

## 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 (Ciceron)*

- 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-Exupery)*

### 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 despidе 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 (Lull)*

*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)*

*Llámame 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....