

Apostando por los últimos en California



Hortensia del Villar

Yo me pregunto: ¿cuándo terminara la guerra? ¿Cuándo veré sonrisas en los rostros de los niños en vez de lágrimas? ¿Cuándo veré estrellas en el cielo en vez de humo negro? No lo sé. Lo que sí sé, es que el mundo no será destruido por aquellos que hacen el mal sino por aquellos que solo ven y no hacen nada. Roguemos a Dios por la paz en el mundo”. Naya Abou Mousa, una joven refugiada de Siria, expresa estas palabras como parte de su testimonio al grupo de Ministros de la Solidaridad de la Diócesis de San Bernardino (Estados Unidos), donde desarrollo mi ministerio como directora de la Pastoral Social. En una diócesis de 1,7 millones de católicos, con un índice de pobreza entre los más bajos del país, acompaño a la comunidad inmigrante y refugiada, que compone el 60% de la población.

Me siento privilegiada de poder trabajar por la dignidad de nuestros hermanos inmigrantes de Centro Amé-

rica, México, Asia, África y Oriente Medio. Como Hermana del Ángel de la Guarda esta es mi llamada: acompañar y animar la esperanza inspirada en la acción sanadora de los ángeles en la Biblia. Parte de mi misión incluye también entrenar líderes y equipos de pastoral social que llamamos Ministros de la Solidaridad. Ofrecemos formación en la Doctrina Social de la Iglesia y espacios de reflexión en derechos para inmigrantes, prevención del racismo, derechos de los sintecho y solidaridad global. Nuestro fin es ver, orar y actuar para transformar la parálisis de la indiferencia con la fuerza multiplicadora de la solidaridad.

Jesús resume la misión de sus seguidores en ver y con-moverse: “Porque tuve hambre, y me diste de comer; tuve sed, y me diste de beber; fui forastero, y me recogiste; estuve desnudo, y me vestiste; enfermo, y me visitaste; en la cárcel, y viniste a mí” (Mt. 25,35). ■

Blanca Estela Martínez

De vuelta a Europa para mojarse en lo social

Nuestra misión es ser “Ángeles visibles”, que salen a las periferias de nuestra cotidianidad para acompañar los sufrimientos de las personas que se encuentran vulneradas por multitud de situaciones. Apostamos por una sensibilización que promueve la defensa de los Derechos Humanos y de la vida, y el compromiso por el cuidado de la Tierra. Trabajamos la acogida, la escucha y el acompañamiento, que fortalecen interiormente a la persona, propiciando caminos de crecimiento y autonomía personal. Nuestros ámbitos de actuación incluyen, entre otros, proyectos con migrantes y menores, promoción de la mujer, pastoral parroquial y penitenciaria. Para ello, colaboramos y trabajamos en red con otras instituciones, creando cauces de nuevas posibilidades para los más desfavorecidos.



La Misión de formar discípulos de Cristo

Inmaculada Cárdenas

En la era de la modernidad líquida (según definición del recientemente fallecido **Zygmunt Bauman**) y en el contexto actual de la Europa del siglo XXI, vivimos con sentido nuestra misión de Evangelizar Educando a nuestros alumnos en valores que armonicen su dimensión humana, ética y espiritual. La Congregación tiene en sus orígenes un proyecto educativo, expresión de la vocación de un maestro, **Luis Ormières**, que no busca la instrucción como fin sino que la persona llegue a descubrir aquello que le lleva a realizarse según el plan de Dios. Para nosotros hoy, más de siglo y medio después, “formar discípulos de Jesús” es nuestra ruta de camino, un itinerario en el que acompañamos a nuestros alumnos en su proyecto vital.

La Escuela Santo Ángel, en la realidad concreta de España (ocho centros educativos), tiene algunos desafíos importantes que abordamos desde estas claves:

■ **Escuela con identidad:** constatamos la necesidad de adquirir un compromiso con la sociedad laica en que vivimos siendo referentes de fe y de vocación. Necesitamos educadores con sentido de vocación y misión y desde esta clave trabajamos cada día: crecer en sentir el Proyecto carismático como propio y saber transmitirlo a alumnos y familias.

■ **Educación para la vida:** apostamos por una formación integral de la persona cuyo estilo educativo se caracteriza por la cercanía, el cariño y la sencillez. Educamos en el aula para poder resolver problemas reales. Los nuevos modelos de aprendizaje y la actualización pedagógica están al servicio de dar a nuestros alumnos las capacidades y recursos necesarios para vivir en cualquier mundo posible desde una escala de valores bien jerarquizada.

■ **Acompañar con “Ángeles visibles”:** en el ámbito educativo, se traduce de múltiples formas: acción tutorial a alumnos y familias consistente y continua, colaboración en que nuestros alumnos conozcan especialmente a **Jesús**, un estilo educativo que pone en el centro a la persona, su desarrollo en todas sus dimensiones y el descubrimiento de su propio “don” y de su propia vocación.



Las religiosas educan en Ecuador a través de dos proyectos, uno en Quito y otro en San Simón

■ **Escuela que construye comunidad:** compromiso con una comunidad educativa acogedora, hospitalaria, espacio de encuentro de la diversidad y que sea referente de vida cristiana. ■

Isabel G. de la Parte

Educación en América

En el documento de Aparecida, los obispos hacen presente que en este continente se vive “una particular y delicada emergencia educativa”. Así se define la realidad y urgencia de educar humanizando, de formar personas integralmente desde una mirada de antropología cristiana, nos lleva a despertar y urgir el respeto a la vida, a la dignidad de la persona e identidad de cada uno, con sus deberes y derechos, con el compromiso de aportar a una sociedad justa, fraterna, solidaria, desde la perspectiva del Evangelio. Nuestro quehacer educativo angelino se nutre de la inspiración del carisma de **Luis Antonio Ormières**: cultivar la interioridad y el reconocimiento “del don propio para bien de los demás” es el camino para abordar el Proyecto de Vida con el que insertarse a la sociedad. Porque las realidades de dolor, desigualdades e inequidad hieren especialmente a los más débiles, a los niños y jóvenes, esta urgencia se hace búsqueda creativa, se hace pasión.

Al lado de los enfermos y mayores...



María Villar Fernández

En la Congregación, el cuidado de las enfermas y ancianas está en la raíz misma de la Fundación y, desde el principio encontramos documentos y cartas del Padre **Luis. A. Ormières** y de **Madre San Pascual** animando y alabando esta misión congregacional poniendo igual hincapié en el cuidado físico, la ayuda moral y la atención espiritual de cada persona. Desde hace unos años, la Congregación ha dispuesto comunidades mejor preparadas para atender a nuestras Hermanas mayores y enfermas. Es una misión de equipo, donde la fraternidad se pone especialmente de manifiesto. Cada Hermana, por mayor que sea, tiene algo que hacer, ofrecer, recibir de las demás en un intercambio de compañía, de pequeños servicios, de compartir experiencias y cariño.

Como reto para las que estamos especialmente dedicadas a ellas tenemos el artículo 74 de nuestras Constituciones: “En cada hombre que sufre se continúa la Redención de Cristo. La Hermana debe representar para el enfermo y el anciano, al Ángel que cuida, alivia, anima, que les anuncia el mensaje de Cristo y prepara el encuentro definitivo con el Señor”.

El artículo número 75 de nuestras Constituciones extiende este espíritu a las hermanas mayores y enfermas, resaltando de manera especial la dimensión contemplativa, de adoración y alabanza propia de los Ángeles. En ello estamos. Felices de poder realizar la Misión que soñaron nuestros dos Fundadores, con nuestras propias hermanas. ■

Raquel Ojeda y Giselle Togo

... También en Costa de Marfil

Somos dos hermanas del Ángel de la Guarda enfermeras, que junto a otra hermana, asistente social, formamos la comunidad de Abobo-BC, un barrio marginal de la rica capital económica de Costa de Marfil, Abidjan. Olvidado por los diferentes gobiernos y castigado por las crisis que han azotado el país, nuestro barrio es uno de los más empobrecidos: alta tasa de paro, infravivienda, falta de infraestructuras, insalubridad... Traduciendo lo social a términos sanitarios: enfermedades infecciosas (SIDA, paludismo, tuberculosis), alta tasa de mortalidad infantil y maternal, falta de medios económicos para acceder a los centros de salud... En medio de esta realidad, las Hermanas gestionamos el Centro Socio Sanitario “Ánge Gardien”. Es nuestra manera de “ser Ángeles” que cuidan: haciendo posible el acceso a la salud a una población carente de medios. Que alivian: garantizando unos cuidados de calidad y un clima de acogida y escucha. Y que protegen y animan: dando formación sanitaria, enseñando a prevenir la enfermedad, transmitiendo hábitos de higiene saludable.



La evangelización con los jóvenes

Sara M^a G. Tolmo

Las Hermanas nos sentimos enviadas a ayudar a los jóvenes a descubrir su vocación y responder a ella de manera personal. Nuestro Fundador así lo expresaba: “Dios ha creado las piedras que deben componer el admirable edificio de la sociedad, y ha dejado en cierto modo a los hombres el cuidado de pulir y colocar estas piedras en el sitio que Él les ha destinado”. Nuestra Fundadora lo diría de una forma enormemente sencilla: “No solo basta querer a los niños sino que ellos noten que se les quiere”, con “dulzura y firmeza”. La Familia Ángel de la Guarda vivimos el compromiso ilusionado de cuidar, guiar, orientar y acompañar a los jóvenes, al estilo del Ángel. Valoramos el acompañamiento individual y grupal como un medio válido para personalizar procesos de crecimiento y de fe en los jóvenes y en los agentes de pastoral. Juntos tratamos de ser referentes cristianos y de ofrecer experiencias que ayuden a hacer proceso y a crecer en identidad cristiana y carismática; a descubrir el propio Don discerniendo las llamadas de Dios, a conectar con realidades necesitadas para comprometerlos en el bien de los demás.

Entre la propuesta pastoral que hacemos, podríamos destacar los grupos de reflexión de la fe que formen para poder dar razón de lo que se cree; encuentros entre los jóvenes Santo Ángel y peregrinaciones a lugares carismáticos que crean y fortalecen los vínculos de familia; la participación y colaboración, a diferentes niveles, con las diócesis y con otras congregaciones que nos ayuda a sentirnos comunidad y a sentirnos Iglesia; experiencias que busquen ponernos en contacto con nosotros mismos y con Dios como pascuas jóvenes, testimonios, ejercicios espirituales, convivencias, formación de agentes de pastoral y campamentos; voluntariados y campos de trabajo, que buscan conectar con la realidad y experimentar que tienen algo que decir en ella transformándola. Sentirnos parte de la sociedad, de la Iglesia y de esta familia nos urge a anunciarles a **Jesús** y su proyecto como una Buena Noticia capaz de hacerles felices. ■

Tatiana Sarmiento

América, la esperanza

Cuando pienso en el trabajo con los jóvenes siento mucho oxígeno habitando mi interior. América es el continente de la esperanza por la gran cantidad de niñez y juventud que lo habita. Los jóvenes son una gran fortaleza para América, pero al mismo tiempo se encuentran muy vulnerables por la realidad de violencia y falta de oportunidades.

Desde la bella experiencia que Dios me ha regalado en el trabajo con jóvenes, solo puedo decir que son unos luchadores, solo necesitan que les des las herramientas adecuadas para construir y proyectarse. Siento que ese es el trabajo de pastoral juvenil que realizamos las Hermanas. Generamos los espacios para que descubran todo el potencial que los habita y saquen la creatividad y la fuerza para enfrentar sus duras realidades. El proceso juvenil Angelino los lleva a creer que es posible alcanzar cada uno de sus sueños descubriendo que es Dios quien los ha llamado a la vida y tiene un gran proyecto con cada uno. La pastoral juvenil parte de la realidad difícil de la que vienen muchos jóvenes, pero tenemos claro que nuestra tarea es evitar que esa realidad los condene al fracaso; serán ellos los humanizadores de esa realidad escribiendo una historia diferente. La pastoral juvenil Angelina es ayudar a construir el sueño de Dios con cada joven.



Cómo ser hoy Ángeles Visibles en...

AMÉRICA

COMO RELIGIOSA

HNA. CONCEPCIÓN DE JESÚS MARROQUÍN

La realidad de América nos desafía e invita a caminar como el ángel que acompaña, contempla, anuncia, celebra, conforta, denuncia... En América estamos presentes en Ecuador, Venezuela, Colombia, Nicaragua, El Salvador, México y Estados Unidos. Desde el carisma recibido por nuestros fundadores, intentamos promover una pastoral de anuncio explícito del evangelio en diversas plataformas: parroquia, centros educativos, centros de formación para discapacitados, centros de formación juvenil, comedor infantil, albergue para migrantes o trabajo con proyectos sobre trata y migración. Queremos seguir siendo Ángeles Visibles: desde una pastoral de escucha y acompañamiento; desde la pedagogía de la ternura, protección y cuidado; desde la promoción, justicia social e integración especialmente en las mujeres que sufren marginación, violencia de género...; y desde la alegría, sencillez, esperanza y creatividad. La Congregación, desde nuestro compromiso de mujeres seguidoras de Jesús, nos sentimos llamadas a continuar en la construcción del Reino y su justicia, con nuestro testimonio de vida fraterna y, desde la mística y profecía, acompañar y buscar juntos “otro mundo posible”.

COMO LAICA

CLAUDIA SUSANA MENDOZA

Comprendiendo que desde cualquier lugar y vocación puedes ser discípulo y misionero; tomando conciencia de la exigencia diaria de renovarnos en nuestro compromiso con la Iglesia; poniendo al servicio mis dones y mis propias limitaciones en acciones concretas; dialogando permanentemente con la realidad, a nivel personal y comunitario; siendo creativo e innovador, para ello es necesaria una buena formación basada en el discernimiento; acercándome a mi prójimo, generando una cultura de encuentro; escuchando la voz de Dios para hacer que su palabra trascienda nuestra vida y la de los demás; fortaleciendo la fe y vida sacramental en contacto directo con el misterio central del cristianismo: pasión, muerte y resurrección; orando en comunión y entendiendo lo que Dios quiere; y siendo portadores de esperanza y sembrando alegría donde quiera que vayamos.

ASIA

HNA. NORABEL BIAL BARADI

Después de cinco años como misionera en Nicaragua, la Congregación me envió a Vietnam para ayudar a llevar a cabo la misión que Dios nos había confiado en ese país. Como misionera en Asia, pude saborear los desafíos y las alegrías de cómo ser un Ángel Visible en mi misión de un año. A pesar de que el cristianismo es allí una religión minoritaria (7,6% del total de la población es católica), hay una gran apertura para escuchar el evangelio y la fidelidad a las enseñanzas de Cristo, por lo que encontramos

oportunidades para compartir con los estudiantes, jóvenes y vecinos. El enseñar español me ha permitido ser un Ángel Visible que acompaña, guía y anuncia. Respetar y apreciar las diferencias culturales son actitudes que estoy aprendiendo a vivir con armonía en medio de la diversidad. Humildemente acepto las debilidades en mi propia cultura y reconozco la fortaleza en otras. Soy un Ángel Visible que viaja con las personas con corazones humildes y abiertos para amar y abrazar las diferencias.

EUROPA

COMO RELIGIOSA

HNA. BELÉN G. LINAZA

Ser Ángel Visible no es ir por la calle con unas alas, ni tampoco salir volando en cualquier momento. Ser Ángel Visible es ser presencia de Dios. Los Ángeles no dicen sus propias palabras, no van a donde quieren, solo cumplen la voluntad de Dios, dicen sus palabras, hacen sus gestos. Pues esa es nuestra misión, ser transmisoras de Dios, de su palabra, de su amor, de su ternura, de su paciencia... A diario nos encontramos con personas que, sin saberlo, van buscando a Dios, buscan su acogida, su mirada de vida hacia la realidad. Y ahí se encuentra nuestro reto, llevar ese mensaje, llevar esa voz que habla de fraternidad, de acogida de la fragilidad, de construir un mundo nuevo. Y también de profundidad, autenticidad, esperanza, alegría. Queremos descubrir a Dios en cada momento, en cada persona, en cada encuentro, en los acontecimientos del día y, como los Ángeles, contagiar la alegría del encuentro con Dios. Ser ‘Ángel Visible’ es ser consciente de la realidad que nos rodea. En Europa esa realidad nos habla, a veces, de falta de fe, de sentido de la vida, de exclusión social, de soledad... Y, ante esa necesidad, nos sentimos enviadas a niños, jóvenes, ancianos y enfermos, inmigrantes, personas en la cárcel o sin hogar... Nos sentimos invitadas a transmitir a los demás, con nuestra presencia y nuestra ayuda, que no están solos, que Dios les acompaña en el camino.

COMO LAICA

M^a DE GRACIA DOMÍNGUEZ

Vivir como Ángel Visible no es algo que cambia tu vida sino que le da sentido. Cada uno de los laicos que tenemos la suerte de formar parte de la familia Santo Ángel tenemos una realidad distinta: diferentes ocupaciones y situaciones familiares, incluso diferentes compromisos pastorales. Pero todos compartimos algo que nos une en lo esencial, y es nuestro carisma, el que heredamos de nuestro Fundador y compartimos con las hermanas. Cuanto más conocemos y ahondamos en el valor de la sencillez y en lo que conlleva, más conscientes somos de cuál debe ser nuestro estilo de vida. Porque ser Ángeles Visibles es desplegar las alas para ver el mundo desde otra perspectiva.



ÁFRICA

HNA. SOFÍA EMANA

Se preguntaba nuestro Fundador: ¿El Ángel de la Guarda irá a otros países? Su sueño se hace realidad en África. Hoy más que nunca ser Ángel Visible en África tiene mucho sentido. En nuestra sociedad hay jóvenes sin ninguna orientación, niños huérfanos, familias divididas, falta de una educación de calidad, etc. En medio de todo esto queremos ser Ángeles Visibles, no contando con nuestra fuerza sino con la ayuda de Dios. Nos sentimos mujeres apasionadas para llevar esta gran misión al corazón del

continente. Esta llamada comienza desde nuestros orígenes, aunque a veces supone desgaste, incomprensiones, arriesgar tu vida... seguimos apostando por ser Ángeles Visibles. Y me pregunto: ¿Es creíble ser Ángel, que cuida, que acompaña en estos ambientes? Que cada día se vuelve más consumista, insolidario, indiferente. La contestación es: sí. Porque recordamos a tantas Hermanas que pasaron por este pueblo, que dejaron aquí su vida, entregándola desinteresadamente sin esperar una recompensa material.

¿Por qué yo también soy un Ángel?

ANDRÉS GIL

Madre San Pascual deja escrita una nota (sin fecha, de 1835), que comienza: “No sé qué espíritu me anima...” ¡Cuántas veces me he preguntado: ¿Por qué? ¿Qué hago yo aquí? ¿Qué espíritu me anima? Es la Providencia la que elige a las personas para realizar Su Obra. Cuando conozco un poco el Carisma de las Congregación, llevado de la mano de algunas hermanas, sin saber cómo, me siento identificado con él. Hago la Promesa en la Familia Laical Ángel de la Guarda por sentirme totalmente identificado con el Carisma Santo Ángel que me atrae por la Ilusión de Vida que despierta en mí y la Sencillez que le rodea.

HNA. ANGELIS KARIAN

Dios me dio el regalo de la llamada y en mi corazón habita desde entonces el deseo profundo de seguirle, de encontrarle en lo cotidiano, lo extraor-

dinario o lo común, en lo diminuto y lo sencillo, porque es precisamente esta característica de esta pequeña Congregación lo que me cautiva: la sencillez evangélica, así deseo vivir, entregándome en los pequeños detalles, amando con alegría y confianza en los momentos de serenidad y de turbulencia, amando a aquellos que Dios me confía.

HNA. MARÍA HUERTAS COBOS

Estaba terminando mis estudios de Farmacia en Salamanca, cuando descubrí que había algo que formaba parte de mi historia y había ido dejando de lado en la toma de decisiones que iban marcando mi vida, ese “algo” era mi fe. Las experiencias pastorales que tuve desde pequeña en el colegio Santo Ángel de Badajoz me habían marcado más de los que me podía imaginar. Sentí la llamada a escuchar la palabra que Dios tenía para mí, y así le fui dejando espacios de oración, que me

llevaron al encuentro profundo con Dios y a desear darme. Todo lo que iba siendo mi vida gracias a la educación y fe recibida por mi familia, recobraba un sentido nuevo desde esta experiencia de fe personal. El Señor me regalaba la oportunidad de vivir en plenitud, un regalo tan grande que no podía guardarme, una luz que no podía ocultar... Me pregunté entonces dónde “colocar” mi lámpara para que pudiera alumbrar y multiplicar este regalo... y volví a mis raíces, al Santo Ángel, allí donde crecí y lo recibí todo. Me sentía llamada a desplegar mi vocación religiosa como HH del Ángel de la Guarda, familia con la que me identifico.

HNA. HONGLI SUN

Desde que me encontré con las Hermanas por primera vez en China, en 2006, me gusto su estilo de vivir: la sencillez, el ser “Ángeles Visibles” para los demás y su deseo de “formar verdaderos discípulos de Cristo” y de ayudar a descubrir el “propio don”, que cada uno de nosotros hemos recibido desde Dios, para ponerlo al servicio de los demás. Sentí la llamada a ser parte de esta Congregación y, después de terminar mis estudios en China, fui a Filipinas para empezar mi formación, que continuó en Japón, donde profesé en octubre de 2014. Para completar mi formación, ahora me encuentro en España. Me siento muy feliz siendo Hermana del Ángel de la Guarda y me reafirmo en que Dios me llama a esta Congregación. Aunque Asia y Europa son muy distintas, veo que el carisma y la misión de la Congregación es la misma. Solo es diferente la manera de hacerlos realidad en cada contexto. Ahora comprendo mejor lo que es la Congregación en los diferentes lugares y veo cómo las Hermanas viven la sencillez y son Ángeles Visibles, a través de la educación, la actividad misionera, el acompañamiento a los jóvenes y otras actividades pastorales.

Voluntarios, los otros Ángeles

Silvia G. Carretero

Qué tiene en común Portoviejo, Quito, Managua...? Son lugares que han dejado una huella imborrable en los voluntarios misioneros Santo Ángel. Una experiencia difícil de olvidar. Para estos jóvenes, valores como el servicio, la generosidad, el compromiso, la dedicación... son parte clara de sus motivaciones. El quid está en acompañarles para que puedan vivirlos en una clave creyente y vocacional que les ayude en su proceso de maduración y que pueda ser un punto de descubrimiento o consolidación de su lugar en la Iglesia y en el mundo. Hay dos frases de nuestro Fundador que están en la base del voluntariado: “Hacerse pequeño con los pequeños” y esta otra, tomada de san Pablo: “Cada uno ha recibido de Dios un don propio, para el bien de la comunidad”. Descubrir el propio don para ponerlo al servicio de los demás, apostando por los más vulnerables es lo que ofrecemos a nuestros voluntarios. Aquí, algunos de estos testimonios:

riesgo de exclusión social, a mujeres maltratadas, a personas con cualquier tipo de discapacidad, personas que están solas... Estoy muy agradecida y he aprendido muchísimo de cada una de las personas que conocí. Me impresionó su generosidad y acogida, su capacidad de afrontar las adversidades con alegría y sencillez.



ALICIA, 25 AÑOS

“Cuando acabé Medicina quise dar lo que había aprendido a personas con menos recursos que no tuvieran un acceso fácil a la sanidad. La experiencia me abrió los ojos y experimenté, en todo su esplendor, la alegría de vivir. Descubrí un Dios palpable, a pie de calle, sencillo y humilde. Las Hermanas del Ángel de la Guarda me demostraron el amor que se puede llegar a dar a otros sin conocerlos, siendo auténticos Ángeles Visibles”.

Humanizar, proteger, cuidar, alabar, consolar... actitudes propias de los Ángeles que dejan huella en los jóvenes voluntarios



LOLA, 26 AÑOS

“En mí hay un antes y un después de Ecuador: cambió mi forma de ser, mi escala de valores... descubrí que daba importancia a cosas que no la tienen tanto. Ecuador me ayudó mucho a crecer humanamente y en mi experiencia de fe. Descubrí que recibes de las personas a las que te entregas más de lo que tú puedes aportar”.



MAENA, 23 AÑOS

“Dicen que no se cuida lo que no se ama, y que no se puede amar lo que no se conoce. Yo tuve la suerte de conocer Ecuador. Terminé Fisioterapia y quise participar durante dos meses en un proyecto de voluntariado internacional. El proyecto del que formé parte atiende a personas de todas las edades, a enfermos, a personas en



MARTA, 28 AÑOS

“He aprendido a mirar la realidad con los mismos ojos con los que lo hacen las personas del lugar y para eso tuve que desprenderme de mí misma. Aprendí lo que es entregar la vida siendo parte de una comunidad, trabajando con y por otros y que, a veces, lo importante no es lo que haces, sino en lo que te conviertes haciéndolo”.

