

LAS RUPTURAS EN LOS VÍNCULOS DE AMISTAD, ¿ES FÁCIL RENUNCIAR A ELLOS?

Es común que mientras muchos de los amigos que se han cruzado por nuestra vida permanecen en ella, otros salgan. Pero ¿es fácil dejarlos ir?

A pesar de que cada vez se le da más valor a la amistad, hasta ahora la consciencia cultural depositaba el valor más central en la familia, pareja o incluso trabajo, quedando relegado el **ámbito de los amigos a un plano más complementario**. Si rescatamos la generación de nuestros abuelos recordaremos que tanto las relaciones sentimentales como el trabajo garantizaban una continuidad casi indiscutible. En general iniciaban su trayectoria conyugal/profesional a sabiendas que perduraría “hasta que la muerte (o jubilación) os separe” y efectivamente, ¡así era!. Ahora no, la temporalidad de las relaciones de pareja es incierta y frecuentemente corta, el trabajo escasea y **ya no cubres esa seguridad** ni económica, ni relacional, ni de reconocimiento social que antes podías obtener al formar parte de un equipo/empresa... Y por ello cada vez más hoy en día se deposita en **los amigos** lo que antes ya se cubría desde otros ámbitos, convirtiéndose en una **fuentes de apoyo y estabilidad** importante.

De todos modos, construir y mantener una amistad no siempre es fácil pues los **ingredientes** que la configuran son diversos y muy **complejos**. Guardando cierto paralelismo con una relación de pareja, en las relaciones de amistad también hay una estructura definida desde la que se establece cierta jerarquía entre los miembros. A medida que el vínculo se afianza se ponen en funcionamiento una serie de reglas y cada uno asume un rol determinado. Al mismo tiempo se crean expectativas, se generan lealtades y se pone en marcha un “registro de méritos” desde el que se va evaluando los costes y recompensas de la relación. Por otra parte la ruptura de ese vínculo entraña un proceso igualmente complejo con múltiples fórmulas y vivencias. A veces simplemente los rumbos que cada uno toma resultan incompatibles con los de los otros, o lo que un día dotó de sentido a aquella amistad ahora ha dejado de tenerlo. Otras el motivo de ruptura ha sido un conflicto directo o el conflicto ha sido indirecto pero ha acabado salpicando a la relación y ha supuesto el desencadenante definitivo.

Y... **¿qué implicaciones tiene en nosotros romper con ese vínculo?** Como en todo, las consecuencias de cómo se viva esa ruptura dependerá de varios factores. Es cierto que se hará más o menos difícil en función del tipo de amistad que se pierda, no es lo mismo romper un vínculo superficial que un vínculo consolidado y profundo. También dependerá de la idiosincrasia a la hora de sentir, pensar y reaccionar de cada individuo, de la red social con la que cuentas, de la propia etapa vital (no es lo mismo perder un amigo a los 15, 30 o 60 años). De todos modos, hay algo común en toda relación de amistad: se pone en movimiento el **campo de los afectos** y se invierte una dosis importante de **energía emocional, racional y relacional**. No olvidemos que ese vínculo en su día encajaba con nosotros y nos proporcionaba cierto equilibrio, devolviéndonos un reflejo de nosotros mismos. De este modo una ruptura en una relación de amistad puede tener grandes implicaciones o incluso llegar a producir un quiebre en el propio equilibrio. Además, y como mencionaba al inicio, esta gran “epidemia de carencias” en la que nos encontramos (de valores, de libertades, de necesidades básicas, etc.) nos lleva a necesitar más que nunca estos vínculos seguros y estables que de alguna manera nos proporcionan una memoria vital y emocional de lo que un día fuimos, de lo que hoy somos y de lo que en adelante seremos.

Pero como en todo, también la circunstancia de perder un amigo nos enseña algo de nosotros mismos, del otro y de la comprensión que hacemos del mundo. Es importante poder cuestionarse estas cosas, atender y pasar el dolor sin enquistarnos en él. Considero que una de las características que definen mejor una amistad con vínculo seguro es la de sentirnos libres para mostrarnos sin reservas al mismo tiempo que existe un equilibrio entre el dar y tomar. Cuando una relación de amistad acaba y no hay intención o forma de repararlo es porque ha habido una sucesión de hechos que han llevado a esta situación y que da sentido a esa ruptura. Para que hubiera una reconciliación ambas partes involucradas deberían sentir espontáneamente un interés por comprenderse mutuamente para reconocer los motivos ajenos y sentir reconocidos los propios, reparar los rencores sembrados durante la etapa de conflicto y retomar la relación desde el nuevo punto de partida, con todos los condicionantes y acuerdos que se hayan podido consensuar. Por supuesto que todo ello no es nada fácil, para que suceda tiene que haberse construido una relación íntima con un vínculo seguro, libre e intenso. Cuando ello no sucede es que pesan más “los costes” de la relación y por tanto tiene sentido dejarla ir.