

## Empatía terapéutica y compasión

Dr. José Carlos Bermejo

Religioso Camilo. Director del Centro de Humanización de la Salud. Tres Cantos, Madrid España.

### *Therapeutic empathy and compassion*

En su libro “Los límites de perdón”, Simon Wiesenthal relata un interesante ejemplo de compasión. Durante la Segunda Guerra Mundial, en un campo de concentración, se ordena a un judío que acuda a la habitación de un miembro de las SS. Simon Wiesenthal es conducido al lecho de muerte de ese alemán, quien le relata las torturas que ha infligido a los judíos y por las que siente grandes remordimientos. Su intención es pedir perdón a un judío como representante de todo su pueblo. Wiesenthal, cuyo estado es tan lamentable que tan sólo es capaz de sentir indiferencia, con un gesto de su mano espanta a una mosca del rostro ensangrentado del alemán.

Sí algunos creen que ya pasó la época de hablar de empatía que se puso de moda alguna década atrás. Otros creen que aún estamos por aclararnos en cuanto a su significado. Y no falta quien desea profundizar sobre su relación con la compasión.

#### Empatía terapéutica

Lo que hay detrás de la empatía es el arte de mirar desde el punto de vista del otro para comprender. La literatura científica reciente presenta una diversidad sorprendente y compleja a la hora de determinar el significado, la naturaleza, los elementos integrantes y la dimensión comportamental de la empatía. Así lo muestra Manuel Marroquín, por ejemplo, en un estudio sobre la compleja evolución del concepto empatía.

Marroquín, en su trabajo, se centra en el aspecto de la empatía que denomina “empatía terapéutica” (Bohart y Greenberg, 1997), distinguiéndola de esa otra empatía, de carácter más simple y vulgarizado, mínimo necesario del entramado personal. Esta distinción, dice él, no supone el reconocimiento de dos clases de empatía, sino la intención de estudiarlos grados de su existencia más compleja. “La empatía terapéutica es un proceso interactivo destinado a conocer y comprender a otra persona con el fin de facilitar su desarrollo, su crecimiento personal y su capacidad para resolver sus problemas”.

Estamos con este autor cuando dice que el concepto de “empatía terapéutica” puede empezar a ser clarificado a partir de una distinción muy básica. En ocasiones, esta empatía ha sido considerada como una mera variable creadora de una

relación preliminar, de manera que el ayudado pudiera ser inducido más eficazmente a cumplir con determinadas prescripciones, que eran las consideradas “verdaderamente terapéuticas”. De ese modo se consideraba a la empatía como prerrequisito relacional más que una auténtica variable terapéutica de intervención.

Quizás, en los ambientes en los que hablamos de relaciones de ayuda debemos usar, pues, la expresión empatía terapéutica para ir aclarándonos en medio del bosque conceptual.

#### Las neuronas espejo

Es posible percibir el germen de la empatía desde la primera infancia. De hecho, podemos comprender cómo un niño reacciona ante el llanto del otro y muy pronto imitan el sufrimiento ajeno. Tichner llamó a esta habilidad, en los años veinte, “mimetismo motorio” y, según él, es el precursor de la empatía.

A principios de la década de los noventa, Giacomo Rizzolatti, junto con un grupo de neurocientíficos de la universidad de Parma, dieron a conocer el hallazgo de un tipo de neuronas en los monos que se activan cuando realizan un acto motor, pero también cuando el animal observa a otro realizado.

Los investigadores llamaron a estas neuronas “espejo”, y el descubrimiento dio pie a una enorme cantidad de especulaciones e hipótesis sobre el papel funcional que podrían tener estas neuronas, y muchos investigadores emprendieron experimentos para determinar si el ser humano y otros animales tenían un sistema de neuronas espejo. La importancia de estos descubrimientos es de tal categoría que Ramachandran no tiene ningún reparo en afirmar que “Las neuronas espejo harán por la psicología lo que el ADN hizo la biología: proporcionarán un marco unificador y ayudarán a explicar una multitud de capacidades mentales que hasta ahora han permanecido misteriosas e inaccesibles a los experimentos”. El mismo autor llama a las neuronas espejo “neuronas de la empatía” por ser las implicadas en la comprensión de las emociones de los otros. De algún modo, si la observación de una acción llevada a cabo por otro individuo activa las neuronas que permitirían al observador realizar la misma acción, estaríamos ante una suerte de “lectura de la mente”. Buena

## Ética Humanismo y Sociedad

noticia para quienes buscan evidencias y fundamentos biológicos, pero otra cosa más comprometida y actitudinal será la empatía terapéutica como expresión de la compasión.

### Aproximación al concepto de compasión

Dice Maurice Blondel que el corazón del ser humano se mide por su capacidad para acoger el sufrimiento. Hoy no falta quien se pregunta si es culturalmente posible la compasión, si somos capaces de interpretar el modo como nos comportamos con los demás con el lenguaje de la compasión.

Podemos decir que los rasgos del encuentro compasivo serían la suma de tres elementos que se han de producir en el campo propio de la compasión, que es el encuentro personal: la gratuidad (nunca tenemos nada que ofrecer a cambio de quien se muestra compasivo, siempre se puede “pasar de largo”); la proximidad (tocar, ver, acercarse, dejarse afectar, son requisitos de la compasión); la hondura (entramos a compartir la herida más profunda de la otra persona).

En la tradición bíblica, comparecerse se expresa como un estremecimiento de las entrañas que comporta, según los estudiosos del verbo griego correspondiente (*Splagnizomai*), la misericordia y tiene diferentes momentos: ver, es decir, entrar en contacto con alguna realidad de sufrimiento mediante los sentidos; estremecerse, es decir, el impulso interior o movimiento íntimo de las entrañas; y actuar, es decir, que no es un impulso infecundo, sino que mueve a la acción. Se trata,

pues, de una voluntad de “volver del revés el cuenco del corazón” y derramarse compasivamente sobre el sufrimiento ajeno sentido en uno mismo. Hoy no está de moda hablar de compasión en estos términos si no es en espacios particularmente especializados.

La compasión y la misericordia añaden la actitud de una cierta inclinación del ánimo hacia la persona desgraciada, cuyo mal se desearía evitar. Nos da compasión y nos produce misericordia ver a una persona en duelo, un enfermo mal atendido, una persona mayor abandonada, una mujer víctima de la violencia... Pues bien, la misericordia es un movimiento interno que parte del sentimiento de pena o indignación por los que sufren, que impulsa a ayudarles o aliviarles; en determinadas ocasiones, es la virtud que impulsa a ayudarles o aliviarles; en determinadas ocasiones, es la virtud que impulsa a ser benévolo en el juicio.

García Roca habla de “inteligencia compasiva”. Al fin y al cabo, la compasión no es mero sentimiento, sino una transformación activa de la persona hacia la vida gozosa, cuidada, atendida en su fragilidad, tanto física como espiritual. Es frágil la vida, es fuerte la compasión. Quizás por eso Agustín de Hipona a la misericordia la llamó “el lustre de alma”, que la enriquece y la hace aparecer buena y hermosa; y Tomás de Aquino llamó la atención sobre el serio riesgo de que la “justicia sin misericordia es crueldad”.

Así pues, si puede haber empatía sin compasión, entiendo que la empatía terapéutica es una de las expresiones nobles de la compasión, un modo concreto de aliviar el sufrimiento ajeno.