

CONVENIO Y CONVERSACIÓN

ENCONTRANDO IDEAS DE CAMBIO DE VIDA EN EL JUDAÍSMO,
EN LA PARASHÁ, CON EL RABINO JONATHAN SACKS

www.rabbisacks.org

@rabbisacks



Convenio y Conversación es amablemente apoyado por la Fundación Maurice Wohl en memoria de Maurice y Vivienne Wohl

Traductor: Carlos Betesh
Editor: Ben-Tzion Spitz

El poder de la empatía

Mishpatim 5778

William Ury, el fundador del Programa de Negociación de Harvard, cuenta una historia maravillosa en uno de sus libros. (1) Un joven norteamericano que fue a vivir a Japón para estudiar aikido, estaba viajando una tarde en un tren en los suburbios de Tokio. El vagón estaba semivacío. Había algunas madres con sus hijos y gente mayor que había ido de compras.

Súbitamente, en una de las estaciones se abrieron las puertas y entró tambaleando un hombre a los gritos, borracho, sucio y agresivo. Comenzó a insultar a los pasajeros y se abalanzó sobre una mujer que sostenía un bebé en brazos. De un empujón la arrojó sobre la falda de una pareja de ancianos que huyó hacia el otro extremo del vagón. Esto enfureció al hombre, que los persiguió tratando de sacar un caño metálico de su sostén. Era una situación peligrosa, y el joven se preparó para la pelea.

Pero antes de lograrlo, un pequeño anciano se detuvo y le gritó Eh! al borracho en forma amistosa. “Ven para acá que quiero hablarte.” El hombre se acercó, como en trance. “Y por qué tendría yo que hablarte?” El anciano le contestó “¿Qué has estado bebiendo?” “Sake” le respondió, “y no tiene nada que ver contigo.”

“Ah! Que bueno” dijo el anciano “Sabes, yo también adoro el sake. Cada noche mi mujer y yo (tiene 76 años, sabes) calentamos una botellita de sake, la llevamos al jardín y nos sentamos en un viejo banco de madera. Miramos el atardecer y vemos como crece el árbol de caqui que plantó mi bisabuelo...”

A medida que continuó hablando la cara del borracho se ablandó y sus puños se aflojaron. “Sí” dijo “Yo también amo los caquis.” “Y estoy seguro” comentó el anciano, “que también tienes una mujer maravillosa.”

“No,” le contestó el hombre “mi mujer falleció.” Lentamente comenzó a sollozar. “Yo no tener *mujer*. No tener *hogar*. No tener *trabajo*. Estoy tan avergonzado de mí mismo.” Mientras le caían las lágrimas por las mejillas.

Al llegar a su estación y descender del tren, el estudiante escuchó al anciano suspirar con simpatía: “Caramba, está sí que es una situación difícil. Siéntate aquí y cuéntame de qué se trata.” La última imagen que tuvo fue la del hombre con la cabeza sobre la falda del anciano, mientras éste le acariciaba suavemente el cabello.

Lo que iba a intentar con el músculo, el anciano lo logró con palabras bondadosas.

Una historia como esta ilustra el poder de la empatía, de ver el mundo con ojos ajenos, meterse en sus sentimientos y actuar de manera de hacerle saber al otro que es comprendido, que está siendo escuchado, que a uno le importa.(2)

Si hay un precepto que sobre todos los demás habla del poder de la empatía, está en una frase de la parashá de hoy: No oprimirás al extranjero, *pues tú conoces el corazón del extranjero* porque fuiste extranjero en la tierra de Egipto” (Ex. 23: 9).

A qué se debe este precepto? La necesidad de empatía ciertamente se extiende más allá de los extranjeros. Se aplica a la pareja en el matrimonio, a los padres, hijos, vecinos, colegas laborales y otros. La empatía es esencial a la interacción humana en general. Por qué invocarla específicamente para los extranjeros?

La respuesta es que la “la empatía es más fuerte en los grupos que se identifican mutuamente: familia, amigos, clubes, barras, religiones o razas.” (3) El corolario de todo esto es que cuanto más sólido es el vínculo del grupo, más aguda es la sospecha o el temor a los que están afuera del mismo. Es fácil decir “ama al extranjero como a ti mismo.” Es muy difícil en realidad amar o aún tener empatía por un desconocido. Como lo planteó el primatólogo Frans de Waal:

Hemos evolucionado hacia odiar a nuestros enemigos, ignorar a personas que apenas conocemos y desconfiar de cualquiera que no se nos parezca. Aún siendo colaboradores dentro de nuestra comunidad, nos transformamos casi como en animales distintos en el trato con extranjeros. (4)

El temor a los-que-no-son-como-uno es capaz de anular la respuesta empática. Es por eso que este precepto específico es capaz de cambiar la vida. No solo nos dice que hay que tener empatía con el extranjero porque sabemos cómo se siente estar en su lugar. Casi da a entender que *este fue uno de los motivos del exilio de los israelitas de Egipto*. Es como si Dios hubiera dicho: tus sufrimientos te han enseñado algo de extraordinaria importancia. Has sido oprimido; por lo tanto acude en defensa de los oprimidos, sean quienes sean. Has sufrido; por eso serás el pueblo que está dispuesto a ofrecer ayuda a los demás cuando sufren.

Y efectivamente así fue. Había judíos entre los que ayudaron a Ghandi en su lucha por la independencia india; con Martin Luther King en su esfuerzo por los derechos civiles de los afroamericanos; con Nelson Mandela en su campaña contra el apartheid en Sudáfrica. Hoy en día, los equipos de salvataje médico de los israelíes suelen ser los primeros en asistir cuando se produce un desastre natural. La respuesta religiosa al sufrimiento ajeno es poder colocarse en el lugar del que sufre. Es por eso que vi con frecuencia que los sobrevivientes del Holocausto en nuestras

comunidades son los que se identificaron más intensamente con las víctimas de las guerras de Bosnia, Ruanda, Kosovo y Darfur.

He argumentado en mi libro *Not in God's Name* que la empatía está estructurada en la forma en que la Torá cuenta ciertas historias - la de Hagar e Ismael cuando fueron arrojados al desierto, la de Esav, cuando se presenta ante el padre para recibir su bendición y se encuentra con que Yaakov la ha tomado, y la de los sentimientos de Lea, cuando se da cuenta de que Yaakov ama más a Raquel que a ella. Estas historias *nos obligan a reconocer la humanidad del otro*, los aparentemente malqueridos, no elegidos, rechazados.

En efecto, puede *que sea principalmente este el motivo por el cual la Torá relata estas historias*. La Torá es esencialmente un libro sobre la Ley. Por qué entonces hay narrativa? Porque la ley sin empatía es como la justicia sin compasión. Rashi nos dice que "Originariamente Dios pensó en crear al mundo a través del atributo de la justicia, pero vio que no podía sobrevivir sólo con esa base. Por ese motivo puso como necesario el atributo de la compasión junto con el de la justicia." (5) Es así como actúa Dios y como desea que actuemos nosotros. La narrativa es la manera más efectiva mediante la cual podemos ingresar imaginativamente en el mundo de otras personas.

La empatía no es un agregado superficial, adicional, liviano, de la vida moral. Es un factor esencial para la resolución de conflictos. Personas que han sufrido dolor, frecuentemente responden infligiendo dolor a otros. El resultado conduce a la violencia, a veces emocional, otras veces física, dirigida contra individuos e incluso contra grupos enteros. La única alternativa genuina, no violenta, es poder ingresar en el dolor de la otra persona, de tal manera de que sepa que ha sido comprendida, su humanidad reconocida y su dignidad afirmada.

No todos pueden hacer lo que hizo el anciano japonés y desde ya que no cualquiera puede intentar desarmar a una persona potencialmente peligrosa de esa forma. Pero la empatía activa cambia la vida, no solo para uno sino también para la gente con la que uno interactúa. En lugar de responder con enojo a la ira de otra persona, es necesario intentar conocer el motivo del enojo. En general, *si la intención es la de tratar de cambiar el comportamiento de alguien, es necesario ubicarse en su mente, ver el mundo a través de sus ojos y tratar de sentir lo que siente esa persona, y luego decir la palabra o actuar de tal forma que apele a sus emociones, no de las de uno mismo*. Muy poca gente lo logra. Los que sí pueden hacerlo, cambian el mundo.

A handwritten signature in blue ink that reads "Jonathan Sacks". The signature is written in a cursive, flowing style.

- (1) Adaptado de William Ury, *The Power of Positive No*, Hodder Mobius, 2007, 77-80.
- (2) Dos libros recientes sobre el tema son los de Roman Krznaric, *Empathy*, Rider Books, 2015, y Peter Bazalgette, *The Empathy Instinct*, John Murray, 2017. Ver también el libro fascinante de Simon Baron-Cohen, *The Essential Difference*, London, Penguin 2004 sobre por que en esto las mujeres tienden a ser mejores que los hombres.
- (3) Bazalgette, 7.
- (4) Frans de Waal, 'The evolution of empathy', Keltner, Marsh and Smith. *The compassionate Instinct: the science of human goodness*, New York, Norton, 2010,23.
- (5) Rashi a Gen. 1: 1.



Para obtener más material del Rabino Sacks, o para unirse a su lista de correo, por favor visite www.rabbisacks.org

La oficina del Rabino Sacks, PO Box 72007, London, NW6 6RW
+44 (0)20 7286 6391 • info@rabbisacks.org • www.rabbisacks.org

© Rabbi Sacks • Todos los derechos reservados
La oficina del Rabino Sacks es apoyado por The Covenant & Conversation Trust