





MODELOS KAREN PITA (AGENCIA NINOTOS) / SIMÓN ROSALES (AGENCIA BOOKINGS) / LESLY BARRERA (AGENCIA NINOTOS) / MAQUILLAJE MARTHA RAMÍREZ

Amistad

Afinidad electiva

Libre y recíproco, el vínculo amistoso constituye la realización plena del lazo social. Auténtica forma de amor, se fundamenta en la libertad, la lealtad y la solidaridad

TERESA DE VINCENZO | FOTOGRAFÍA ROBERTO MATA

LA AMISTAD SURGE cuando una o más personas descubren que tienen en común algo más que una afición, una profesión o un pasatiempo. Coinciden en algo valioso y exclusivo: su forma de ver el mundo. Basada en la libertad de escogencia, la lealtad a los valores y la solidaridad, la amistad crea una absoluta empatía entre los involucrados: los amigos organizan su existencia contando los unos con los otros. Se saben parte del mismo rebaño.

Del latín *amicitas*, la amistad (en griego *philia*, que significa querer) es una relación de amor. Ser amigo responde a una necesidad profunda del ser humano: conocerse y encontrarse con otra persona para ser escuchado, aceptado y comprendido. Espacio para compartir vivencias, perspectivas y diferencias, ninguna otra relación reúne tanta amplitud y reciprocidad. Los amigos son, sobre todo, compañeros de ruta, de viaje, de vida.

Reflexión histórica

Los filósofos fueron los primeros en aproximarse a una definición de amistad. Aristóteles (384-322 aC) la consideraba un hábito, una permanente disposición del carácter a escoger lo que es bueno o excelente. A juicio del filósofo griego, el más alto grado de identificación y compromiso se da con el amigo: se le quiere por él mismo y se tiene para con él la misma actitud que se tiene para con uno.

En el año 44 aC, el filósofo y orador romano Marco Tulio Cicerón describió la amistad como una forma de amor que no podía concebirse sin virtud, y que incluía dos elementos primordiales: sinceridad y “cierta suavidad” en el trato y las maneras.

Siglos más tarde, en 1960, el escritor inglés C.S. Lewis apuntó que la amistad es un “amor apreciativo” que se sostiene en la autenticidad, la confianza, la admiración y el respeto mutuos. La



grandeza del vínculo radica en que se puede ser amigo de alguien sin importar su origen, estado civil, patrimonio o edad. Eso no cuenta frente a lo fundamental: ambos ven la misma verdad y entre ellos nada es fingido. Para Lewis, la frase más común con que dos personas pueden iniciar una amistad es “¿Qué?, ¿Tú también? Yo creía ser el único”.

Hoy, la amistad sigue siendo tema de reflexión. El psiquiatra y psicoterapeuta Jesús Miguel Martínez la considera una forma de amor que no pretende la

AMIGOS FAMOSOS

JORGE LUIS BORGES Y ADOLFO BIOY CASARES. Una amistad vital y creativa, que se prolongó por 40 años, unió a estos dos escritores argentinos, cercanos en la literatura y en su cotidianidad.

SIGMUND FREUD Y WILHELM FLIESS. Breve pero apasionada, la amistad entre el padre del psicoanálisis y el médico alemán les permitió identificarse intelectualmente y ahondar en sus teorías.

JOHN LENNON Y PAUL MCCARTNEY. La música enlazó a dos leyendas británicas del rock. Marcados por el ímpetu y la fama, hasta en los momentos más difíciles reconocían su mutuo afecto.

exclusividad del amor erótico, abriga la tolerancia a las diferencias, maneja una lealtad basada en valores, suele perdurar cuando es verdadera, resiste las distancias (el vínculo se actualiza en el reencuentro) y, sobre todo, se escoge.

Sobre la escogencia, Wadalberto Rodríguez, psiquiatra del Centro Médico Docente La Trinidad, señala que la amistad tiene el valor de lo que uno decide. “El individuo nace con unos padres y hermanos, pero elige a sus amigos. La amistad implica el ejercicio de la libertad individual más importante: todo ser humano tiene derecho a escoger lo que quiere”.

Encuentro vital

El vínculo amistoso muestra la esencia del individuo: lo que es, cómo actúa y cómo se relaciona. Para arraigarse debe fluir con ciertos principios:

- **REQUIERE DIÁLOGO.** Los amigos hablan sin ironías ni disimulos. Admiten la pluralidad, la franqueza, el intercambio de opiniones, la conversación inagotable. Con el amigo se piensa en alto, priva la sinceridad. Se le permite entrar en la intimidad del pensamiento.

- **TIENE CARÁCTER RECÍPROCO.** El amigo da sin pedir nada a cambio: nunca calcula ni sacrifica el vínculo por interés. Su entrega enriquece la realidad del otro, potencia el afecto mutuo y abre oportunidades de intercambio y crecimiento. Al dar recibe algo invaluable: estima, confianza, aprecio.

- **EVITA LA COMPLACENCIA.** La amistad debe superar la simple solidaridad y avanzar en el desacuerdo. Ser amigo incluye valorar, pero también cuestionar: el que no se irrita cuando el otro actúa mal es adulator o indiferente. Las semejanzas propician el entendimiento, pero las discusiones gratifican y complementan.

- **SE DA SIN CONDICIONES.** Algunos vínculos, como el amor de pareja, están normados socialmente. La amistad no necesita leyes ni límites temporales: se caracteriza por su extraordinaria libertad. En la amistad las reglas surgen desde el vínculo.



“Los amantes están frente a frente, pero los amigos, uno al lado del otro, absortos en un interés común”

C.S. Lewis

- **NECESITA PROXIMIDAD.** Los contactos frecuentes favorecen la relación. Cuando la amistad está consolidada, aun en ausencia, los amigos pueden actualizar el vínculo (por teléfono o Internet) y sentirse cercanos, firmes e inalterables en su afecto.

- **PROMUEVE LA FIDELIDAD A LOS VALORES.** Los amigos son leales a los principios que comparten: solidaridad, respeto, confianza, entre otros.

Enlace gradual

La amistad no se construye de la noche a la mañana: debe cultivarse. Su evolución va desde el gusto inicial hasta el amor consolidado, a prueba de tiempo y distancia.

- En un primer momento, los amigos se eligen porque se encuentran parecidos. Predomina la identificación y eso los hace sentir acompañados y unidos en un proyecto similar.

- En una segunda etapa, los amigos se encuentran con las diferencias del otro y con la disyuntiva de aceptarlas o no. Al respetarlas, se fortalece el vínculo.

- En una tercera fase, la relación se consolida. Los amigos se aprecian no sólo por lo que dicen o hacen, sino por lo que son. Las amistades que llegan a esta etapa son duraderas.

En tres tiempos

Hay amigos en cada etapa de la vida. En la infancia, la adolescencia y la madurez el vínculo surge con características propias.

- **NIÑO.** La amistad es para el niño una actividad lúdica. Generalmente, el amigo es el compañero de juegos. Como está explorando el mundo y está abierto a las relaciones con el entorno, el pequeño no busca amigos para compartir emociones extremas como el adolescente, ni intereses comunes como el adulto. El niño hace amigos de forma espontánea, con facilidad: quiere estar con otro para compartir fantasías.

- **ADOLESCENTE.** La necesidad de buscar emociones, identificarse con el otro y definir la escala de valores determina la amistad juvenil. El adolescente

escoge al amigo porque le gustó o para “estar en contacto”. Es muy estricto respecto a la solidaridad y la exclusividad: una ausencia la puede entender como traición. Tiende a establecer nexos intensos, con fuertes componentes eróticos (abrazos, besos, celos, llamadas telefónicas e, incluso, caricias y encuentros sexuales). La amistad del adolescente suele ser cortoplacista.





“Al amigo, acéptalo de todo corazón y háblale con tanta libertad como a ti mismo”

Séneca



- **ADULTO.** Una vez conformada la personalidad, el adulto elige a sus amigos de acuerdo con su esquema de valores éticos, la afinidad profesional o intereses comunes (música, literatura, deporte) y la forma de entender la vida. La escogencia lo ayuda a construir y complementar su realidad individual. El adulto maduro tiene una visión de la amistad a largo plazo.

Complemento sexual

El vínculo amistoso entre hombres y mujeres, sin que haya un propósito sexual, es posible. Martínez sostiene que es una amistad enriquecedora, porque permite entender y compartir lo complementario del otro sexo. En algunos casos puede haber una carga erótica entre ambos, pero está reprimida y no aspira a concretarse. “Entre un amigo y una amiga puede haber identificación, afecto y solidaridad. Los componentes eróticos no determinan la relación. El prejuicio es cultural”, precisa el terapeuta.

Sin embargo, de acuerdo con C.S. Lewis, cuando un hombre y una mujer descubren que “van por el mismo camino secreto”, la amistad puede pasar al amor erótico. “Es casi seguro que tarde o temprano eso pasará”, añade el ensayista; y viceversa, el amor erótico puede conducir a la amistad, porque los amantes, además de compartir el deseo y la pasión, pueden coincidir e identificarse con la misma visión existencial.

Unos más que otros

Hay sujetos más predispuestos que otros a tener amistades, señalan los psiquiatras y psicólogos. Los suspicaces, desconfiados o paranoides tienden a proyectar en el otro a sus perseguidores internos y se les dificulta confiar. Aquellos más identificados con la entrega y el compartir suelen establecer más y mejores relaciones de amistad.

“No es imprescindible tener amigos, pero sí es muy importante. Quienes no tienen amigos usualmente son personas un poco ‘antisociales’, no en el sentido

delictivo, sino en lo estrictamente psicológico: sujetos con una limitada capacidad para interactuar y resonar con las necesidades y los sentimientos de los demás”, precisa Rodríguez.

En función de orientar el tratamiento, en psiquiatría se evalúa el entorno amistoso de los pacientes deprimidos: “si el sujeto cuenta con amistades tiene mejor pronóstico, porque habrá personas pendientes de él, que le sirvan de apoyo y lo acompañen en el proceso”, añade el psiquiatra.

Relación vigente

De acuerdo con el filósofo Mario Guillermo Massone, la inmediatez y el materialismo, en tanto que promueven la necesidad de “comprobarlo todo”, han puesto en crisis la amistad. Massone refiere que si bien a los antiguos la amistad les parecía el más pleno de los amores, el mundo moderno, al valorar lo colectivo por encima de lo individual, la desacredita, “porque ella es selectiva y asunto de unos pocos”.

Para Massone, la amistad tiene que ver con la razón y la voluntad, pero hay quienes, al no poder explicarla, la degradan a niveles de “niñerías” o “etapa superada”. El filósofo subraya que “aunque no se pueda medir, la amistad se puede sentir y vivir a plenitud. Su vigencia es absoluta. Quienes dudan de ella es porque nunca la han experimentado”.

HUELLA PERENNE

Cuando se establece una amistad estrecha, los amigos comienzan a parecerse entre ellos: usan expresiones, gestos y un tono de voz similar. Se origina un proceso de identificación mutua, durante el cual van incorporando a su personalidad características que son del otro. “Toda persona que nos impacta muy intensamente desde el punto de vista emocional, genera una huella en nuestra psique. Es una dinámica que no se detiene nunca”, apunta Martínez.



Lazos distintos

Cuando la amistad se confunde con otras relaciones, se puede sentir frustración. “Mucha gente se queja porque durante una situación difícil no estaban los amigos. La pregunta es: ¿lo eran? Si alguien espera que sus 200 amigos de Facebook lo visiten cuando está enfermo, se va a desilusionar”, señala Martínez. Es importante, entonces, diferenciar la amistad de otras relaciones:

SOCIO. Se escoge porque tiene ciertas características que lo hacen idóneo a un fin generalmente comercial y lucrativo.

COMPAÑERO. La relación está condicionada por la circunstancia. Son los conocidos del trabajo o del estudio. La obligación de la proximidad (oficina, aula) los reúne.

COLEGA. Es la persona afín dentro de un contexto determinado: intelectual, deportivo, profesional, social. ●

FUENTES CONSULTADAS

- Jesús Miguel Martínez, psiquiatra y psicoterapeuta.
- Wadalberto Rodríguez, psiquiatra. Centro Médico Docente La Trinidad.
- Mario Guillermo Massone, filósofo y académico.
- *De la amistad.* Cicerón. Editorial Aguilar, 1964.
- *Los cuatro amores.* C.S. Lewis. Editorial Universitaria, 1995.
- *Cartas morales a Lucilio (I).* Lucio Anneo Séneca. Ediciones Orbis, 1984.
- *La concepción aristotélica de la amistad.* Tomás Calvo Martínez.

AGRADECIMIENTO Altamira Tennis Club