

## LA DURA COMPASSIONE

Inc. sostiene che solitamente il concetto di compassione si applica a situazioni di risoluzione delle battaglie di questo mondo attraverso l'amore per entrambe le parti o la promozione della minore sofferenza per ogni persona. Secondo gli psicologi esiste anche una **compassione dura**, che viene così definita:

**Volontà di sopportare o di infliggere qualche dispiacere per promuovere un benessere di lungo termine.**

Inc. suggerisce le seguenti vie per sviluppare una dura compassione:

- Focalizzare sul peccato e non sul peccatore, disapprovando la credenza o il comportamento, non la persona, come essere umano che può essere vulnerabile
- Aiutarsi con esempi e similitudini, non con i duri fatti, comunicando in modo pieno di compassione quello che accettiamo o disapproviamo, e coinvolgendo nella discussione l'altra persona
- Sfruttare i benefici della dura compassione, ascoltando, comprendendo e creando spazi per la persona a pensare in modo diverso
- Prepararsi al colloquio, scrivendo alcuni punti da toccare e scegliendo alcune similitudini
- Se si viene offesi o maltrattati, andarsene è una forma di dura compassione

Commenti

Nel materialistico mondo di oggi, dimostrare compassione può significare essere un perdente. La forma dura suggerita dagli psicologi può essere più equa in quanto lascia spazio a giudizi anche spiacevoli ma a fin di bene e rispettosi della persona.