

PAUL BLOOM

# Contra la empatía

Argumentos para  
una compasión racional



taurus



PAUL BLOOM

# Contra la empatía

Argumentos para  
una compasión racional



taurus



SÍGUENOS EN  
**megustaleer**



@Ebooks



@megustaleermex



@megustaleermex

| Penguin  
Random House  
Grupo Editorial |

*Para mi hermana, Elisa Bloom,  
quien siempre sabe hacer lo correcto*

... la empatía se encuentra siempre precariamente entre el regalo y la invasión.

LESLIE JAMISON, *The Empathy Exams*

... los seres humanos son sobre todo seres racionales.

MARTHA NUSSBAUM, *Sex and Justice*

---

## PRÓLOGO

Hace algunos años, me encontraba en casa una hermosa mañana, eludiendo el trabajo y navegando en la red, cuando me enteré de la masacre en Newtown, Connecticut. Los primeros reportes eran terribles, aunque no de una manera inusual (le habían disparado a alguien en una escuela), pero poco a poco los detalles salieron a la luz. Pronto me enteré de que Adam Lanza asesinó a su madre en su cama hacia las nueve de la mañana, y que después se dirigió a la escuela primaria Sandy Hook, en donde asesinó a 20 niños pequeños y a seis adultos. Después, se suicidaría.

Hay mucho que decir respecto a qué motivó a Lanza para cometer tan terrible crimen, pero me interesan más las reacciones del resto de nosotros. Mi esposa quiso ir de inmediato a recoger a nuestros hijos en su escuela y llevarlos a casa, pero se contuvo de hacerlo —nuestros hijos son adolescentes, y aunque hubieran estado en primaria, ella sabía que no tenía sentido—. Sin embargo, entiendo su impulso. Vi videos de padres ansiosos que corrían a la escena del crimen, y puedo imaginarme lo que debían sentir. Tan sólo de pensar en eso ahora, se me revuelve el estómago.

Ese mismo día, más tarde, me encontraba en una cafetería cercana a mi oficina; en una mesa junto a mí, una mujer lloraba mientras era consolada por una amiga; escuché

lo suficiente para enterarme de que, aunque no conocía a nadie en la escuela Sandy Hook, tenía un hijo de la misma edad que varias de las víctimas.

Siempre existirán sucesos que nos conmocionen, tales como los ataques terroristas del 9/11 o los tiroteos masivos que ahora parecen ser parte de la vida cotidiana. Pero para mí y la gente cercana, la masacre de Sandy Hook fue distinta. Se trató de un crimen inusualmente violento, el cual involucró a niños y además ocurrió cerca de donde vivíamos. Casi todos mis conocidos tenían alguna conexión personal con las familias de Newtown.

Unos días más tarde, asistimos a una vigilia en el parque de New Haven; mi hijo más pequeño lloró, y llevó por varios meses un brazalete en honor de las víctimas.

Luego vi por televisión una conferencia de prensa en la que al presidente se le hizo un nudo en la garganta cuando habló acerca de la masacre, y aunque suelo ser cínico en lo que se refiere a políticos, no creo ni por un momento que se tratara de algo calculado. Me dio gusto verlo tan afectado.

Nuestra respuesta a este suceso, en el momento en que ocurrió y más tarde, fue poderosamente influenciada por nuestra empatía, es decir, por la capacidad —muchos la verían como un don— de ver el mundo a través de los ojos del otro, de sentir lo que ellos sienten. Es fácil entender por qué muchas personas consideran a la empatía como una fuerte influencia para el bien y el cambio moral; asimismo, por qué mucha gente cree que el único problema con la empatía es que muchas veces no tenemos la suficiente.

Yo solía pensar así también, pero ya no. La empatía tiene sus méritos; puede ser una gran fuente de placer, en el arte, la ficción y en los deportes; también puede ser importante en las relaciones íntimas, y algunas veces puede motivarnos a hacer el bien. Pero en su totalidad, es una guía

moral mediocre; fundamenta juicios pobres y con frecuencia motiva indiferencia y crueldad. Nos puede llevar a tomar decisiones irracionales y políticas injustas; puede desgastar relaciones importantes, como las que existen entre un doctor y su paciente, y hacernos malos amigos, padres, esposos o esposas. Yo estoy contra la empatía, y uno de los objetivos de este libro será convencerte de que tú también lo estés.

Ésta es una posición radical, pero no *tan* radical, por lo que este libro no es una de esas raras obras que defiende la psicopatía. El argumento contra la empatía no implica que debamos ser egoístas e inmorales; se trata de lo opuesto, es decir, si queremos ser buenas personas y solidarias y hacer del mundo un lugar mejor, entonces estamos mejor sin la empatía.

O para decirlo con más cuidado, en cierta manera estamos mejor sin la empatía. Algunas personas usan el término *empatía* para referirse a todo lo bueno, como un sinónimo de moralidad, amabilidad y compasión. Y muchos de los argumentos a favor de más empatía no hacen más que reflejar la idea de que sería mejor si somos más agradables con el otro. ¡Estoy de acuerdo!

Otros piensan que la empatía es el acto de entender a los otros, de meterse en sus cabezas y descifrar lo que están pensando. En ese sentido tampoco estoy contra la empatía. La inteligencia social es como cualquier clase de inteligencia y puede ser utilizada como una herramienta para el acto moral. Sin embargo, veremos que este tipo de "empatía cognitiva" está sobrevalorada como una fuerza para el bien. Después de todo, la habilidad para leer con exactitud los deseos y las motivaciones de los otros es el sello distintivo del psicópata exitoso y puede ser usada para fines crueles y la explotación.



La noción de empatía que más me interesa es como el acto de sentir lo que se cree sienten las otras personas, experimentar lo que ellos experimentan, es decir, en el sentido que utiliza la mayoría de los psicólogos y filósofos. Pero debo hacer hincapié en que nada delimita a la palabra en sí. Si prefirieren usarla en un sentido más amplio, para referirse a nuestra capacidad de preocuparnos y entender a los otros, está bien. Para ustedes, *no* estoy contra la empatía. Deberían entonces pensar acerca de mis argumentos en relación con un proceso psicológico que muchas personas —no ustedes— entienden como empatía. O bien pueden olvidarse de la terminología por completo y pensar acerca de este libro como una discusión sobre moralidad y psicología moral, en la que se explora lo que te lleva a ser una buena persona.

La idea que analizaré es la referente a que el acto de sentir lo que se cree sienten los otros —como quieras llamarlo— es distinto a ser compasivo, amable y, sobre todo, bueno. Desde un punto de vista moral, estamos mejor sin la empatía.

Muchos consideran esto una afirmación poco creíble. En este sentido, la empatía es una capacidad que muchos creen de vital importancia. Con frecuencia se dice que los ricos no se esfuerzan por comprender lo que implica ser pobre y que si lo hicieran, habría más equidad y justicia social. Siempre que hay tiroteos contra afroamericanos desarmados, los comentaristas de izquierda argumentan que la policía no tiene la suficiente empatía por los adolescentes de raza negra, mientras que los de la derecha sostienen que los críticos de la policía no empatizan con los oficiales, quienes tienen que enfrentarse a situaciones difíciles, estresantes y peligrosas. Se dice que los blancos no tienen la suficiente empatía por los negros y que los hombres tampoco la tienen por las mujeres. Muchos comentaristas estarían de

acuerdo con Barack Obama y dirían que los enfrentamientos entre palestinos e israelitas terminarán sólo cuando en cada lado “aprendan a ponerse en los zapatos del otro”.<sup>1</sup> Algunos capítulos más adelante, conoceremos a un psicólogo que argumenta que si tan sólo los nazis hubieran tenido más empatía, el Holocausto nunca habría ocurrido. Hay muchos que sostienen que si los doctores y terapeutas tuvieran más empatía, serían mejores en sus trabajos, y si algunos políticos también lo hicieran, no apoyarían políticas tan corruptas. Sin duda muchos pensamos que si la gente que nos rodea tuviera más empatía por las situaciones que atravesamos, si pudieran verdaderamente sentir cómo son nuestras vidas en realidad, nos tratarían mucho mejor.

Pienso que todo esto es un error. Los problemas que enfrentamos como sociedad y como individuos rara vez se relacionan con la falta de empatía. Al contrario, a menudo se deben al exceso de ella.

No se trata tan sólo de un ataque contra la empatía, sino que la agenda es más amplia. Quiero argumentar a favor de la importancia del razonamiento consciente y reflexivo en la vida diaria, es decir, abogo por que tratemos de usar la cabeza, en lugar del corazón. Aunque lo intentamos bastante, deberíamos tratar de hacerlo más.

Ésta no es una posición popular; algunos la llamarían ignorante e ingenua. Algunos de mis colegas arguyen que nuestros juicios y acciones más importantes son producto de procesos neuronales inconscientes. A Sigmund Freud se le reconoce por haberse anticipado y defender la versión más sólida de esta postura, pero en tiempos modernos ha sido resucitada, en algunos casos, en las formas más extremas. Ya he perdido la cuenta de cuántas veces he escuchado a algunos filósofos, críticos o intelectuales declarar que los psicólogos han probado que no somos seres racionales.

Este rechazo a la razón, en particular, es muy fuerte en el campo de la moral. Ahora se acepta que muchos de nuestros juicios sobre el bien y el mal están determinados por reacciones viscerales como empatía, ira, repulsión y amor, y que tanto la deliberación como la racionalidad son en gran medida irrelevantes. Como dice Frans de Waal: no vivimos en una era de razón, sino de empatía.<sup>2</sup>

Es probable que —al menos así es para algunos de nosotros— nuestras opiniones respecto al aborto y la pena de muerte sean producto de una cuidadosa deliberación, y que nuestros actos morales particulares, tales como donar a la caridad o visitar a un amigo en el hospital —y es más, robar en una tienda o gritar un insulto racista desde la ventana del auto—, estén basados en una decisión tomada de manera consciente. Pero se dice que esto no es así. Como argumenta Jonathan Haidt,<sup>3</sup> no somos jueces, sino abogados inventando justificaciones para las acciones que realizamos. La razón es impotente. Waal está de acuerdo en que “celebramos la racionalidad, pero a la hora de la verdad le damos poca importancia”.<sup>4</sup>

Algunos expertos nos asegurarán que la naturaleza emocional de la moralidad es algo bueno, pues la moralidad no es algo que deberíamos pensar con detenimiento. Muchos de nuestros modelos de moralidad —reales o ficticios— no son maximizadores racionales o lumbreras de la ética, sino gente de corazón. Desde Huckleberry Finn, pasando por Pip, hasta Jack Bauer; desde Jesús hasta Gandhi o Martin Luther King Jr.; todos son individuos de grandes sentimientos. Pero entonces la racionalidad te convierte en un Hannibal Lecter o Lex Luthor.

Ahora, no creo que esta perspectiva sobre la mente y la moralidad esté totalmente equivocada. Gran parte de los juicios morales no son el resultado de una reflexión cons-

ciente. De hecho, mi libro más reciente, *Just Babies*,<sup>5</sup> trata acerca del origen de la comprensión moral; ahí argumento que incluso los bebés pueden distinguir entre el bien y el mal, además sabemos que los bebés reflexionan de manera consciente. Hay mucha evidencia de que los fundamentos de la moralidad han evolucionado a través del proceso de la selección natural. No los inventamos nosotros.

Está claro también que las emociones juegan un papel fundamental en nuestras vidas morales, y esto es bueno en algunas ocasiones. La necesidad del sentimiento ha sido defendida por Confucio y otros sabios chinos de su época y también por los filósofos de la Ilustración escocesa, y ha recibido más apoyo a raíz de los recientes trabajos en la neurociencia y ciencia cognitiva. Se ha demostrado en numerosas ocasiones, por ejemplo, que el daño en partes del cerebro que están relacionadas con las emociones tiene un efecto devastador en la vida de las personas.<sup>6</sup> Estudios recientes realizados por mi colega David Rand<sup>7</sup> han encontrado que nuestro instinto al tomar decisiones es con frecuencia amable y cooperativo; reflexionar con detenimiento, algunas veces, nos hace actuar mal.

Pero escribí el libro que tienen en sus manos porque creo que nuestra naturaleza emocional está sobrevalorada. Tenemos instintos, pero también tenemos la capacidad de ignorarlos, de pensar bien las cosas, incluso las cuestiones morales, y de llegar a conclusiones que pueden sorprendernos. Creo que es ahí donde reside la acción efectiva; es lo que nos distingue como humanos, y lo que nos proporciona el potencial de ser mejores con el otro, para crear un mundo con menos sufrimiento, más próspero y con mayor felicidad.

No hay nada más natural, por ejemplo, que la prioridad que le damos a nuestros amigos y familia; nadie dudaría

que nos preocupamos más por ellos que por los extraños. La influencia de la familia se expresa en la siguiente frase: “la sangre es más espesa que el agua”, mientras que la inclinación por la reciprocidad fue bien resumida por uno de mis familiares preferidos en un brindis que aprendí de niño:

Brindo por los que me desean el bien,  
y al infierno se pueden ir quienes no lo hagan.

Desde una perspectiva darwiniana, estas preferencias resultan muy obvias. Aquellas criaturas que favorecen a los suyos se encuentran en una gran ventaja con respecto a aquellos que son imparciales. Si alguna vez surgiera un hombre que fuera indiferente a un amigo y prefiriera a un extraño, al hijo de otro antes que al suyo, sus genes serían dominados por los de aquellos que se preocuparon más por los suyos. Ésa es la razón por la cual no somos igualitarios por naturaleza.

Estos deseos estrechos nunca se irán, y quizá no deberían hacerlo. Hablaremos de esto más adelante, pero no estoy seguro de lo que pensaríamos sobre una persona que no tenga un amor especial por sus amigos y familia, por alguien que se preocupa por todo el mundo de igual manera. Algunos verían a esta persona como a un santo. Otros, me incluyo, piensan que esto es ir demasiado lejos y que hay algo repulsivo sobre vivir de esa forma.

Pero, en cualquier caso, estas preferencias innatas no nos definen. Somos lo suficientemente inteligentes para comprender que las vidas de aquellos en tierras lejanas (gente que no está relacionada con nosotros, no nos conoce, no nos desea el bien) importan tanto como las de nuestros hijos. No deberían irse al infierno. Podemos entender que favorecer a nuestro propio grupo étnico o raza, por más natural e intuitivo que sea, puede resultar injusto e in-

moral. Y podemos actuar para hacer valer la imparcialidad, por ejemplo, promoviendo políticas que establezcan ciertos principios de justicia imparcial.

Entonces, somos creaturas emocionales, pero también somos seres racionales, con la capacidad para tomar decisiones racionales. Podemos ignorar, evadir y rechazar nuestras pasiones, y esto es algo que deberíamos hacer con frecuencia. No es difícil verlo así con respecto a sentimientos como la ira y el odio; es claro que estos sentimientos pueden llevarnos por mal camino, que estamos mejor cuando no nos dominan y cuando somos capaces de eludirlos. Pero lo que realmente determinaría el argumento a favor de la racionalidad sería demostrar que esto es verdad también para algo aparentemente positivo como lo es la empatía. Ésta es una de las razones por las que escribí este libro.

Por lo tanto, voy a reflexionar sobre tres cuestiones: primero, que nuestras decisiones y actos morales están moldeados profundamente por la influencia de la empatía; segundo, esto con frecuencia hace del mundo un lugar peor, y tercero, tenemos la capacidad de hacerlo mejor.

Pero ¿cómo es que la empatía nos lleva por mal camino? Bueno, continúa leyendo. En resumen: la empatía funciona como un reflector que se enfoca en algunas personas en el aquí y el ahora. Esto hace que nos preocupemos más por ellos, pero nos vuelve insensibles a las consecuencias a largo plazo de nuestros actos y nos ciega también al sufrimiento de aquellos con los que no empatizamos o no podemos hacerlo. Es parcial, y nos empuja en dirección del racismo y la estrechez mental. Es miope, ya que nos motiva a hacer cosas que podrían ser mejores a corto plazo, pero que llevan a resultados trágicos en el futuro. Nos hace incompetentes para el cálculo aritmético, pues favorece a uno sobre muchos. La empatía puede provocar violencia;

es una poderosa fuerza que lleva a la guerra y a cometer atrocidades a los otros. En las relaciones personales es corrosiva; agota el espíritu y puede disminuir la fuerza de la bondad y el amor.

Cuando termines de leer este libro, es posible que te preguntes si hay algo que *no* sea negativo en la empatía.

Ahora bien, nunca viviremos en un mundo sin empatía —o sin ira, vergüenza u odio, en realidad—, y no me gustaría vivir en un mundo así. Todos estos sentimientos se incorporan en nuestras vidas de muchas maneras. Pero sí creo que podemos desarrollar una cultura en la que estas emociones ocupen un lugar apropiado, y este libro es sólo un paso en esa dirección.

Ya he dicho que esta postura no es popular, pero difícilmente soy una voz en el desierto; estoy lejos de ser la primera persona en defender esta crítica. Hay muchos que han argumentado lo poco fiable que es la empatía, como Richard Davidson, Sam Harris, Jesse Prinz y Peter Singer, y también quienes han defendido la crucial importancia de la razón en la vida diaria, como Michael Lynch y Michael Shermer. Me tranquiliza tener a estos expertos de mi lado. Otros han delineado los límites de la empatía y la han distinguido con minuciosidad de otras capacidades, como la compasión y el sentido de justicia. Aquí puedo mencionar a Jean Decety, David DeSteno, Joshua Greene, Martin Hoffman, Larissa MacFarquhar, Martha Nussbaum y Steven Pinker. Estoy particularmente impresionado por la investigación de la neurocientífica cognitiva Tania Singer y del monje budista Matthieu Ricard; ambos expertos han trabajado en conjunto para analizar las diferencias entre compasión y empatía. También he sido influenciado por la novelista Leslie Jamison, así como por la crítica literaria y ensayista Elaine Scarry, quienes tienen ideas fascinantes acerca de la empatía y sus límites.