

Amistad

La amistad es una necesidad del ser humano para poder ser feliz, íntegro, paciente y optimista, capaz de mirar al futuro.

Con un buen amigo el hombre consigue buena compañía, llegando a ser algo más: confianza y lealtad, sin llegar a romper del todo la imprescindible soledad del hombre consigo mismo.

Como necesidad y, a la vez, la amistad requiere ser cuidada para hacerla crecer, en una constante tensión con otras pulsiones que también nos son propias. Por ello, requisito indispensable de la amistad es la sinceridad.

A. La amistad, necesidad

Aunque no todo el mundo esté de acuerdo:

Buena cosa es tener amigos, pero mala el tener necesidad de ellos. (Anónimo)

Retírate dentro de ti mismo, sobre todo cuando necesites compañía (Epicuro)

podemos afirmar que es necesaria al hombre la amistad de sus semejantes,

La amistad es el vino bueno de la vida (E. Young)

No hay riqueza tan segura como un amigo seguro. (Juan Luis Vives)

Todas las grandezas de este mundo no valen lo que un solo amigo (Voltaire)

Si mis amigos huyeran de mí, muy infeliz sería, pues de mí huirían todos mis tesoros (Tarafa, poeta árabe del s. VI)

El encanto de la vida depende únicamente de las buenas amistades que cultivamos (Tarafa)

La amistad es para el hombre como el agua límpida y clara para el sediento beduino (Labid, poeta árabe del s. VII)

Un hermano puede no ser un amigo, pero un amigo será siempre un hermano (B. Franklin)

y que de ella se derivan diversos bienes:

- la felicidad:

Tres cosas necesita el hombre para ser feliz: la bendición de Dios, libros y un amigo (J. B. Lacordaire)

Sin la amistad, el mundo es un desierto (Francis Bacon)

Vivir sin amigos no es vivir (Cicerón)

- la integridad:

Un viejo amigo es el más fiel de los espejos (Proverbio español)

Sabe que cuando uno es amigo de sí mismo, lo es también de todo el mundo (Séneca)

- la paciencia, en el más amplio de sus sentidos, capacidad de sufrimiento:

En cuanto a la adversidad, difícilmente la soportarías si no tuvieras un amigo que sufriese por ti más que tu mismo. (Cicerón)

La amistad te impide resbalar al abismo. (Bruce Springsteen)

La amistad redobla las alegrías y reduce las penas a la mitad (Bacon)

- el optimismo vital:

Cuando se quiere a alguien, se esta necesariamente en contra de la pena de muerte (Gabriel Marcel)

Un amigo es la mano que despeina tristezas (Gustavo Gutiérrez)

- la apertura a nuevas metas:

Amigo mío, te necesito como a una altura en la que se respira de modo distinto (A. Saint-Exupéry)

B. La amistad, compañía

1. De las bondades de la amistad no se puede seguir sino el consejo de **conseguir buena compañía**, como el mejor de los disfrutes dados al hombre:

Todo placer languidece cuando no se disfruta la compañía (Hume)

Intenta disfrutar de la gran fiesta de la vida con los demás hombres (Epicteto)

Debemos buscar a alguien con quien comer y beber antes de buscar algo que comer y beber, pues comer solo es llevar la vida de un león o un lobo. (Epicuro)

La verdadera amistad llega cuando el silencio entre dos parece ameno (Erasmus de Rotterdam)

No hay soledad más triste que la de un hombre sin amigos, sin los cuales el mundo es un desierto; quien sea incapaz de sentir amistad, tiene más de bestia que de hombre (F. Bacon)

Más de una vez, el huésped a quien nadie ha invitado resulta ser la mejor compañía. (Tolkien, JRR.: SA II, 7 Éomer.)

Hasta tal punto que la amistad nos hace la vida más fácil:

Para dos no hay pendiente demasiado empinada (Ibsen)

y nos pone los momentos difíciles como contrapunto de la amistad:

La desventura me descubre quién me ama (Proverbio africano)

De las miserias suele ser alivio la compañía (Cervantes)

La verdadera amistad es como la fosforescencia, resplandece mejor cuando todo se ha oscurecido. (Tagore)

La prosperidad hace amistades y la adversidad las prueba.

Cuando el camino me cansa, amigo mío, no te pido que me hables, sino que me des la mano (Tagore)

El amigo que puede permanecer en silencio con nosotros, en un momento en que nos sentimos desesperados o confundidos; el que puede quedarse a nuestro lado en una hora de dolor o de duelo; el que acepta la idea de

no saber, no curar, no sanar y nos hace ver la realidad de nuestra impotencia; ése es el amigo que nos aprecia (Nowen)

Desleal es aquel que se despide cuando el camino se oscurece. (Tolkien, JRR.: SA II, 3 Gimli)

2. La amistad convierte la compañía en algo más profundo

El esplendor de una amistad no radica en la mano extendida, en la bondad de una sonrisa o en el placer de la compañía, sino en la inspiración del espíritu al descubrir que alguien cree en nosotros y está dispuesto a brindarnos su confianza (Emerson)

La amistad consiste en querer y procurar el bien del amigo por el amigo mismo (Aristóteles)

Hay mucha gente que me conoce, me aprecia, me honra, pero hay pocos que tienen la confianza de tomarme el pelo, y esta confianza es más valiosa que las alabanzas y reverencias del mundo (Vallés)

La amistad es una comunicación amorosa entre dos personas, en la cual, para el bien mutuo de éstas, se realiza y se perfecciona la naturaleza humana (Laín Entralgo)

La amistad es una confianza del corazón que conduce a buscar la compañía de otro hombre o mujer elegido por nosotros entre los restantes y a no tener miedo de él, a esperar de él apoyo, a desear el bien, a buscar ocasiones de hacérselo y a convivir con él lo más posible (Faguet)

Un amigo es uno que lo sabe todo de ti y, a pesar de ello, te quiere.

El que tiene un amigo verdadero puede decir que posee dos almas.

Un amigo es una persona con la que se puede pensar en voz alta (Emerson)

Cuando se ama no se oculta la desnudez (Proverbio africano)

Búscate un verdadero amigo y, cuando lo hayas encontrado, escucha cuanto te diga. (Don Bosco, Mbe VII, 18)

Mejor es reprensión manifiesta, que amor silencioso; más leales son las heridas del amigo, que los muchos besos del enemigo (Don Bosco, Mbe I, 223; Prov. 27,5-6)

3. Con todo no se nos aconseja la amistad sin más, sino que nos invita a **saber discernir las compañías**

La mala compañía es fuente de males (Teógenes)

Las enemistades silenciosas y ocultas son más terribles que las abiertas y declaradas (Cicerón)

y a valorarla en su justo valor, reservando siempre una distancia necesaria para valorar correctamente a las personas y a la amistad y para tender a las metas más altas:

La excesiva familiaridad es incompatible con la dignidad, y menoscaba la consideración (Plutarco)

La confianza corrompe la amistad; el mucho contacto la consume; el respeto la conserva (Cicerón).

Si quieres viajar hacia las estrellas, no busques compañía (Heine)

No conozco mayor enemigo del hombre que el que es amigo de todo el mundo. (Rousseau)

Hacer amigos sin someterlos a prueba es exponerse a decepciones (Babaliki)

considerándola siempre el gran don de nosotros mismos que podemos hacer a los demás:

El mejor regalo que podemos darle a otra persona es nuestra atención íntegra. (Richard Moss)

4. Y sin dejar de valorar la **soledad** como un **complemento necesario** a la amistad y a la compañía

Jamás hallé compañero más sociable que la soledad (Moreau)

Los recuerdos no pueblan nuestra soledad, como suele decirse; antes bien, al contrario, la hacen más profunda (Flaubert)

La soledad devora a quien vive solo (Melho)

No volverás a ser el mismo después de haber estado expuesto a los rigores de la soledad (Melho)

La soledad no es vivir solo, la soledad es no ser capaz de hacer compañía a alguien o a algo que está en nosotros (Saramago)

Una persona puede sentirse sola, aún cuando mucha gente la quiera. (Ana Frank)

El lastre de la soledad es la inteligencia, también la independencia y la soberbia (Cela)

Lo peor de la soledad es que suprime todo deseo, incluso el de compañía. Lo aplasta todo; es una losa que no hay goce que la levante, ni por un instante te deja. Y no sólo aplasta, sino que abrevia. En la soledad no hay tiempo para nada. Es demasiado fiel la soledad, demasiado posesiva y tan páfida que tampoco te permite disfrutar de ella, una cosa que reserva a quienes la visitan de tanto en tanto, pero no a quienes conviven a todas horas con ella (J. Benet)

C. La amistad, tarea

1. Trabajando por la amistad deberíamos estar siempre, bien por la cantidad de personas a la que podemos y debemos **extenderla**

Extraño no equivale a enemigo, sino a amigo que aún no he conocido (Gleen)

*o bien porque es un camino que vamos construyendo continuamente y al que tenemos que **cuidar***

No dejes crecer la hierba en el camino de la amistad (Platón).

Los parientes se hacen con los pies (Proverbio africano)

La amistad es huella que se borra en la arena si no se renueva de continuo (Proverbio africano)

Nunca es largo el camino que conduce a la casa de un amigo. (Juvenal)

2. El cuidar la amistad que mantengo con otros me hace que esté también **atento a mi propia vida, a mis actitudes**, como garantes de esas amistad, ya que son las que la hacen posible

Se lento en adquirir amistades pero se constante en conservarlas. (Anónimo)

La lealtad es el camino más corto entre dos corazones (Ortega)

Los caminos de la lealtad son siempre rectos (Llull)

La fidelidad es el esfuerzo de un alma noble para igualarse a otra más grande que ella (Goethe)

La prosperidad demanda la fidelidad; la adversidad, la exige (Séneca)

La fidelidad es una virtud que ennoblece hasta la esclavitud (Masson)

Quien en ti se fía, no le engañes (Proverbio español)

Al hombre fiel todos le quieren bien (Proverbio español)

En tu relación con cualquier persona, pierdes mucho si no te tomas el tiempo necesario para comprenderla. (Rob Goldston)

La amistad comienza donde termina o cuando concluye el interés (Cicerón)

El que recibe a sus amigos y no presta ningún cuidado personal a la comida que ha sido preparada, no merece tener amigos. (Savarín)

3. Una de las tareas importantes de los amigos es aprender a deslindar sentimientos, **diferenciando claramente amistad y amor**

La amistad es un amor que no se comunica por los sentidos. (Ramón de Campoamor)

La amistad es el amor, pero sin sus alas. (Lord Byron)

Hay pocos lazos de amistad tan fuertes que no puedan ser cortados por un pelo de mujer. (Ramón y Cajal)

4. Por todo ello, podemos considerar la amistad como **una dulce conquista después de una ardua batalla**

No te hagas demasiado amigo de nadie: tendrás menos alegrías pero también menos penalidades. (Marcial)

Nuevos amigos, nuevos dolores. (Mozart)

donde hemos de poner mucho de nuestra parte, confianza y comprensión en otros,

Es más vergonzoso desconfiar de los amigos que ser engañado por ellos. (Jean de la Bruyere)

Quien busca un amigo sin defectos queda sin amigo (Proverbio turco)

Si buscas el amigo perfecto, morirás sin conocer la amistad (Anónimo)

y también muchos momentos gratuitos, sin un porqué claro más allá del de vivir y hacer crecer la amistad.

La amistad, si se alimenta solo de gratitud, equivale a una fotografía que con el tiempo se borra. (Isabel de Rumania.)

El placer del banquete debe medirse no por la abundancia de los manjares, sino por la reunión de los amigos y por su conversación. (Cicerón)

D. La amistad, sinceridad

1. La sinceridad es **requisito** indispensable para la amistad

La amistad sólo podía tener lugar a través del desarrollo del respeto mutuo y dentro de un espíritu de sinceridad. (Dalai Lama)

Si quieres hallar en cualquier lado amistad, dulzura y poesía, llévalas contigo. (Georges Duhamel)

y en ambas direcciones: no sólo ser sincero para el amigo no sólo en cuanto a mi ser, sino también en cuanto al ser del amigo

No insultes a tu amigo atribuyéndole méritos que te sacas del bolsillo (Tagore)

El mejor espejo es un ojo amigo (Proverbio gaélico)

2. La sinceridad en la amistad nos impulsa a **compartir** lo más profundo de nosotros mismos

Podrás olvidar con quien reíste, pero jamás olvidarás con quien lloraste (Proverbio árabe)

y a no confundirla con el interés y el "cotilleo":

Siempre me gusta saber todo lo concerniente a mis nuevos amigos y nada de los antiguos (Dorian Gray)

que muchas veces se disfraza de ayuda:

El consejo inoportuno quebranta la amistad (Confucio)

Quien en necesidad somete a prueba a un falso amigo, le hace su enemigo. (Shakespeare)

La buena y verdadera amistad no puede ni debe ser sospechosa en nada (Quijote, I, 33)

Lláname el instrumento que quieras; aunque sepas restregarme, no me sabes tocar. (Shakespeare)

sino a buscar sinceramente el bien del otro, aunque la sinceridad nos pida plantear la vida en serio:

No necesito amigos que cambien cuando yo cambio y asientan cuando yo asiento. Mi sombra lo hace mucho mejor (Plutarco)

Amigos son aquellos extraños seres que nos preguntan cómo estamos y esperan a oír la contestación. (Cunningham)

PARA LA REFLEXIÓN

1. Piensa en tu mejor amigo, escribe:

- a. tres cosas que habéis compartido
- b. tres momentos alegres vividos juntos
- c. una vez que tuviste paciencia con él
- d. una vez que él tuvo paciencia contigo
- e. un momento triste en el que te ayudó
- f. un momento triste en el que le ayudaste

UN APOYO VITAL

No puedo darte soluciones para todos los problemas de la vida, ni tengo respuestas para todas tus dudas o temores, pero puedo escucharte y buscarlas junto contigo.

No puedo cambiar tu pasado ni tu futuro, pero cuando me necesites estaré junto a ti. No puedo evitar que tropieces, solamente puedo ofrecerte mi mano para que te sujetes y no caigas.

Tus alegrías, triunfos y tus logros no son míos. Pero disfruto sinceramente cuando te veo feliz.

No juzgo las decisiones que tomas en la vida. Me limito a apoyarte, estimularte y ayudarte si me lo pides, y si no me lo pides también.

No puedo trazarte límites dentro de los cuales debes actuar, pero sí te ofrezco el espacio necesario para crecer.

No puedo evitar tus sufrimientos cuando alguna pena te parte el corazón, pero puedo llorar contigo y recoger los pedazos para armarlo de nuevo.

No puedo decirte quién eres ni quién deberías ser. Solamente puedo quererte tal y como eres.

2. Reelabora este texto poniendo casos concretos vividos con tu amigo.

Ejemplo: No puedo contestarte cuando me dices que no tienes ganas de estudiar, pero puedo escucharte y animarte, puedo estudiar contigo....