

MANÍA PERSECUTORIA

En sus modalidades más extremas, la manía persecutoria es una forma reconocida de locura. Algunas personas imaginan que otras quieren matarlas, meterlas en la cárcel o hacerles algún otro daño grave. A menudo, el deseo de protegerse contra los perseguidores imaginarios las empuja a actos de violencia, que hacen necesario restringir su libertad. Como otras muchas formas de locura, esto no es más que una exageración de una tendencia que no es nada infrecuente en personas consideradas normales. No es mi intención comentar las formas extremas, que son competencia del psiquiatra. Son las formas más suaves las que quiero considerar, porque son una causa muy frecuente de infelicidad y porque, como no llegan al grado de ocasionar una demencia manifiesta, puede tratarlas el paciente mismo, con tal de que se le pueda convencer de que diagnostique correctamente su trastorno y acepte que sus orígenes están en él mismo y no en la supuesta hostilidad o malevolencia de otros.

Todos conocemos a ese tipo de persona, hombre o mujer, que, según sus propias explicaciones, es víctima constante de ingraticudes, malos tratos y traiciones. A menudo, las personas de esta clase resultan muy creíbles y se ganan las simpatías de los que no las conocen desde hace mucho. Por regla general, no hay nada inherentemente inverosímil en cada historia que cuentan. Es indudable que a veces se dan las clases de malos tratos de las que ellos se quejan. Lo que acaba por despertar las sospechas del oyente es la multitud de malas personas que el sufridor ha tenido la desgracia de encontrar. Según la ley de probabilidades, las diferentes personas que viven en una determinada sociedad sufrirán, a lo largo de su vida, más o menos la misma cantidad de malos tratos. Si una persona de cierto ambiente asegura ser víctima de un maltrato universal, lo más probable es que la causa esté en ella misma, y que o bien se imagina afrentas que en realidad no ha sufrido, o bien se comporta inconscientemente

de tal manera que provoca una irritación incontrolable. Por eso, la gente experimentada no se fía de los que, según ellos, son invariablemente maltratados por el mundo; y con su falta de simpatía tienden a confirmar a esos desdichados su opinión de que todo el mundo está contra ellos. En realidad, se trata de un problema difícil, porque se agudiza tanto con la simpatía como con la falta de ella. La persona con tendencia a la manía persecutoria, cuando ve que le creen una de sus historias de mala suerte, la adorna hasta rozar los límites de la credibilidad; en cambio, si ve que no la creen, ya tiene otra muestra de la curiosa malevolencia de la humanidad para con ella. La enfermedad solo se puede tratar con comprensión, y esta comprensión hay que transmitírsela al paciente para que sirva de algo. En este capítulo me propongo sugerir algunas reflexiones generales que permitirán a cada individuo detectar en sí mismo los elementos de la manía persecutoria (que casi todos padecemos en mayor o menor grado), para que, una vez detectados, se puedan eliminar. Esto forma parte importante de la conquista de la felicidad, ya que es completamente imposible ser feliz si sentimos que todo el mundo nos trata mal. Una de las formas más universales de irracionalidad es la actitud adoptada por casi todo el mundo hacia el chismorreo malicioso. Muy pocas personas resisten la tentación de decir cosas maliciosas acerca de sus conocidos, y a veces hasta de sus amigos; sin embargo, cuando alguien se entera de que han dicho algo contra él, se llena de asombro e indignación. Al parecer, a estas personas nunca se les ha ocurrido que, así como ellos chismorrearán acerca de todos los demás, también los demás chismorrearán acerca de ellos. Esta es una modalidad suave de la actitud que, cuando se lleva a la exageración, conduce a la manía persecutoria. Esperamos que todo el mundo sienta por nosotros ese tierno amor y ese profundo respeto que sentimos por nosotros mismos. No se nos ocurre que no podemos esperar que otros piensen de nosotros mejor que nosotros de ellos, y no se nos ocurre porque nuestros propios méritos son grandes y evidentes, mientras que los méritos ajenos, si es que existen, solo son visibles para ojos caritativos. Cuando nos enteramos de que fulanita ha dicho algo horrible acerca de nosotros, nos acordamos de las noventa y nueve veces que nos abstuvimos de expresar nuestras justas y merecidísimas críticas, y nos olvidamos de la centésima vez, cuando, en un momento de incontinencia, declaramos lo que considerábamos la verdad acerca de él. ¿Así me paga toda mi tolerancia?, pensamos. Sin embargo, desde su punto de vista, nuestra conducta parece exactamente igual que la suya a nuestros ojos; él no sabe nada de las veces que callamos, solo está enterado de la

centésima vez, cuando sí que hablamos. Si a todos se nos concediera el poder mágico de leer los pensamientos ajenos, supongo que el primer efecto sería la ruptura de casi todas las amistades; sin embargo, el segundo efecto sería excelente, porque un mundo sin amigos nos resultaría insoportable y tendríamos que aprender a apreciar a los demás sin necesidad de ocultar tras un velo de ilusión que nadie considera a nadie absolutamente perfecto. Sabemos que nuestros amigos tienen sus defectos y, sin embargo, en general son gente agradable que nos gusta. No obstante, consideramos intolerable que ellos tengan la misma actitud para con nosotros. Queremos que piensen que nosotros, a diferencia del resto de la humanidad, no tenemos defectos. Cuando nos vemos obligados a admitir que tenemos defectos, nos tomamos demasiado en serio un hecho tan evidente. Nadie debería creerse perfecto, ni preocuparse demasiado por el hecho de no serlo.

La manía persecutoria tiene siempre sus raíces en un concepto exagerado de nuestros propios méritos. Supongamos que soy autor teatral; para toda persona imparcial tiene que ser evidente que soy el dramaturgo más brillante de nuestra época. Sin embargo, por alguna razón, mis obras casi nunca se representan, y cuando se representan no tienen éxito. ¿Qué explicación tiene esta extraña situación? Evidentemente, empresarios, actores y críticos están conjurados contra mí por algún motivo. Y dicho motivo, por supuesto, es otro gran mérito mío: me he negado a rendir pleitesía a los peces gordos del mundo teatral; no he adulado a los críticos; mis obras contienen verdades como puños, que resultan insoportables para los aludidos. Y así, mis trascendentales méritos languidecen sin ser reconocidos.

Tenemos también al inventor que jamás ha logrado que alguien examine los méritos de su invento; los fabricantes siguen caminos trillados y no prestan atención a ninguna innovación, y los pocos que son progresistas tienen sus propios equipos de inventores, que cierran el paso a las intrusiones de los genios no autorizados; las asociaciones científicas, por extraño que parezca, pierden los manuscritos que uno les envía o los devuelven sin leer; los individuos a los que uno apela se muestran inexplicablemente reacios. ¿Cómo se puede explicar este estado de cosas? Evidentemente, existe una camarilla cerrada de personas que quieren repartirse entre ellas todos los beneficios que puedan obtenerse de los inventos; al que no pertenezca a esta camarilla cerrada no le escucharán nunca.

También está el hombre que tiene auténticos motivos para quejarse, basados en hechos reales, pero que generaliza a la luz de su experiencia y llega a la conclusión de que sus desdichas constituyen la clave del universo; pongamos que ha descubierto algún escándalo relacionado con el Servicio Secreto que al gobierno le interesa mantener oculto. No puede conseguir que se haga público su descubrimiento, y las personas aparentemente más influyentes se niegan a mover un dedo para remediar el mal que a él le llena de indignación. Hasta aquí, los hechos son como los cuenta. Pero los rechazos le han causado tanta impresión que cree que todos los poderosos están ocupados exclusivamente en ocultar los delitos a los que deben su poder. Los casos de este tipo son especialmente obstinados, debido a que su punto de vista es cierto en parte; pero, como es natural, lo que les ha afectado personalmente les ha hecho más impresión que otras cuestiones, muchísimo más numerosas, de las que no han tenido experiencia directa. Esto les da un sentido erróneo de la proporción y hace que concedan excesiva importancia a hechos que tal vez sean excepcionales, y no típicos.

Otra víctima nada infrecuente de la manía persecutoria es cierto tipo de filántropo que siempre está haciendo el bien a la gente en contra de la voluntad de esta, y que se asombra y horroriza de que no le muestren gratitud. Nuestros motivos para hacer el bien rara vez son tan puros como nos imaginamos. El afán de poder es insidioso, tiene muchos disfraces, y a menudo es la fuente del placer que obtenemos al hacer lo que creemos que es el bien para los demás. Tampoco es raro que intervenga otro elemento. Por lo general, «hacer el bien» a la gente consiste en privarle de algún placer: la bebida, el juego, la ociosidad o algo por el estilo. En este caso, hay un elemento que es típico de gran parte de la moral social: la envidia que nos dan los que están en posición de cometer pecados de los que nosotros tenemos que abstenernos si queremos conservar el respeto de nuestros amigos. Los que votan, por ejemplo, a favor de la prohibición de fumar (leyes así existen o han existido en varios estados de Estados Unidos) son, evidentemente, no fumadores para los que el placer que otros obtienen del tabaco es una fuente de dolor. Si esperan que los antiguos adictos al cigarrillo formen una comisión para ir a darles las gracias por emanciparlos de tan odioso vicio, es posible que queden decepcionados. Y entonces pueden empezar a pensar que han dedicado su vida al bien común, y que quienes más motivos tenían para estarles agradecidos por sus actividades benéficas parecen no darse ninguna cuenta de que deberían agradecerse.

Antes se observaba este mismo tipo de actitud por parte de las señoras para con las sirvientas, cuya moralidad salvaguardaban. Pero en estos tiempos, el problema del servicio se ha agudizado tanto que esta forma de benevolencia hacia las criadas se ha hecho menos común.

En la alta política ocurre algo muy parecido. El estadista que poco a poco ha ido concentrando todo el poder en su persona para estar en condiciones de llevar a cabo los nobles y elevados propósitos que le decidieron a renunciar a las comodidades y entrar en la arena de la vida pública, se queda asombrado de la ingratitud de la gente cuando esta se vuelve contra él. Nunca se le ocurre pensar que su esfuerzo pudiera tener algún otro motivo, aparte del interés público, o que el placer de controlarlo todo pueda haber inspirado en alguna medida sus actividades. Poco a poco, le parece que las frases habituales de los discursos o de la prensa del partido expresan verdades, y confunde la retórica partidista con un auténtico análisis de los motivos. Disgustado y desilusionado, se retira del mundo después de que el mundo le abandone a él, y lamenta haber intentado una tarea tan ingrata como la búsqueda del bienestar público.

Estos ejemplos me sugieren cuatro máximas generales, que servirán de eficaz preventivo de la manía persecutoria si se acepta suficientemente su veracidad. La primera es: recuerda que tus motivos no siempre son tan altruistas como te parecen a ti. La segunda: no sobreestimes tus propios méritos. La tercera: no esperes que los demás se interesen por ti tanto como te interesas tú. Y la cuarta: no creas que la gente piensa tanto en ti como para tener algún interés especial en perseguirte. Voy a decir unas palabras acerca de cada una de estas máximas.

Recelar de nuestros propios motivos es especialmente necesario para los filántropos y los ejecutivos. Estas personas tienen una visión de cómo debería ser el mundo, o una parte del mundo, y sienten, a veces con razón y otras veces sin ella, que al hacer realidad su visión están beneficiando a la humanidad o a una parte de la humanidad. Sin embargo, no se dan cuenta de que cada uno de los individuos afectados por sus actividades tiene tanto derecho como ellos a tener su propia opinión sobre la clase de mundo que le gustaría. Los hombres del tipo ejecutivo están completamente seguros de que su visión es acertada y de que toda opinión contraria es errónea. Pero su certeza subjetiva no aporta ninguna prueba de veracidad objetiva. Es más: su convicción es muy a menudo un mero camuflaje para el placer que experimentan

al contemplar cambios causados por ellos. Y además del afán de poder, existe otro motivo, la vanidad, que actúa con mucha fuerza en estos casos. El idealista magnánimo que se presenta al Parlamento —sobre esto hablo por experiencia— se queda asombrado ante el cinismo del electorado, que da por supuesto que solo busca el honor de escribir «miembro del Parlamento» detrás de su nombre. Cuando la campaña ha terminado y tiene tiempo para pensar, se le ocurre que, después de todo, puede que los electores cínicos tuvieran razón. El idealismo pone extraños disfraces a motivos muy simples, y por eso a nuestros hombres públicos no les viene mal una dosis de cinismo realista. La moral convencional inculca un grado de altruismo que apenas está al alcance de la condición humana, y los que se enorgullecen de su virtud se imaginan con frecuencia que han alcanzado este ideal inalcanzable. La inmensa mayoría de las acciones humanas, incluyendo las de las personas más nobles, tiene motivos egoístas, y no hay que lamentarse de ello, porque si no fuera así la especie humana no habría sobrevivido. Un hombre que dedicara todo su tiempo a procurar que los demás se alimenten, olvidándose de comer él mismo, moriría. Claro que podría comer solo lo suficiente para cobrar las fuerzas necesarias para lanzarse de nuevo al combate contra el mal, pero es dudoso que el alimento comido de este modo se digiera adecuadamente, porque no se estimularía lo suficiente el flujo de saliva. Así pues, es preferible que el hombre coma porque disfruta de la comida a que acceda a dedicar algún tiempo a comer inspirado exclusivamente por su interés por el bien común.

Y lo que se aplica a la comida se puede aplicar a todo lo demás. Cualquier cosa que haya que hacer, solo se podrá hacer correctamente con ayuda de cierto entusiasmo, y es difícil tener entusiasmo sin algún motivo personal. Desde este punto de vista, habría que incluir entre los motivos personales los que conciernen a personas biológicamente emparentadas con uno, como el impulso de defender a la mujer y los hijos contra los enemigos. Este grado de altruismo forma parte de la condición humana normal, pero el grado inculcado por la ética convencional no, y muy rara vez se alcanza realmente. Así pues, las personas que desean tener una alta opinión de su propia excelencia moral tienen que convencerse a sí mismas de que han alcanzado un grado de abnegación que es muy improbable que hayan logrado, y aquí es donde el empeño en alcanzar la santidad entra en relación con el autoengaño, un tipo de autoengaño que fácilmente conduce a la manía persecutoria.

La segunda de nuestras cuatro máximas, la que dice que no conviene sobreestimar nuestros propios méritos, ha quedado comentada, en lo tocante a los méritos morales, con lo que ya hemos dicho. Pero tampoco hay que sobreestimar otros méritos que no son del tipo moral. El dramaturgo cuyas obras nunca tienen éxito debería considerar con calma la hipótesis de que sus obras son malas; no debería rechazarla de antemano por ser evidentemente insostenible. Si descubre que encaja con los hechos, debería adoptarla, como haría un filósofo inductivo. Es cierto que en la historia se han dado casos de mérito no reconocido, pero son mucho menos numerosos que los casos de mediocridad reconocida. Si un hombre es un genio a quien su época no quiere reconocer como tal, hará bien en persistir en su camino aunque no reconozcan su mérito. Pero si se trata de una persona sin talento, hinchada de vanidad, hará bien en no persistir. No hay manera de saber a cuál de estas dos categorías pertenece uno cuando le domina el impulso de crear obras maestras desconocidas. Si perteneces a la primera categoría, tu persistencia es heroica; si perteneces a la segunda, es ridícula. Cuando lleves muerto cien años, será posible saber a qué categoría pertenecías. Mientras tanto, si usted sospecha que es un genio pero sus amigos sospechan que no lo es, existe una prueba, que tal vez no sea infalible, y que consiste en lo siguiente: ¿produce usted porque siente la necesidad urgente de expresar ciertas ideas o sentimientos, o lo hace motivado por el deseo de aplauso? En el auténtico artista, el deseo de aplauso, aunque suele existir y ser muy fuerte, es secundario, en el sentido de que el artista desea crear cierto tipo de obra y tiene la esperanza de que dicha obra sea aplaudida, pero no alterará su estilo aunque no obtenga ningún aplauso. En cambio, el hombre cuyo motivo primario es el deseo de aplauso carece de una fuerza interior que le impulse a un modo particular de expresión, y lo mismo podría hacer un tipo de trabajo totalmente diferente. Esta clase de hombre, si no consigue que se aplauda su arte, lo mejor que podría hacer es renunciar. Y hablando en términos más generales, cualquiera que sea su actividad en la vida, si descubre usted que los demás no valoran sus cualidades tanto como las valora usted, no esté tan seguro de que son ellos los que se equivocan. Si se permite usted pensar eso, puede caer fácilmente en la creencia de que existe una conspiración para impedir que se reconozcan sus méritos, y creer eso le hará desgraciado con toda seguridad. Reconocer que nuestros méritos no son tan grandes como habíamos pensado puede ser muy doloroso en un primer momento, pero es un dolor que pasa, y después vuelve a ser posible vivir feliz.

Nuestra tercera máxima decía que no hay que esperar demasiado de los demás. En otros tiempos, las señoras inválidas esperaban que al menos una de sus hijas se sacrificara por completo para asumir las tareas de enfermera, llegando incluso a renunciar al matrimonio. Esto es esperar de otro un grado de altruismo contrario a la razón, ya que el altruista pierde más de lo que gana el egoísta. En todos nuestros tratos con otras personas, y en especial con las más próximas y queridas, es importante —y no siempre fácil— recordar que ellos ven la vida desde su propio punto de vista y según afecte a su propio ego, y no desde nuestro punto de vista y según afecte a nuestro ego. No debemos esperar que ninguna persona altere el curso principal de su vida en beneficio de otro individuo. En algunas ocasiones puede existir un amor tan fuerte que hasta los mayores sacrificios resultan naturales, pero si no son naturales no hay que hacerlos y a nadie se le debería reprochar que no los haga. Con mucha frecuencia, la conducta ajena que nos molesta no es más que la sana reacción del egoísmo natural contra la voraz rapacidad de una persona cuyo ego se extiende más allá de los límites correctos.

La cuarta máxima que hemos mencionado dice que hay que convencerse de que los demás pierden mucho menos tiempo pensando en nosotros que el que perdemos nosotros. El demente que padece de manía persecutoria imagina que toda clase de personas, que en realidad tienen sus propias ocupaciones e intereses, se pasan mañana, tarde y noche empeñados en maquinando maldades contra el pobre lunático. De manera similar, el individuo relativamente cuerdo que padece de manía persecutoria ve en toda clase de actos una referencia a su persona que en realidad no existe. Naturalmente, esta idea halaga su vanidad. Si fuera un hombre realmente grande, podría ser verdad. Durante muchos años, los actos del gobierno británico tuvieron como principal objetivo hundir a Napoleón. Pero cuando una persona sin especial importancia se imagina que los demás están pensando constantemente en ella, ha iniciado el camino de la locura. Supongamos que pronuncia usted un discurso en un banquete público. En los periódicos aparecen fotografías de otros oradores, pero ninguna de usted. ¿Cómo se explica esto? Evidentemente, no es porque a los otros oradores se les considere más importantes; tiene que ser porque los directores de los periódicos dieron órdenes de que usted no apareciera. ¿Y por qué han ordenado tal cosa? Evidentemente, porque le temen a usted, a causa de su gran importancia. De este modo, la omisión de su fotografía deja de ser un desaire

para transformarse en un sutil elogio. Pero este tipo de autoengaño no puede dar origen a una felicidad sólida. En el fondo de su mente, usted siempre sabrá que los hechos ocurrieron de otro modo, y para mantener ese conocimiento lo más oculto posible tendrá que inventar hipótesis cada vez más fantásticas. Llegará un momento en que el esfuerzo necesario para creerlas será demasiado grande. Y como, además, llevan implícita la convicción de que es usted víctima de la hostilidad general, la única manera de salvaguardar su autoestima será fomentando la dolorosísima sensación de que está usted enfrentado al mundo. Las satisfacciones basadas en el autoengaño nunca son sólidas, y, por muy desagradable que sea la verdad, es mejor afrontarla de una vez por todas, acostumbrarse a ella y dedicarse a construir nuestra vida de acuerdo con ella.