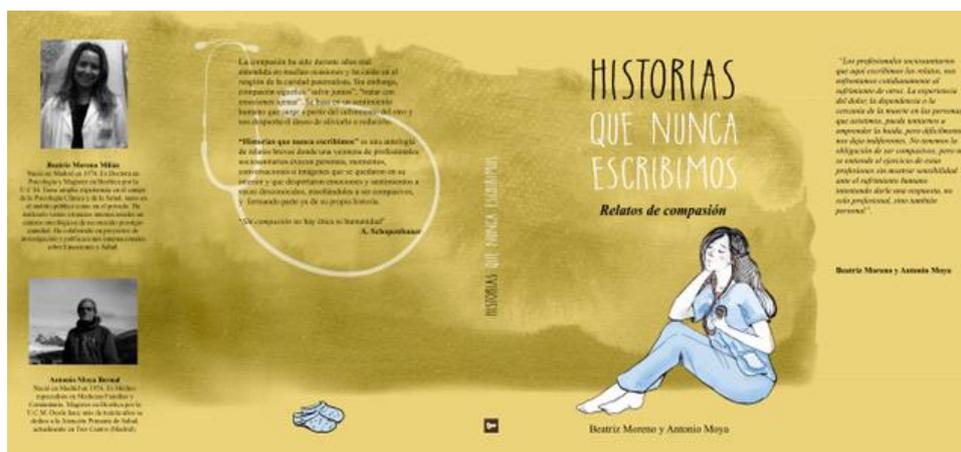


Moreno B, Moya A. (Comp.). *Historias que nunca escribimos. Relatos de Compasión*. Madrid: Editorial Chocolate, 2017.

Javier Barbero



Los profesionales sociosanitarios solemos implicarnos con las experiencias vitales de los ciudadanos, de los pacientes con los que interactuamos diariamente. A veces de manera capilar, otras de modo profundo. En cualquier caso, inciden en nuestras vidas. En ocasiones es tan doloroso que negamos, en otras nos ayuda como aprendizaje para seguir dando un mejor servicio a ese o a otros pacientes... Pero nos cuesta narrarlo. Una mezcla de inundación emocional, de dificultad para poner palabras, de respeto a la intimidad del otro, nos limita la expresión.

Historias que nunca escribimos. Relatos de Compasión quiere romper ese punto de corte. 22 profesionales de la medicina, enfermería, psicología y trabajo social nos narran algunas de esas experiencias, con la peculiaridad de que aluden a algo tan particular como es la compasión.

La palabra *compasión* no es unívoca. La utilización popular a veces la asocia a lástima. Dice Rimpoché que “la compasión es mucho más noble y grandiosa que la lástima”. La lástima tiene sus raíces en el miedo y en una sensación de arrogancia y aires de superioridad, a veces incluso en una complacida sensación de “me alegro de no ser yo”. En palabras de Levine, “cuando tu miedo toca el dolor del otro, se convierte en lástima;

cuando tu amor toca el dolor del otro, se convierte en compasión”. Es el amor conmovido el que moviliza a la ayuda, sin identificarnos emocionalmente con el otro.

La compasión, tal y como describen la letra y la música de nuestros narradores, conlleva el entendimiento del estado emocional del otro, pero ha de ir combinada con un deseo de aliviar o reducir su sufrimiento; quizás por ello se ha descrito en algunos sitios como la “empatía en acción”.

La compasión...

- a) Precisa de la *empatía*, que nos permite percibir y entender la necesidad en el otro,
- b) requiere además el *deseo* de ayudar y aliviar el sufrimiento del otro,
- c) a veces necesita el *coraje* de acercarse al mundo interior tempestuoso del que sufre,
- d) y siempre supone la *acción* orientada a mejorar la situación del que es visto como alguien cercano.

En definitiva, la compasión conlleva *intencionalidad y compromiso*, en este caso el de afrontar las contradicciones y el miedo del otro sufriente. Su *antónimo es la crueldad*, que también tiene la intención, pero –en este caso–, de destruir a la persona.

Pero la compasión no queda en una mera intención, sino que añade a la empatía la *acción*; no sólo te escucho y devuelvo lo que me has dicho, sino que implica un valor añadido: no huir de lo que me traes, procurar mantener el compromiso, la seguridad y la confianza. El Buda de la Compasión, Avalokiteshvara, se representa en la iconografía tibetana con un millar de ojos que ven el dolor en todo el universo y un millar de brazos para llevar su ayuda a todos los rincones. Ese no huir tiene, por tanto, dos ámbitos:

- a) No apartar la mirada, no banalizar, explorar la zona más recóndita de esa experiencia sufriente ante la mínima posibilidad de poder ser aliviada.
- b) Multiplicar tus acciones, tus estrategias, tus herramientas para aliviarla.

La compasión supone un compromiso vivido y, a la vez, es un *compromiso expresado*, que necesita ser comunicado, sea de forma verbal o no verbal.

Por otra parte, la compasión *no es necesariamente una reacción emocional*, aunque la contenga. Es una herramienta proactiva y, en este sentido, elegida. Es decir, el que acompaña ha elegido no huir y acompañar y asumir el riesgo de adentrarse –si fuera el caso- en la experiencia de fragmentación, vacío y de absurdo que pudiera vivir el otro. Con la compasión te conviertes en un compañero de viaje de un itinerario que es del otro, siendo consciente que no es un viaje neutral, precisamente porque toca lo más esencial de la persona (vida – muerte; sentido – sinsentido...) y porque supone un compromiso, al menos, de no abandono.

La compasión con los que sufren adquiere también una dimensión ética no solo por el compromiso de acompañamiento, sino también por la visibilización de nuestro rechazo a la indiferencia ante la experiencia sufriente y a las causas que pudieran generar o intensificar ese sufrimiento. *Con compasión no puede haber neutralidad.*

¿Podemos exigir la compasión a los profesionales sociosanitarios?, se pregunta lúcidamente Ron Paterson. Nuestra obligación moral, aclara Diego Gracia, consiste en realizar valores. Los valores son el origen de nuestros deberes. En este sentido, la compasión no es sólo un valor intrínseco sino también un deber y, por tanto, un compromiso moral. No solo porque sea efectivo, sino porque su ausencia habla de una profunda inhumanidad, sobre todo en las situaciones límites del final de la vida.

Los 22 relatos que en el libro se comparten, tras la estupenda iniciativa y tarea de compilación de Antonio Moya y Beatriz Moreno, médico y psicóloga, expertos en bioética, suponen un ejercicio de visibilidad y de compromiso, así como la expresión de una invitación a un necesario ejercicio de excelencia profesional.