

La amistad en el siglo XXI: cuando los amigos sustituyen a la familia y a la pareja

El vínculo amistoso ha evolucionado en las últimas décadas hasta erigirse en el principal refugio ante la crisis amorosa, familiar y laboral



Zendaya y Hunter Schafer en una escena de la serie 'Euphoria'.
HOME BOX OFFICE (HBO / ALBUM)



DANIEL SOUFI

15 FEB 2025 - 05:30 CET

      65 

Al contemplar [La tertulia del Café de Pombo \(1920\)](#) —pintura de José Solana en la que desfilan ilustres intelectuales como el inventor de las greguerías

Ramón Gómez de la Serna o el escritor José Bergamín—se intuye lo mucho que ha cambiado la amistad en un siglo. En esta obra se congrega un séquito de hombres en traje, cuyas tertulias en el café imponían un veto a cualquier confesión personal: solo se hablaba de temas generales. Cien años después, quienes se reúnen son grupos de chicos y chicas, normalmente en un bar, que apenas tardan dos cervezas en desnudar sus emociones y cuyo único temor es despertar al día siguiente pensando que han contado demasiado.

Dijo el filósofo Friedrich Nietzsche que “solo aquello que no tiene historia puede ser definido”. Por eso la amistad, un concepto que desde Aristóteles hasta Michel de Montaigne ha sido protagonista en la tradición del saber, exige ser actualizada y recontextualizada constantemente. Durante los últimos años [no ha dejado de crecer el interés](#) en este tema, reflejado en la abundancia de ensayos, novelas, películas, series y obras de teatro dedicados a contar historias de amigos.

MÁS INFORMACIÓN

Historia de la soledad: por qué Robinson Crusoe nunca se sintió solo y nosotros, sí

Sophie-Grace Chappell, autora de [A Philosopher Looks at Friendship](#) (una filósofa estudia la amistad, sin edición en español, Cambridge University Press, 2024), afirma que la amistad sufre una crisis de definición. “No es que no sepamos cómo se supone que debe ser un amigo. Más bien, sabemos demasiado bien cómo ‘debe’ ser un amigo, y simplemente nos resulta difícil aceptar ese ideal”, sostiene en videollamada. Esta incertidumbre, según Chappell, afecta especialmente a la amistad masculina, ya que los hombres no tienen claro qué pueden o deben esperar de sus amigos. “En el caso de las mujeres, las presiones adquieren otros matices, [pero no dejan de ser, a su manera](#), igualmente problemáticas”.

Es posible que el ser humano nunca haya sido tan dependiente del vínculo de la amistad como en el siglo XXI. “Ante el colapso del amor, de la familia y del trabajo, los amigos es lo último que queda”, señala la filósofa Marina Garcés, autora de *La pasión de los extraños* (Galaxia Gutenberg, 2025), en una entrevista telefónica. En este ensayo, la pensadora catalana define la amistad como un “vínculo sin ley”, en el que nunca ha hecho falta un

contrato, a diferencia de los lazos amorosos, familiares o laborales. Sostiene que, tras mucho tiempo en un segundo plano, el tema de los amigos ahora ocupa el centro de nuestras preocupaciones y deseos, “la vanguardia de los afectos”.

La [filósofa Alicia Valdés](#), que participa en la recopilación de ensayos *(H)amor: 9 amigas* (Contintametienes, 2024), afirma por teléfono que la amistad se ha convertido en un “vínculo esencial” en un contexto donde la centralidad de la familia comienza a ser cuestionada. A su juicio, este cambio es especialmente visible en el ámbito de las disidencias. “Muchas personas trans, dentro del colectivo LGTBI+, que sufren violencia en el entorno familiar, encuentran en las redes de amigos ese calor, cuidado y refugio que, en muchos casos, no hallan en otros espacios”.

Un indicio de que la amistad está traspasando fronteras e invadiendo territorios ajenos es la constatación de que no disponemos de suficientes recursos lingüísticos para abarcar toda su diversidad. El filósofo francés Geoffroy de Lagasnerie lamenta en [Elogio de la Amistad](#) (Taurus, 2025) que existan múltiples palabras para nombrar “al hijo del hermano de mi madre”, pero no haya dos vocablos distintos para distinguir al amigo más íntimo del colega con quien uno se reúne a comer una vez al mes. Por su parte, Garcés recuerda que ni siquiera contamos con un término para hablar de la ausencia de amigos: no hay un modo de nombrar al “soltero de amistad”.

De Lagasnerie exalta la amistad hasta un punto casi provocador. Su obra combina el ensayo con la narrativa autobiográfica y relata su historia a tres junto a los escritores [Édouard Louis](#) y [Didier Eribon](#). Sostiene que han hecho de la amistad “un modo de vida” y describe una cotidianidad tradicionalmente asociada al ámbito amoroso o familiar: celebran aniversarios del día en que empezaron a ser amigos, se escriben para desearse los buenos días y las buenas noches, cenan juntos a diario y se inquietan si alguno de ellos pasa demasiado tiempo fuera de la ciudad. Uno de los momentos más reveladores que describe es la satisfacción íntima que sintió Louis al anunciar a sus padres que pasaría la Nochebuena con sus dos mejores amigos.

El filósofo defiende que la familia y el hogar constituyen un espacio donde se inculcan normas, valores y patrones de comportamiento que perpetúan

el orden social establecido y las dinámicas de control y represión. Asegura que cualquier proyecto de transformación radical de la sociedad no puede omitir una crítica a la familia como institución. Desde su perspectiva, la amistad se convierte en un ámbito en el que dichas reglas pueden romperse o, al menos, relajarse. En otras palabras, el vínculo amistoso permite a las personas evadir, aunque sea de forma parcial, las expectativas sociales sobre quiénes deben ser y cómo deben comportarse.

No obstante, haber encontrado en la amistad un refugio tan valioso también conlleva el riesgo de distorsionar su naturaleza. Chappell subraya que la amistad es un tipo de vínculo que no puede tener un fin concreto. “La verdadera amistad no se mide en términos de beneficio o ganancia, sino en la simple alegría de la compañía mutua”, explica. “Un amigo no debe pensarse como mero remedio contra la soledad”. Del mismo modo, Garcés señala que la [instrumentalización del amigo](#) o de la amiga es, precisamente, lo que cancela la amistad. “De Aristóteles a Simone Weil, del *Gilgamesh* a la serie *Friends*, amigos son aquellos que no se utilizan unos a otros, aunque pudieran hacerlo”.

Valdés, por su parte, alerta de que la amistad corre el riesgo de convertirse en un producto más dentro de la lógica de mercado. En lugar de ser un vínculo basado en el afecto, puede confundirse [con el networking](#) y emplearse como herramienta para el éxito profesional o social. “Hoy en día, las amigas y los amigos, más que nunca, pueden medirse en términos de capital social”, señala.

El escritor Pol Guasch, [autor de la novela *En las manos, el paraíso quema*](#) (Anagrama, 2024), narra una historia en la que la amistad actúa como un refugio y acto de resistencia ante un entorno hostil y opresivo. Señala que, sobre todo entre la juventud, este creciente interés en el lazo amistoso no solo brota de un afán genuino, sino también de factores socioeconómicos que obstaculizan el acceso a otros proyectos de vida, como la familia, la relación de pareja en un entorno doméstico o la independencia residencial. “Ahora no puedo hablar de formar una familia o de convivir con mi pareja, porque es algo que no puedo costear. Se multiplican, por tanto, las historias de amigos que comparten piso, porque esa es la realidad a la que hemos sido relegados”, apunta por teléfono.

Dos amigos, el [escritor Jacobo Bergareche](#) y el neurocientífico Mariano

Sigman, decidieron explorar el concepto de la amistad a través de experiencias personales. Para ello, organizaron un banquete que se prolongó varios días en una nave industrial, por la que desfilaron decenas de invitados. El resultado de aquella experiencia quedó [recogido en *Amistad* \(Debate, 2025\)](#). La única definición precisa que obtuvieron fue la de la periodista y escritora Rosa Montero, quien llegó acompañada de una perrita a la que no consideraba su amiga. Sin embargo, aclaró que los perros grandes sí lo son, “a partir de 30 kilos”. Este fue el dato más preciso de toda la investigación: la amistad, al menos en los perros, empieza a partir de los 30 kilos.

SOBRE LA FIRMA



Daniel Soufi