

Por Arantza Echaniz



Altruismo y empatía

Llevo días dándole vueltas al tema de la empatía y el altruismo. Tiempo atrás me impresionó una noticia con este titular: «El fotógrafo René Robert muere congelado en las calles de París tras una caída»¹. Este fotógrafo suizo que había retratado a cantantes, guitarristas y bailaoras de flamenco, murió de hipotermia a los 85 años tras permanecer, a causa de una caída, nueve horas tendido en el suelo en una céntrica calle de París. ¿Cómo es posible? ¿Nadie se dio cuenta? ¿Nadie fue capaz de socorrerle? Unos días después el periodista Michel Mompontet, amigo suyo, dijo en la televisión pública: «Antes de dar lecciones y acusar a quien sea, hay que responder a una pregunta que me incomoda: ¿estoy seguro al 100% de que si me viese ante esa escena, un hombre en el suelo, me habría detenido? ¿Nunca me apartaría de un sin techo acostado ante una puerta? No poder estar seguro al 100% es un dolor que me persigue. Pero tenemos prisa, tenemos prisa, tenemos nuestras vidas, y apartamos la mirada». De este suceso nos hemos enterado porque René Robert no era una persona anónima y en su entorno había quien se hizo eco de las circunstancias de su muerte. Por cierto, quien llamó a los bomberos fue un sin techo del barrio que no quería que su nombre trascendiese. La prisa y la lejanía nos alejan de los otros, sobre todo los sin rostro; no nos duelen.

Afortunadamente, también hay hechos que hacen recuperar la fe en el ser humano. En 2014 en la ciudad de Perth (Australia) un pasajero quedó atrapado entre el vagón y el andén y decenas de personas se unieron para empujar y liberarlo². Más recientemente, varias personas, entre ellas dos inmigrantes, se lanzaron a la ría de Bilbao para salvar a un hombre de 72 años que había caído a la misma tras desvanecerse. Uno de ellos explicaba ante las cámaras: «Gente que se está muriendo delante de mí... Si veo que puedo hacer algo para ayudarlo, tengo que hacerlo»³.

Boris Cyrulnik, reconocido neurólogo, psiquiatra, psicoanalista y etólogo francés, explica

que las personas que han sufrido mucho son muy sensibles al sufrimiento ajeno: «Cuando hemos vivido una tragedia, estamos a la defensiva. Necesitamos defendernos. Y cuando retomamos nuestra vida y sufrimos menos, muy a menudo a la gente le nace un deseo altruista. Tienen ganas de ayudar a otros, porque saben lo que es el sufrimiento [...] El altruismo es un mecanismo de legítima defensa para combatir el dolor»⁴.

El altruismo y la empatía están muy relacionados; sin empatía no hay altruismo. Es necesario dolerse por el dolor ajeno para ponernos en acción, para actuar ante las injusticias, para aliviar el sufrimiento de otro ser humano. «La empatía –añade Cyrulnik– es la capacidad de descentralizarse uno mismo para representar el mundo de otro. Los niños privados de afecto y los niños aislados sensorialmente, si no tienen a nadie, no pueden aprender empatía. Si solo se tienen a sí mismos, se balancean, se vuelven grises, se hieren, se dan cabezazos contra la pared, se mutilan en la adolescencia... Si no hay alteridad, uno mismo es su única alteridad. No hay altruismo porque no hay empatía debido a la carencia afectiva precoz, muy precoz. Hay pedagogía de la empatía: si creamos un entorno seguro para el niño, una vez se sienta seguro, aprenderá a descubrir al otro. Pero solo puede ocurrir si se siente seguro. Entonces se interesará por el otro e iniciará un proceso de altruismo».

Necesitamos espacios seguros en los que poder desarrollar la empatía y el altruismo. Tenemos que abrir la mirada, el oído y el corazón al resto de seres humanos, conocidos o sin rostro. Solo así la humanidad podrá seguir avanzando. (CN)

1) → <https://elpais.com/cultura/2022-01-27/el-fotografo-rene-robert-muere-congelado-en-las-calles-de-paris-tras-una-caida.html>

2) → <https://www.youtube.com/watch?v=BVUGlom1onc>

3) → https://www.lasexta.com/noticias/Sociedad/hablan-heroes-rescate-ria-bilbao-puedes-hacer-algo-tienes-que-hacerlo_2021062160d1023ca3c2c000125db63.html

4) → <https://www.youtube.com/watch?v=rmLeVCfeyE8>.