



# ¡AUXILIOOO

CARECEMOS DE EMPATIA EN TIEMPOS DE CRISIS!

Por Jaimelis Fonseca Sierra

@JaimelisFonseca

**H**ace poco leí una frase en las redes que me llamó la atención, citaba: "Empatía, que gran virtud" y sí, sin duda esa pequeña frase lo dijo todo, la empatía es una cualidad muy particular que posee el ser humano, lo lamentable es que en el tiempo en el que más la necesitamos, es cuando más carecemos de ella. Ser empáticos, está ligado a nuestra inteligencia emocional y se trata de entender las emociones de otros, se trata de entender su posición y su sentir.

Carecemos de tacto, al momento de hacer una crítica social, desbordamos opiniones absurdas y sin medir el impacto que pueden ocasionar en los demás, lanzamos críticas en las redes sin ser testimonio, sin vivir bajo la gotera de otros, sin tener conocimiento de las batallas que otras personas enfrentan; carecemos de empatía para tocar el corazón de los demás, para ayudarlo a reparar, a levantarse y a encontrar un aliciente en medio de la angustia.



¡El mundo necesita más abrazos! No podemos ser ciegos, sordos y mudos frente al dolor e injusticia que nos rodea. Ya no hay consideración, ni amabilidad, ni capacidad de servicio sin intereses, nos

hemos vuelto expertos en cuestionar, en señalar, se esfumó de nuestro ser, la nobleza, misericordia y prudencia de Cristo. Estamos en la obligación de ver lo que está pasando, de informarnos, de leer. Tenemos la obligación de escuchar lamentos y las

promesas que no se cumplen para poder hacer algo al respecto, y tenemos que alzar la voz para decir lo que pensamos, pero los pensamientos no se exponen desde la ofensa.

Estoy tan tocada con la aflicción de otros, que "YO" hoy elijo guardar silencio frente a la vida de los demás, si no tengo nada positivo para aportar, aún más, cuando no conozco su transitar ¿Qué decides hacer tú?

Sé, que somos muchos lo que queremos que esa empatía, que hoy no existe, esté en pequeños detalles del día a día. Que se convierta en un hábito, algo así como una cadena de favores, "Hoy por ti, mañana por mí". Con esto no quiero decir que tengas que llevar las cargas de otros, no se trata de llevar la cruz de otros, se trata de ser "Empáticos", respetuosos, tolerantes, colaboradores, prudentes y de tener sensibilidad y sentido humano.

Somos expertos en compartir pensamientos y poner, quizás, una banderita de algún país afectado por alguna crisis específica, en el perfil de Facebook o twitter. El problema es que hay personas que solo empatizan con los problemas del mundo y no con lo que pasa aquí, en Colombia o en nuestra región, en tu casa, en tu familia o con tus allegados.

Enfatizo en que, cuando leemos una opinión de otra persona en las redes, tenemos derecho a pensar de ella lo que se quiera, a plantear nuestras opiniones, a generar debate. A lo que no tenemos derecho, es a ofender por pensar diferente. Pero somos hábiles para Devorar con ofensas a quien comete un error que se hace público, como si no tuviéramos fallas, como si fuéramos perfectos, solo porque sabemos que aparte de Dios, nadie puede mirar los defectos reales de nuestra alma. ¡Pensar diferente no está mal, lo que está mal es

no aceptar que otros pueden pensar y actuar de manera diferente! ¡querido lector! Si hemos de sacar las garras, que sea por la unión, la solidaridad, el respeto, el amor por los sueños. Esto llamado empatía, une, más no separa, edifica, más no destruye, exalta, más no denigra.

Esto estimados lectores, es lo que es la empatía.

No nacemos siendo empáticos, pero es una virtud que cultivamos y perfeccionamos en nuestro correcto desarrollo emocional, donde aprendemos a dar a otros, no más de lo que necesitamos nosotros mismos. Ayudemos, por poco que sea, a quienes podamos ayudar. Dejemos un minuto de lado el celular y las selfies y veamos algo más que nuestro propio reflejo. No juzguemos antes de conocer a quienes nos rodean porque, aunque piensen distinto y nos cueste entender sus luchas, de seguro tienen una razón para hacerlo y eso no los hace mejores o peores personas. Muchos se deprimen, se agobian, se acomplejan, son luchas ocultas detrás de las redes, en casa, en la familia, en el trabajo, con la pareja, con los amigos. Solo son personas que, si no luchan, no pueden salir adelante. Son señalados, burlados, vulnerados y, ¿saben por qué? Por falta de empatía.