

AMISTADES QUE TRANSFORMAN

SIETE PREGUNTAS PARA
PROFUNDIZAR CUALQUIER
RELACIÓN

MONTE
 **ALTO**
EDITORIAL

BRAD HAMBRICK

Amistades que transforman: siete preguntas para profundizar cualquier relación

Copyright © 2026 por Monte Alto Editorial

Todos los derechos reservados. Ninguna parte de esta publicación podrá ser reproducida, almacenada en un sistema de recuperación ni transmitida en ninguna forma ni por ningún medio, ya sea electrónico, mecánico, fotocopia, grabación u otros, sin el permiso previo del editor, salvo lo dispuesto por la ley de derechos de autor de los Estados Unidos.

Las citas bíblicas, a menos que se indique lo contrario, son tomadas de la Biblia, La Nueva Biblia de las Américas. Utilizado con permiso. Todos los derechos reservados.

Directora de proyecto y traducción: Nedelka Medina

Editor coordinador: Rudy Ordoñez Canelas

Diagramación: David Studios

Diseño de portada: Faceout Books, faceoutstudio.com

Primera impresión en enero del 2026 en Cali, Colombia

ISBN: 978-628-02-3111-2

CONTENIDO

Introducción: Sencilla pero poderosa	7
Primera pregunta: ¿Cuál es tu historia?	15
1. ¿Cuál es tu historia? Los hechos	19
2. ¿Cuál es tu historia? Los temas principales	23
3. ¿Cuál es tu historia? Los giros de la trama	27
4. ¿Cuál es tu historia? Los eventos que moldearon tu vida	31
5. ¿Cuál es tu historia? El propósito de tu historia	35
Ejercicio de repaso 1: Reseña de un libro a nivel de secundaria	39
Segunda pregunta: ¿Qué es bueno?	43
6. ¿Qué es bueno? Tus talentos	47
7. ¿Qué es bueno? Tus rarezas	51
8. ¿Qué es bueno? Tus roles	55
9. ¿Qué es bueno? Tus sacrificios	59
10. ¿Qué es bueno? Tu carácter	63
Ejercicio de repaso 2: Afirmaciones espontáneas y específicas	67
Tercera pregunta: ¿Qué es difícil?	69
11. ¿Qué es difícil? Lo contrario de tus fortalezas	73
12. ¿Qué es difícil? Tus desafíos actuales	77
13. ¿Qué es difícil? La caída a tu alrededor	81
14. ¿Qué es difícil? La caída dentro de ti	85
15. ¿Qué es difícil? Lo que nunca le has contado a nadie	89
Ejercicio de repaso 3: Compartir mi historia sin filtros	93

Cuarta pregunta: ¿Qué es malo? 97

16. ¿Qué es malo? Tus pecados respetables	101
17. ¿Qué es malo? Tus ídolos más dominantes	105
18. ¿Qué es malo? Tus escapes habituales	109
19. ¿Qué es malo? Tus pecados «alerta naranja»	113
20. ¿Qué es malo? Lo que más probablemente podría hacer naufragar tu vida	117
Ejercicio de repaso 4: Llamadas del tipo «no es tan malo»	121

Quinta pregunta: ¿Qué es divertido? 125

21. ¿Qué es divertido? Lo que te da gozo	127
22. ¿Qué es divertido? Por qué disfrutas esas cosas	131
23. ¿Qué es divertido? ¿Puedo intentarlo también?	135
24. ¿Qué es divertido? Sacrificarte por tus gozos	139
25. ¿Qué es divertido? Sentir tus gozos	143
Ejercicio de repaso 5: Bendecir hábilmente a alguien con sus gozos	147

Sexta pregunta: ¿Qué está estancado? 149

26. ¿Qué está estancado? Cuando tus estancamientos te daban vida	153
27. ¿Qué está estancado? Cuando el color comenzó a desvanecerse	157
28. ¿Qué está estancado? Cuando la culpa y el deber tomaron el control	161
29. ¿Qué está estancado? Cómo estás estancado en la terquedad	165
30. ¿Qué está estancado? Cómo estás estancado en la vergüenza	169
Ejercicio de repaso 6: Evaluación hábito por hábito	173

Séptima pregunta: ¿Qué es lo siguiente?	175
31. ¿Qué es lo siguiente? Los sueños que te trajeron hasta aquí	177
32. ¿Qué es lo siguiente? El sueño en el que estás trabajando	181
33. ¿Qué es lo siguiente? El sueño que se está desvaneciendo	185
34. ¿Qué es lo siguiente? El sueño para la próxima etapa de tu vida	189
35. ¿Qué es lo siguiente? El sueño que tienes miedo de expresar	193
Ejercicio de repaso 7: Orar por los sueños de tu amigo como si fueran tuyos	197
Reflexiones finales	199
Anexo: Pasajes del Nuevo Testamento sobre los unos a los otros	211

INTRODUCCIÓN:

SENCILLA PERO PODEROSA

La amistad es simple y significativa. Y en ese mismo tono es como debería escribirse un libro sobre la amistad. Al leer este libro, espero que tu respuesta constante sea: «No es tan difícil. Tal vez un poco más vulnerable de lo que preferiría, pero podría hacerlo. Sí, creo que mi vida sería mejor si mis amistades fueran más así». Página tras página, eso es lo que buscamos: simple y significativo.

Pero no confundas simplicidad con debilidad. Muchas cosas simples tienen (o tendrían) un impacto poderoso en nuestras vidas: un tiempo diario de lectura de la Biblia y oración, comer juntos en familia de manera consistente y dormir lo suficiente cada noche. Ninguna de estas cosas es complicada, pero cada una es poderosa. Ser y tener un buen amigo pertenecen a esa lista. Es algo simple que tiene un impacto que puede cambiar la vida. Eso es lo que cultivaremos en las páginas que siguen.

Pero no es solo la amistad en sí lo que es simple pero poderoso. *Cómo* cultivamos la amistad también es simple y poderoso. Por eso, en nuestro recorrido juntos, usaremos siete preguntas simples:

1. ¿Cuál es tu historia?
2. ¿Qué es bueno?
3. ¿Qué es difícil?
4. ¿Qué es malo?
5. ¿Qué es divertido?
6. ¿Qué está estancado?
7. ¿Qué es lo siguiente?

Ojalá no te resulte intimidante el imaginarte haciendo estas preguntas a un amigo, o que un amigo te las haga a ti. En las páginas que siguen, exploraremos cómo estas sencillas preguntas pueden transformar personas que son conocidos casuales, en amigos que tienen amistades del tipo «el hierro con hierro se afila» (Pro 27:17), relaciones que llegan a ser más queridas que la familia: «Hay amigo más unidos que un hermano» (Pro 18:24).

Imagina cómo sería si las personas más cercanas a ti se relacionaran contigo de maneras tan significativas como estas. Eso es lo que Dios diseñó que fuera la iglesia: un lugar de *pertenencia*, no solo de *aprendizaje*. La educación cristiana es maravillosa, pero Dios no creó a las iglesias para que fueran mini seminarios. Dios creó a las iglesias para ser lugares de cuidado mutuo dentro de relaciones que se profundizan; por eso, la familia es una de las metáforas dominantes para describir a la iglesia.

Teniendo esto en mente, se te invitará a poner en *práctica* lo que lees en este libro, no solo a *leerlo*. La realidad es que no se desarrollan amistades profundas simplemente al obtener una comprensión más clara de cómo «debería» ser una amistad. Sino que, creces en amistad cuando te involucras con tus amigos actuales de maneras más significativas. Así que, a medida que avances por estas siete preguntas, deberías tener en mente dos cosas:

1. ¿En qué punto están mis amistades actuales?
2. ¿Cuál sería el «siguiente» paso para profundizarlas?

A partir de ahí, busca la próxima oportunidad para hacer una pregunta más significativa, compartir una actividad juntos o abrir una nueva parte de tu historia. Este libro está lleno de preguntas, actividades y estímulos para ayudarte a profundizar tus relaciones. Encuentra dónde estás y da el siguiente paso.

Pero algunos llegamos a este libro secos y escépticos. Hemos anhelado tener amistades significativas por mucho tiempo y no hemos podido cultivarlas.

Si ese es tu caso, ¿qué te hace decir: «Sí, pero...?». No temas expresarlo. Tus dudas son bienvenidas en este proceso. La amistad nunca es falsa.

Sin embargo, aquí tienes un desafío: *duda de tus temores sobre la amistad*. Duda de esos temores lo suficiente como para dejar espacio a la posibilidad de que las amistades que anhelas sean posibles. La mayoría nos protegemos para no ser decepcionados: «La esperanza que se demora enferma el corazón» (Pro 13:12). Eso es común. Pero no permitas que el miedo a la decepción te lleve a una pasividad que se convierta en una profecía autocumplida.

Si estuviéramos intentando construir un conjunto de amistades perfectas, el temor estaría justificado. *Estaríamos* decepcionados. Pero nuestro objetivo es mucho más modesto. Simplemente queremos profundizar, poco a poco, nuestras relaciones existentes para que tengan más de la influencia redentora que Dios quiso que la amistad tuviera. Las buenas amistades se cocinan en una olla de cocción lenta, no en un microondas.

Ese es nuestro objetivo: *preguntas sencillas que produzcan amistades que enriquezcan nuestras vidas un poco más cada día*.

PROFUNDIZAR LAS RAÍCES

Todo proyecto necesita un plan. Todo viaje necesita un mapa. En este caso, usaremos una metáfora visual: un árbol con raíces que crecen. Nuestro propósito con cada una de las siete preguntas sencillas será profundizar en nuestras amistades. Comenzaremos en el nivel uno de profundidad y avanzaremos hasta el nivel cinco, usando la imagen del árbol y sus raíces, para ilustrar qué tan profundo estamos llegando al explorar cada pregunta.

NIVEL UNO

NIVEL DOS

NIVEL TRES

NIVEL CUATRO

NIVEL CINCO



La ventaja de este enfoque, es que comienza donde está cada amistad. A veces, cuando los cristianos hablamos de temas como la amistad, nos enfocamos demasiado en el ideal, al punto que resulta abrumador. Parece algo muy lejano para alcanzarlo. En cambio, aquí nos enfocaremos en el crecimiento, no en la meta final.

Para cada una de nuestras siete preguntas, seguiremos un patrón predecible. Primero, **definiremos por qué cada pregunta es importante**. ¿Qué aspecto positivo cultiva esta pregunta dentro de una amistad? ¿Cómo ayuda a que las raíces se profundicen más?

Segundo, **identificaremos los cinco niveles de crecimiento** para cada pregunta. Los niveles iniciales son alcanzables en amistades casuales. Disfruta de estos niveles al inicio. No tengas prisa. Pero mueve algunas de tus amistades hacia niveles más profundos, para que puedan tener un impacto más significativo en tu vida. Exploraremos qué preguntas hacer y qué tipo de cosas podrías compartir para alcanzar cada nivel de profundidad en la amistad.

Finalmente, en cada sección **concluiremos con un ejercicio de repaso**. Este servirá para consolidar el trabajo hecho en torno a esa pregunta y convertirlo en una parte permanente de tu cultura de amistad.

Podríamos resumir todo esto en tres frases sencillas:

1. Conoce lo que estás buscando.
2. Reconoce los pequeños logros en el camino hacia el gran logro.

3. Aprende cómo consolidar el crecimiento que has alcanzado.

A medida que te preparas para este recorrido, te animo a pensar en términos de *ritmos, hábitos y estilos de vida*, más que en *tareas, objetivos y protocolos*. Estos últimos suelen ser bien intencionados pero de corta duración. Los primeros, en cambio, son los que dan forma a las etapas prolongadas de nuestra vida.

Paradójicamente, si este libro va a cambiar tu vida, no pensarás en él con tanta frecuencia. Estamos enseñando la amistad como un estilo de vida, no como una habilidad. Las habilidades son cosas en las que nos enfocamos y dominamos; los estilos de vida, una vez adoptados, se vuelven tan naturales que dejamos de prestarles atención. Las amistades que transforman nuestras vidas se arraigan en cosas sencillas que hacemos naturalmente cientos de veces.

Espero que esto te haga respirar con alivio. No buscamos amistades perfectas, formadas rápidamente con técnicas complejas. Estamos cultivando amistades profundas que crecen de manera constante con el tiempo, por medio de preguntas sencillas e interacciones cotidianas. No estamos apartando una temporada de nuestra vida para asistir a un campamento intensivo de amistad. Si no que, vamos a invertir intencionalmente en nuestras amistades actuales, dentro de los ritmos ya existentes de nuestra vida.

¿CUÁNTAS TREINTA Y CINCO DEBO TENER?

Sé lo que puedes estar pensando. Viste una lista de siete preguntas, notaste que cada una tiene cinco niveles de profundidad, hiciste las cuentas y concluiste que la puntuación perfecta de una amistad es treinta y cinco. Y de inmediato pensaste: «¡Quiero una vida llena de amistades nivel treinta y cinco, y Brad me mostrará el camino!». Está bien, puedes admitirlo.

Tener un número como treinta y cinco nos permite abordar preguntas que, de otro modo, serían difíciles de formular.

¿Cuántas amistades «óptimas» deberíamos tener? ¿Es mejor tener una amistad de nivel treinta y cinco o varias de nivel veinticinco? ¿Las amistades de nivel quince tienen algún valor real o son solo «invernaderos» con plantas que podrían crecer con el tiempo hasta volverse relaciones significativas?

¿Alguien más tiene recuerdos de la secundaria? No estamos haciendo estas preguntas para competir en una especie de jerarquía social artificial. Eso fue la secundaria: fue miserable, y no queremos repetirla. Nos hacemos estas preguntas para definir el resultado deseado de este libro.

La respuesta es: *no queremos tener solo amistades de nivel treinta y cinco*. Eso no es realista dentro de las limitaciones del tiempo y las demandas de la vida. Podríamos argumentar de manera práctica que simplemente la vida no funciona así. Pero hay una razón más profunda: la variedad en la topografía de nuestras amistades es buena. Además, la Biblia afirma que hay una diversidad en la profundidad y la calidad de las amistades entre los cristianos.

- Jesús tenía un círculo íntimo de tres amigos, Pedro, Jacobo y Juan (Mt 17:1; Lc 8:51), dentro de su grupo principal de doce discípulos. Pero también se relacionó de manera más casual con al menos quinientas personas (1Co 15:6).
- Pablo tenía a personas con quienes era especialmente cercano, como Timoteo, con quien dijo tener una relación «como [la de] un hijo que sirve su padre» (Fil 2:22). Pero también era lo bastante cercano a muchos otros como para mencionarlos por nombre en sus cartas (mira la larga lista en Ro 16:1-16).

La Biblia no nos llama a un estándar perfecto de amistad. Nosotros tampoco deberíamos hacerlo. La Escritura afirma la belleza y el valor de las amistades desde el nivel cinco hasta el nivel treinta y cinco, y nosotros deberíamos hacer lo mismo.

Los *mejores amigos por siempre* no son la meta final, ni las amistades casuales son solo relaciones de inicio.

La Biblia nos llama a ser agentes de ánimo, sal, luz y mutuo aflamamiento en cada amistad, según el grado de relación que tengamos. Esto es precisamente lo que describen los mandamientos de «los unos a los otros» en el Nuevo Testamento: amigos cristianos enriqueciendo mutuamente sus vidas en cualquier nivel en que se encuentre su amistad. En el anexo de este libro encontrarás una lista completa de esos pasajes de «los unos a los otros», la cual será un excelente complemento para tu lectura bíblica mientras avanzas por este libro.

Si hacemos esto, nuestras iglesias harán más que educar teológicamente nuestras mentes, nuestros trabajos harán más que proveer financieramente a nuestras familias, y nuestros gimnasios harán más que fortalecer nuestros cuerpos. Profundizar gradualmente nuestras relaciones en cada uno de estos ámbitos transformará nuestras vidas.

Con siete preguntas sencillas y una dosis de intencionalidad, podremos experimentar amistades de niveles cinco, diez, quince, veinte, veinticinco, treinta y treinta y cinco, que enriquecerán nuestras vidas. Eso es lo que buscamos en este libro. No te distraigas con el número treinta y cinco. Invierte y sé agradecido con lo que cada una de tus amistades tiene para ofrecer.

Permite que las palabras de Pablo a su amigo Timoteo moldeen tu actitud mientras lees este libro: «Pero la piedad, en efecto, es un medio de gran ganancia cuando va acompañada de contentamiento» (1Ti 6:6). En el contexto de este libro, la *piedad* se manifestará en cumplir los mandamientos de «los unos a los otros» dentro de nuestras amistades de diversa profundidad, y el *contentamiento* consistirá en disfrutar cada amistad en el nivel en que se encuentra. A medida que caminamos hacia amistades más significativas, unamos esa rara combinación de intencionalidad y contentamiento, y veamos lo que Dios hace.

PRIMERA PREGUNTA:

¿CUÁL ES TU HISTORIA?



Nivel uno: Los hechos

Nivel dos: Los temas principales

Nivel tres: Los giros de la trama

Nivel cuatro: Los eventos que moldearon tu vida

Nivel cinco: El propósito de tu historia

Crecí en un pueblo con un solo semáforo. Todos sabían lo que habías hecho el sábado por la noche para cuando llegabas a la iglesia el domingo en la mañana. El médico (sí, en singular) de mi pueblo no tomaba antecedentes familiares porque no lo necesitaba. Ese era el resto de sus pacientes. Él conocía la historia de todos. Y todos conocían la historia de los demás, incluso tres generaciones atrás.

A diferencia de mi experiencia en esos primeros años, la oficina del censo de los Estados Unidos ha descubierto que el estadounidense promedio se muda once veces a lo largo de su vida.¹ Cada vez que nos mudamos, tenemos (o debemos) reinventarnos. Nadie en la nueva ciudad nos conoce, no conoce a nuestra familia, nuestros logros, nuestros fracasos, nuestras rarezas, no conoce nuestra historia. Comenzamos a escribir nuestra historia sobre el lienzo en blanco de un contexto social completamente nuevo. Esa es una combinación peculiar de emoción, riesgo y normalidad.

1 «Cálculo de la expectativa de migración utilizando datos del ACS», oficina del censo de los Estados Unidos, actualizado el 3 de diciembre de 2021, <https://www.census.gov/topics/population/migration/guidance/calculating-migration-expectancy.html>

Debería sorprendernos cuán pocas personas realmente conocen nuestra historia. Conocen nuestras redes sociales y nuestra imagen pública. Conocen algunos fragmentos de anécdotas que compartimos. Pero eso es todo. No es de extrañar que nos sintamos solos, desconocidos y relacionamente anémicos.

Cuando alguien conoce nuestra historia, sentimos pertenencia. Cuando las personas conocen nuestra historia, podemos hablar de experiencias personales sin tener que explicar todos los personajes, contextos y conflictos. Las personas que conocen nuestra historia entienden las ironías de nuestra vida. Ser conocidos crea una sensación de libertad para hablar y confianza en que seremos comprendidos. Eso es precisamente lo que cultivamos cuando compartimos nuestras historias con mayor profundidad.

Nos gusta pensar que este tipo de conexión simplemente sucede. A veces es así. A veces conectamos con alguien, compartir resulta fácil, y la relación gana profundidad rápidamente. Pero la mayoría de nosotros puede dar testimonio, de que eso no ocurre con la frecuencia suficiente como para depender de ello para cultivar una comunidad significativa. Nuestra epidemia cultural de soledad, de la cual la iglesia no está exenta, es evidencia más que suficiente.

Por eso, exploraremos una progresión constante para conocer la historia de alguien y permitir que nuestra historia también sea conocida. Debemos permitir que cada amistad se desarrolle a su propio ritmo. Algunas crecerán rápido; otras, poco a poco. Esto puede depender de nuestra etapa de vida, del tiempo disponible, de intereses comunes u otros factores. Pero el ritmo no es lo más importante.

Sin embargo, la proporcionalidad sí lo es. El proverbio moderno dice: «El conocimiento es poder», y eso es verdad. Cuando una persona sabe mucho más acerca de la otra, la relación se desequilibra. Una amistad, sin quererlo, se transforma en una relación de ayuda.

No hay nada malo con las relaciones de ayuda, como las de maestro-estudiante o consejero-aconsejado. Pueden ser muy

buenas relaciones. Pero no es eso lo que buscamos cultivar en este libro. Lo que deseamos son amistades equilibradas, de cuidado y conocimiento mutuo.

Cuando la Biblia se refiere a las relaciones de los unos con los otros, este lenguaje implica equilibrio. Este libro es una herramienta para multiplicar y enriquecer esas amistades equilibradas en tu vida y en toda tu iglesia. Para una descripción de cómo crear relaciones de ayuda más formales dentro de tu iglesia, considera leer el volumen complementario de este libro, *Mobilizing Church-Based Counseling*.²

Esto significa que debes ajustar tu nivel de compartir según lo que tu amigo comparta. Si has revelado más, sé intencional al hacer preguntas. Si tu amigo se siente incómodo compartiendo más, permite que la amistad se adapte a su nueva profundidad. A medida que las circunstancias de la vida proporcionen más conocimiento mutuo, iguala el nivel de información que recibes.

2 Brad Hambrick, *Mobilizing Church-Based Counseling: Models for Sustainable Church-Based Care* (Greensboro: New Growth Press, 2023). Ver, en particular, el capítulo 9.



CAPÍTULO 1

¿CUÁL ES TU HISTORIA? LOS HECHOS

NIVEL UNO

¿Cuál es tu canción favorita que cuenta una historia de la vida? Tal vez sea «Besos de mariposas» de Miguel Angel Guerra,³ que narra el recorrido de un padre y su hija, desde las oraciones antes de dormir hasta su fiesta de quince años, y finalmente una conversación antes de acompañarla al altar el día de su boda. ¿A dónde se fue el tiempo?

Quizá tengas un gusto más por el *rock* clásico y prefieras «*Cat's in the Cradle*» [«El gato está en la cuna»] de Harry Chapin. Es una historia menos santificada sobre cómo se invierten los papeles de un padre ocupado de ciudad que no encuentra tiempo, entre sus compromisos de negocios, para jugar a lanzar la pelota con su hijo. Luego ese hijo crece y se convierte exactamente en su padre, sin tiempo siquiera para hacer una llamada significativa a su padre anciano retirado. ¿Cómo pudo ser tan ciego?

Tal vez seas fanático de la música *country* de los 80 y cantes junto a Garth Brooks en «*Unanswered Prayers*» [«Oraciones no contestadas»]. Esta balada se deleita en una teología sureña de té dulce, al reflexionar sobre un encuentro con un viejo amor

3 La canción original en inglés, interpretada por Bob Carlisle, se titula «*Butterfly Kisses*».

de secundaria en un partido de fútbol en un pequeño pueblo. Con el paso del tiempo, se hace evidente que algunas de las respuestas más bondadosas de Dios a nuestras oraciones son un simple no. ¿Qué me habría perdido?

Estas canciones son ejemplos de lo que representa el primer nivel de profundidad *de tu historia* en forma lírica. Las experiencias son tan comunes: rutinas antes de dormir, jóvenes profesionales tratando de construir una carrera mientras crían hijos, o adultos de mediana edad sacudiendo la cabeza al recordar las oraciones de su juventud. Es casi como si cantaran sobre recalentar sobras un martes por la noche.

Pero estas canciones nos impactan profundamente, al punto que se convierten en clásicos que resisten el paso del tiempo. Al escucharlas, valoramos las sencillas rutinas antes de dormir, decidimos priorizar las relaciones importantes por encima de las oportunidades, y oramos con un poco más de humildad. Nos sentimos conectados con estos artistas, como si hubieran puesto nuestra propia historia en melodía.

¿Cuál es la enseñanza? Estas canciones nos ayudan a darnos cuenta de que las partes más significativas de la vida suelen ser las más comunes; que conocer los detalles cotidianos de la vida de alguien es algo sencillo y poderoso. La mayoría de lo que Dios desea hacer en nuestra vida, o en la de nuestros amigos, sucederá en esos momentos cotidianos y en las relaciones de cada día. Aunque esos momentos no sean «emocionantes», la influencia poderosa de los momentos ordinarios bien vividos los hace dignos de ser conocidos.

¿Cómo se puede obtener este conocimiento sencillo? Sé curioso. Haz preguntas. Escucha con atención. Recuerda nombres y eventos especiales. Da seguimiento sobre personas o acontecimientos importantes. Sonríe ante lo alegre. Muestra compasión ante lo triste. Una vez más, vemos que ser un amigo no es complicado, pero su impacto es profundo.

Considera Lucas 12:7, donde Jesús nos dice que Dios conoce el número de cabellos en nuestra cabeza. Date cuenta de que no hay detalle alguno de tu vida, que sea tan insignificante,

que Dios lo considere indigno de ser recordado. Cada detalle cotidiano de tu vida tiene la gloria y el honor de la atención de Dios.

En este nivel inicial de amistad, simplemente reflejamos este rasgo del carácter de Dios, los unos hacia los otros. Le estamos diciendo a alguien: «Si te sucedió a ti, me interesa, porque somos amigos».

PREGUNTAS PARA REFLEXIONAR

A medida que exploremos cada nuevo nivel de profundidad en la amistad, terminaremos con algunas preguntas. Con frecuencia, estas serán preguntas que podrías hacerle a un amigo. Otras veces, serán preguntas que deberás hacerte a ti mismo y luego conversar con un amigo. Piensa en ellas como puntos de partida para reflexionar. *Siéntete libre de añadir al final de cada capítulo más preguntas que suenen naturales para ti.*

- ¿De dónde eres? ¿Cómo fue tu camino desde allí hasta aquí?
- ¿Cómo luce una semana normal para ti?
- ¿Quiénes son las personas importantes en tu vida?



CAPÍTULO 2

¿CUÁL ES TU HISTORIA? LOS TEMAS PRINCIPALES

NIVEL DOS

Los hechos se consolidan en temas, a medida que se agrupan en torno a una pasión o se vuelven repetitivos. Las pasiones pueden ser aspiraciones agradables que perseguimos, como nuestras metas, o aversiones desagradables que evitamos, como nuestros miedos. Las repeticiones son simplemente las personas y las tareas que siguen apareciendo en la vida. Intuitivamente, todos nos damos cuenta de que algunos hechos de la vida tienen más peso que otros. A medida que profundizamos en nuestras amistades, llegamos a identificar cuáles son esos hechos más significativos que se han convertido en temas.

Probablemente, nuestro amigo no use el lenguaje narrativo de *tema* para describir estos aspectos de su historia. Un amigo podría llamarlos roles, pasiones, sueños, cargas, aspiraciones, obstáculos, emociones difíciles, sentido de llamado o responsabilidades. Cualquiera que sea el término que use tu amigo, cualquier libro sobre cómo hacer amigos e influir en las personas te diría que deberías preguntar sobre estas cosas y escuchar atentamente cuando lo hagas. Aquí está la clave sobre escuchar: es encarnacional; es la manera cómo entramos en el mundo de nuestro amigo.

Cuando entramos en la casa de alguien, captamos los temas con nuestros ojos. ¿Quién está en esa foto en la pared? ¿Cómo ganaste ese premio? ¿Cuándo empezaste ese pasatiempo? Cuando tenemos una conversación, captamos los temas con nuestros oídos. Prestamos nuestra atención. Nos identificamos con su experiencia. «Gócese con los que se gozan y lloren con los que lloran» (Ro 12:15). Aprendemos sobre ellos.

Así como Jesús entró en nuestro mundo al convertirse en un bebé, debemos esforzarnos por entrar en el mundo de un amigo, *compasivamente* (cuando nos cuentan cosas difíciles) o *co-pasionadamente* (cuando comparten cosas buenas), simpatizando con su experiencia.

Los temas de la historia son excelentes oportunidades para profundizar una amistad. Un pequeño regalo relacionado con un área de pasión, un mensaje de texto que recuerde un desafío constante, oración por una carga o preguntas sobre un rol, todos comunican: «Te veo. Recuerdo las cosas que son importantes para ti. Tú importas». Esta es una implicación principal de Eclesiastés 4:9-12:

Más valen dos que uno solo, pues tienen mejor pago por su trabajo. Porque si uno de ellos cae, el otro levantará a su compañero; pero ¡ay del que cae cuando no hay otro que lo levante! Además, si dos se acuestan juntos se mantienen calientes, pero uno solo ¿cómo se calentará? Y si alguien puede prevalecer contra el que está solo, dos lo resistirán. Un cordel de tres hilos no se rompe fácilmente.

Los buenos momentos son más enriquecedores gracias a un amigo. Los momentos difíciles son más manejables con un amigo. Un amigo que conoce los temas de mi vida lo suficiente, como para estar al tanto de ambos, es un tesoro.

Al reflexionar sobre los temas en nuestra historia y amistad, notamos algo sobre la relación entre tiempo y amistad. La du-

ración importa. Si intentas identificar temas después de dos o tres conversaciones, estás actuando más como un terapeuta que como un amigo. Eso es un rol diferente.

En la amistad, podemos preguntar sobre los temas, pero los notaremos con mayor frecuencia, a medida que surjan con el tiempo. No los adivinamos («¿Piensas que mis preguntas entrometidas te molestan por haber tenido una madre tan inquisitiva?») como si fuera nuestro rol *descubrirlos*. Nuestro amigo decide *revelarlos* cuando está listo.

Pero, a medida que llegamos a conocer los temas de la vida del otro, nuestra capacidad de ser amigos el uno para el otro crece. Cuando solo conocemos los hechos de la vida del otro, solo podemos cuidarnos a un nivel superficial (lo cual sigue siendo valioso). Al conocer los temas de las historias del otro, nos conectamos y cuidamos a niveles relacionales más profundos.

PREGUNTAS PARA REFLEXIONAR

- ¿Sobre qué áreas sabes más que la persona promedio?
- ¿Cuándo y cómo se volvieron importantes para ti las cosas que te apasionan?
- ¿Qué está en la lista corta de cosas que nunca quieres descuidar?



CAPÍTULO 3

¿CUÁL ES TU HISTORIA? LOS GIROS DE LA TRAMA

NIVEL TRES

¿Cuándo tomó tu historia un giro inesperado, en el que pensabas que seguiría otro rumbo? Recuerdo ser un estudiante de secundaria inmaduro con buenas calificaciones en matemáticas, así que inicialmente me especialicé en informática en la universidad. Luego llegó cálculo 1. Dios utilizó una experiencia prolongada de dificultades académicas para humillarme y, con gracia, redirigirme hacia una doble especialización en el ministerio cristiano y psicología. La vida tomó otro rumbo.

También recuerdo haber sido líder de un campamento deportivo cristiano en la universidad. Si me permito decirlo, fui un excelente entrenador de béisbol y líder de estudio bíblico. Al verano siguiente, el campamento me pidió ser director. Estaba extasiado con el ascenso y tenía muchas ideas geniales. Pero luego luché enormemente en el rol. Hice un trabajo adecuado, pero mis tendencias perfeccionistas no aceptaban que lo *adecuado* fuera suficiente. La vida nuevamente, tomó otro rumbo.

De esto concluí que yo era un líder número dos, no un número uno. Un sublíder, no la persona principal. Después del seminario, me incorporé al personal de consejería en una organización paraeclesial. Después de un tiempo, me pidie-

ron ser director ejecutivo. No quería hacerlo. Sentí que era otra trampa para fracasar. Sin embargo, sucedió de todas formas y prosperé. El ministerio creció y lo amé. De nuevo, la vida tomó otro rumbo.

No soy un caso único. Todas nuestras historias tienen giros inesperados. Lo importante de estos momentos no solo es que son inesperados, sino que suelen ser significativos. La dirección de nuestra vida o sentido de identidad cambia en esos momentos. Nuestras decisiones y respuestas a esos eventos mejoran o disminuyen significativamente nuestra calidad de vida.

Esos son los momentos en los que comprendemos que no somos personajes planos de dos dimensiones. ¿Qué es un personaje plano? Piensa en los viejos dibujos animados de *Winnie the Pooh*. En esas historias, cada personaje es una sola cosa. El búho es el sabio. El tigre es el impulsivo extrovertido. El conejo es el preocupado fiel. Igor es el pesimista entrañable. Los personajes bidimensionales como esos nunca te sorprenden.

Pero mira la vida real, mi vida, por ejemplo. Me sorprendí a mí mismo. Primero, no era el niño inteligente que pensaba ser. Luego, no era el líder que creía que sería. Eventualmente, encontré un rol de liderazgo que no pensaba poder desempeñar, pero en el que sobresalí.

Los amigos casuales se convierten en amigos transformadores, ese tipo de amigo que moldea significativamente nuestra vida de manera piadosa, a medida que conocen estos puntos clave en nuestra historia. Los giros de la trama revelan nuestras inseguridades, puntos de orgullo, ideas equivocadas y cómo respondemos a las sorpresas. Estas son cualidades que los amigos necesitan conocer si queremos «estimularnos unos a otros al amor y a las buenas obras» (Heb 10:24).

Un amigo que conoce los giros de mi vida puede ser de ayuda cuando surgen situaciones similares.

- Conociendo mis giros en matemáticas y en el campamento, un amigo podría decir algo como: «No estoy seguro de que estés considerando bien esta decisión.

Parece que asumes que tener éxito en un área significa que sobresaldrás en la otra. ¿Has pensado en la diferencia entre estos dos roles/situaciones?».

- O teniendo en cuenta mi giro en la consejería, el amigo podría animarme con: «Parece que estás subestimando las formas en que has madurado desde la última vez que surgió una oportunidad así. No tienes que asumir que, debido a que la primera experiencia no salió como querías, cualquier rol de liderazgo será demasiado para ti».

Como amigos, no siempre acertaremos con nuestros consejos o advertencias. Pero conocer los giros en la vida del otro nos brinda un contexto más completo para hablar en la vida del otro.

¿Tú y tus amigos han compartido estos momentos cruciales de sus vidas entre sí? Hablar de esto genera conversaciones muy valiosas. Deberías considerarlo.

PREGUNTAS PARA REFLEXIONAR

- ¿Cuándo cambió de rumbo la vida, mientras esperabas que siguiera otra dirección?
- ¿Cuáles fueron los momentos en tu vida en los que, para bien o para mal, más te sorprendiste a ti mismo?
- ¿Cuáles son las cosas que disfrutas, y que menos encajan con tu personalidad o tus aptitudes más fuertes?



CAPÍTULO 4

¿CUÁL ES TU HISTORIA? LOS EVENTOS QUE MOLDEARON TU VIDA

NIVEL CUATRO

Hemos intentado profundizar de manera incremental en nuestras amistades. Pero para algunos de nosotros, preguntar y compartir sobre los eventos que moldean la vida puede sentirse como un gran salto. No todos los eventos de vida que alcanzan el nivel cuatro son iguales. Algunos pesan cien libras de gozo. Otros, cincuenta libras de satisfacción y cincuenta libras de tristeza. Y otros se sienten como quinientas libras de angustia.

Algunos eventos dolorosos que moldean la vida podrían, en realidad, pertenecer al nivel cinco (o incluso más allá). Recuerda que la metáfora de las raíces y sus diferentes profundidades está ahí para servirnos, para ilustrar nuestro camino. No debemos convertirnos en esclavos de la metáfora.

Las cosas que comenzaremos a discutir en esta profundidad de la amistad, son los momentos a. C. *versus* d. C. de nuestra vida: los eventos que tienen un efecto de *antes y después* en cómo contamos nuestra historia. Estos son los momentos que han moldeado nuestra vida de manera profunda.

Algunos de estos son eventos felices (la conversión, casarse, obtener el trabajo de tus sueños). Algunos son dolorosos y pueden ser difíciles de abordar incluso ahora (un divorcio, una

experiencia de abuso). Otros pueden ser fuertemente mixtos (el nido vacío, la jubilación de un trabajo que amabas).

Debido a esta variación, decidir *qué* compartir y *cuándo* no depende únicamente de la profundidad de tu amistad; también depende de tu disposición para compartir. No te sientas presionado. Llegar a este punto en un libro no es lo mismo que estar en ese punto en tu propio camino personal.

Esta es otra razón por la que no todas las amistades necesitan estar en el nivel treinta y cinco. No tenemos todas nuestras amistades en el nivel treinta y cinco porque somos personas finitas, que vivimos dentro de los límites de una semana de 168 horas. Tampoco tenemos todas nuestras amistades en el nivel treinta y cinco porque sería abrumador compartir tanto de nuestra historia con todos nuestros amigos.

El marco de raíces de este libro te brinda dos herramientas para ayudarte a determinar cuándo llevar una amistad a esta profundidad:

1. **Un indicador** para saber si has establecido la base adecuada.
2. **Un plan** para profundizar las amistades en otras áreas y así preparar el camino para confiar estas experiencias.

Podrías preguntarte: «¿De qué manera compartir estas cosas tan intensas con un amigo me beneficiaría?». No es una pregunta egoísta. Es simplemente prudente. La respuesta es (al menos en parte) que elimina el sentido de secreto, estigma y vergüenza. Cuando estamos listos, es un alivio saber que no tenemos que ocultar parte de nuestra historia a las personas más involucradas en nuestra vida. Exploraremos más estos temas en la pregunta 3: «¿Qué es difícil?».

Pero no todas las experiencias de profundidad nivel cuatro en tus historias son pesadas. Muchas son felices. Compartir estas partes de nuestras historias también tiene un valor inmenso. Cuando conoces los puntos de inflexión positivos en mi vida, puedes compartir mis gozos y celebrar conmigo la bondad de

Dios en esos momentos. Compartimos los buenos tiempos de nuestra vida porque son evidencia de la gracia, provisión y cuidado de Dios.

Tómate un momento. Piensa en los momentos más altos y más bajos que leemos a lo largo de la Biblia. Para una versión resumida, lee Hebreos 11. Estas no son historias ficticias como las *Fábulas de Esopo*. Son experiencias reales, vividas por personas como nosotros. Sus historias llegaron a la Biblia, al menos en parte, porque tuvieron el valor de compartirlas. Lo que para ellos fue aterrador e intimidante, es un ejemplo y fuente de ánimo para nosotros.

Esto nos lleva a una pregunta poco común sobre la Biblia: ¿somos tan honestos como nuestra Biblia? Con frecuencia, en la iglesia, estamos acostumbrados a que nos pregunten si leemos la Biblia. Esta es una pregunta diferente. A medida que lees tu Biblia, pregúntate: «¿Soy tan honesto con mis amigos sobre mi vida como lo fueron estas personas sobre la suya?». La Biblia nos da, tanto *instrucciones* de las cuales aprender, como *ejemplos* a seguir, que muestran cómo es participar en la familia de Dios.

PREGUNTAS PARA REFLEXIONAR

- ¿Cuáles son los momentos a. C. *versus* d. C. en tu vida?
- ¿Cuáles son las principales lecciones de vida que has aprendido de estos eventos?
- ¿De qué maneras has aprendido a confiar y depender de Dios a la luz de estos momentos cruciales?



CAPÍTULO 5

¿CUÁL ES TU HISTORIA? EL PROPÓSITO DE TU HISTORIA

NIVEL CINCO

Hay algo que sucede a medida que una amistad progresa del nivel de profundidad uno al cinco. *Nuestro amigo se convierte cada vez menos en un observador de nuestra historia y cada vez más en un participante de nuestra historia.* Las raíces profundas de la historia nos ayudan a entender por qué ocurre esto.

Nuestras historias son historias vivas que aún se están escribiendo. Pero, debido a que son historias vivas, no solo tienen personajes, escenarios, tramas y giros inesperados. Tienen dirección, trayectoria y propósito. Tienen un punto. Para los cristianos, nuestras vidas están destinadas a más que perseguir nuestras curiosidades. Nuestras vidas están destinadas a ser sal y luz: «Así brille la luz de ustedes delante de los hombres, para que vean sus buenas acciones y glorifiquen a su Padre que está en los cielos» (Mt 5:16).

Ser sal y luz son funciones muy específicas según el contexto. Para que la iglesia sea la luz del mundo, debemos brillar donde vivimos. Si la iglesia va a ser la sal de la tierra, debemos sazonar con la semejanza a Cristo en nuestras esferas de influencia específicas. A medida que cada cristiano cumple su función individual de ser sal y luz donde vive, contribuye a la

comisión de Cristo para la iglesia y el mundo en general.

Los buenos amigos cristianos se preguntan unos a otros sobre estos propósitos y metas piadosas, es decir, el punto de sus historias:

1. **Función de la sal.** ¿Dónde, cómo y con quién estoy esparciendo un sabor semejante a Cristo?
2. **Función de la luz.** ¿Dónde, cómo y con quién estoy sirviendo como un faro de la luz de la verdad de Dios?

La respuesta puede ser tan simple como asistir fielmente a un grupo pequeño de estudio bíblico, discipular a mi familia o dar testimonio a mis compañeros de trabajo. O la respuesta puede ser tan audaz como convertirse en plantador de iglesias entre un grupo de personas no alcanzadas. Por ordinarias o audaces que sean, las respuestas deben ser claramente conocidas por tus amigos cercanos.

Hay dos implicaciones de lo que hemos cubierto hasta ahora.

1. Debes conocer el propósito de la historia de tu amigo y viceversa.
2. Cuanto más profunda sea la amistad, más participamos e influimos en la historia del otro.

A medida que la amistad se profundiza, no escuchamos la historia del otro como si leyéramos una buena novela. Cuando leemos una novela, la historia está completa, editada, inalterable. El único suspenso que existe es porque aún no hemos pasado la última página.

Los buenos amigos escuchan las historias del otro como editores invitados en la fase de borrador de una novela. No recibimos un bolígrafo metafórico: son sus vidas. Ellos toman las decisiones sobre su historia, y los buenos amigos respetan la autonomía del otro. Pero sí hacemos preguntas, ofrecemos retroalimentación y animamos el proceso. *Queremos* que la his-

toria de nuestro amigo alcance la conclusión deseada porque somos personajes involucrados en ella.

Para cumplir este rol efectivamente, necesitamos conocer el propósito de la historia de nuestro amigo. ¿Qué quiere hacer con su vida? ¿Cómo completaría nuestro amigo la oración: «Cuando este capítulo de mi vida concluya, me decepcionaré si _____?».

Atamos nuestras contribuciones como editores invitados a este propósito. De lo contrario, solo estaríamos ofreciendo nuestras opiniones innecesarias sobre lo que haríamos si su historia fuera nuestra historia. No hay nada de malo en eso, pero cualquiera compartiendo un café puede hacer eso.

Al vivir dentro de la historia de nuestro amigo, nuestra tarea de transformación es preguntar: «¿Este capítulo de tu historia se mantiene fiel a lo que pretendías que hiciera? ¿Estás siendo buen mayordomo de tus dones, relaciones y oportunidades hacia las pasiones que Dios te dio?». Cuando promovemos a alguien de un conocido casual a un amigo que ha influido en nuestra vida, le damos permiso para ser un editor invitado que nos ayuda a mantenernos en el rumbo, para que nuestra historia no derive hacia algo inconsecuente.

PREGUNTAS PARA REFLEXIONAR

- ¿Cómo completarías la oración: «Cuando esta temporada de mi vida concluya, me decepcionaré si _____?».
- ¿Para quiénes quieres que las vidas sean diferentes a causa de esta temporada de tu vida?
- ¿Cómo puedo animarte y ayudarte en estas cosas?

EJERCICIO DE REPASO 1

RESEÑA DE UN LIBRO A NIVEL DE SECUNDARIA

¿Recuerdas haber hecho reseñas de libros cuando tenías doce años? Tu maestro te daba unas cuantas preguntas que servían como guía para escribir un trabajo y así evaluar qué tan bien habías comprendido una obra literaria. Esas preguntas eran más o menos así:

- ¿Cuál es el **personaje principal**? ¿Cómo es ese personaje?
- ¿Dónde ocurre la historia? ¿Qué tiene de significativo el **escenario**?
- ¿Cuál es la **meta** que el personaje principal intenta alcanzar o el **problema** que trata de superar?
- ¿Quiénes son los **personajes secundarios**? ¿Cuál de ellos ayuda al protagonista a lograr su objetivo y cuáles lo obstaculizan, y de qué manera?
- ¿Cuál es el **punto de la historia**? ¿Qué mensaje da sentido a los acontecimientos?

Estas preguntas no solo nos ayudan a analizar libros; también nos ayudan a conocer mejor a las personas. Pregúntate, ¿puedo hacer una reseña a nivel de secundaria sobre la vida de mi amigo? ¿Podría mi amigo hacer una de la mía?

Empezamos a darnos cuenta de lo superficial que es nuestro conocimiento mutuo. Sabemos los acontecimientos recientes y algunos rasgos sobresalientes, pero no los relacionamos con la historia más amplia de nuestro amigo.

Por eso seguimos siendo observadores benevolentes de la vida de los demás, sin llegar a ser amigos realmente integrados en las historias de cada uno.

Dicho así, entendemos que Dios desea más de nuestras relaciones dentro de la iglesia. Considera cómo Pablo describió sus relaciones en la iglesia en 1 Tesalonicenses 2:8: «Teniendo así un gran afecto por ustedes, nos hemos complacido en impartirles no solo el evangelio de Dios, *sino también nuestras propias vidas, pues llegaron a ser muy amados para nosotros*» (énfasis añadido).

No llegaremos a ese punto con conversaciones superficiales. Pero sí podemos hacerlo si intencionalmente profundizamos en nuestras amistades actuales. Imagina que las personas de tu grupo pequeño de estudio bíblico se conocieran entre sí al nivel de una reseña de un libro de secundaria. No pases por alto las implicaciones de esas preguntas.

¿Cómo cambiaría eso tu experiencia en la iglesia? ¿Cómo afectaría tu participación en los tiempos de oración? ¿Qué impacto tendría en los mensajes que se envían entre ustedes? ¿Cómo multiplicaría las cosas que celebran juntos? ¿Cómo aumentaría el apoyo y la comprensión en los momentos difíciles? ¿Cómo haría que la iglesia se sintiera más como una familia?

Al imaginar esto, no estamos soñando con *Narnia*, una tierra de fantasía llena de faunos, dríades y unicornios. Estamos visualizando lo que Dios quiere que la iglesia sea. Aquí tienes tres formas de acortar la distancia entre nuestra experiencia actual y el diseño de Dios para las amistades cristianas en el ámbito de las historias personales.

- Aparta un tiempo en tu grupo pequeño de estudio bíblico una vez al mes e invita a alguien a compartir su historia, no solo su testimonio de conversión (aunque debe ser una parte importante), sino su historia de vida. Reserva ese tiempo a propósito porque valoras conocer a los demás de esa manera.