

# PUEDE HABER AMISTAD SIN AMOR SEXUAL PERO, NO AMOR SIN AMISTAD



amistad, resiste al tiempo, no requiere de un cuidado diario.

Los amigos y amigas se miden en las buenas y en las malas y, cuando se logran compartir ambas situaciones, entonces sabemos que tenemos amistad. "Los amores pasan, los amigos y amigas quedan", dice un refrán popular.

Resulta imposible imaginarse aislado, sin familiares ni personas que nos acompañen. Por

ello, uno de los vínculos más significativos que todas las personas establecen, a lo largo de sus vidas, es la amistad. Esta, a

diferencia de los lazos sanguíneos, comienza con un acto de voluntad. Tenemos amigos y amigas porque deseamos tenerlos.

En toda buena relación amistosa existen al menos dos de los tres componentes que el especialista Robert Stenberg propone en toda relación amorosa: Intimidad y compromiso. En el amor se necesitan el tercero, la pasión y un cuarto: La atracción.

La intimidad no se refiere a intimidad sexual, sino más bien a la intimidad emocional, que es la capacidad de revelar tus secretos más profundos, con todas sus imperfecciones, a la otra persona. Este tipo de intimidad no es

la del amor. El problema es que en la amistad entre sexos opuestos muchas veces lo primero que sucede es la atracción, aunque a la larga se logre sublimar este sentimiento o manejarlo a través de la comunicación, lo cual permitiría disminuir la tensión sexual entre ambos.

No obstante, es fácil comprender que muchas amistades le agregen los últimos componentes y surjan entonces los denominados "amigos con derecho" que se hacen amantes y a la vez son los mejores amigos. Todo porque ambos sentimientos se pueden dar simultáneamente con la misma persona.

La intimidad emocional, que es la capacidad de revelar tus secretos más profundos, con todas sus imperfecciones, a la otra persona.

La amistad entre hombres y mujeres tienen algo en común con las relaciones amorosas: Para que funcione, necesita la comunicación. El amor es un sentimiento íntimamente unido a la amistad. Puede haber amistad sin amor sexual pero, no amor sin amistad.

Dentro de una relación amorosa, la amistad es uno de los elementos necesarios para que la pareja funcione de la mejor manera. Sin embargo, al amigo no se le ama. Se le aprecia, se le quiere, el vínculo afectivo es totalmente distinto. Como señala la psicóloga Hara Estroff Marano: "Independientemente de nuestra edad, el amor es siempre un sentimiento que puede nacer y crecer". La amistad no nace y crece con tanta facilidad.

Otra diferencia entre el amor y la amistad es que el primero exige continuidad. Los amigos y amigas siempre son amigos a pesar de la distancia o los pocos encuentros, mientras que el amor es como una planta que se debe regar todos los días para que pueda existir. La

acti  
Vida  
Y FAMILIA

*Ilusión*

*Propero Antón*

Inicia tu propio negocio,  
con ILUSIÓN es posible.

Paseo Colon, casa 2447, 25 mts.  
Este de Pali, San José, C.R.  
Tels: 2258-6526 y 2258-6930

