

Cuatro claves para cuidar la amistad

Podemos pensar que corren malos tiempos para la amistad sin embargo, la persona es “solucionadora de problemas” y ahora lo demuestra una vez más. No podemos vivir sin el “más alto de los amores”, como calificaba Aristóteles a la amistad.

Estas Navidades tenemos más tiempo por delante y podemos aprovechar esta oportunidad para hacer crecer nuestras amistades. La filósofa y profesora de Orvalle **Victoria Segura** propone cuatro claves para lograrlo.

1. Lo propio del ser humano es pensar, no solo sentir.

Ante las dificultades, podemos paralizarnos en lo que sentimos - frustración o pena porque no puedo hacer lo que quiero o me apetece- pero también podemos pensar qué podemos hacer por nuestros amigos. Por cada uno. “O encerrarse o abrirse a los demás”. A veces nos encerramos llenando nuestra agenda de ocupaciones y no de personas. Pero somos dueños de poner delante de las cosas a nuestra familia y nuestros amigos

2. La dimensión comunitaria de los ideales

Podemos encontrar un ideal común y sumar esfuerzos para ayudar. Es propio del ser humano crear y compartir. ¿Por qué no creamos juntos una iniciativa que ayude en alguna de las muchas necesidades que vemos a nuestro alrededor? Cada persona está llena de posibilidades. Puede crear cada día algo nuevo, algo que no está en su agenda, y aprender de las iniciativas de otros para tomar conciencia de su responsabilidad con las personas que están alrededor y que necesitan de su ayuda.

3. Lo personal no supe lo virtual. Lo que no es inmediato tiene mucho valor

La amistad es una conquista y requiere tiempo. En *El señor de los anillos* se lee: Lo único que podemos decidir es qué hacer con el tiempo que se nos ha dado. El tiempo libre en realidad es “todo el tiempo” pero en vacaciones es más patente que podemos decidir a qué queremos dedicar el tiempo. Podemos optar por aprender a escuchar a nuestros amigos con más atención. El ser humano es un contador de historias, y a veces no encontramos a un interlocutor que nos escuche. Estas Navidades podemos ser esa persona que escuche sin prisa, con verdadero interés.

Y que escuche desde la presencia real, sin la mediación de una pantalla virtual. Uno de los grandes retos de este siglo es conquistar los encuentros reales y personales, sin quedarnos satisfechos en los microencuentros en el whats app o en las redes.

4. Sufrir acompañado es sufrir la mitad

Quizá descubramos que tenemos amigos cercanos que están sufriendo. Frenar la prisa y com-padecer, sentir con el dolor de otras familias, de nuestros amigos o de nuestra propia familia. Acompañar con una llamada de teléfono, con una conversación tranquila, una carta, nuestra oración, nuestra presencia. A veces basta saber que no estamos solos y que hay alguien que nos quiere para sentir algo de alivio.

Todos necesitamos de los demás. Ojalá estas Navidades seamos ese buen amigo que acompaña, escucha, comparte y quiere.

Libro recomendado: El silencio creador, de Federico Delclaux