

# Un amigo te escucha

Las preocupaciones, la ansiedad o angustias pueden llevar a las personas a vivir estas dificultades en soledad. "Un amigo te escucha" cambió esta realidad para muchos. Voluntarios en el mundo acompañan vía telefónica a quienes más lo necesitan.

22/09/2022

El confinamiento por la pandemia de COVID-19 nos obligó a enfrentar distintos duelos de forma paralela: muerte de seres queridos, amigos

enfermos, distancia con familiares, ausencia de interacción y pérdida de puestos de trabajo, entre otros. Sin embargo, en aquellos días grises en los que volver a estar cerca de los que se aman era un sueño, un grupo de voluntarios se encargaba de transmitir el calor de la amistad a través de las ondas telefónicas.

## **Una llamada que transmite calor y devuelve la alegría**

"Un amigo te escucha" es un espacio de acompañamiento humano y espiritual. **Aquí es donde voluntarios de 10 Min con Jesús charlan por teléfono con personas que enfrentan alguna situación que los intranquiliza.** Las llamadas se realizan por medio de WhatsApp y la idea es llegar con mensajes que infundan ánimo.

Una característica de este voluntariado es que el acompañamiento termina cuando el

interesado encuentra la paz y agradece por el servicio. Esto sucede cuando la situación o problema que le aqueja ha concluido.

**Se han atendido más de 1.000 personas con dificultades personales, familiares o laborales. Sus edades oscilan entre los 16 y los 92 años.** Carli, una de las fundadoras, cuenta que lo más común es que los beneficiados demuestran mucha gratitud. "Se sienten acompañados y las llamadas les ayudaron a recuperar la alegría".

Expresa también que, al ser un servicio iluminado con la luz de la fe, **hay personas que luego de resolver su “consulta inicial”, piden continuar con las llamadas, para seguir creciendo en su trato con Dios.** "La pandemia hizo que muchas personas nos diéramos cuenta de lo importante: la vida espiritual y la familia", acota.

Ana Isabel, otra de las voluntarias que también es Supernumeraria, notó que el confinamiento motivó a “desempolvar” prácticas de piedad y varias personas se animaron a escuchar hablar más del Señor. Así rememora su experiencia con una madre de familia que sufría ataques de ansiedad. Temía que, al salir a la calle, pudiera contagiarse y morir.

***“De a poco fue superando la situación y acercándose a la fe católica. Cuando terminó el confinamiento, bautizó a sus hijos y ahora se están preparando para hacer la primera comunión”.***

## **Algunas vivencias**

El equipo de voluntarios de ‘Un amigo te escucha’ es diverso. Lo integran: amas de casa, profesionales de diferentes áreas y estudiantes universitarios. Sus actividades son asignadas según el tiempo que

disponen y el tipo de servicio que quieran dar.

Aunque se atienden a todo tipo de personas, **la iniciativa busca “llevar a Dios a los demás” de forma natural**. Por esta razón, Pamela expresa que los voluntarios son los primeros que buscan tener vida de piedad. Antes de cada llamada, algunos tenemos la costumbre de rezar un *Acordaos* y pedir a Dios que nos ayude a guiar a esa persona, para dar el mejor consejo y sobre todo saber escuchar”.

Uno de los primeros beneficiarios del proyecto se contactó desde México, se trataba de un sacerdote que se había contagiado de Covid, estaba completamente aislado y lastimosamente, no contaba con nadie que le asista. En este caso, le atendió otro sacerdote ecuatoriano que trabaja como voluntario, nos contó que rezaron juntos la Liturgia

de las Horas, y que se le pudo acompañar hasta que se terminaron esos momentos más duros.

Nico, quien está en una etapa más madura de su vida, nos comparte que esta iniciativa le ha ayudado de manera personal para concretar su apostolado personal. **Tiene varias personas a las que llama, con algunos de ellos ha logrado grandes pasos para que regresen a los sacramentos o vuelvan a rezar todos los días.**

En los momentos más duros del confinamiento, Sofy acompañó a una señora con quien rezaba el rosario cada noche, fueron varios días que esto era lo único que conseguía calmarla y le ayudaba a conciliar el sueño.

Entre las anécdotas más memorables de su voluntariado, Jacoba recuerda la primera llamada que hizo en mayo de 2020. Se trataba de una persona

diagnosticada con trastorno bipolar que se encontraba en una fase depresiva y buscaba suicidarse.

“Sentía que no la querían y que a nadie le iba a importar si ella ya no vivía. Se sorprendió mucho cuando recibió la llamada, porque al escribir, pensó que no iban a comunicarse de vuelta”. Hasta el día de hoy continúa en contacto y recibe acompañamiento en las diferentes etapas de su condición. **“Aprendió a apoyarse en su ángel custodio y a visitar una iglesia aunque esté cerrada. Eso le ayudó a superar los días oscuros”**, añade.

## Un instrumento en manos de Dios

La experiencia ha permitido a los voluntarios estar más conscientes de todo lo bueno que Dios pone en sus vidas. “Me siento útil porque la mayoría de las personas logran salir adelante con un - empujoncito - de nuestra parte” señala Daniel, que

desde Colombia se unió para hacer parte del equipo que hace las llamadas.

Entre los desafíos están los horarios. Las necesidades a veces no se ajustan a los tiempos de los voluntarios. Sin embargo, han podido solucionarlo buscando diversas maneras de mostrarse cercanos.

## **¿Cómo ingresar a ‘Un amigo te escucha’?**

Los interesados deben ingresar a [www.unamigoteescucha.com](http://www.unamigoteescucha.com), llenar un formulario con datos personales y contar su situación actual. Esta información pasará a revisión y se asignará un voluntario que será quien realice el acompañamiento.

---

[opusdei.org/es-ec/article/un-amigo-te-escucha/](https://opusdei.org/es-ec/article/un-amigo-te-escucha/) (09/02/2026)