Página de Reflexiones y Moral Cristiana

Pedro Sergio Antonio Donoso Brant

LA AMISTAD

Tenía interés en escribir sobre esa relación personal desinteresada, que nace y se fortalece con el trato y está basada en un sentimiento recíproco de cariño y simpatía a la que llamamos amistad.

Respondiendo a la interrogante sobre que es la amistad, tengo la convicción que es un tipo de alianza y unión de afectos que se funda y luego se soporta en sentimientos recibidos en la misma medida que se dan, en la comunicación, el apoyo mutuo, la comprensión, el cariño y la absoluta armonía entre dos personas, con lo cual somos capaces de respetar y de ser tolerante al extremo con los demás.

La relación de amistad, afecto y confianza con otra persona nos sirve de refugio, porque en ella podemos tener amparo, ayuda y afectuosa protección.

En la amistad podemos encontrar consuelo y auxilio sin tener que dar nada a cambio.

La amistad verdadera, no tiene desarrollado el sentido de la posesión y no es absorbente en su trato con los demás, no hay en ella exigencias, ni pretensión caprichosa o desmedida, ni obligaciones, al contrario es libertad y apoyo mutuo.

Un día leí un mensaje en una pared que decía "La amistad da

salud", y no puede ser menos, en efecto, un buen amigo le previene de un daño o de un mal ante la más pequeña amenaza, porque él, no quiere que nos ocurra algo malo. Además, la amistad anima el alma y estimula el corazón. Algunos especialistas reconocen sus efectos beneficiosos para la salud, es así como se dice que activa nuevas áreas del cerebro y libera sustancias hormonales que favorecen la relajación y el bienestar. Además, es como un espejo que refleja nuestra imagen ampliada. Nos hace crecer y madurar, ayudando a forjar nuestra personalidad y nuestras relaciones sociales con quienes nos rodean.

Un informe de un facultativo dice: "Cuando existe un profundo sentimiento de amistad, este activa áreas muy particulares, generalmente infrautilizadas en el cerebro, que secretan una mezcla especial de sustancias bioquímicas. La colaboración, el intercambio, el reconocimiento del otro, cierran el paso a la agresividad, la desconfianza o la defensa del territorio. El apoyo emocional que conlleva toda amistad y la alegría compartida activan el sistema inmunológico."

Los sentimientos de afecto, cariño y solidaridad que una persona siente hacia otra y que se manifiesta generalmente en desear su compañía, alegrarse con lo que considera bueno para ella y sufrir con lo que considera malo, es la amistad amorosa de los hombres, y es lo que todos necesitamos dar y recibir, ya que una existencia sin amistad y sin amor, es una vida con un gran vacío.

En efecto la amistad es una relación íntima de personas que dan y reciben, y responde a las necesidades de los hombres, nos otorga confianza en los seres humanos, nos hace vivir en paz, nos da seguridad, nos hace estar acompañado y sentirnos comprendidos y queridos. Con todo esto, la amistad es una forma de enriquecimiento personal, en la que aprendemos a dar y recibir cariño, a ser más generosos, pero además podemos aprender de las experiencias del otro, de sus conocimientos y vivencias.

Durante toda nuestra vida, desde la infancia misma, vamos estableciendo las bases de la amistad. En un comienzo, nos relacionamos con nuestra familia, con nuestros hermanos, nuestros primos, luego con nuestros vecinos y acto seguido en las escuelas iniciamos lazos afectivos fuera del ambiente familiar.

Es así, como desde siempre vamos descubriendo a otras personas, diferentes a nosotros, con características que pueden ser distintas o similares a las nuestras. Entonces aprendemos a compartir, a confiar, a respetar y a querer a otras personas. Es de esta forma como en numerosas relaciones interpersonales volcamos nuestro afecto, el que puede ser más o menos intenso, dependiendo de la afinidad que sentimos por esas personas, de la intensidad y frecuencia de la relación y de la reciprocidad afectiva que advertimos en ellos. De forma más o menos inconsciente, damos cariño esperando que éste obtenga cierta resonancia en la persona querida, de tal modo que esta persona también nos dé cariño a nosotros, lo que supone un reconocimiento, una reciprocidad y el establecimiento de un vínculo afectivo como es la amistad.

A continuación, encontraremos algunas frases sobre la amistad, para que aprendamos de ellas, para enriquecer nuestras palabras con un mejor sentido o para reflexionar sobre el contenido de ellas.

La amistad ni se conquista ni se impone, porque ésta nace del corazón.	**La amistad no se agradece, se corresponde.**
- Anónimo	***- Roberto Barrios Paniagua***
El amigo de verdad es el que nunca miente y al que nunca le mentirías.	**Un amigo es la persona que nos muestra el rumbo y recorre con nosotros una parte del camino.**
Para preservar un amigo 3 cosas son necesarias: honrarlo cuando esté presente, valorarlo cuando esté ausente, y asistirlo cuando lo necesite.	**En la prosperidad, nuestros amigos nos conocen; en la adversidad, nosotros conocemos a nuestros amigos.**

- Proverbio Italiano	*- J. Churton*
Un amigo es la persona que nos muestra el rumbo y recorre con nosotros una parte del camino.	**Los amigos falsos son como las sombras: sólo nos siguen cuando brilla el sol.**
- Francesco Alberoni	*- Isbel Cristina Ferreira*
El tiempo, que fortalece las amistades, debilita el amor.	**Cuando se dejas de frecuentar a los verdaderos amigos, se pierde el equilibrio.**
- La Bruyére	*- Michael Levine*
El que sabe corresponder a un favor recibido es un amigo que no tiene precio.	**La confidencia corrompe la amistad: el mucho contacto la consume; el respeto la conserva.**
- Sófocles	*- Cicerón*
Los animales son buenos amigos, no hacen preguntas y tampoco critican.	**Nunca conserva firmes amistades quien sólo atento va a sus pretensiones.**
- George Eliot	*- Juan Ruiz de Alarcón*
A veces, una separación prolongada, a la vez que amortigua los rencores despierta la amistad.	**La mejor manera de mantener las amistades es no debiéndoles nada a ellos ni permitir que ellos nos deban a nosotros.**
- Marcel Proust	*- Paul de Kock*
No busques un amigo para matar las horas, búscale con horas para vivir.	**No hay nada más peligroso que un amigo indiscreto; es a veces preferible un enemigo prudente.**

- Gibran Jalil	*- Jean de la Fontaine*
Los amigos son como los melones: para encontrar uno bueno hay que probar cien.	**Hay que guardarse bien de un agua silenciosa, de un perro silencioso y de un enemigo silencioso.**
- Juan Pablo Valdés R.	*- anónimo*
Más vergonzoso es desconfiar de nuestros amigos que ser engañados por ellos.	**Los amigos se hieren con la verdad para no destruirse con las mentiras.**
- La Rochefoucauld	*- anónimo*
Cualquiera puede simpatizar con las penas de un amigo; simpatizar con sus éxitos requiere una naturaleza delicadísima.	**No busques amigos sin defectos, pues te quedarás sin amigos toda la vida. Tampoco busques defectos en tus amigos, pues poco a poco te quedarás solo.**
- Oscar Wilde	*- Alfonso Milagro*
Tu amigo tiene un amigo, y el amigo de tu amigo tiene otro amigo; por consiguiente, sé discreto.	**El amigo seguro se conoce en la acción insegura.**
- Talmud	*- Ennio*
Si te cansas de un amigo, préstale dinero.	**Lo más ofensivo que pueda lanzarte a la cara tu peor enemigo no se compara con lo que tus amigos más íntimos hablan de ti a tus espaldas.**
- Proverbio ruso	*- Alfred de Musset*

El amigo al que le dices «Ven conmigo» y te pregunta «¿adónde?» no es un verdadero amigo.	**La amistad termina donde la desconfianza empieza.**
- Z.M Al- Masri	***- Proverbio español***
La amistad es como un lucero que siempre esta dándole luz al cielo.	**Si tienes un amigo, visítalo con frecuencia pues las malas hierbas y las espinas invaden el camino por donde nadie pasa.**
- Erika Valenzuela	***- Proverbio árabe***
Hemos aprendido a volar como los pájaros, a nadar como los peces, pero no hemos aprendido el sencillo arte de vivir juntos como hermanos.	**Un hermano es un amigo que nos da la naturaleza y un amigo es un hermano que nos da la sociedad.**
- M. L. King	***- anónimo***
En tu relación con cualquier persona: pierdes mucho si no te tomas el tiempo necesario para comprenderla.	**La verdadera amistad es la que sigue a tu lado incluso cuando no te queda nada por ofrecer, salvo tu compañía.**
- Stephen R. Covey	***- anónimo***
No esperes que tu amigo venga a descubrirte su necesidad; ayúdale antes.	**Gran parte de la vitalidad de una amistad reside en el respeto de las diferencias, no sólo en el disfrute de las semejanzas.**
- Luis Vives	***- James Fredericks***

Tener un amigo no es cosa de la que pueda ufanarse todo el mundo.	**La verdadera amistad es una planta de desarrollo lento.**
- Antoine de Saint-Exupéry	***- George Washington***
No necesito amigos que cambian cuando yo cambio, y asienten cuando yo asiento. Mi sombra lo hace mucho mejor	**Ningún amigo me ha servido sin recompensa, ningún enemigo me ha hecho daño sin castigo; a todos les he pagado lo debido.**
- Plutarco	***- Sila para su epitafio***
¿Acaso no destruimos a nuestros enemigos cuando los hacemos amigos nuestros?	**Entre un hombre y una mujer la amistad es tan sólo una pasarela que conduce al amor**
- Abraham Lincoln	***- Jules Renard***
La mejor manera de mantener tus amigos es no deberles ni prestarles nunca nada	**Uno de los mayores consuelos de esta vida es la amistad, y el más suave placer de la amistad, el tener a alguien a quien comunicar un secreto**
- Paul de Kock	***- Alessandro Manzoni***
Probamos el oro en el fuego, distinguimos a nuestros amigos en la adversidad.	**Reprende al amigo en secreto y alábalo en público**
- Isócrates	***- Leonardo da Vinci***
Cuando un amigo nos pide algo, la palabra <<mañana>>	**A las personas les interesa nuestro destino exterior; el**

no existe.	**interior, sólo a nuestro amigo**
- George Herbert	***- Heinrich von Kleist***
Extraño no equivale a enemigo, sino a amigo que aún no hemos conocido	**Es una regla en la amistad que cuando la desconfianza entra por la puerta, el afecto sale por la ventana**
- Gleen	***- Jacob Howell***
Tómate tiempo para escoger un amigo; pero sé más lento aún en cambiarlo.	**Cada uno muestra lo que es en los amigos que tiene.**
- Benjamin Franklin	***- Baltasar Gracían***
Un hombre ha de mantener su amistad en continua reparación.	**Dios no ha creado fronteras. Mi objetivo es la amistad con el mundo entero.**
- Henry Fielding	***- Mohandas Gandhi***
La única manera de hacer un amigo es serlo.	**Cosa dulce es un amigo verdadero; bucea en el fondo de nuestro corazón inquiriendo nuestras necesidades. No ahorra el tener que descubrirlas por nosotros mismos.**
- Ralph W. Emerson	***- Jean de la Fontaine***
Amigos son los que en las prosperidades acuden al ser llamados y en las adversidades sin serlo	**Si quieres hallar en cualquier parte amistad, dulzura y poesía, llévalas contigo.**
- Demetrio I	***- George Duhamel***

Amigos son los que en las prosperidades acuden al ser llamados y en las adversidades sin serlo	**Si quieres hallar en cualquier parte amistad, dulzura y poesía, llévalas contigo.**
- Demetrio I	***- George Duhamel***
Aceptar un favor de un amigo es hacerle otro.	**Un buen amigo es un hombre para el cual no tenemos secretos y que, a pesar de todo, nos aprecia**
- John Ch. Collins	***- León Daudí***
Amigos son los que en las prosperidades acuden al ser llamados y en las adversidades sin serlo	**Si quieres hallar en cualquier parte amistad, dulzura y poesía, llévalas contigo.**
- Demetrio I	***- George Duhamel***
Aceptar un favor de un amigo es hacerle otro.	**Un buen amigo es un hombre para el cual no tenemos secretos y que, a pesar de todo, nos aprecia**
- John Ch. Collins	***- León Daudí***
La confidencia corrompe la amistad; el mucho contacto la consume; el respeto la conserva.	**En la prosperidad nuestros amigos nos conocen; en la adversidad nosotros conocemos a nuestros amigos.**
- Cicerón	***- John Ch. Collins***
Una amistad noble es una obra maestra a dúo.	**La amistad no puede ir muy lejos cuando ni unos ni otros están dispuestos a**

	perdonarse los pequeños defectos.
- Paul Bourget	***- Jean de La Bruyere***
Sin la amistad, el mundo es un desierto.	**Los lazos de la amistad son más estrechos que los de la sangre y la familia.**
- Francis Bacon	***- Giovanni Boccaccio***
Un amigo es un angel que nos ayuda a ponernos de pie otra vez cuando nuestras alas se han olvidado de cómo volar.	**La amistad es un alma que habita en dos cuerpos; un corazón que habita en dos almas.**
- Rossy Valdez	***- Aritóteles***
La prosperidad hace amistades, y la adversidad las prueba.	**Lo mejor que podemos hacer por otro no es sólo compartir con él nuestras riquezas, sino mostrarle las suyas.**
- Anónimo	***- Benjamin Disraeli***
Si quieres ganar un adepto para tu causa, convéncelo primero de que eres su amigo sincero.	**El victorioso tiene muchos amigos; el vencido, buenos amigos.**
- Abraham Lincoln	***- Proverbio Mongol***
Si quieres ganar un adepto para tu causa, convéncelo primero de que eres su amigo sincero.	**El victorioso tiene muchos amigos; el vencido, buenos amigos.**
- Abraham Lincoln	***- Proverbio Mongol***

Si quieres ganar un adepto para tu causa, convéncelo primero de que eres su amigo sincero.	**El victorioso tiene muchos amigos; el vencido, buenos amigos.**
- Abraham Lincoln	***- Proverbio Mongol***
Un amigo es uno que lo sabe todo de ti y a pesar de ello te quiere.	**Un amigo es una persona con la que se puede pensar en voz alta.**
-Elbert Hubbard ***ensayista estadounidense***	***- Ralph Waldo Emerson*** ***poeta y pensador estadounidense***
Si quieres ganar un adepto para tu causa, convéncelo primero de que eres su amigo sincero.	**El victorioso tiene muchos amigos; el vencido, buenos amigos.**
- Abraham Lincoln	***- Proverbio Mongol***
Un amigo es uno que lo sabe todo de ti y a pesar de ello te quiere.	**Un amigo es una persona con la que se puede pensar en voz alta.**
-Elbert Hubbard ***ensayista estadounidense***	***- Ralph Waldo Emerson*** ***poeta y pensador estadounidense***
En tu relación con cualquier persona: pierdes mucho si no te tomas el tiempo necesario para comprenderla.	**Al afecto se debe el 90 por ciento de toda felicidad sólida y duradera.**
- Rob Goldston	***- C. S. Lewis***

La amistad sólo podía tener lugar a través del desarrollo del respeto mutuo y dentro de un espíritu de sinceridad.	**¡Qué raro y maravilloso es ese fugaz instante en el que nos damos cuenta de que hemos descubierto un amigo!**
- Dalai Lama XIV	***- William Rotsler***
Vale la pena conocer al enemigo... entre otras cosas por la posibilidad de que algún día se convierta en un amigo.	**El mejor regalo que podemos darle a otra persona es nuestra atención íntegra.**
- Margaret Thatcher ***ex-primer ministro de Inglaterra***	***- Dr. Richard Moss***
Tener un enemigo común no es buena base para una amistad verdadera.	**La amistad es el amor, pero sin sus alas.**
- Richard Stengel	***- Lord Byron,*** ***poeta británico***
La verdadera amistad es planta de lento crecimiento que debe sufrir y vencer los embates del infortunio antes de que sus frutos lleguen a completa madurez.	**No hace falta seguir los consejos de una persona para hacerlas sentir bien; basta con pedírselos.**
- George Washington	***- Laurence J. Peter***
Qué desagradable resulta caerle bien a la gente que te cae mal	**No hay riqueza tan segura como un seguro amigo**
- Jaume Perich	***- Luis Vives***

Escojo a mis amigos por su buena apariencia, a mis conocidos por su carácter y a mis enemigos por su razón.	**La amistad siempre es provechosa; el amor a veces hiere.**
- Oscar Wilde, ***escritor irlandés***	***- Séneca,*** ***filósofo italiano***
Amigo es quien acepta nuestro límites pero busca nuestro progreso.	**Una persona sin amigos es como un libro que nadie lee.**
- Anónimo	***- Psychology of Women Quarterly***

Un Saludo de amistad
Paz de Jesus
Pedro Sergio Antonio Donoso Brant

Caminando con Jesús - Paz de Jesús - Amigos de Jesús – Por Amor a Jesús
p.s.donoso@vtr.net