

Empatía

POR
Joseba Díez
Antxustegi



SUELE decirse que correr es de cobardes, y no sé si es por eso o por alguna otra razón que desconozco, nunca me ha gustado demasiado hacerlo. Reconozco que he solido salir a trotar de vez en cuando, más por esa necesidad de cuidarme cuando acaba la temporada de fútbol que por placer, todo hay que decirlo. Sin embargo, desde hace un par de meses, algo ha cambiado. Y es que he empezado a practicar con cierta frecuencia el running, que es como los modernos llaman ahora a salir a correr. Me pongo los auriculares, las deportivas con suela ergonómica, esa ropa térmica con algún que otro detalle fluorescente y salgo a recorrer kilómetros con cierto gusto. Si estoy empezando a disfrutar de esos ratos es porque durante ese tiempo aprovecho para escuchar algún podcast y darle vueltas a ideas sobre las que nunca antes me había parado a pensar.

El otro día, por ejemplo, y es este el tema sobre el que quería escribir

Cuando alguien sufre lo paso mal. Siempre pienso que podría ser yo el desafortunado. Y eso es, técnicamente, la empatía. Pero, ¿significa ser buena persona? A veces pienso que disimulamos nuestra falta de sensibilidad con autoengaños

hoy, pensé en la palabra empatía. Según la RAE es la capacidad de ponerse en el lugar del otro y su connotación positiva es innegable. Pero, en ese ejercicio de gimnasia tanto física como mental, me dio por cuestionar eso, plantearme preguntas y hacer una reflexión personal. Me considero una persona empática. Cuando alguien cae enfermo, pierde a algún familiar o tiene algún desencuentro amoroso o laboral, lo paso mal. Siempre pienso que podría ser yo el desafortunado. Y eso es, técnicamente, la empatía. Pero, ¿significa ser buena persona? ¿De verdad necesitamos pensar que ese infortunio podría habernos ocurrido a nosotros para sentir pena por quien sufre una desgracia? A veces pienso que disimulamos nuestra falta de sensibilidad con autoengaños y que uno de ellos puede ser la empatía. O puede que no, que esté equivocado y que esta no sea más que la disparatada idea de un runner de nueva generación que necesita mantener ocupada su mente con reflexiones que no llevan a ningún lado para dejar de pensar en lo mucho que le cuesta cada metro que avanza. ●