

# LA AMISTAD

¿Una base para construir la personalidad?

Por [E. Armstrong](#)

La amistad como uno de los grandes valores humanos nos muestra mucho de lo mejor de cada persona, especialmente cuando nos interesa cultivarla nos entrega paz, siendo una ayuda para comprendernos, porque nos facilita aprender a interactuar positivamente con otras personas. **Es la percepción de tener acceso a una buena compañía con reciprocidad**, lo que siempre genera gratificantes sensaciones, olvidando por unos instantes la soledad propia de los pensamientos al lograr centrarnos en el otro.

**Por amistades comprendemos a las relaciones establecidas que nos unen afectivamente, al estar sustentadas en el aprecio y basadas en la confianza mutua.** Para algunos autores, ella expresa una forma de relación tan estrecha que la definen como incorruptible, lo cual no parece adecuado, ya que todas las personas nos podemos equivocar y además, no pocas veces, con lo cual una auténtica amistad es la que puede sobreponerse a los accidentes o aspectos que la deterioran, afectado ocasionalmente a la relación como a la confianza mutua.

Otros autores refieren esta maravillosa palabra como vinculada a al Amor, pero esta no se corresponde al Amor, si no a lo que en psicología llamamos, **los afectos, expresiones apasionadas del ánimo que despiertan la necesidad de aprecio y**

**acogida, como sus opuestos, el desprecio o la repulsión.** Aunque, generalmente la comprendemos por sus aspectos positivos, como una relación dependiente del cariño, la amabilidad, la consideración, y cualquier otra inclinación o expresión dirigida a establecer o fortalecer la unión entre las personas.

Los afectos positivos son grandes influencias que nos pueden conducir al Amor cuando logramos superar las tendencias egocéntricas; superar la necesidad de reciprocidad; superar las prioridades que establecen las pasiones y las conveniencias personales; superar la condicionalidad; y estableciendo una relación trascendente, buscando el beneficio ajeno antes que el propio. Todo lo cual se establece con fuerza a partir del reconocimiento de haber establecido una relación de gratitud o de gratuidad, adviniendo el sentimiento de vernos favorecidos con lo que jamás podremos pagar, o sea, con un sentimiento de deuda positiva, la que, sin ser objeto de una cobranza, establece nuevas bases para la futura relación. Además de lo anteriormente señalado, supone la voluntad de actuar en consecuencia, ya que lo contrario conduce al desengaño, a una desilusión que puede representar el probable fin de la amistad.

Para que la amistad se transforme en Amor, supone finalmente, *también aceptar que la relación y, lo que ella implica, no es exclusivo, si no que es inclusivo en el Amor, al establecer una relación cuyo centro pasará a ser el Amor y las relaciones interpersonales su consecuencia.* A este punto, vale recordar que el Amor, por ser inclusivo e integrador, no mantiene límites en sus alcances, por lo cual una amistad centrada en el Amor no está reducida a un número o cantidad de personas.

**La amistad es un vínculo de unión afectiva muy estable, al estar basada en la confianza y el aprecio mutuo,** según lo cual, no puede existir donde no hay confianza ni aprecio, lo que establece claridad en cuanto a como podemos construirla a voluntad, a partir de pequeñas situaciones que van aportando a establecer una relación de confianza, de la cual habitualmente nacerá el sentimiento aprecio. Por lo tanto, **amistad es contar con alguien que nos conoce de tal forma que cuida, reconoce y, respeta lo que podría afectarnos, conduciéndose con la prudencia que le permite favorecer lo positivo y evitar lo que podría ser negativo para la relación.**

La diferencia entre afecto y amistad también está determinada por la estabilidad que la relación ofrece a los involucrados, ya que los afectos, por su propia

naturaleza, son muy dependientes de la reciprocidad, mientras que la amistad admite un grado intermedio o mayor de tolerancia a la frustración o al desencuentro afectivo, cuyo límite lo establece cada persona. *A diferencia del Amor, el cual por definición es superior, infinito, e ilimitado*, logrando que a voluntad podamos transformar todo en un acto de Amor, cuando aceptamos incluir en nuestros actos a los dictados del Amor, o sea, ocupándonos no solo de lo que hacemos si no que de actuar considerando lo que el Amor nos demanda, además de mantener un grado casi infinito de tolerancia a la frustración, al desaire, la indiferencia o el sufrimiento. Casi, porque hay un límite para el Amor que en si mismo no mantiene límites, el cual lo interpone la voluntad, ante la cual notamos que una ausencia de Amor será consecuencia de la voluntad, pero no del Amor.

De este modo, observamos que la estabilidad de una amistad está determinada especialmente por el sentimiento de unión sobre determinados intereses afectivos, lo que podría también incluir a motivaciones afectivas negativas, entre las que puede estar el oportunismo, la conveniencia, la inseguridad, el miedo, la soledad, etc. Por lo anteriormente señalado, confundir a la amistad con el Amor no es menor, ya que la amistad y los afectos mantienen el sentido que les da la libre voluntad, que puede ser cambiante y opuesto, mientras que donde hay presencia de *Amor*, este es *quien le da sentido a la voluntad*, la cual podrá aceptarlo o rechazarlo libremente, pero no alterarlo. Este punto establece otra diferencia entre amistad y Amor al cual necesitamos tener en cuenta, especialmente cuando en la literatura, el arte, la ciencia, las comunicaciones, los medios audio visuales, y hoy, pareciera que en todo nos hablan de amor y amores, para referirse a cualquier aspecto positivo de la convivencia. Pero aspectos positivos o las buenas intenciones no son Amor, vemos como hasta en los comportamientos dañinos como lo son los adictivos o expresiones que buscan legitimar violencia, encontramos emociones que nos conmueven con sentimientos sinceros, y supuestas amistades o lealtades entre quienes comparten intereses mutuos, pero el Amor no se presenta donde nos producimos daños mutuos, consecuencias adversas, o formas de autodestrucción, ya que eso constituiría una contradicción.

La amistad es un gran inductor de los valores humanos, ya que despierta los sentimientos de lealtad, de compañerismo, de fidelidad, de patriotismo, de solidaridad, de generosidad, de amabilidad, de sinceridad, de honestidad, de interés por lo que le ocurre al otro, por lo cual nos mantiene con una actitud alerta sobre

lo que podría necesitar el otro para acudir con oportunidad en su ayuda si se requiriera.

La amistad es una señal de cercanía que nos anima, nos entrega un nivel de aprecio que no necesita ser continuamente ratificado o expresado con palabras, ya que los hechos parecen suficientes, demostrando a plenitud el agrado mutuo de compartir la confianza y el tiempo. La preocupación se centra en la colaboración y la participación, con lo cual la relación nace de las actividades compartidas, de lo que se hace, del sentimiento de poder estar motivados por los mismos intereses. Por lo mismo, cuando la amistad se desarrolla entre un hombre y una mujer, es posible que, en ocasiones, se despierte la sexualidad, creando atracciones que son influenciadas por la bioquímica y las hormonas, generando necesidades de profundizar en las mutuas expresiones de los afectos y las emociones. Las relaciones de pareja nacen habitualmente de la atracción física y mental, la que, en ocasiones, se despierta luego de un acercamiento previo o de una amistad inicial. ¿Por qué? Ocurre que para sentir aprecio por alguien primero necesitamos conocernos, luego, los primeros contactos son auténticas exploraciones mutuas para sondear si creemos o no posible que se llegue a despertar algo más, o una relación más comprometida como puede llegar a serlo una amistad. Según lo cual, de concluir en una amistad y de existir la atracción mental y física, es posible iniciar la formación de una relación afectiva más estable, la cual supone incrementar el nivel de responsabilidad y de compromiso con quien ahora será pareja, y si se dan las condiciones necesarias para ello, finalmente, puede ser posible comprometerse plena y mutuamente por medio del matrimonio para formar una familia estable. Cabe destacar que el matrimonio no da estabilidad a la relación, si no que es la relación que las personas establecen entre ellas lo que da estabilidad al matrimonio y a su familia. La voluntad es llave que posee el ser humano para acceder a lo que busca obtener, por lo cual es ella la que predetermina nuestras acciones y comportamientos, nuestras relaciones y su calidad, y el matrimonio solo da mayor estabilidad y trascendencia a lo que las voluntades determinan. El matrimonio religioso es poner al Amor como testigo del compromiso contraído por voluntades libres, el cual establece la disposición a mantener la relación mutua regida por el Amor como una prioridad. Lo anterior cambia todo, y deja de ser una relación de amistad ya que ahora es incondicionalmente solidaria; no exige reciprocidad en el compartir ni en el dar; mantiene gratuidad total centrada en la voluntad de servir; no depende de promesas, intenciones ni de palabras, si no de hechos; antepone las

necesidades del otro como una prioridad personal, incluso a costo de sufrir o padecer por ello.

Notamos también que la responsabilidad no es la misma cuando se trata de sentir aprecio, amistad, ser pareja, o en el matrimonio, y podemos observar como va subiendo gradualmente a medida que vamos profundizando los vínculos afectivos y los compromisos que conlleva cada etapa, hasta establecer una dependencia mutua que puede llegar a ser libremente reconocida como casi total, como la que necesitamos para dar la mayor estabilidad posible a una familia. Aun cuando la amistad es maravillosa, no es comparable al matrimonio, el cual necesita ciertos grados de exclusividad para afianzar los compromisos que conlleva criar y mantener a la familia, especialmente, ante las naturales dificultades esporádicas que se pueden presentar naturalmente en toda vida. La confianza es la base de todo inicio, por lo que cabe considerar que no es lo mismo afectar una amistad valiosa, que destruir a una familia, por lo cual nuestra disposición a mantener diversos vínculos afectivos en base a los acuerdos alcanzados puede mantenerse abierta tanto en la amistad como fuera del matrimonio, donde la disposición a establecer nuevos lazos afectivos necesitamos que sea mantenida cerrada para no despertar inesperadamente lo que puede dañar en vez de consolidar.

La importancia de la responsabilidad para todo lo que podría afectar a una relación social, cultural, o familiar, podemos verla claramente desde la amistad, la cual demanda nuestra mayor disposición hacia el cuidado de lo que puede afectarnos, incluyendo al prójimo. La responsabilidad de no atropellar a otros no se refiere exclusivamente a respetar lo que conocemos, ya que incluye comportarse igualmente respetuosos ante lo desconocido, como ante lo que podría molestar al prójimo. Un ejemplo lo notamos en las leyes, las cuales no eximen de responsabilidad a quien no las cumple por su desconocimiento, porque suponen la obligación social de conocerlas y respetarlas. Otro ejemplo lo tenemos en el respeto a las costumbres, tradiciones y culturas, ya que forman parte de la identidad social de quienes pertenecen a una comunidad, lo que implica prevenir con cautela aquello que podría ser molesto o mal interpretado por alguien, afectando las relaciones comunitarias y sociales al deteriorarlas. En resumen, las explicaciones y justificaciones no son de ayuda para conservar la confianza ni las amistades, especialmente cuando se refieren a hechos que pudieron evitarse, o a los que demuestran displicencia y ausencia de interés hacia quienes se vieron afectados. La amistad es el sentimiento de afecto donde se cultiva el interés mutuo, desarrollando

confianzas con la práctica de sinceras aperturas, las que no ocultan las auténticas vulnerabilidades o debilidades, las cuales pasan a ser motivo de comprensión y otra causa de aceptación mutua. **La amistad demuestra que respetamos, apreciamos y aceptamos al otro tal como es, con sus fortalezas, cualidades, debilidades y defectos, por lo tanto ella es un afecto que se sustenta en el apoyo mutuo.**

Pero el apoyo mutuo no necesariamente es amistad, y no pocas personas se confunden ante similitudes que son apariencias. El apoyo por interés o por conveniencia mutua, o autocomplacencia ante lo que se cree de beneficio mutuo, o por la complicidad que implica lealtad hacia lo ilícito buscando una conveniencia puntual, son ejemplos de apoyo mutuo que no pocos hoy confunden con la amistad.

La amistad nos enseña a convivir, nos demuestra el valor de aprender a escuchar, de ser reservados y leales con lo que nos ha sido confiado, nos permite reconocer el valor de recibir una crítica constructiva y atinada, aprendiendo a ser más oportunos y respetuosos de los tiempos ajenos, pero también nos enseña la necesidad de conservar la sinceridad y demostrar las intenciones, para que estas no sean mal interpretadas. En general, la amistad es una fuente invaluable de aprendizaje y construcción de los valores humanos.

¿Amistad y Amor van de la mano? Como lo vimos anteriormente, no siempre, ya que, **donde hay amistad puede no haber Amor, pero donde hay Amor siempre hay amistad**, y como todo lo que se relaciona con el Amor, hay un orden establecido por la misma naturaleza que obedece a la mecánica de los procesos naturales. La naturaleza del Amor no es la misma que la humana, prueba de lo cual es que no podemos alterar el Amor ni a sus condiciones, el Amor no es cuantificable, o hay o no hay, en cambio, una amistad puede verse fortalecida o reducida por los más variados sentidos y objetivos, incluyendo a los que son ajenos o contrarios al Amor. Así, por ejemplo, dos personas pueden mantener una gran amistad dada su tendencia al delito como medio para obtener recursos o placeres, lo cual es común pero frontalmente reñido con el Amor, el que no admite causar un daño y, menos buscando un beneficio propio a costo ajeno.

Sin embargo, los sentimientos de afectos positivos pueden ser el prelude de una posible amistad, especialmente cuando a esta ecuación le agregamos tiempo mutuo, paciencia, e interés por el otro. Las amistades son grandes expresiones que amplían los horizontes de la vida, nos dan seguridad, nos permiten establecer relaciones

mas complejas al admitir nuestros aciertos y reconocer los errores como parte de la vida misma, con lo cual nos arriesgamos mas y estamos dispuestos a corregirnos mas, a reparar, y a pedir disculpas si nos hubiéramos sobrepasado. La amistad nos permite probarnos en los afectos, al aprender de ellos reconociendo lo que podemos y no podemos hacer, lo que fortalece y debilita las relaciones, como la necesidad de tiempo y cuidado permanente que nos debemos auto exigir, ya que la amistad, tal como todo afecto, requiere de una atención cotidiana o gradualmente irá perdiendo su sentido hasta diluirse en otro buen recuerdo mas.

La amistad no exige ni requiere de Amor, son facultades diferentes, ambas maravillosas, las cuales en determinadas ocasiones podremos unir, pero habitualmente no ocurre así. Como hemos visto anteriormente, no todas las amistades nos llevan al Amor, no todas mantienen el mismo sentido del Amor, y las hay también contrarias al Amor. Las amistades son expresiones de cercanía humana, inherentes a la naturaleza humana, las cuales para trascender exigen que, al menos, las conductas que implican no sean opuestas a nuestra naturaleza espiritual, determinada por los dictados de la conciencia del alma.

La amistad como los afectos, representa un encuentro de dos o mas personas que se complementan en determinados aspectos, para otras personas ella significa lo que no es posible de obtener con cualquiera, como una relación de vínculos destinada solo a ciertas personas y no a otras, pero no es así, ella, por estar ligada a los afectos es una forma de sentimiento emocional que depende de percepciones. Por lo cual, al menos en teoría, podemos alcanzar una amistad con cualquier persona si se nos dan las condiciones adecuadas, según lo cual, ella mas bien depende de la oportunidad de percibir lo que en un momento puede atraernos y, el resto, depende del grado de reciprocidad que se llegue a alcanzar. La lección es que muchas veces actuamos descuidando a potenciales relaciones que habrían sido maravillosas, o despreciamos a personas realmente valiosas que descartamos a priori, simplemente por prejuicios o por no darnos el tiempo ni la oportunidad de conocerlos mejor. La amabilidad y la consideración por las otras personas son como dos luces que debemos mantener encendidas, son puertas abiertas a la posibilidad de un encuentro gratificante cuya proyección futura depende de nosotros.

La amistad es un valor humano supremo, el cual sienta las bases de lo que nos permite ir descubriendo lo mejor de la persona que es depositaria de nuestra confianza. Todo la influye, los juegos, las alegrías, el trabajo, el estudio, las tristezas,

las equivocaciones, todo parece distinto cuando se mantiene una amistad con quien podemos compartir lo que sentimos, lo que nos ocurre, o conversar libremente acerca de lo que nos está afectando. Es un vínculo que expresa nuestra voluntad de dar y recibir reconocimiento, y quizás afecto, por lo que es posible canalizarla hacia cualquier forma de ser vivo, incluyendo mascotas y animales, con quien este sentimiento de reciprocidad afectiva pueda llegar a ser mutuo.

La amistad es un buen reflejo de la vida misma, fluye en nosotros como un río cuyo sentido es la dirección que seguimos, observamos su progreso fascinados ante su estado de permanente cambio, donde la inseguridad o la desconfianza, el temor o la incertidumbre, no parecen tener cabida frente a la posibilidad de compartirnos en aquello que nos une.

La amistad fluye en nosotros como el agua, es fuente de seguridades y confianzas que acogen al sustentar los renovados sentimientos que nos ofrece una vida compartida que parece no cansarnos; ella es la causa de muchas de nuestras grandes esperanzas, una valiosa y cálida compañía que consideramos un apoyo digno de nuestro aprecio, en este viaje al que llamamos vivir. La amistad es parte esencial del aprendizaje necesario para llegar a reconocer y apreciar el Amor: la eterna amistad.