Empatia



Per PepMaria el dl., 02/07/2012 - 09:00

Sembla que s'ha posat de moda un sentiment: l'empatia. Però buscant de ser empàtics podem caure en dos extrems: l'aparença i la identificació.Hi ha tanmateix un camí del mig....Està de moda dir que una de les característiques més importants d'una persona (o del seu "perfil psicològic") és l'empatia: "capacitat de posar-se al lloc d'un altre i compartir els seus sentiments". Empatia vol dir etimològicament "el que sofreix", tot i que els sentiments que es comparteixen són tant els de sofriment com els d'alegria.El que passa és que anar pel món posant-se en el lloc dels altres i compartint els seus sofriments pot acabar essent psicològicament esgotador. Per això deu passar que, enlloc d'exercir l'empatia el que fem és *aparentar* l'empatia. És a dir, fer veure que ens posem al lloc de l'altre i fer veure que compartim els seus sentiments. En altres paraules, fer teatre. Fer com l'actor que fa de Jesús a la passió d'Esparreguera: aquest bon home, en acabar cada representació, s'esborra la pintura vermella dels peus i de les mans, perquè en realitat no han estat travessats pels claus que varen crucificar el fuster de Natzaret. Deu ser bo intentar superar l'aparença d'empatia, deixar de fer teatre, posar-se al lloc de l'altre de veritat. Però aquí sorgeix un altre límit: la *identificació* total. I la pregunta és ara: cal identificar-se del tot amb el qui està deprimit, el qui ha perdut l'esperança, el qui sofreix una addicció, el qui està envaït per l'odi i la venjança? Ser realment empàtic és deprimir-se, desesperar-se, fer-se addicte, o compartir l'odi i el desig de venjança? On ens portarà, a l'altre i a mi, aquest tipus d'identificació?Podem buscar una tercera via entre l'aparença i la identificació. Així com respirar es composa de dos moments (inspirar i expirar), aquest camí del mig consisteix en dos moments. El primer moment és compartir els sentiments de l'altre tot revivint la meva història personal: si ell està malalt, reviure el que jo sentia quan vaig estar malalt; si ell és addicte, reviure les meves addiccions (petites o grans: tots som més o menys addictes a alguna cosa); si ell sent odi, reviure el que jo sentia quan vaig odiar. Reviure les meves experiències garanteix que no estic fent teatre, que connecto "de cor a cor". El segon moment és separar-se dels sentiments de l'altre per donar perspectiva, horitzó i sortida a la part negativa que aquests sentiments contenen. "Ara estàs malalt, però vindrà un dia que recobraràs la salut, o un dia que viuràs en pau la teva malaltia". "Ara estàs en l'addicció, però tens prou llum i força interior per a alliberar-te'n". "Ara vius immergit en l'odi, però la pau que dóna el perdó és incomparable i t'espera al final del camí de la reconciliació". Remarco que aquesta perspectiva, aquest horitzó, aquesta sortida, només es mostraran eficaços si també els he viscut personalment: si les meves paraules d'esperança sorgeixen de la meva història, del fons de la meva experiència personal. Si he caigut en els mateixos/semblants forats i n'he estat rescatat. En síntesi, empatia és baixar de veritat al forat (no aparentant baixar-hi), però no quedar-hi atrapat (no identificant-s'hi) sinó mostrar el camí cap a fora del forat: perquè l'he recorregut o n'he recorregut de semblants. Tanmateix, hi ha situacions vitals en què la meva història personal no "cobreix" la situació de la persona amb la qual vull tenir empatia. En particular, si la persona afronta la mort, potser em faltaran paraules o experiències personals per "treure-la del forat". Aquí potser hauré de citar històries (testimonis) que he conegut sobre altres persones que han afrontat la mort amb sentit i serenitat. En aquests casos la referència a la religió pot ser útil.En concret, el cristianisme ha reflexionat sobre aquests dos moments de l'empatia a partir de la vida de Jesús de Natzaret. En primer lloc, Déu ha baixat al forat de la nostra condició humana, i hi ha baixat de veritat. Perquè Jesús, el Fill de Déu, era plenament home: no només en aparença. La vida de Jesús no va ser la vida d'un Déu que es disfressa d'home; i la seva passió no va ser "la passió d'Esparreguera"! En segon lloc, Jesús, tot compartint a fons els sofriments humans, va donar-los perspectiva, horitzó i sortida. Va acompanyar els malalts, va superar les temptacions, va arraconar l'odi i la venjança amb el perdó. Perquè confiava en un Déu misteriós, dolorosament incomprensible en els moments de dolor. Un Déu a qui anomenava "Abba", "papà" i en qui confiava perquè recollís la seva vida i fes fructificar la seva obra després de la mort ignominiosa a la qual van condemnar-lo les autoritats.