

La violencia de hoy y sus antídotos

por **D. Luis Rojas Marcos**

*Conferencia pronunciada
el 27 de mayo de 1996*

Forum Deusto

La violencia de hoy y sus antídotos

por D. Luis Rojas Marcos*

La violencia constituye una de las tres fuentes principales del poder humano; las otras dos son el conocimiento y el dinero. Estas tres fuerzas afectan nuestras vidas desde que nacemos hasta que morimos. La violencia, sin embargo, es la forma más inferior y primitiva de poder, porque sólo se puede usar para castigar, para destruir, para hacer daño. El conocimiento y el dinero son fuerzas mucho más versátiles. Ambas se pueden manipular tanto para premiar como para sancionar.

La violencia ha marcado la faz de la humanidad con cicatrices indelebles, ha impregnado nuestra identidad y ha configurado gran parte de nuestra historia. Los malos tratos en la intimidad del hogar, la esclavitud de los celos, la ruina de la violación sexual, el terror del crimen, el sadismo gratuito, la furia de la venganza y la autodestrucción desesperada nos azotan con machacona regularidad. A través de los siglos, niños, mujeres, ancianos, enfermos mentales, esclavos, grupos étnicos minoritarios, homosexuales, prisioneros de guerra y otros seres físicamente débiles o indefensos, han sido objetos seguros de ultraje, de explotación y de tormento.

* Luis Rojas Marcos nació en Sevilla y reside en Nueva York desde 1968. Licenciado en Medicina por la Universidad de Sevilla y doctor por las universidades de Bilbao y del Estado de Nueva York, se especializó en Psiquiatría en esta ciudad. Desde 1995, Rojas Marcos es presidente de la Corporación de Salud y Hospitales de Nueva York. Profesor de Psiquiatría de la Universidad de Nueva York, Rojas Marcos es miembro de la Academia de Medicina de Nueva York y de la Asociación Americana de Salud Pública. De 1981 a 1992 fue director del Sistema Hospitalario Psiquiátrico de Nueva York, y de 1992 a 1995 fue responsable de los Servicios de Salud Mental de Nueva York. Rojas Marcos ha publicado numerosos artículos en revistas científicas y es autor de libros como *La ciudad y sus desafíos*, *La pareja rota* y *Las semillas de la violencia* (Premio Espasa Ensayo 1995).

Repasemos algunos de los escenarios más comunes de la violencia de hoy.

Los seres humanos tenemos una alta probabilidad de ser torturados física y mentalmente en la esfera privada del hogar, a manos de alguien supuestamente querido, de un miembro de nuestro propio clan. Dentro del seno familiar, las mujeres y los niños han sido las víctimas tradicionales de la agresión maligna. Su menor fortaleza física les hace objetos más fáciles de explotación y de abuso. Por otra parte, a lo largo de los siglos, muchos principios culturales han impuesto la subyugación casi absoluta de la mujer al hombre y de los pequeños a sus mayores.

En la complicada trama de las relaciones amorosas existen dos situaciones que evidencian con una dureza sorprendente cómo el amor y el odio se entrelazan en el corazón humano: me refiero a los celos y a la ruptura de la relación de pareja. Los celos son una experiencia universal cargada de violencia cuya base es la infidelidad, real o imaginaria, de la persona amada. Ante la amenaza de la pérdida de la pareja con un rival, el amante abrumado por la sospecha puede llegar a matar a su amada, al contrincante, o a ambos y, en algunos casos, incluso a suicidarse, para así evitar la separación en la vida o asegurar la unión en la muerte.

Las rupturas de parejas engendran casi siempre profundos sentimientos de odio. Al romperse la relación, tanto el que se va como el que se queda sufren una profunda amargura, una enorme decepción. Quienes se encuentran engañados por el cónyuge no pueden remediar sentirse además estafados por la vida. Conscientes del doloroso y humillante fracaso, muchos son impulsados por un insaciable rencor y buscan el desquite a toda costa. Por eso el divorcio se ha comparado con una guerra civil, en la que resulta increíble el grado de crueldad y de destrucción que tantos miembros de parejas rotas están dispuestos a infligirse mutuamente. El motivo aparente de esta inquina suele ser la revancha pero generalmente hay algo más profundo: se trata del amargo resentimiento que acompaña a la metamorfosis del amor en odio.

El sometimiento sexual forzoso de la mujer por el hombre también ha impregnado en abundancia la historia de la humanidad y constituye otro enorme problema de violencia en muchas sociedades modernas. La violación de la mujer se ha practicado asiduamente durante épocas de esclavitud, de servidumbre, de guerra y de paz. Tampoco hay que olvidar que en el ámbito del matrimonio la vejación de la esposa y su sumisión absoluta a los caprichos sexuales del marido —por arbitrarios o denigrantes que sean— han sido consideradas parte integrante del contrato nupcial.

La delincuencia violenta y criminal, especialmente por parte de menores, se ha convertido en una inexplicable pesadilla colectiva. La época en que los jóvenes se peleaban usando sólo los puños ha pasado a la historia. Cada día hay más gente joven que resuelve sus diferencias y conflictos triviales con navajas o recurriendo a las armas de fuego y matándose unos a otros. A menudo los agresores son demasiado jóvenes para darse cuenta de que la muerte no es reversible, no es un truco que se hace y deshace en un abrir y cerrar de ojos.

La violencia urbana ha creado tal tensión en la vida cotidiana que la aprensión a ser víctima de un ataque brutal gratuito, sin motivo aparente, a manos de un extraño, posee un ingrediente terrorífico especial. Lo espantoso de estas agresiones malignas que ocurren inesperadamente, al que rompen los esquemas y las hipótesis sobre lo que debe ser la convivencia civilizada. Cuando un inocente cae víctima de la violencia casual, todas las premisas establecidas sobre el orden social se desmoronan. El miedo a que en cualquier momento, en cualquier lugar, surja algún enajenado y sin aviso ni explicación nos relegue al olvido, es particularmente horripilante.

La venganza es otro sentimiento eminentemente humano que posee la fuerza irresistible de un instinto, el ímpetu de una pasión irracional y primitiva que mina la convivencia. Sus consecuencias pueden llegar a ser tan crueles y degradantes como las herramientas mismas de los ajusticiamientos. Muchos hombres y mujeres, a pesar de padecer enormes privaciones, dedican su existencia a «saldar las cuentas». Algunos hasta dan la vida por este empeño. La venganza a menudo es contagiosa y bajo ciertas circunstancias pasa de generación en generación.

El atractivo de la violencia cruel como espectáculo no ha desaparecido a pesar de la evolución y el progreso de la humanidad. En este sentido, aunque estamos a un paso del próximo milenio, no nos encontramos psicológicamente muy lejos de los patricios romanos de antaño o de las multitudes entusiasmadas que asistían a las torturas y ejecuciones públicas. El sustituto moderno del circo o del patíbulo son las escenas del cine y la televisión que representan toda la variedad existente de agresión maligna entre las personas. Hoy en día vivimos en una cultura de fascinación por la violencia.

La agresión entre las personas ha sido justificada con todo tipo de razonamientos: biológicos, psicológicos, sociales, económicos, culturales, filosóficos, políticos, militares y religiosos. Y, según la ideología predominante, ha sido interpretada como una necesidad irremediable, un

pecado, un crimen, una enfermedad o un problema social. ¿Qué hay dentro de nosotros que nos mueve a hacer sufrir intencionalmente a nuestros compañeros de vida? ¿Qué nos empuja a torturar o incluso a quitarle la vida a un semejante?

Muchos son los expertos que coinciden en describir la violencia como una cualidad humana omnipresente e inevitable. Esta creencia, bastante antigua, suele ir unida a la tesis de que la agresión cruel constituye una fuerza instintiva e intrínsecamente biológica. Casi todos los modelos explicativos de este punto de vista comparten una idea mecanicista o «hidráulica» de la violencia: se trata de una energía innata acumulada en un «depósito interno», probablemente en el cerebro, que se libera automáticamente. De acuerdo con esta teoría, las conductas destructivas y la sed insaciable de dominio de las personas obedecen a un impulso natural programado en los genes de la especie humana.

Para quienes albergan esta noción de la violencia, la convicción de que la humanidad es inherentemente malévola, avariciosa y cruel, tiene sentido. Encuentran en las ideas de Charles Darwin, Sigmund Freud y su multitud de seguidores la explicación científica de su teoría. La creencia en el origen innato de la agresión maligna con frecuencia se transforma en ideologías que ayudan a racionalizar el desasosiego, la confusión y la impotencia que nos produce la destructividad humana.

Aunque algunas facetas de estas teorías basadas en los instintos son atractivas y poseen una cierta carga de racionalidad, la verdad es que la tesis de las raíces naturales y espontáneas de la violencia humana no es hoy en día defendible. Es cierto que la persona es la criatura más cruel que hay sobre la Tierra, pero también es verdad que sólo algunos hombres y mujeres lo son. Acusar a toda la especie humana por los terribles excesos cometidos por una clara minoría es erróneo e injusto. Todos nacemos con el potencial para ser violentos. Pero también nacemos con la capacidad para la compasión, la generosidad, la abnegación y la empatía.

En definitiva, la violencia se aprende y se aprende a fondo. Como se ha dicho, la única forma de aprender a amar es siendo amado. La única forma de aprender a odiar es siendo odiado. Esto ni es fantasía ni teoría, simplemente es un hecho comprobable. A los pocos días de nacer, las criaturas normales ya se relacionan activamente con su entorno y se adaptan a los estímulos externos. Desde estos primeros instantes, si sus necesidades biológicas y emocionales se satisfacen razonablemente, los pequeños comienzan a desarrollar el sentido de seguridad

en sí mismos y en los demás. Si, por el contrario, sus exigencias vitales son ignoradas, tienden a adoptar un talante desconfiado y temeroso.

Las pasiones desempeñan un papel determinante en nuestro comportamiento y representan fuerzas más impetuosas y vehementes que los propios instintos. Los hombres torturan y matan por venganza, no por instinto. Aunque no olvidemos que las pasiones son el combustible de las tragedias humanas, pero también de los ideales. Las pasiones, por lo tanto, pueden transformar a los seres humanos tanto en malvados como en héroes.

La experiencia que más nos predispone a recurrir a la fuerza despiadada para aliviar nuestras frustraciones es haber sido objeto o testigo de actos de agresión maligna repetidamente durante la niñez. Son casi incontables los estudios que han demostrado que las criaturas que crecen entre abusos, humillaciones y crueldades tienden a volverse emocionalmente insensibles a estos horrores. Con el tiempo optan por el camino de la agresión para solventar conflictos y alcanzar sus metas. Una vez llegados a la madurez, reproducen el ciclo de violencia maltratando a otros, incluyendo sus propios hijos.

La evidencia científica más sólida indica que las vicisitudes de la niñez y el entorno social y cultural determinan, en gran medida, cómo los genes, la constitución o el temperamento se van a manifestar en la edad adulta a través de actitudes y conductas. Es un hecho que los seres humanos heredamos factores genéticos que influyen en nuestro carácter. Pero también es un hecho que los ingredientes genéticos o innatos que configuran los complejos comportamientos humanos como la crueldad, el sadismo, la compasión o el altruismo, son el producto de un largo proceso evolutivo condicionado por las experiencias familiares, las normas sociales y los preceptos culturales.

Hoy día las sociedades occidentales cultivan la violencia de dos formas. En primer lugar, a través de principios, tradiciones o costumbres que justifican actitudes y comportamientos agresivos en la convivencia diaria. En segundo lugar, las conductas aberrantes florecen cuando los valores culturales se desmoronan, los controles colectivos se desintegran y la cultura pierde su función reguladora de la sociedad. Esta situación se produce bajo circunstancias patológicas de desorganización social.

Nuestra sociedad ha construido tres firmes racionalizaciones culturales para justificar y defender la agresión verbal y física: el culto al «macho», la glorificación de la competitividad, y el principio diferencia-

dor de «los otros». Estas tres disculpas o pretextos para la violencia tienen profundas raíces en la tradición y reflejan valores muy extendidos en nuestra época.

La cultura actual idealiza la «hombría», el machismo, celebra los atributos duros de la masculinidad, los estereotipos viriles, las imágenes provocadoras del «macho bravío». Esta figura suele estar representada por el hombre agresivo, implacable, duro, despiadado y siempre seguro de sí mismo. Un ser que reta sin miedo, persigue el dominio de los otros, tolera el dolor sin inmutarse, no llora y no expresa sentimientos afectivos. Los varones jóvenes suelen adaptarse a este estereotipo y manifestar esta imagen proverbial de hombría bebiendo, blasfemando y peleando. Esta mezcla idealizada de actitudes y comportamientos masculinos agresivos impregna más o menos explícitamente la subcultura de los niños, sus lecturas, sus programas televisivos, sus deportes y sus juegos de vídeo. Y a medida que crecen, estos ingredientes sirven para justificar la liberación de sus impulsos agresivos en sus relaciones con otras personas.

Muchos expertos han culpado a las tendencias culturales que fomentan el culto a estos atributos «masculinos» de la mayor incidencia de violencia entre los hombres, en comparación con las mujeres. No es un secreto que, desde el principio de la civilización, los varones han cometido y siguen cometiendo la mayoría de los actos violentos. ¿Por qué son los hombres más violentos que las mujeres? La respuesta a esta vieja pregunta es compleja. De hecho, ha sido objeto de intenso debate, especialmente desde el advenimiento del movimiento feminista.

La teoría popular que sostiene que los grupos con menos poder son los más susceptibles de caer en conductas aberrantes, no nos ayuda a explicar por qué el sexo femenino ha mostrado constantemente menos tendencia a la violencia que el hombre. Tradicionalmente, la mujer ha tenido a su alcance menos oportunidades económicas y menos opciones que el hombre, a pesar de que, en general, aspira a metas parecidas: la realización, la autonomía y la calidad de vida. Una posibilidad apunta a que las mujeres mantienen un mayor compromiso con los valores culturales y las normas sociales que los hombres, por lo que, incluso en circunstancias de carencia, de marginación y de estrés, optan por vías pacíficas y comportamientos legítimos. Otros han alegado factores biológicos y hormonales para explicar que la constitución femenina es menos agresiva y su temperamento menos egoísta y más compasivo.

Yo pienso que la idea de que los hombres son, *por naturaleza*, más violentos que las mujeres no es correcta. Los estudios más exhaustivos

sobre los factores biológicos o antropológicos no ofrecen ninguna razón convincente que apoye la base física o sexual de la violencia. Los seres humanos aprendemos a ser agresivos de la misma forma que aprendemos a inhibir la agresión. Las tendencias violentas no son más naturales que las tendencias no violentas. Tan biológicamente posibles son la agresión maligna, el fanatismo y la criminalidad, como la racionalidad, la compasión y la justicia. Todas estas actitudes y comportamientos están dentro del abanico de posibilidades de la persona normal.

El segundo ingrediente cultural que fomenta la violencia es la glorificación de la competitividad. En nuestra cultura se exalta la rivalidad y se admira el triunfo conseguido en situaciones de enfrentamiento que, de una forma más o menos obvia, siempre requieren un vencedor y un vencido. Hoy sufrimos hambre de concurso. La creencia de que el antagonismo y la pugna son elementos necesarios y deseables en todas las actividades de la vida diaria está profundamente imbuida en la sociedad occidental y es fomentada diariamente en la familia, en el colegio, en el trabajo y en las actividades lúdicas.

El argumento de que vivimos en una lucha continua en la que los fuertes sobreviven mientras los débiles perecen en el intento, es promulgado sin cesar por los medios de comunicación. Al mismo tiempo, estas imágenes son constantemente representadas en la literatura de ficción y de no ficción, en los tratados de historia, en el cine y el teatro, en los deportes, en los juegos de vídeo y en la letra de las canciones modernas.

La consideración de la rivalidad humana tanto como una fuerza estimulante y positiva como un destino fatal ineludible, no es nueva ni exclusiva de nuestros tiempos. Hoy, la afirmación de que los seres humanos somos enemigos naturales los unos de los otros está bastante extendida. La prueba científica de esta norma de convivencia agresiva ha sido aclamada por cientos de darwinistas sociales, que han secuestrado las teorías biológicas de Charles Darwin expuestas en *El origen de las especies* con el fin de justificar el principio de la inevitabilidad del antagonismo violento entre las personas.

Parte del fantasma del egoísmo y la voracidad de la especie humana y sus deprimentes consecuencias es la creencia de que todos los esfuerzos filantrópicos que hagan los estados o los individuos para aliviar la violencia del mundo son inútiles. Según esta maldición, los seres humanos continuaremos luchando unos contra otros sin remedio por los escasos recursos naturales y, a la larga, nos encontraremos diezmados

por la pobreza, la enfermedad y la guerra. La verdad es que el simple eslogan «la supervivencia del más fuerte», creado por Herbert Spencer en 1862, todavía se infiltra en muchos valores culturales de nuestros días.

La tercera racionalización cultural promotora de violencia se basa en el principio de «los otros». Esta tácita proposición postula que existen grupos de personas con las que no tenemos nada en común, ni siquiera una parte discernible de humanidad. No sólo son estos grupos o comunidades profundamente diferentes de nosotros, sino que, secretamente, son además menos valiosos, menos morales, menos buenos. Nada parece más natural que la facilidad con la que los humanos reclamamos nuestra superioridad sobre otro colectivo.

El principio, casi siempre sobrentendido, de «los otros» ofrece una disculpa inmensamente cómoda y aprovechable para la agresión maligna, pues, además de solidificar el sentimiento fortificante de orgullo de las propias virtudes, también mitiga el miedo secreto a nuestras propias debilidades o imperfecciones. La creencia, o el deseo inconsciente, de que los grupos «diferentes» —los inmigrantes, los negros, los homosexuales, las mujeres, los adolescentes, los minusválidos, los liberales, los ancianos, los enfermos mentales, los conservadores, los musulmanes, los judíos— están afligidos por defectos graves o incluso repulsivos, nos da permiso para pensar mal de ellos, rechazarlos, deshumanizarlos o incluso «demonizarlos» y cometer actos violentos contra ellos.

La idea de «los otros» es una de las fuerzas culturales más perniciosas. Su lema implícito «son diferentes», no aman, ni viven, ni sufren como nosotros, hace posible todo tipo de fanatismos y de actitudes intolerantes —xenofobia, racismo, sexismo, homofobia—.

Al mismo tiempo, divide a la sociedad, fomenta políticas sociales mezquinas y, en el fondo, es una forma de dar permiso para odiar, al identificar a los otros como objetos de agresión aceptables.

La xenofobia es un ejemplo frecuente de los efectos nocivos del principio de «los otros». No hay duda de que resulta más fácil aceptar medidas discriminatorias o despiadadas en contra de grupos foráneos si sentimos que no son como nosotros en algún aspecto básico. Pero si pensamos que estos hombres y mujeres son personas esencialmente como nosotros y sus niños son como los nuestros, estas políticas duras se caen a pedazos y nos repugnan por su inhumanidad y su frigididad moral.

El principio de «los otros» es ignorante, impersonal y deshumanizador. Sus raíces se nutren de estereotipos derivados del desconocimiento

de la realidad humana, de viejos valores judeocristianos que separan a los infieles de los creyentes, de mecanismos psicológicos que permiten al individuo frustrado compensar su baja autoestima comparándose con las condiciones deplorables de los colectivos marginados, y de la necesidad del poderoso de crear y perpetuar un grupo explotable de *subhumanos*.

Hasta aquí hemos visto cómo nuestra cultura alimenta y promueve la violencia mediante valores y costumbres que justifican actitudes y comportamientos destructivos. Sin embargo, la violencia también florece cuando, debido a circunstancias patológicas de desorganización social, los principios culturales se desintegran y pierden su función reguladora de la sociedad.

Los síntomas de desorganización social son mucho más visibles en las ciudades que en las zonas rurales. La razón fundamental es que en las urbes se viven los conflictos sociales más diversos y se desatan las pasiones más intensas. El medio urbano, con sus libertades, sus presiones, su ritmo, su población densa, móvil y variada, y con el continuo bombardeo de los medios de comunicación, intensifica el conocimiento y las vivencias del hombre y la mujer. Pero, al mismo tiempo, aviva y acentúa los conflictos sociales y nuestros dilemas sobre la identidad, el papel que desempeñamos en la sociedad y nuestra supervivencia.

Las principales fuerzas que fomentan la desorganización social incluyen el desequilibrio crónico entre aspiraciones y oportunidades; las grandes desigualdades sociales o económicas entre colectivos separados por la clase social, el sexo, la etnia o la raza; y la desintegración de los grupos naturales como el hogar familiar, el sistema escolar o la comunidad a la que pertenecemos. Estas fuerzas nocivas potencian geoméricamente sus efectos desestabilizadores cuando actúan bajo ciertas condiciones típicas de los medios urbanos, como la alta densidad de población o la inmigración. Quizá sea ésta la razón por la que la incidencia de los comportamientos violentos es constantemente más alta en las ciudades que en las áreas rurales.

Por ejemplo, la masificación o el amontonamiento de las personas y la sobrestimulación de los sentidos son ingredientes típicos de las ciudades modernas. Por un lado, refuerzan la dependencia mutua entre los habitantes, estimulan la competitividad y acentúan las diferencias y la diversificación del medio. Pero esta congestión humana, bajo condiciones de desorganización social, también agudiza las desigualdades, estimula la agresividad y los impulsos aberrantes, y fomenta las tensiones físicas, psicológicas y sociales.

El entorno urbano también estimula la movilidad y la migración. La supervivencia de las capitales depende del flujo constante de nuevos habitantes, de la inmigración. Los inmigrantes son un elemento inevitable del carácter de las grandes ciudades de hoy, a las que aportan dinamismo y diversidad. La migración, sin embargo, pone a prueba la capacidad de adaptación de las personas, les exige importantes recursos emocionales y les plantea retos desconocidos. Al mismo tiempo, hace confluír pueblos, lenguas y razas dispares, lo que bajo condiciones sociales o económicas de estrés fomenta los estereotipos étnicos, la explotación entre grupos, los fanatismos, el racismo y la violencia.

Bastantes ciudadanos se defienden de los incesantes asaltos y exigencias de su entorno y evitan enfrentarse a la abrumadora realidad aislándose y protegiendo sus sentidos, eludiendo la comunicación cara a cara, anestesiando con drogas o alcohol sus emociones o conectándose a la pequeña pantalla o al transistor día y noche. Un peligro de esta estrategia defensiva es que las vivencias reales se tornan progresivamente ilusorias, imaginarias o remotas, se crea un mundo donde la esencia humana de carne y hueso se vuelve menos real que las historias que se presentan a través de los medios de comunicación.

Si estas fuerzas de desorganización social se mantienen activas durante mucho tiempo en una comunidad, finalmente se produce un estado de anomia. Esta dolencia colectiva, descrita originalmente por Emile Durkheim, consiste en el desmoronamiento patológico de los principios culturales, de las reglas morales y de las normas sociales de comportamiento. Una vez derribadas estas barreras, los impulsos humanos más primitivos se desatan y muchos de los valores que guían el contrato social se colapsan.

Al final, la anomia agota no sólo la moral y la esperanza de las comunidades dañadas sino también los presupuestos de las instituciones públicas, al envenenar las relaciones sociales, producir ejércitos de hombres y mujeres crónicamente resentidos, asqueados de la vida y violentos, y crear una subclase amenazadora y resistente que persigue y obsesiona a la sociedad durante décadas. La anomia es un caldo de cultivo fértil para la proliferación de los comportamientos violentos.

Una nueva visión sobre cómo frenar la epidemia de violencia que hoy azota a tantas comunidades urbanas de Occidente ha brotado del campo de la salud pública. Este modelo novedoso se basa, por un lado, en el reconocimiento de que la agresión maligna constituye una causa muy importante de graves daños físicos y psicológicos, de incapacidades permanentes y de muertes precoces. Por otro lado, se apoya en la

convicción de que la violencia no es una cualidad intrínseca de la naturaleza humana y, por lo tanto, puede ser mitigada y, en muchos casos, prevenida.

Pienso que la estrategia tradicional, limitada a reaccionar frente a los actos violentos únicamente con medidas penales, no es suficiente. Debemos adoptar un enfoque más amplio que, además de considerar la necesidad de justicia, tenga como objetivo minimizar o incluso eliminar los factores individuales, familiares, sociales y culturales que, hoy sabemos, contribuyen a la proliferación de actitudes y conductas crueles entre las personas.

La aplicación de este paradigma cimentado en conocidas estrategias de salud pública requiere cinco pasos sucesivos: definir los comportamientos violentos que se intenta prevenir; analizar las causas primarias de estas conductas; identificar los grupos sociales de riesgo; formular los métodos y mensajes preventivos específicos; y evaluar los resultados de la intervención. Los principios de salud pública han sido aplicados a diversos problemas colectivos de sanidad y de seguridad con notables resultados. Por ejemplo, en Estados Unidos, se han conseguido éxitos importantes en la reducción del consumo del tabaco, en mejorar los hábitos de la nutrición, en el descenso del índice de infartos de miocardio, en la detección precoz del cáncer de mama, en la disminución de accidentes de automóvil y en la incidencia del abuso de drogas entre ciertos grupos de jóvenes.

El ambiente del hogar debe ser un foco principal de cualquier estrategia antiviolencia. Desafortunadamente, para muchos pequeños, la agresión implacable no es un drama que se desarrolla en la televisión o el cine, ni incluso en la calle. Es una realidad que conocen desde su nacimiento y que observan diariamente en sus casas, y con frecuencia en su propio cuerpo.

Las lecciones destructivas que los padres enseñan a sus hijos cuando los maltratan, o cuando permiten que ellos maltraten a otros, junto con la glorificación de la violencia sociopática que ejerce la cultura actual, configuran una mezcla explosiva que transforma a muchos de nuestros niños en seguros verdugos o víctimas de la crueldad.

Aunque son muchas las medidas efectivas a la hora de hacer frente a la agresión maligna de nuestro tiempo, no debemos olvidar que los más poderosos y universales antídotos de la violencia son las tendencias altruistas naturales de los seres humanos. La revulsión contra la violencia es uno de los distintivos de la humanidad. A través de la His-

toría y en todas partes del mundo, se encuentran millones de hombres y mujeres ordinarios que considerarían emocionalmente imposible maltratar o torturar a propósito a un semejante y, mucho menos, quitarle la vida.

Es un hecho que una proporción de la población está formada por sádicos y asesinos, pero no es menos evidente que la mayoría de las personas son pacíficas y bondadosas. Incluso entre las personas que han estado expuestas a los conocidos factores psicológicos y sociales promotores de la agresión maligna sólo una minoría desarrolla un carácter violento. La razón es que la bondad, la compasión, la generosidad y la empatía brotan en el ser humano con una extraordinaria facilidad y con un mínimo de estímulo. La prueba fehaciente de que la gran mayoría de hombres y mujeres somos benevolentes es que perduramos. Si fuéramos por naturaleza crueles y egoístas la humanidad no hubiera podido sobrevivir. Como tantos antropólogos y sociólogos han argumentado, ninguna sociedad puede existir sin que la mayoría de sus miembros convivan continuamente en armonía y sacrificándose los unos por los otros.

El término altruismo fue acuñado por el sociólogo Augusto Comte en 1851 para describir esa capacidad natural del ser humano de sacrificarse por otros desinteresadamente o incluso a costa del bien propio. En la actualidad existe amplia evidencia de que las conductas altruistas no son ni paradojas ni misterios, sino acciones congruentes con las fuerzas de la adaptación, la supervivencia y la evolución natural de la especie humana. Desde el punto de vista darwiniano, hoy sabemos que avanzamos nuestro proyecto evolutivo, incluyendo las probabilidades de que nuestros genes estén representados en el futuro, siendo generosos, ayudando y sacrificándonos no sólo por nuestros descendientes biológicos anteriores sino también por personas de fuera de nuestro clan familiar, y formando parte de grupos sociales que se sustentan en la reciprocidad, la cooperación y el sentido de solidaridad.

Los estudios científicos sobre la compasión demuestran que los niños de dos años ya se turban o reaccionan con tristeza ante el sufrimiento de seres cercanos a ellos e incluso hacen intentos primitivos para aliviarles. El genial psicólogo Jean Piaget, que investigó el desarrollo infantil analizando minuciosamente las complejas relaciones entre la mente del pequeño y su entorno, observó que aproximadamente a los seis años de edad los pequeños ya pueden concebir las cosas desde el punto de vista de otra persona y son conscientes de las circunstancias ajenas.

A pesar de que hoy día existe abundante evidencia de que la compasión y la generosidad son rasgos humanos muy básicos, durante siglos ha prevalecido la convicción de que las personas son crueles y «no tienen corazón». Esta contradicción explica que a menudo nos sorprendan o incluso nos lleguen a maravillar ciertos gestos de altruismo, especialmente si el benefactor es un extraño.

La perplejidad que nos produce el altruismo brota de la noción dura y negativa de la naturaleza humana que ha dominado la cultura de Occidente, por lo menos desde la época de los griegos. Aunque la evidencia histórica y el día a día demuestran que la humanidad es esencialmente bondadosa, son muchos los pensadores que se han hecho eco del axioma desconsolador de Plauto —«el hombre es un lobo para el hombre»—, o de la creencia funesta de que el ser humano es una bestia egoísta y es más cruel con su propia especie que ningún otro animal. Hoy esta visión misántropa tiene muchos seguidores. De hecho, es la prevalente y se considera hasta más inteligente y realista. La idea positiva de la naturaleza humana, por el contrario, es tenida por ignorante o simplista, una actitud ingenua de fácil optimismo acerca de la existencia que inmortalizó Voltaire en la figura del patético doctor Pangloss en la historia de *Cándido*.

En mi opinión ese concepto negativo supuestamente *realista* de la humanidad no sólo ignora los requisitos de la supervivencia, sino que además se cimienta en una información claramente prejuicista basada en datos sesgados. Tendemos a juzgar la cantidad total de benevolencia humana como insignificante en comparación con el monto de maldad, porque tanto los anales de la historia como los medios de comunicación toman nota principalmente de los sucesos viles o desdeñables y rara vez consideran la bondad digna de mención. Como dicen en las escuelas de periodismo norteamericanas, *good news is no news* —«las buenas noticias no son noticia»—. Además, la mayoría damos por hecho, como la fuerza de gravedad o el aire que respiramos, que las personas de nuestro alrededor sean decentes, serviciales y piadosas. Sin embargo, nos fascinamos ante las atrocidades, precisamente porque no forman parte de lo que esperamos de nuestros compañeros de vida.

La creencia de que somos un grupo alienado y malévolo que vive en un mundo desequilibrado y violento, tambaleándose precariamente al borde del abismo, ha marcado a los hombres y mujeres durante siglos. Parece que, casi instintivamente, reivindicamos el honor de existir en los momentos más desafortunados de la historia.

La imagen de la sociedad de ayer, pacífica, piadosa y de sólidos principios, surge casi siempre como telón de fondo en las discusiones sobre los cambios y los avances experimentados por la humanidad. Pero esta idea tan nefasta del presente y tan gloriosa del pasado no concuerda con los hechos. Los devotos de la añoranza no parecen ser conscientes de lo cerca que se vivía del límite de la supervivencia hasta hace poco.

Nadie que se tome la molestia de comparar los índices de violencia de hoy y de ayer podrá evadir la indisputable realidad de que, desde un punto de vista global, esta grave dolencia humana está en la actualidad menos extendida que nunca. Por ejemplo, no hace mucho tiempo, de cada cien recién nacidos diez morían antes de cumplir su primer año, y entre los que sobrevivían, una criatura de cada cuatro era abandonada por sus padres. Sólo en las últimas décadas la mujer ha empezado a dejar de ser la propiedad deshumanizada del hombre. Y únicamente en estos años recientes se ha calmado el impulso desenfrenado de gastar billones en construir armas atómicas de destrucción masiva. La agresión maligna de nuestro tiempo es abrumadora y cada día deja su marca indeleble en las víctimas, en los verdugos y en todos nosotros. Pero no tiene sentido que ignoremos la Historia y nos dejemos seducir por la nostalgia.

Sospecho que la vida continuará siendo difícil, la intolerancia abundante y la violencia implacable. Con todo, el balance total de los dramas humanos será positivo. En el futuro que se desdobra ante nosotros se vislumbran más y más hombres y mujeres que persiguen la convivencia y la felicidad, mientras construyen sus vidas juntos como seres libres, iguales, seguros de sí mismos, racionales, generosos y convencidos del poder de la bondad. Porque la fuerza vital que hoy nos impulsa, en el fondo, es la misma que en 1945 reconoció en los seres humanos Ana Frank, la niña judía de quince años que poco antes de ser descubierta por los nazis en el ático que usaba de escondite en Amsterdam y en vísperas de morir en el campo de concentración de Bergen-Belsen, plasmó en su raído diario de tapas a cuadros: «A pesar de todo, creo que la gente es realmente buena en su corazón».

A título personal, durante más de 20 años he trabajado en el campo de la salud pública de la ciudad neoyorquina en uno de esos cargos que, con el tiempo —según asegura la gente convencida—, llena a todos de indiferencia y de cinismo. Sin embargo, de alguna manera, el trato con los grandes males de la mente y de la cultura de este pueblo me ha hecho más idealista. La lección más importante que he aprendi-

do en este tiempo es que nuestra ineludible y normal tarea diaria consiste en convivir unos y otros. He andado por las calles y he visto benevolencia, generosidad y altruismo en los lugares más oscuros: en los asilos municipales, en los manicomios, en las salas de urgencias de hospitales públicos, en los túneles del metro, en los antros de la droga y en los barrios más desolados. Hoy, más que nunca, estoy convencido de que entre todos continuaremos reduciendo el sufrimiento que la crueldad humana causa entre nosotros, porque, en el fondo, la humanidad es esencialmente bondadosa. Millones de *ángeles anónimos* lo demuestran cada día esquivando los vientos dominantes del odio, el egoísmo, el dominio, la venganza, el sadismo y la anomia.

