

LA BATALLA POR SU MENTE

2.- COMPRENDER EL CONTROL MENTAL

Algo que es familiar no provoca la atención.

(Proverbio chino)

El misterio en todo, por su mismo secreto, provoca veneración.

Baltasar Gracián (El Arte de la Prudencia)

CRITERIOS PARA DETECTAR EL CONTROL MENTAL

Se puede definir como secta a cualquier grupo (religioso o no) que utilice técnicas de control psicológico para suprimir la personalidad e inhibir el juicio crítico y la libertad de decisión.

Podemos considerar cuatro criterios para detectar la manipulación mental:

1. *Control de la conducta.*
2. *Control de la información* (la que la gente tiene derecho a saber antes de ingresar a un grupo).
3. *Control de las ideas.*
4. *Control de las emociones.*

¿Cómo puedo saber si estoy sometido a control mental?

Después de unos instantes de reflexión, casi todos comprendemos que si uno está bajo control mental, nos es imposible saberlo sin la ayuda de otras personas. Además, uno debería comprender muy bien qué es el control mental.

Una persona que estubo en las garras de una secta comentaba:

"En la época en que yo estaba sometido a control mental, en realidad no entendía muy bien de qué se trataba. Suponía que el control mental guardaba alguna relación con ser torturado en un sótano húmedo con una luz muy fuerte enfocada directamente a mi rostro. Desde luego, jamás experimenté algo semejante mientras estuve con los Moonies. Siempre que alguien me gritaba llamándome «robot sin cerebro», lo consideraba como parte de la persecución habitual. Me hacía sentir aún más comprometido con el grupo.

*"En aquellos años, no tenía un marco de referencia para el fenómeno del control mental. No fue hasta el momento de desprogramación que me mostraron exactamente en qué consistía y cómo se aplicaba. Dado que yo era miembro de los Moonies y considerábamos al comunismo como nuestro enemigo, estaba muy interesado en las técnicas que los comunistas chinos empleaban para convertir a sus oponentes durante los años cincuenta. No me resistí, pues, cuando mis consejeros me pidieron que leyera ciertas partes del libro del doctor Robert Jay Lifton *Thought Reform and the Psychology of Totalism* (La reforma del pensamiento y la psicología del totalismo). Dado que el libro había sido publicado en 1961, no podía acusar a Lifton de ser anti-Moon.*

Esta obra me fue muy útil para comprender lo que me había sucedido en los Moonies. Aprendí que Lifton había identificado ocho elementos básicos en el proceso de control mental que utilizaban los comunistas chinos. Mis consejeros hicieron hincapié en que al margen de lo maravillosa que pueda ser la causa, o el atractivo de sus miembros, si cualquier grupo empleaba los ocho elementos señalados por Robert Jay Lifton, entonces estaba actuando como un medio de control mental. Por fin, fui capaz de ver que la organización Moon utilizaba los ocho elementos: control de la comunicación dentro de un entorno, manipulación mística o espontáneamente planeada, exigencia de pureza, culto a la confesión, sacralización de la ciencia, simplificación del lenguaje, prioridad de la doctrina sobre la persona y abstracción de la existencia.

Sin embargo, antes de que pudiera abandonar a los Moonies tuve que enfrentarme a unas cuantas preguntas de tipo moral. ¿Tiene el Dios en que yo creo la necesidad de utilizar el engaño y el control mental? ¿Es cierto que el fin justifica los medios? Tenía que preguntarme a mí mismo si los medios determinaban el fin. ¿Cómo podía el mundo convertirse en un paraíso si había que subvertir la libre voluntad de los individuos? ¿Cómo sería el mundo si Moon asumía el poder total?

Tras formularme estas preguntas, decidí que ya no podía participar en una organización que utilizaba prácticas de control mental. Abandoné el mundo de fantasía en el que había vivido durante años.

Desde que salí del grupo, he llegado al convencimiento de que millones de personas han estado sujetas a un régimen de control mental sin que ni siquiera se apercibieran de ello. No pasa una semana sin que tenga que hablar con varias personas' que todavía sufren los efectos negativos del control mental. A menudo, les proporciona un gran alivio saber que no están solos y que sus problemas vienen de sus relaciones con el grupo."

Tal vez el principal problema con el que se encuentran quienes han abandonado las sectas destructivas es el desmoronamiento de su propia identidad.

Hay una buena razón para que así sea: durante años han vivido con una identidad «artificial» que les ha proporcionado la secta. Aunque el control mental de las sectas es algo de lo que se puede hablar y definir de muchas maneras, creo que se comprende mejor como *un sistema que desbarata la identidad del individuo*. La identidad está formada por elementos tales como las creencias, el

comportamiento, los procesos de pensamiento y las emociones, que constituyen un patrón definitivo.

Bajo la influencia del control mental, la identidad original del individuo, formada por la familia, la educación, las amistades y, lo que es más importante, las cosas elegidas libremente por la persona, es sustituida por otra identidad, por lo general una que el individuo no habría escogido si no hubiera estado sometido a una tremenda presión social.

El control mental practicado por las sectas destructivas es un proceso social, a menudo relacionado con grandes grupos de personas que lo refuerzan. Se consigue al rodear al individuo de un entorno social donde, para poder funcionar, debe despojarse de su vieja identidad y apegarse a la nueva identidad deseada por el grupo. Cualquier realidad que pudiera recordarle su identidad original - cualquier cosa susceptible de confirmar su anterior forma de ser- es apartada y reemplazada por la realidad del grupo. Aun en el caso de que, al principio, el individuo sólo simule aceptarla, el acto tarde o temprano llega a ser real. Acepta una ideología totalista que, al ser interiorizada, sustituye a su anterior sistema de valores. Por lo general, el individuo experimenta un cambio radical de personalidad y una drástica interrupción del curso de su vida. Este proceso puede ser activado en unas pocas horas, pero habitualmente necesita días o semanas para consolidarse.

Desde luego, todos nosotros estamos sujetos a diario a diversas presiones sociales, las más evidentes en nuestro trabajo. La presión para que se acepten ciertas normas de comportamiento existe en casi todas las organizaciones. Estamos sometidos constantemente a muchas formas de influencia, algunas de ellas obvias e inofensivas (por ejemplo, los carteles de «Por favor, abróchense los cinturones»), y otras más sutiles y destructivas. Así pues, no puedo aseverar firmemente que cuando utilizo el término «control mental» haga referencia específica al extremo destructivo del espectro.

En consecuencia, el término «control mental» no se aplica a ciertas técnicas (por ejemplo, el *biofeedback*) que se utilizan para reforzar el control personal y estimular la capacidad de elección.

Se referirá, en cambio, sólo a aquellos sistemas que *pretenden socavar la capacidad de individuo para tomar sus propias decisiones*. La esencia del control mental consiste en fomentar la dependencia y el conformismo, y desalentar la autonomía y la individualidad.

Aun así, es digno de mencionarse que no siempre el propósito del control mental del grupo es malo. Por ejemplo, hay muchos programas de rehabilitación de drogadictos y delincuentes juveniles que utilizan algunos de estos métodos para destruir la antigua personalidad de adicto o criminal. Pero estos programas, por mucho éxito que tengan, están cargados de peligros. Después de que se ha conseguido «quebrar» a un individuo y se le ha facilitado una nueva identidad, también se le debe restaurar su autonomía y su individualidad, un proceso que depende por completo del altruismo y comportamiento responsable de los directores del grupo.

Más adelante veremos que existe una Secta (El Patriarca) que encaja en esta descripción.

CONTROL MENTAL VERSUS LAVADO DE CEREBRO

Si bien es importante poseer una comprensión general del control mental, no lo es menos conocer aquello que el control mental no es. Por desgracia, cuando la gente común discute sobre el tema, muchísimas veces se utiliza el término «lavado de cerebro» como sinónimo de «control mental». Sin embargo, hoy en día los dos procesos son muy diferentes y no deben ser confundidos. El control mental no es un lavado de cerebro.

El término «lavado de cerebro» lo acuñó el periodista Edward Hunter en 1951. Lo utilizó para describir cómo los militares estadounidenses capturados en la guerra de Corea cambiaban súbitamente su escala de valores y sus lealtades y creían haber cometido crímenes de guerra inexistentes. Hunter tradujo el término del chino *hsi nao*, «cerebro lavado».

El lavado de cerebro es típicamente coercitivo. El sujeto sabe desde el primer momento que está en manos del enemigo. Se inicia con una clara demarcación de los respectivos roles -quién es el prisionero y quién el carcelero-, y el prisionero no tiene ninguna alternativa. Los malos tratos, e incluso la tortura, se utilizan normalmente.

Tal vez el caso de lavado de cerebro y control mental más famoso de los últimos tiempos en Estados Unidos sea el de Patricia Hearst, heredera de un imperio periodístico. Patty fue secuestrada en 1974 por el Ejército Simbiótico de Liberación (ESL), una pequeña secta política con métodos terroristas. Encerrada durante semanas en un armario a oscuras, fue privada de alimentos y violada.

Posteriormente, pareció convertirse en miembro activo del grupo. No aprovechó las oportunidades que tuvo para escapar y participó en el robo de un banco, delito por el cual fue condenada y encarcelada. Por desgracia para ella, Patty Hearst fue víctima de un juez y un jurado ignorantes.

El ESL quizá tuvo éxito en el lavado de cerebro de Patty Hearst, pero, en general, el método coercitivo no cuenta un porcentaje de éxitos muy elevado. Tan pronto como el individuo se aleja de sus secuestradores y vuelve al entorno familiar, los efectos tienden a desaparecer. El ESL tuvo éxito con Patty Hearst porque le dieron una nueva identidad como «Tania». La convencieron de que el FBI tenía orden de disparar en cuanto la vieran. Creía que su seguridad estaba en permanecer junto al grupo más que en buscar la liberación.

El lavado de cerebro resulta eficaz para conseguir que se acepten exigencias tales como la firma de una confesión falsa o denuncias contra el gobierno. Los individuos que son coaccionados se avienen a realizar ciertos actos específicos para salvaguardar lo que han hecho. Pero estas nuevas creencias no están por lo general bien interiorizadas, y cuando el prisionero escapa del campo de influencia (y miedo) es capaz, casi siempre, de quitárselas de encima.

El control mental, casi siempre, llamado «reforma del pensamiento», es más sutil y retorcido. Quienes lo practican son considerados como amigos o compañeros, de forma que el sujeto no está tan a la defensiva. Inconscientemente, colabora con sus controladores y les suministra información privada sin saber que la utilizarán en su contra. El nuevo sistema de valores es interiorizado en la estructura de una nueva identidad.

En el control mental hay muy poco o ningún abuso físico. Por contra, los *procedimientos hipnóticos* se combinan con los de *dinámica de grupo* para conseguir un fuerte efecto de adoctrinación. El individuo es engañado y manipulado -sin amenaza directa alguna- para que acepte las alternativas ordenadas. Las más de las veces, el individuo responde positivamente a lo que le hacen.

No es buena cosa que los medios de comunicación utilicen la expresión «lavado de cerebro» con tanta ligereza. Evoca imágenes de conversión por la tortura. Quienes están en una secta saben que no han sido torturados, así que piensan que aquellos que les critican son unos mentirosos.

UNA NOTA SOBRE EL HIPNOTISMO

Si la expresión «lavado de cerebro» se confunde a menudo con «control mental», también el término «hipnotismo» es muchas veces mal interpretado. El empleo de la palabra «hipnotismo» en varias formas es muy común en nuestras conversaciones habituales (muchas veces decimos cosas como «ella le hipnotizó con su sonrisa»).

En realidad, la mayor parte de las personas no entienden muy bien lo que es la hipnosis. Cuando se menciona el término, la primera imagen que acude a la mente es la de un doctor barbudo que balancea de la cadena un viejo reloj de bolsillo ante la cara de una persona a quien se le cierran los párpados. Si bien esta imagen es desde luego un estereotipo, apunta al objetivo central del hipnotismo: el trance.

Los individuos que son hipnotizados entran en un estado como trance que es fundamentalmente distinto de la conciencia normal. La diferencia estriba en que en el estado consciente normal, la atención se dirige hacia afuera a través de los cinco sentidos, mientras que en el trance la atención se dirige hacia *adentro*. Uno escucha, ve y siente internamente.

Naturalmente, existen varios grados de trance, que varían desde el leve trance normal de soñar despierto hasta los estados profundos en los cuales el individuo pierde casi por completo la conciencia del mundo exterior y es extremadamente susceptible a las sugerencias que se puedan implantar en su mente.

El hipnotismo está relacionado de muchas maneras con las prácticas de control mental antiético de las sectas destructivas. En muchas de las sectas que se definen como religiosas, lo que a menudo se denomina «meditación» no es más que un proceso por el cual los miembros de la secta entran en trance, momento en el que pueden recibir sugerencias que les harán más receptivos para seguir

fielmente la doctrina de la secta. Las sectas no religiosas emplean otras maneras de introducir individual o de grupo.

Además, como estar en trance resulta por lo general una experiencia relajante y placentera, la mayor parte de la gente desea entrar de nuevo en trance tantas veces como sea posible. Es importante resaltar que los investigadores psicológicos han establecido clínicamente que las facultades críticas de los individuos disminuyen en el estado de trance. Uno está menos capacitado para evaluar la información recibida en un trance que en un estado normal de conciencia.

La capacidad de la hipnosis para afectar a las personas puede ser considerable. Es posible ponerlas en trance en cuestión de minutos, y realizan entonces proezas notables. Quizás el ejemplo más conocido es aquel en que a un sujeto hipnotizado se le clava una aguja muy larga en el muslo y no siente dolor. A un individuo hipnotizado se le puede hacer bailar como Fred Astaire, tenderse entre dos sillas y adoptar la rigidez de una tabla, comportarse como si tuviera las manos «pegadas» a los costados, y cosas por el estilo. Si puede lograrse que realicen semejantes hazañas, lograr que los sujetos hipnotizados crean que forman parte de unos «pocos escogidos» también es fácil de conseguir.

Por lo general, las sectas destructivas inducen el trance en sus miembros a través de largas sesiones de adoctrinamiento. Las repeticiones y el forzar la atención son buenos medios para la inducción de un trance. Si observamos a un grupo en esa puesta en escena, es fácil distinguir cuándo se ha conseguido el trance. Los presentes parpadean y tragan con lentitud, y sus expresiones faciales se relajan y adoptan una actitud vacía y neutra. Con los individuos en semejante estado, los líderes sin escrúpulos pueden implantarles creencias irracionales. Yo he visto a personas de una gran fuerza de voluntad que hipnotizados hacían cosas que normalmente no habrían hecho jamás.

ALGUNOS PRINCIPIOS BÁSICOS DE PSICOLOGÍA SOCIAL Y DINÁMICA DE GRUPO

La experiencia política de la segunda guerra mundial, en la que miles de individuos en apariencia normales tomaron parte en proyectos tales como el mantenimiento de los campos de concentración donde millones de seres humanos fueron asesinados, despertó un considerable interés entre los psicólogos.

¿Cómo fue posible que gente que llevaba una vida ordinaria antes de que Adolf Hitler se hiciera con el poder de Alemania, participara en un intento deliberado de exterminar a todo un grupo humano? Desde el final de aquel conflicto, se han realizado miles de experimentos de psicología social que han permitido descubrir las diversas maneras de influir en las personas, ya sea en grupos o individualmente.

El resultado neto de estos estudios ha sido la bien comprobada demostración del enorme poder de las *técnicas de modificación del comportamiento, la conformidad generalizada y la obediencia a la autoridad*. Estos tres factores son conocidos en términos psicológicos como «procesos de influencia». Uno de los descubrimientos más notables de la psicología social es

que en nuestros intentos por encontrar la respuesta más apropiada a la situación social, a veces respondemos con información que recibimos de forma inconsciente.

Por ejemplo, una clase de estudiantes de psicología «conspiró» para emplear las técnicas de modificación de comportamiento con su profesor. Mientras éste les dictaba la clase, los estudiantes sonreían y se mostraban atentos cuando él se movía hacia la izquierda de la habitación. Cuando se movía hacia la derecha, adoptaban un aire de aburrimiento y de falta de atención. Al cabo de poco, el profesor comenzó a desplazarse siempre hacia la izquierda, y después de unas cuantas clases daba sus explicaciones apoyado en la pared izquierda.

Y ahora llegamos al punto clave: cuando los estudiantes hicieron partícipe de la broma al profesor, éste insistió en que nada de esto había sucedido, que le estaban tomando el pelo. No le parecía extraño que se apoyara en la pared, y declaró enojado que era su estilo personal de dar las clases, algo que había escogido por su propia voluntad. Era del todo inconsciente de cómo había sido influido.

Desde luego, en circunstancias normales, la gente de nuestro entorno no está conspirando en secreto para hacernos algo. Simplemente actúan más o menos de la forma en que han sido culturalmente condicionados a actuar, lo que a su vez nos condiciona a nosotros. Ésta es la manera, después de todo, en que una cultura se perpetúa a sí misma. En una secta destructiva, sin embargo, el proceso de modificación del comportamiento se monta alrededor de los nuevos reclutas, que por supuesto no tienen ni la menor idea de lo que está pasando.

Si las técnicas de modificación del comportamiento son poderosas, también lo son las influencias de conformidad y obediencia a la autoridad. Un conocido experimento de conformidad realizado demostró que los individuos dudan de sus propias percepciones si son colocados en una situación social donde parece que las personas en las que más confía el grupo dan la respuesta equivocada a una pregunta.

Otro psicólogo, Stanley Milgram, descubrió en unas pruebas de obediencia a la autoridad que más del 90 % de los sujetos examinados obedecían las órdenes aunque creyeran que al hacerlo causarían así sufrimientos físicos a otra persona. Milgram escribió: «La esencia de la obediencia consiste en el hecho de que una persona llega a verse a sí misma como el instrumento que realiza los deseos de otra persona, y en consecuencia no se considera ya responsable de sus propias acciones».

LOS CUATRO COMPONENTES DEL CONTROL MENTAL

Está claro que no se puede comenzar a entender el control mental sin reconocer el poder de las técnicas de modificación del comportamiento, así como de las influencias de la conformidad y la obediencia a la autoridad. Si tomamos estos presupuestos de la psicología social como punto de partida, nos será posible identificar los componentes básicos del control mental. A mi modo de ver, el control mental puede entenderse en su mayor parte mediante el análisis de los tres componentes descritos por el psicólogo Leon Festinger, en lo que se conoce

como la «teoría de la disonancia cognoscitiva». Estos componentes son: *control del comportamiento, control del pensamiento y control de las emociones.*

Estas páginas que usted acaba de leer pertenecen a una librería virtual en la que puede disfrutar libros de la forma cómo después se explica. O puede ojear y disfrutar partes de los textos de esos ejemplares, tal como haría en cualquier librería en tres dimensiones. A continuación verá cómo funciona todo esto. **Es muy sencillo e interesante.**

Puede visitar esta librería en <http://www.personal.able.es/cm.perez/libreriavirtual.htm>

¿Qué es LIBROS PARA DESCARGAR?

Es una **nueva** forma de comprar libros y recibirlos en su ordenador. **También puede descargar libros GRATIS**

¿Qué ventajas obtengo por comprar así los libros?

Es mucho más **fácil** y **rápido** de recibir. Si se manda por el sistema tradicional, tarda varios días en llegar. Además, en otros casos, los portes los pagaría usted, o se le cargarían en el precio final. Sin embargo, al adquirir libros por este sistema, todos los **gastos de envío son gratis**, con el ahorro que supone para usted. Por otra parte, al ser nulos los gastos de imprenta y distribución, se ofrecen unos precios que no existen en los libros en papel.

¿Cómo sé que me llegan los libros?

Usted recibirá en la cuenta de correo que elija los libros que adquiera. Este sistema está **probado** y **garantizado**.

¿Es compatible con mi ordenador?

Los libros se mandan comprimidos en formato PDF con la finalidad que sean compatibles con cualquier sistema (PC, Mac, Linux y otros). Al ser un formato comprimido, tardan menos en llegar. De todas formas, si así lo indica usted, puede recibirlos en formato DOC (World de Windows) o en formato html (el mismo que la página web que ahora está usted viendo). **Fácil y efectivo.**

Puede descargar gratis el lector de PDF en <http://www.adobe.es/products/acrobat/readstep2.html>

¿Qué temas se pueden adquirir?

Libros de temas que no se suelen encontrar en cualquier librería. Naturalmente, encontrará temas tratados en

EL ARTE DE LA ESTRATEGIA en <http://www.personal.able.es/cm.perez/> o en consonancia con su línea. Hallará libros sobre el **éxito**, sobre el **poder**, sobre la sexualidad, sobre la mente ...

¿Puedo ver los libros antes de comprarlos?

Por supuesto, y le animamos a hacerlo. Todos examinamos un producto antes de adquirirlo, y aquí no va a ser menos. De paso, podrá leer capítulos o fragmentos de todas las obras ofertadas.

¿Puedo hacer copias?

Por supuesto que si, **todas las copias que quiera**. No hay ningún dispositivo que impida hacer copias electrónicas o en papel. Hacemos esto porque consideramos que ya que usted paga por un producto, es muy **libre** de hacer con el lo que quiera (aunque los que reciban las copias no paguen).

¿Es seguro comprar con tarjeta en Internet?

Comprendo que resulta chocante realizar compras por Internet. El sistema de pago funciona de tal manera que: **es seguro** (nadie puede interferir los datos), nadie conoce el n° de su tarjeta y que yo mismo he hecho la prueba comprando libros y todo funcionó a la perfección.

En el caso de que no tenga tarjeta, ya ha habido otras personas en su situación que lo han solucionado de la siguiente manera: han pedido a otra persona que si tenía tarjeta fuera el que les realizara la compra. Después le abonó en metálico el importe de la adquisición.

Me quedan algunas preguntas, ¿me las podría aclarar?

Encantados de ampliar información. Puede enviarme un mensaje en el que exprese sus preguntas a cm.perez@able.es . *Es una forma de agradecerle de antemano la oportunidad de servirle, que espero tener algún día.*

Reciba un cordial saludo

Carlos Martín Pérez

**PUEDE ENVIAR ESTE EJEMPLAR A QUIEN DESEE.
ES MAS, LE ANIMO A HACERLO. SU PRESTIGIO
AUMENTARÁ NOTABLEMENTE AL HACERLO.**

**COMPARTIR ESTA INFORMACION AYUDARÁ A
MUCHAS PERSONAS.**