



Los amigos son la familia que se escoge.



CULTIVAR LA AMISTAD

La amistad es una relación interpersonal afectiva, entre dos o más personas, que se comprenden, comparten intereses y se ayudan entre ellas. La amistad, como en el resto de formas de amar, se puede mejorar, de ahí que usemos la expresión cultivar, porque necesita cuidados y atención.

En el siglo XIII Bacon dijo: *La amistad aumenta los goces y divide los pesares y, añade que no hay soledad más triste*

que la de una persona sin amigos. Ugarte señala como filtro para saber cuántos amigos tengo: *¿A cuántos sería capaz de despertar en plena noche para pedirles algo?* No es la única forma, pero es interesante. Lewis, en su libro *Los cuatro amores*, dedica un capítulo al amor de amistad; recuerda que así como en el amor conyugal dos es el número ideal y único, en la amistad el dos es mal número.



Quizá, al explicar a un niño la diferencia entre compañeros y amigos, hemos tenido que enseñarle que los compañeros los puede decidir otra persona, mientras que los amigos son elegidos libre y personalmente. La empatía facilita hacer amigos, pero no basta; se puede hacer cargo de cómo se siente otro, pero **sin generosidad no hay amistad**; la **capacidad de comprender** ayuda a fortalecer el vínculo que une a los amigos; nos resulta fácil abrirnos con esa persona y, esa confianza, salvo que sea traicionada, refuerza la amistad que nos une. Pero el trato mutuo necesita un ámbito donde ejercitarse; eso son los **intereses comunes**: aficiones, la escala de valores, un ideal que lleva a compartir tiempo en la misma tarea...

Otro componente necesario para la verdadera amistad es **querer el bien del amigo**. En los niños es fácil ver si el trato mutuo les ayuda o perjudica; las preguntas: ¿Estar con ese amigo te ayuda a ser mejor?, ¿si te piden que les ayudes a hacer algo malo debes hacerles

caso? Así, por la vía práctica, los hijos aprenden junto a quién mejoran y quién les puede hacer daño. Sin estigmatizar a nadie, ni siquiera juzgarle, damos una orientación clara, con diversos matices según las edades. Siempre es mejor fomentar el trato con posibles buenos amigos, que prohibirle salir con alguien.

¿CÓMO VIVIR LA AMISTAD?

A la amistad no se llega sin generosidad, pero puede morir por falta de cuidados; la falta de tiempo, de trato, la distancia,...puede apagar la amistad. Para cuidarla, ayuda tener la mentalidad de **pensar en los demás**. Se refleja en el relato ocurrido en una base militar de un país occidental: *Un profesor fue invitado a dar una conferencia. En el aeropuerto lo recibió un soldado. Mientras iban a recoger el equipaje, el soldado se detuvo un instante para ayudar a una anciana con su maleta, y después a orientar a una persona. Cada vez, una sonrisa iluminaba su*

rostro. *¿Dónde aprendió a comportarse así?, le preguntó el profesor. En la guerra, contestó éste. Y le contó su experiencia, allí su misión había sido limpiar campos con minas, había visto morir a varios amigos. Me acostumbré a vivir al día. No sabía si el siguiente sería el último; tenía que sacar provecho a cada instante.* No se trata de esperar situaciones heroicas; lo importante es **amar en el día a día**.

El amor, en sus diversas manifestaciones, tiene en común la generosidad, el servicio. Ana Romero, en un libro sobre el tema dice: *Si quiero tener buenos amigos, debo esforzarme por ser un buen amigo.* Añade que *la amistad se articula fundamentalmente en la conversación*. El punto álgido de la amistad llega cuando libremente, y del modo adecuado, los amigos comparten su intimidad; en mayor o menor grado, según el nivel de amistad. Afirma Romero que *cuando una persona te abre sus puertas y deja que te asomes y penetres en su mundo interior, la mejor respuesta es contestar enmudeciendo. Y ese silencio quiere ser entonces un homenaje: la mayor muestra de agradecimiento y de admiración.* Añade otra idea: *la amistad tiene pilares y polillas. Son pilares el respeto, la lealtad, la generosidad y el perdón; las polillas: la murmuración, la envidia y el utilitarismo.*

A vivir la amistad se aprende; abundan las personas que viven la soledad, una de las lacras de occidente. La amistad si es sustituida por ataduras, muere por asfixia; otras veces, el amor de amistad da paso a otra forma de amor, que busca acercarse al propio de amor conyugal.

Algunos llaman amigos a quienes comparten una red social. Si dicen que tienen a 80 amigos en su perfil, comprobamos que no hablamos de lo mismo. En un perfil profesional se pueden tener más o menos contactos, pero en la vida diaria, amigos pueden ser entre tres y quince; dos indica la necesidad de conseguir otros, haciendo el esfuerzo de abrir nuestro

ámbito de actividades a más personas, etc. Por encima de quince, si son amigos verdaderos, indica una gran capacidad de hacer amigos; su batalla no será ampliar el número, sino profundizar en los lazos y mantener vivo el trato que requiere la amistad para no acabar quedando en un *grato recuerdo*.

Alguna vez, una mala comprensión de la amistad, puede llevar a pedir manifestaciones impropias de la misma, como es el uso del sexo, ayuda para cometer un delito o compartir aficiones que degradan. Si es propio de la amistad el querer lo mejor para el otro, precisamente por eso, no se solicita lo que adultera la verdadera amistad. ¿Que algunos no entienden esto? Es lógico, vivimos en una sociedad en la que cuesta entender que la gratuidad y el bien del otro sean el motor de la amistad.

Hay momentos de riesgo para la amistad: un cambio de ciudad o país, el dejar de compartir el lugar de estudios, el compromiso del noviazgo, que requiere tiempo a solas... Sí creo que es compatible el noviazgo y mantener los amigos. Otros, al casarse pierden amigos ya que formar un hogar, atender a los hijos que llegan, trabajar para sostenerlos, exige un ritmo de vida que no hace tan fácil vivir la amistad como en épocas anteriores. Saberlo y poner los medios para no perder los amigos supone un empeño en lograrlo. Todos conocemos personas que llegan a la madurez y comentan que todos sus amistades han muerto; otros en cambio han sido capaces de cultivar la amistad y han llegado a la tercera edad teniendo varios amigos que tienen el empeño común en no dejar que muera ese trato mutuo.

Un filósofo, un poeta y un santo nos ayudan a profundizar en la amistad. Platón afirmó: *Buscando el bien de nuestros semejantes, encontramos el nuestro.* Machado dijo: *Moneda que está en la mano, tal vez se deba guardar. La monedita del alma se pierde si no se da.* San Josemaría Escrivá añade: *Lo que se necesita para conseguir la felicidad*



no es una vida cómoda, sino un corazón enamorado. Pero nadie puede dar la batalla ni por ganada ni por perdida; el amor si no se cuida, se muere y la rutina es un peligroso asesino del amor. Por otra parte, tener una actitud generosa, sin volvernos desconfiados o encerrados en nosotros mismos, requiere una lucha constante por darse. Enseñar a los jóvenes el valor y la esencia de la verdadera amistad es una necesidad.

La tecnología no mata la amistad, pero su uso desordenado lleva a encerrarse en un mundo virtual; igual que otros se encierran tras los muros de una casa. No es necesaria una experiencia como la que relata un autor desconocido, pero puede ser la ocasión para un cambio de paradigma en nuestra vida. Lo cuenta esa persona: *Este verano he hecho más de lo que me sentía capaz; este verano he hecho mucho más de lo que me sentía capaz: amar de verdad. He estado de voluntaria en un centro de enfermos de sida,*

*drogadictos rehabilitándose y reclusos. Para sorpresa mía he sido feliz, he ayudado a ser feliz y he comprendido que jamás se puede dejar de apostar por la gente, sea cual sea su pasado ni su presente y ni siquiera si su futuro es dudoso. Es duro verles así y más duro es saber que ellos lo saben. He cambiado pañales, he duchado, limpiado, cocinado,.. pero sobre todo he disfrutado, he dado lo mejor de mí misma (...). He encontrado a bellísimas personas que la vida les ha llevado por el camino equivocado y que en muchas ocasiones ellos no han sabido esquivarlo. Si se queda en un hecho aislado, no pasará de ser un voluntario ocasional en un proyecto solidario de una ONG. Si se convierte en otro modo de ver la vida, formará parte de nuestra personalidad **estar abiertos a las necesidades de los otros**, actitud excelente para la amistad.*

José Manuel Mañú Noain
Profesor

LOURDES



La Virgen de Lourdes es una de las advocaciones de la Virgen María más veneradas del mundo entero. Su historia comienza el 11 de febrero de 1858 en Lourdes, Francia.

Bernadette Soubirous era entonces una niña de catorce años, pobre e ignorante, muy devota de la Virgen María y el Rosario. Bernadette fue a un lugar llamado Massabielle a recoger leña con su hermana y otra niña, pero al tener que cruzar un río, se quedó atrás debido a su salud delicada.

Bernadette estaba cerca de una gruta cuando escuchó un ruido. Le sorprendió la aparición de una nube dorada y una mujer vestida de blanco. En la cintura llevaba una cinta azul ancha. En las manos, juntas y posición de oración, llevaba un rosario.

Ante la aparición de la señora, la reacción de Bernadette fue comenzar a rezar el Rosario.

Cuando Bernadette terminó de rezar, la señora regresó a la gruta y desapareció.

Bernadette contaba que ella no sintió miedo al ver a la señora sino que hubiera deseado quedarse contemplándola por siempre. Sin embargo, cuando regresó a su casa y su madre se enteró de lo sucedido, no le creyó.

Para comprobar si era cierto lo que veía, Bernadette le lanzó agua bendita a la señora y le pidió que si venía en nombre de Dios, diera un paso adelante.

La señora dio un paso.

Más tarde pudo convencer a su padre de que la dejara regresar a la gruta y él le permitió ir el 18 de febrero.

Fue durante esta tercera aparición que la Virgen le pidió a Bernadette que regresara durante quince quince días seguidos.

