

El arte como instrumento para el desarrollo de la empatía

Art as an instrument to develop empathy

En un artículo anterior (*El arte como instrumento educativo en medicina*) hemos expuesto la idea de introducir el arte como recurso docente en la formación de los profesionales de la salud, propuesta basada en la capacidad que el lenguaje simbólico del arte tiene de reflejar la dimensión emocional humana.¹

En el presente artículo analizaremos uno de los principales componentes del mundo de lo inefable: la actitud empática. La empatía constituye la sublime capacidad humana de vivir "en carne propia" los sentimientos de otra persona, y de poder incluso hacerlo evidente en la relación con ella, ya sean estos sentimientos agradables (alegría, alivio, etc.) o desagradables (tristeza, dolor, etc.).^{2,3} Cuando lo que se experimenta es el sufrimiento del otro, la empatía toma el nombre de compasión.

Por otra parte, no debe confundirse la *compasión* con la *piedad*: si bien en ambas se logra experimentar en algún grado el sufrimiento del otro, en la compasión se lo hace desde un plano emocional de igualdad, mientras que en la piedad se lo hace desde un plano de supuesta superioridad. Asimismo, a la empatía se la debe distinguir de la *simpatía*, en la cual a diferencia de lo que ocurre en la empatía, se produce un contagio emocional, de modo que quien experimenta simpatía no sabe bien cuáles son sus emociones y cuáles las del otro, perdiendo así objetividad. Debe distinguirse también a la *empatía* del mero trato amable (la cordialidad) y de la simple pena inspirada por el infortunio ajeno (la lástima), pues en ambas situaciones no se comparten las emociones del otro.⁴

El ejercicio de la empatía requiere de la conjunción de una serie de condiciones: por un lado el esfuerzo y la apertura para reconocer al otro como portador de emociones, y por otro, el coraje y la paciencia para experimentar transitoriamente dichas emociones en uno mismo, a fin de comprenderlas, pues su fin último es entender lo que el otro experimenta. Por esta razón, es que la empatía exige, tras haber logrado una comunión afectiva, el "distanciamiento" respecto del otro, a fin de evaluar objetivamente la situación y poder decidir y actuar adecuadamente. De ahí que para que la experiencia empática se traduzca en ayuda efectiva, ésta debe ser de carácter transitorio.^{2,4}

Resulta entonces que, si bien todos los seres humanos poseen la capacidad innata de sentir

empatía, ésta puede optimizarse, a través de su ejercitación y mayor comprensión por medio de la lectura (literatura), contemplación (pintura, escultura, danza, cine) y/o escucha (música) de obras maestras del arte universal; pues la genialidad de sus autores les ha permitido infundirles una fuerte eficacia simbólica, a tal punto que el contacto con este tipo de material resulta transformador, pues torna a quien impregna en una persona más sensible y empática.⁵⁻¹⁰

A continuación veamos algunos ejemplos de la literatura universal:

En "Ulysses" de James Joyce, existen diversos pasajes que muestran la gran capacidad empática de su personaje principal (Leopold Bloom); como cuando Bloom se acuerda de la señora Purefoy, quien acaba de dar a luz, y al hacerlo sufre él mismo las sensaciones del trabajo de parto:

¡Pobre señora Purefoy! ¡Imagínese, tres días quejándose en la cama! (...). La cabeza del chico demasiado grande: fórceps.

Durante la experiencia empática, la situación vivida por el otro encuentra eco en el mundo interior de quien lo observa y esa conexión se hace posible gracias a ese "trasbordador al pasado" que es la memoria sentimental. Es que solo se puede sentir lo que se reconoce y si se lo identifica es porque se lo ha padecido. Este tipo de memoria es descrita magistralmente por Marcel Proust en "Por el camino de Swann":

...Pero en el mismo instante en que aquel trago con las migas del bollo, tocó mi paladar, me estremecí, fija mi atención en algo extraordinario que ocurría en mi interior. Un placer delicioso me invadió, me aisló, sin noción de lo que lo causaba. Y él me convirtió las vicisitudes de la vida en indiferentes, sus desastres en inofensivos y su brevedad en ilusoria, todo del mismo modo que opera el amor... ¿De dónde podría venirme aquella alegría tan fuerte? Me daba cuenta de que iba unida al sabor del té y del bollo, pero le excedía en mucho y no debía de ser de la misma naturaleza...

En su obra "La Montaña Mágica", Thomas Mann describe esa sensación de abolición de las coordenadas de tiempo y espacio que envuelve a quien atraviesa una experiencia empática:

"...De pronto se encontró transportado a aquel estado primigenio del alma de cuyo arquetipo había surgido un sueño que había tenido algunas noches atrás... Y fue una sensación tan fuerte, tan infinita, se vio tan enteramente transportado a aquel momento y a aquel lugar del pasado, hasta el punto de perder la conciencia del tiempo y del espacio, que se hubiera dicho

que era un cuerpo inanimado el que yacía en el banco, mientras que el verdadero Hans Castorp se hallaba muy lejos, en un tiempo y un espacio remotos...”

La empatía beneficia a quien la recibe y a quien la ejerce, al hacer que el primero sea mejor comprendido y el segundo más comprensivo respecto de la situación experimentada por el otro. Asimismo, quien ejerce la empatía, vive en definitiva “muchas vidas” y va adquiriendo paulatinamente una extensa experiencia de vida y sabiduría, mucha más de la que jamás podría haber logrado desde los estrechos límites de su ego.^{2,3}

Concluimos entonces en lo valioso que resulta la incorporación del arte como un instrumento educativo en pos de lograr un mayor desarrollo de la capacidad empática en los profesionales de la salud. ■

Dr. Carlos G. Musso y Dra. Paula A. Enz
Escuela de Medicina,
Instituto Universitario del
Hospital Italiano de Buenos Aires,
Argentina

REFERENCIAS

1. Musso CG, Enz PA. El arte como instrumento educativo en medicina. *Arch Argent Pediatr* 2014;112(6):494-5.
2. Musso CG. La empatía en la mitología. Primera parte. *Medicina & Cultura* [Internet] 2012 [Acceso: 29 de diciembre de 2014];6(61). Disponible en: http://www.medicinaycultura.org/61/Articulo_04.htm
3. Musso CG. La empatía en la mitología. Segunda parte. *Medicina & Cultura* [Internet] 2012 [Acceso: 29 de diciembre de 2014];6(62). Disponible en: http://www.medicinaycultura.org/62/Articulo_01.htm
4. Musso CG, Enz PA. Arte y naturaleza humana XII. *Rev Hosp Ital B Aires* 2013;33(2):71-2.
5. Job AJ. Comunicación y sentido. Fundamentos del respeto. Buenos Aires: De los cuatro vientos; 2011.
6. Musso CG, Enz P. La empatía en la obra de James Joyce. Primera parte: Ulysses. *Medicina & Cultura* [Internet] 2012 [Acceso: 29 de diciembre de 2014];6(69). Disponible en: http://www.medicinaycultura.org/69/Articulo_07.htm
7. Musso CG, Enz P. La empatía en la obra de James Joyce. Segunda parte: Finnegans Wake. *Medicina & Cultura* [Internet] 2012 [Acceso: 29 de diciembre de 2014]; 6(70). Disponible en: http://www.medicinaycultura.org/70/Articulo_05.htm
8. Musso CG, Enz P. La empatía en la obra de Thomas Mann. *Medicina & Cultura* [Internet] 2013 [Acceso: 29 de diciembre de 2014];7(78). Disponible en: http://www.medicinaycultura.org/78/Articulo_04.htm
9. Musso CG, Enz P. La empatía y la memoria proustiana. *Medicina & Cultura* [Internet] 2013 [Acceso: 29 de diciembre de 2014];7(79). Disponible en: http://www.medicinaycultura.org/79/Articulo_01.htm
10. Haber A. Jung y el principio de sincronicidad: arquetipos y símbolos. Buenos Aires: Rueda; 1956.