

# Rezar por los amigos: el mejor trato del mundo

Un joven colombiano, psicólogo y profesor universitario, viajó a España para hacer un doctorado sin imaginar que volvería con un proyecto bajo el brazo. Hoy, esa iniciativa transforma la vida de decenas de niños, universitarios y ancianos en su país.

12/03/2026

Nací el 5 de marzo de 1990 en Ibagué, y aunque no me celebran la «Cincomarzada» como en Zaragoza, mi mamá solía decir que haber nacido un lunes al amanecer me convirtió en un «hijo madrugador y trabajador». Juan José creció en una familia donde aprendió de sus padres el valor del trabajo y de sus dos hermanas, el difícil pero enriquecedor arte de ser el hermano del medio.

Su hogar siempre tuvo un toque internacional y bohemio. «Mi abuela Mapy, una curiosa incansable, se casó con Narcís, un pintor catalán que llenó nuestra infancia de historias y asombro», recuerda. Quizá por eso, o porque su hermana mayor, Carolina, vive allá hace casi dos décadas, España siempre estuvo presente en el mapa de su vida.

Tras graduarse en Psicología, comenzaron los viajes de cuatro

horas en bus entre Ibagué y Bogotá para sacar adelante la maestría. Una vez acabada, «en 2017, regresé a mi ciudad natal como profesor universitario a tiempo completo. Descubrí que la docencia era un arte: al inicio mi autoridad era rígida, pero aprendió que la autoridad se gana con confianza y coherencia».

Aunque el doctorado parecía el paso lógico, Juan José no quería endeudarse ni complicarse la vida. Pero los planes de Dios son siempre sorprendentes. «En 2022 recibí un correo inesperado desde Zaragoza (España) animándome a postularme a una beca. Fui seleccionado entre más de ocho mil solicitantes y, en septiembre de 2023, crucé el Atlántico para estudiar un doctorado en Economía».

En la entrevista de admisión al doctorado le habían lanzado una pregunta provocativa: «¿qué sabe un

psicólogo de economía?» Él, ni corto ni perezoso, contestó que los últimos premios Nobel habían integrado ambas disciplinas, respuesta que le valió la entrada y un año completo de economía.

Faltaba lo más básico: dónde dormir. Su hermana buscó hasta que encontró la única opción libre, la residencia «Miraflores». Antes de aceptarlo, el director de la residencia le preguntó si sabía qué era el Opus Dei. Juan José, soltó sin filtro: «Me suena a secta». Aún así, le abrieron las puertas.

En su mesa de noche descubrió un libro: *Camino*. «Me recordó a un librito de oraciones que mi mamá me regaló de pequeño». «Ese ejemplar terminó viajando ocho mil kilómetros, hasta mi casa en Ibagué», confiesa con complicidad.

«Aunque nunca fui especialmente piadoso, dormir bajo el mismo techo

que el Santísimo me removió el alma». Entre la curiosidad y la búsqueda, Juan José se dejó acompañar por el sacerdote de la residencia y por Perico, un numerario del que se hizo muy amigo. «Sin grandes discursos, Perico me enseñó que la verdadera vida espiritual se parece muchísimo al servicio», afirma. Perico trabajaba impulsando programas de voluntariado o P.L.S. (Programas de Liderazgo Social), y esa experiencia le marcó profundamente. «Hablaban con los niños y adolescentes que venían con historias duras, etiquetas diagnósticas y pocas oportunidades. Aprendí que, para muchos de ellos, ser escuchados valía más que cualquier medicina».

«Terminé mi etapa de los estudios en Zaragoza y volví a Ibagué en junio de 2024. Muy pronto comencé a asistir a charlas y actividades en un centro del Opus Dei. Al poco tiempo me hice

cooperador. Entre otras cosas, me pareció el mejor trato del mundo: orar por mis amigos y que ellos oraran por mí».

Descubrir mi vocación como supernumerario, fue algo muy distinto. En los medios de formación y en el acompañamiento espiritual encontré paz y entendí que mi camino hacia Dios se llamaba Mónica, mi esposa, y pasaba por el matrimonio.

Pero faltaba sembrar lo aprendido. En agosto, Juan José propuso a su universidad montar el P.L.S. Colombia. Para marzo de 2025, se convirtió en el primer programa formal de voluntariado de la región e impactaba a 45 niños vulnerables a través de un programa fundado en tres pilares: **Cabeza** (apoyo académico), **Cuerpo** (deporte como alternativa a las dependencias) y

**Corazón** (servicio a los más necesitados).

A finales de ese año, Perico y un colega suyo viajaron a Colombia para conocer el proyecto: 60 voluntarios universitarios apoyaban a niños con discapacidades y visitaban semanalmente a más de 180 abuelitos. «Acciones tan sencillas como “cucharear” —dar de comer a quien no puede hacerlo por sí mismo — se convierten en experiencias profundamente transformadoras para los jóvenes».

«Recientemente, gracias a una donación, conseguimos el impulso económico necesario para dar el siguiente paso y constituirnos como fundación. No sé qué me deparará el futuro, pero sí sé que esta aventura de servir es apasionante».

Para Juan José «Miraflores —esa residencia que parecía caída del cielo — me mostró que Dios puede hacerse

cotidiano si uno se rodea de personas buenas. Por eso, para mí, Miraflores no fue solo una residencia: fue el inicio de una vida distinta».

---

pdf | Documento generado  
automáticamente desde [https://  
opusdei.org/es-do/article/rezar-por-los-  
amigos-supernumerario-solidaridad-  
ibague-colombia/](https://opusdei.org/es-do/article/rezar-por-los-amigos-supernumerario-solidaridad-ibague-colombia/) (12/03/2026)