

PRZYMIERZE I ROZMOWA

IDEE JUDAIZMU, KTÓRE ODMIENIAJĄ ŻYCIE.
STUDIOWANIE TORY Z RABINEM SACKSEM.

www.rabbisacks.org

@rabbisacks    



Tłumaczenie: Jolanta Różyło
CHIDUSZ.COM

Moc empatii Miszpaticim – 10 lutego 2018 / 25 szwat 5778

William Ury, twórca Programu Negocjacji Harvarda w jednej ze swoich książek „The Power of a Positive No” opowiada wspaniałą historię. Pewien młody Amerykanin, który wyjechał do Japonii, aby doskonalić się w sztuce aikido, któregoś dnia siedział w pociągu jadącym przez przedmieścia Tokio. Wagon był w połowie pusty. Siedziały w nim matki z dziećmi i staruszkowie jadący do miasta na zakupy.

Na jednej ze stacji drzwi otworzyły się i wszedł przez nie chwiejnym krokiem mężczyzna. Był brudny, głośny i agresywny. Zaczął obrażać ludzi w pociągu, po czym rzucił się na kobietę z dzieckiem na rękach. Kobieta odskoczyła i wylądowała na kolanach pary starszych ludzi, którzy natychmiast zerwali się z miejsc i uciekli na drugi koniec wagonu. To jeszcze bardziej wściekło pijanego mężczyznę, który, próbując wyrwać z zawiasów metalową rurę, ruszył za nimi. Zrobiło się niebezpiecznie i młody student zaczął szykować się do walki.

Zanim jednak zdecydował postawić się mężczyźnie, mały, starszy pan w kimonie przyjaźnie zawołał do pijaka: - Hej! Chodź tu, porozmawiajmy! On, jak zahipnotyzowany, podszedł do staruszka i zapytał: - Po co miałbym z tobą rozmawiać? - Co pijesz? - zapytał staruszek. - Sake! I to nie twój interes - odparł pijak. - Wspaniale! Uwielbiam sake! Co wieczór z moją żoną, która ma siedemdziesiąt sześć lat, podgrzewamy małą butelkę sake i siadamy z nią w ogrodzie na starej, drewnianej ławce. Oglądamy zachód słońca i patrzymy jak rośnie nasza persymona. Zasadził ją jeszcze mój dziadek...

Powoli twarz pijanego mężczyzny zaczęła się uspokajać się, a jego pięści rozluźniły. - Tak... Też lubię persymony - powiedział. - I na pewno też masz wspaniałą żonę - odrzekł starzec, uśmiechając się.

- Nie. Moja żona umarła - pijany zaczął cicho płakać - nie mam żony, nie mam domu, nie mam pracy! Wstydzę się za siebie. Po jego policzkach popłynęły łzy.

Kiedy pociąg zbliżał się do przystanku, na którym wysiadał student, pijany mężczyzna siedział już z głową na kolanach starca, który głaskał go delikatnie i z przyjaznym westchnieniem mówił: No już. Nie jest ci łatwo. Usiądź tu obok i opowiedz mi o wszystkim. Starszy pan osiągnął dobrym słowem to, co student chciał rozwiązać siłą.

Takie historie pokazują moc empatii, widzenia świata oczami innych, wchodzenia w ich role i pokazywania im tym samym, że ich rozumiemy, słyszymy, i że są potrzebni¹.

Jedno przykazanie w szczególny sposób podkreśla znaczenie i moc empatii. Pojawia się ono w parszy *Miszpatim*: „Cudzoziemca nie uciskaj; wszak wyście świadomi stanu duszy cudzoziemca, bo cudzoziemcami byliście w ziemi Micraim” (Szemot 23:9).

Skąd taki nakaz? Współodczuwanie dotyczy przecież znacznie szerszego grona niż grupa nieznajomych - jest ważne w relacji pomiędzy małżonkami, rodzicami i dziećmi, sąsiadami, kolegami z pracy i w wielu innych przypadkach. Empatia jest niezbędna w relacjach międzyludzkich w ogóle, dlatego więc Tora mówi o niej w wąskim kontekście nieznajomych?

Jest tak, ponieważ, jak pisze Peter Bazalgette, „poziom empatii największy jest w grupach, w których ludzie identyfikują się ze sobą nawzajem: w rodzinach, wśród przyjaciół, w klubach, gangach, wspólnotach religijnych, czy między przedstawicielami tej samej grupy etnicznej”. Zatem im bardziej umacniają się więzi w grupie, tym bardziej podejrzliwi stajemy się wobec obcych i zaczynamy się ich bać. Łatwo jest „kochać sąsiada swego jak siebie samego”, ale znacznie trudniej kochać lub choćby odnosić się z empatią do nieznajomego. Prymatolog Frans de Waal w książce „The Evolution of Empathy” opisuje to zjawisko tak: „W procesie ewolucji wykształciliśmy nienawiść do naszych wrogów, mechanizm ignorowania ludzi, których dobrze nie znamy i nieufności wobec tych, którzy

¹ Warte przeczytania nowe publikacje poruszające temat empatii to „Empathy” Romana Krznarica (Rider Books 2015) i „The Empathy Instinct” Petera Bazalgette (John Murray 2017) oraz nieco starsza „The Essential Difference” Simona Barona-Cohana (Penguin, London 2004) o tym, dlaczego kobiety mają w sobie więcej empatii niż mężczyźni.

różnią się od nas wyglądem. Nawet jeśli nauczyliśmy się świetnie współpracować wewnątrz wspólnoty, w zetknięciu z nieznanymi stajemy się niemalże innymi zwierzętami”.

Strach przed Innym może hamować empatyczne reakcje, dlatego też to konkretne przykazanie z parszy *Miszpatim* może zmienić nasze życie. Nie chodzi w nim tylko o współczucie obcemu i wyobrażanie sobie siebie w jego sytuacji. Tora delikatnie wskazuje, że lekcja płynąca z tego przykazania była jednym z powodów wyjścia Izraelitów z Egiptu. Bóg zdaje się mówić w słowach przykazania: przez swoje cierpienia nauczyliście się czegoś o ogromnym znaczeniu, byliście uciskani, a teraz będziecie ratunkiem dla uciskanych, kimkolwiek oni będą. Doznaliście cierpienia, więc będziecie przychodzić z pomocą cierpiącym.

Tak też było. Żydzi pomagali Gandhiemu w walce o niepodległość Indii; Martinowi Lutherowi Kingowi w wysiłkach, aby Afroamerykanie uzyskali prawa obywatelskie; Nelsonowi Mandeli, kiedy toczył bój o zakończenie apartheidu. W przypadku klęski żywiołowej izraelska ekipa medyczna zazwyczaj zjawia się jako jedna z pierwszych tam, gdzie potrzebna jest pomoc. W religijnej interpretacji doświadczenie własnego cierpienia może posłużyć, aby lepiej zrozumieć cierpienie innych. Dlatego wielokrotnie przekonywałem się już, że to właśnie należące do naszej wspólnoty ocalali z Zagłady najmocniej identyfikowali się z ofiarami konfliktów na tle etnicznym w Bośni, Rwandzie, Kosowie i Darfurze.

W książce „Not in God’s Name” dowodziłem, że empatia jest wpisana w strukturę niektórych biblijnych opowieści: o Hagar i Iszmaelu, kiedy wysłani zostają na pustynię; o Ezawie, który przychodzi do ojca, aby otrzymać błogosławieństwo pierworodnego i dowiadyuje się, że odebrał mu je Jakub; i o uczuciach Lei, kiedy zdaje sobie sprawę, że Jakub bardziej kocha Rachelę. Te historie zmuszają nas do uznania człowieczeństwa Innego - niewybranego, niekochanego, odrzuconego.

Być może właśnie z tego powodu Tora opowiada nam te historie. Biblia hebrajska jest właściwie księgą prawa, po co w niej więc narracja? Ponieważ prawo bez empatii równoznaczne jest z wymierzaniem sprawiedliwości bez współczucia. Raszi mówi, że „pierwotnie Bóg chciał stworzyć świat zbudowany tylko na sprawiedliwości, ale zauważył, że nie przetrwałby on w tej formie. Dlatego postanowił, że sprawiedliwość musi poprzedzać współczucie” (Raszi, kom. do Be-reszit 1:1). Tak uczynił Bóg i chce, byśmy i my tak czynili. Opowieści są najefektywniejszym sposobem oddziaływania na naszą wyobraźnię, dzięki któremu możemy uzyskać dostęp do świata wewnętrznego innych ludzi.

Empatia nie jest emocjonalną fanaberią, czy drugorzędnym dodatkiem do naszego etycznego życia. Jest czymś absolutnie niezbędnym w rozwiązywaniu konfliktów. Ludzie, którzy doznali cierpienia,

często odreagowują, zadając cierpienie innym, czego rezultatem jest przemoc - psychiczna czy fizyczna, skierowana przeciwko jednostkom czy całym grupom. W takiej sytuacji jedyną prawdziwą, pokojową alternatywą jest wejście w rolę drugiej osoby, zapewniając ją, jego, czy ich, że rozumiemy i widzimy ich ludzką twarz i uznajemy ich godność.

Nie każdy jest w stanie zrobić to, czego dokonał japoński staruszek, a już na pewno nie każdy powinien próbować obezwładnić w ten sposób potencjalnie groźnego człowieka. Kultywowanie empatii może jednak zmienić nasze życie i życie ludzi, którzy nas otaczają. Zamiast odpowiadać agresją na agresję, starajmy się zrozumieć jej przyczynę. Chcąc zmienić zachowanie drugiego człowieka, musimy spróbować zobaczyć świat jego oczami, myśleć jak on i starać się poczuć to, co on czuje, a następnie powiedzieć lub zrobić coś, co przemówi do jego emocji - nie naszych. Nie jest to łatwe i niewielu ludzi wie, jak tego dokonać. Ci jednak, którzy tę sztukę opanowali, zmieniają świat.