

## Las Relaciones Humanas – La Amistad Como Valor Humano



*El hombre es un hombre social, vive rodeado de personas y necesita de ellas para su realización y crecimiento. Difícilmente podemos vivir en soledad y aislamiento. Está claro, que de esta convivencia con los otros surge lo que llamamos amistad. En este sentido, la amistad es un valor universal: necesitamos tener en quien confiar, a quien llamar cuando tenemos problemas y también con quien compartir actividades como ver una película, disfrutar de un parque, etc.*

Ahora bien, ¿Qué es la amistad? ¿De qué se compone? ¿Cómo tener amistades que duren toda la vida?

\*Caerse bien

A medida que vamos creciendo y desarrollándonos, encontramos de imprevisto amistades, muchas veces comienzan sin buscarlas: alguien “nos cae bien” y comenzamos a relacionarnos con esa persona. Convicciones, sentimientos, gustos, aficiones, opiniones, ideas políticas, creencias, religión son algunos de las cosas en común, que pueden hacer que nos hagamos amigos de alguien.

Es importante sentirnos a gusto con una persona, conversar y compartir sentimientos, es el principio de lo que llamamos amistad.

### \*Algo en Común

Es necesario tener algo en común para que la amistad sea verdadera y estable. Es decir, una misma profesión, una misma carrera, un pasatiempo en común, y la misma vida, nos va dando amigos. Dice el refrán “aficiones y caminos hacen amigos”.

En otro sentido, la amistad es un cariño que se profesa por el otro, un apreciarse que promueve un dar, un darse y para eso es necesario encontrarse y conversar. Con el tiempo la amistad se profundiza mediante el trato, el conocimiento y el afecto mutuo. A su vez, la amistad no puede desarrollarse sin constancia y estabilidad. Por eso, cuando dejamos de ver durante muchos años a nuestros amigos, nos enfrentamos a personas totalmente diferentes, o simplemente, nuestro diálogo no supera la superficialidad.

### \*Tratarse

Ser amigo de alguien es conocerlo bien, saber sobre su historia pasada, sus quehaceres actuales y de sus planes futuros; y del sentido que da a su vida, de sus convicciones; y de sus gustos y aficiones, y de sus defectos y virtudes. Es saber de su vida, de su forma de ser, de comprenderse; es... comprenderle. Comprender al amigo es ponerse en su lugar, “meterse en su piel” y hacerse cargo.

### \*Desinterés

No basta con caerse bien, para tener una amistad verdadera, hay que ayudarse desinteresadamente, sin esperar nada a cambio. Al amigo se lo quiere tal como es, porque él es él y porque yo soy yo. La amistad se orienta hacia el tú y consiste más en un servir que en un sentir.

La amistad no es un comercio de beneficios, la verdadera amistad es un servicio afectuoso y desinteresado. Además, no es amigo ni el compañero ni el camarada, tampoco el que busca aprovecharse del otro.

#### \*Vale la pena

Ser amigo de verdad no es fácil, pero vale la pena el esfuerzo. Tener amigos de verdad nos llena de alegría, nos proporciona fortaleza: estar con ellos, charlar, ayudarlo o ser ayudado y disfrutar y alegrarse con ellos ¡poder contar con ellos! Aunque cueste, vale la pena el esfuerzo que requiere ser un amigo.

#### \*Tenerse confianza

La amistad consiste en creer lo que nuestro amigo nos dice y también creer en él. Significa que tenemos una seguridad y confianza depositada en esa persona, la que responderá a nuestras expectativas y esperanzas que pusimos sobre ella. A su vez, la confianza mutua hace posible la autenticidad.

#### \*Dar. Darse.

Si somos generosos nos facilita y ayuda a desarrollar ese dar necesario y esencial de toda relación de amistad. El dar y el darse es esencial en la amistad. El amigo de verdad es generoso y da. Da sus cualidades, su tiempo, sus posesiones, sus energías, sus saberes. Y lo hace para procurar ayudar eficazmente al amigo.

Así, debemos mirar generosamente, con respeto y con cariño. El egoísmo se opone radicalmente a la amistad.

Ahora bien, muchas veces perdonar se torna un acto de generosidad especialmente difícil. Frente a esto, debemos comprender y saber los motivos de una acción que nos ha hecho daño. Saber perdonar es propio de almas sabias y generosas.

#### \*Ser leales

Un amigo leal, es una de las riquezas más valiosas. La lealtad implica ser una persona de palabra, que responda con fidelidad al compromiso que la amistad lleva consigo. Leales son los amigos que son nobles y no critican, ni murmuran, que no traicionan una confianza personal, que son veraces. Además, la lealtad se expresa en quien habla claro, de forma directa y sincera. Son

verdaderos amigos quienes defienden los intereses y el buen nombre de sus amigos. A su vez, un amigo leal es aquel que nos advierte cuando cometemos una equivocación.

#### \*Ser agradecidos

Dice un refrán que “El agradecimiento es el más efímero de los sentimientos humanos” y con mucha frecuencia parece tener razón. La gratitud es propia de los verdaderos amigos.

¿Cuántas veces nos hemos sentido mal con un amigo porque no ha sido agradecido del tiempo que le damos? Nosotros debemos agradecerle su tiempo, los buenos ratos que nos hace pasar, su ayuda cuando nos sentimos mal. A nosotros nos gustaría que una amistad nos dijera “gracias”, demos entonces nosotros el primer paso.

#### \*Un enemigo mortal

El egoísmo es un enemigo mortal de cualquier amistad, que muchas veces se presenta en el Yo. El orgullo y el egoísmo no caben en la amistad. El orgulloso no mira más allá de su persona, de sus propias cualidades y de sus intereses. Una persona egoísta no puede ayudar a nadie.

#### \*Mantener las amistades

Una amistad como toda relación social, se construye, se cultiva a diario. Quizás hacer amigos nos resulte una tarea fácil, sin embargo, conservarlos o mantenerlos es dificultoso. Constantemente, la vida pone a prueba nuestra generosidad, lealtad, o agradecimiento, y muchas veces no salimos airosos de esa situación. Así, de aquellos amigos de la universidad, progresivamente la lista se reducirá a un par y quedarán para toda la vida, sólo unos pocos.

#### \*Hacer nuevos amigos

El hecho de tener pocos amigos no debe considerarse como rotundo e inmodificable. Existen diversos lugares donde conocer a nuevos amigos: en un parque, una biblioteca, en alguna institución donde realicemos deportes, etc.

Una cosa maravillosa de la amistad, es que incluso la gente más tímida puede hacer amistad ¡Con otros tan tímidos como ellos mismos! Hacer nuevos amigos es abrir horizontes, descubrir nuevas facetas de nuestra vida. Lo que no debemos hacer es cerrarnos, si alguna vez algún amigo nos ha pagado mal, no significa que ocurra así con todo el mundo.

\*Las amistades cambian

Una cuestión central para comprender acabadamente la amistad, es que las personas no somos perfectas y cambiamos todo el tiempo, porque ello forma parte del crecer y madurar, es decir, de la vida misma. En este sentido, no siempre encontraremos un “solo mejor amigo”, aquel que nunca cambia y siempre se mantiene en sus posiciones y actitudes. Al contrario, existirán aquellas personas que compartan con nosotros nuestras aficciones, otras quizás nuestros problemas, otras nuestros sueños. Querer buscar que una sola persona llene todas nuestras necesidades de amistad, es algo que podría llegar a ser una utopía. Además ¿Quién dijo que no se pueden tener varios amigos?

\*¿Amistad o complicidad?

Así como la amistad sana es un valor esencial para nuestras vidas, el tener una amistad con la persona equivocada puede ser la fuente de muchos dolores de cabeza. La amistad es compartir, pero no es complicidad. También es importante recordar que somos personas individuales, con una conciencia individual. El hecho de que tal o cual amistad “lo haga”, no significa que nosotros debemos hacerlo. Tampoco podemos esconder nuestra conciencia individual en una conciencia “compartida”. Es el caso típico de alguien que se mete en problemas serios porque salió con los amigos y perdió el control. “Más vale solo que mal acompañado” es un adagio que, de haber sido practicado a tiempo, podría haber evitado muchos problemas.

*Conclusión: La amistad constituye un valor verdadero que debemos cuidar y fomentar, incluso es crucial para el desarrollo humano, su estabilidad y el mejoramiento de la sociedad donde permanentemente convivimos.*

## MANERA PERSONAL DE VIVIR LA AMISTAD

1

*Trato a las personas en situaciones de relación social o de trabajo, pensando que alguna de ellas puede llegar a ser un amigo.*

*(La amistad supone seleccionar entre conocidos. Si conocemos a pocas personas, menos posibilidades habrá para seleccionar. Pero también tengo que ser consciente de la posibilidad de adquirir nuevos amigos en esas situaciones).*

2

*Sé que, para poder encontrar amigos, debe haber una cierta similitud en nuestras condiciones, una cierta homogeneidad y unos intereses en común.*

*(Siempre es posible establecer una relación de amistad con una persona muy diferente, pero tiene que haber algún interés en común).*

3

*En las relaciones de amistad, me preocupo por el bien del otro, no sólo por el objeto de interés común.*

*(Si únicamente nos interesa la otra persona como compañero en alguna actividad de interés común, pero no nos interesa como persona, no sería correcto hablar de amistad. Seríamos nada más que compañeros de actividad).*

4

*Con las personas que he seleccionado, y que me han seleccionado a mí como amigos, aseguro un número de contactos periódicos. Busco el tiempo necesario para dedicarme a mis amigos.*

*(La amistad es recíproca. Yo no puedo nombrar a otro «amigo» si el otro no quiere aceptarme a mí como amigo. Por otra parte, la amistad supone tener contactos con cierta frecuencia: verse, llamarse, escribirse, pensar en el otro, rezar por él).*

*Entiendo que la calidad de la amistad aumentará de acuerdo con el grado en que llegue a haber mayor intercambio de cuestiones íntimas y exista una mayor preocupación por el bien del otro.*

**5** *Sí no existe un cierto intercambio de cuestiones íntimas, la ayuda mutua en la relación no será posible. Tampoco se trata de abusar de la entrega de la intimidad, tratando temas que son más propios de otro tipo de relaciones).*

*Soy consciente de que debo cuidar los límites de la amistad con personas del otro sexo.*

**6** *(La amistad natural lleva a las personas a compartir su intimidad. Como existe la posibilidad de una entrega íntima corporal entre hombres y mujeres, conviene tratar las relaciones de amistad con personas del otro sexo con prudencia).*

*Fuente Consultada: La Educación de Virtudes Humanas y su Evaluación. David Isaacs*

*Los amigos le dan la oportunidad de pulir sus destrezas sociales de muchas maneras, y esto puede llevarlo a tener relaciones de pareja más intensas. Los estudios han mostrado que las personas que carecen de vínculos estrechos con otras son más propensas a la depresión y al abuso de drogas y alcohol. En 2011, investigadores de California confirmaron estudios anteriores según los cuales tener relaciones saludables de amistad es esencial para la formación de las habilidades que se necesitan para tener relaciones amorosas significativas. Así que pida a sus amigos que lo ayuden a corregir los comportamientos que podrían estar dificultando su vida amorosa; por ejemplo, el molesto hábito de interrumpir a su pareja cuando habla, o su impuntualidad crónica.*

**Tomado de: [encuentra.com/valores\\_explicados](http://encuentra.com/valores_explicados)**