"BUGIL EMPATI"

Kadang perilaku dan pernyataan yang nyata salah dan buruk bahkan menzalimi banyak orang .terlihat kabur di mata orang bugil empati, malah benar dan baik bagi perawat benci

Bila yang dizalimi melawan sendirian kezaliman, berarti simpati dan empati masyarakat .sekitarnya telah menguap

Bila biasa memanjakan diri dengan kenyamanan, enggan meninggalkannya walau sesaat. Bila .meninggalkan kenyamanan, jiwa kehilangan empati

Kenyamanan merupakan sesuatu yang dapat memberikan rasa nyaman, aman, dan sejahtera bagi seseorang. Namun, terlalu lama berada dalam zona kenyamanan dapat menghambat .kemajuan dan pertumbuhan pribadi

Saat seseorang terlalu terpaku pada kenyamanan dan enggan meninggalkannya, dia kehilangan empati. Karena terlalu fokus pada diri sendiri dan kepentingan pribadi, kepekaannya terhadap perasaan dan kebutuhan orang lain di sekitarnya menipis dan bisa bisa mengalami .korosi

Psikolog terkenal Carl Rogers mengembangkan teori peran empati dalam konsep terapi klien-pusatnya. Menurut Rogers, empati adalah kemampuan untuk merasakan pengalaman subjektif .seseorang dengan penuh pengertian tanpa menilai atau menyalahkan

Agar tetap normal sebagai manusia yang manusiawi perlu menoleh ke kanan dan kiri dan melihat sekitar dengan pikiran yang jernih dan perasaan yang bening, mengayunkan langkah dan keluar dari zona kenyamanan lalu belajar untuk lebih memahami dan merasakan perasaan orang lain. Bila sukses merawat empati, ia berpeluang untuk menjadi rendah hati, dermawan, berjiwa relawan, solider dan penolong. Orang empatik pantang pamer, tidak mudah .tersinggung, tak pamrih dan pemaaf