, podré algún día dar trabajo y pagar de manera justa lo que corresponde a cada persona.

Que esa persona pueda vivir de forma digna, tener su propio ambiente y también gozar de la vida. Eso es clave.

La ayuda material es necesaria para que las personas puedan vivir con dignidad, pero también es muy importante —sobre todo para nosotros— darse a los demás. Al final, esa es la llamada a la santidad: darse a los demás.

**Un ideal de familia y servicio**

Cuando algún día me case y tenga mi familia, me gustaría que esa familia tenga el sello del servicio. Que en el matrimonio de los padres haya una entrega constante al prójimo.

Sé que el ejemplo del matrimonio hay que trabajarlo mucho, pero me gustaría que mis hijos tengan ese ejemplo y puedan también decirle que sí a Cristo, recorriendo ese camino de felicidad que realmente vale la pena vivir.

A veces me acuesto tarde después de una fiesta, como los viernes. El sábado cuesta más levantarse. Si uno empieza a pensarlo —“¿voy o no voy?”— generalmente no va.

Pero si uno se compromete y se levanta, va con amigos y hace las cosas, todo cambia. Lo pasamos bien, y la gente que visitamos goza con nosotros.

Sofía Zárate: “Los niños del Opus Dei para mí son maravillosos.

Representan a Cristo Jesús, porque me dan fuerza, me dan energía. Los conocí afuera de la iglesia de La Matriz. Llevo más de 30 años en este caminar, y desde que los conocí, nunca han dejado de venir a acompañarme. Nunca. Gracias a Dios, el Señor nos ha regalado el don del servicio: amar y servir al prójimo, como dice el primer mandamiento: amar a Dios sobre todas las cosas y al prójimo como a uno mismo”.

Puedo decir que mi vida cristiana tiene cada día más sentido. Y sí, soy más feliz, porque he comprendido — y lo he visto en la práctica— lo que Cristo nos enseñó: que hay que darse al resto.

---

pdf | Documento generado  
automáticamente desde [https://  
opusdei.org/es-cr/article/sergio-  
voluntario-valparaiso-ancianos/](https://opusdei.org/es-cr/article/sergio-voluntario-valparaiso-ancianos/)  
(20/01/2026)