



Compasión Idiota

Por Pema Chödrön

Estudiante: Me interesa la idea de la compasión idiota que aparece en el libro de Ken McLeod “Despierta a tu Vida”, y sentir compasión por alguien que te está haciendo daño o de quien deberías separarte. ¿Como se hace la diferencia entre la compasión y la necesidad de apartarse de una situación dañina?

Pema Chödrön: Compasión idiota es una gran expresión, que fue acuñada originalmente por Trungpa Rimpoche. Se refiere a algo que todos hacemos mucho y que llamamos compasión. De alguna manera es lo que se conoce como ser permisivos. Es la tendencia general a darle a la gente lo que ellos quieren porque no puedes tolerar verlos sufrir. Básicamente, no les estás dando lo que necesitan. Estas tratando de huir de la sensación de no soportar verlos sufrir. En otras palabras, lo estás haciendo para ti, no para ellos.

Cuando tienes la situación clara y eres capaz de fijar límites apropiado, sabes que si alguien es violento y demuestra violencia hacia ti—usando esto como ejemplo—lo realmente compasivo no es dejar que eso pase y así permitir que alguien pueda seguir alimentando su violencia y agresión. Por supuesto que la otra persona se va a descontrolar y a enojar mucho. Y también va a ser difícil para ti pasar por el proceso de dejar la situación. Pero esa es la acción realmente compasiva en ese caso.

También es la acción compasiva hacia ti, ya que tú eres parte de esa dinámica que se reforzaba al quedarte. Y ahora vas hacer una cosa que te asusta, que es muy distinta y que te deja sin piso. Pero es lo más compasivo para ti, en vez de quedarte en una relación degradante, destructiva y abusiva.

Y es lo más compasivo para las otras personas también. Ciertamente no te darán las gracias y ciertamente no se quedarán contentos. Pasaran por muchas cosas. Pero si van a tener alguna oportunidad de despertar o de trabajar su lado del problema, su comportamiento abusivo o lo que sea, esta es la única oportunidad; que tú pongas un límite y salgas de allí.

Todos conocemos historias de personas que han tocado ese fondo, en donde quienes ellos aman han dejado de darles el tipo de compasión equivocada y simplemente se han ido. Eso a veces despierta a una persona, y empiezan hacer lo que necesitan hacer.