

Control mental 101: conceptos básicos

Liam S. Whittaker. 2013.04.01.



Tutorial de conversión de sectas (¡Hora del cuento!) Nadie es inmune al control mental. Y por el contrario, el control mental no siempre funciona. Se necesita la combinación adecuada de factores; específicamente confianza, ideales comunes y receptividad.

Las sectas son un buen lugar para estudiar el control mental porque los cambios que afectan en la vida de las personas son extremadamente obvios.

Imagina por un momento que estás pasando por un momento difícil en tu vida: una tragedia reciente o una transición importante.

Tal vez acabas de divorciarte, perdiste a un ser querido, te mudaste a una nueva ciudad o te despidieron recientemente. Te sientes solo, asustado, deprimido, avergonzado o desesperado.

Un día te encuentras con alguien que es amable contigo. O bien es un amigo o un socio, o incluso un completo desconocido.

Quizás sea alguien repartiendo folletos o hablando ante una multitud. Sea quien sea, tiene ojos amables y te sientes un poco mejor cuando estás cerca de él. También parece compartir tus valores.

Quizás quiera ayudar a los pobres, o hable del poder del amor, o de Dios, o de proteger a los animales. Imagina tu mayor valor, y él también comparte ese valor con un nivel de pasión que admiras.

Él te invita a una reunión o fiesta. Una vez allí, encuentras una habitación llena de gente que te dice cosas bonitas, levantándote el ánimo. Están involucrados en una causa que usted apoya incondicionalmente. Cuidan a los enfermos o recogen alimentos para los pobres, o educan a los niños sobre el capitalismo, o comparten el mensaje de Dios al mundo.

Estar cerca de estas personas te hace sentir bien. Te sientes como si pertenecieras. Olvidas

rápidamente tus problemas personales y comienzas a pasar más tiempo con este grupo, trabajando para hacer del mundo un lugar mejor.

Se han ganado tu confianza.



A completely staged, totally unrealistic depiction of a typical brainwasher. (Note the evil eyebrows.)

Ahora estás bastante receptivo a lo que el líder te pueda decir. Aprovechará este tiempo para ganarse más tu confianza y hacerte más receptivo.

Si has tenido dudas persistentes sobre tus nuevos amigos o sus creencias, es fácil explicarlas.

Poco a poco, te van presentando nuevas ideas que quizás no hayas aceptado al principio. Con el tiempo, se requiere más de usted. Más dinero, más tiempo, más sacrificios. Tu comportamiento se ve restringido lentamente.

Tal vez se le pida que se vista de una manera especial, que coma o no ciertos alimentos, que se presente a una cierta cantidad de reuniones, que esté tan ocupado que no pueda dormir ni recibir una nutrición adecuada.

Ahora el agarre se aprieta. El líder te enseña doctrinas para inculcar fobias sobre el mundo exterior. Aprendes que tu grupo tiene muchos enemigos a los que temer.

Esos enemigos no deben ser escuchados porque no podrás resistirte cuando intenten alejarte del amor del grupo. Se le ofrecen clichés, frases o palabras que terminan en sus pensamientos y que le ayudan a descartar fácilmente las críticas.

Eres de élite, uno de los elegidos para ayudar a salvar al mundo del error político o uno de los benditos de Dios. Tu propio lenguaje se altera a medida que tus palabras se vuelven "cargadas". Esto le impide pensar adecuadamente sobre ciertos conceptos y comunicarse adecuadamente con personas fuera del grupo.

Usted se ha vuelto dependiente del grupo para su bienestar emocional, y posiblemente incluso sea dependiente física o financieramente. Estás aislado, si no físicamente, al menos mentalmente, porque hay muchas fuentes de información de las que te enseñan a desconfiar.

Cuando piensas en el grupo y sus enseñanzas, te llenas de una sensación de euforia. Pensar en personas ajenas o en críticas te hace sentir enojo o confusión. La idea de abandonar el grupo o

“cambiar de bando” te hace sentir culpable, avergonzado o asustado.

Si algo no va según lo prometido, te culpas a ti mismo, no al grupo. Ya no quedan zonas grises en tu visión del mundo — las cosas son buenas o malas, izquierdas o derechas, puras o contaminadas, llenas de vida o muerte.

Ahora rechazas automáticamente cualquier crítica, sin importar cuán válida sea. Rechazas cualquier hecho que vaya en contra de tus creencias, porque tus creencias se han vuelto más importantes que la realidad.

Ciertas palabras son ahora detonantes que hacen que rechaces ideas específicas incluso antes de tener la oportunidad de escucharlas.

Te sientes perfectamente racional, mucho más ilustrado o inteligente que aquellos con puntos de vista opuestos. Sin embargo, en lugar de eso, tu cerebro ha sido paralizado por los virus mentales que voluntariamente creaste parte de ti.

¿Qué acaba de pasar? Aquí está el proceso:

1. Gana confianza A veces las personas parecen realmente confiables porque son amables, carismáticas o porque todos los demás también confían en ellas y las aman.



Jim Jones seemed like a really nice guy... till he lead 900 people to voluntarily drink cyanide-laced Koolaid.

2. Apelar a ideales, metas, creencias Probablemente te sientas muy apasionado por tus creencias, por lo que es fácil involucrarte en este nivel. También es otra forma de ganar confianza.

3. Crea un estado de emociones y receptividad Una vez que tus defensas estén bajas, existen muchas técnicas para apagar tu mente crítica y ponerte en un estado emocional. Allí estás más dispuesto a creer cualquier cosa. Las emociones pueden incluir miedo, ira, euforia idealista, camaradería, amor o cualquier otra emoción fuerte.

4. Introduzca lentamente nuevas ideas y restricciones a los pensamientos y/o comportamientos. Estas son ideas o restricciones que deshumanizan a los oponentes, infunden miedos al enemigo, introducen clichés que terminan con los pensamientos, crean palabras cargadas, le dan sentimientos de elitismo o de ser especial, etc. Este es el punto en el que te enredas en la mentira y te conviertes en perpetuador de esa mentira utilizando las mismas técnicas utilizadas en tu contra.

Así es como estamos conectados No es necesario ser miembro de pleno derecho de una secta suicida para ser manipulado. Las técnicas de control mental se utilizan todos los días: en las noticias, en los anuncios publicitarios, en los discursos políticos, en las vallas publicitarias, en la radio, en los correos electrónicos reenviados y en las conversaciones. Incluso las relaciones abusivas practican los mismos métodos manipuladores.

Siempre se nos pide que confiemos en alguien que quiere decirnos a quién temer, cuándo apagar nuestro cerebro, a quién no respetar nunca, qué hechos están sesgados y cuáles son ciertos. Se nos pide que rechacemos inmediatamente todo aquello con lo que no estamos de acuerdo y que aceptemos todo aquello con lo que estamos de acuerdo sin cuestionarlo.



There used to be a lot more bowing and scraping. Those prone to backtalk were usually beheaded.

Este proceso parece ser la regla más que la excepción. Nuestra sociedad valora ahora el libre pensamiento, la honestidad intelectual y la persuasión a través de los hechos y la razón, pero esto no siempre ha sido así. Durante la mayor parte de la historia, la humanidad ha seguido ciegamente la autoridad. Podría decirse que la civilización no habría sobrevivido hasta aquí sin estos rasgos. Ciertamente, los individuos rebeldes y contrarios de esas culturas no sobrevivieron mucho tiempo. Nuestras mentes parecen propensas a aceptar procesos persuasivos engañosos que pasan por alto el pensamiento crítico. La tendencia hacia el libre pensamiento surgió literalmente de nosotros.

En realidad es un trabajo duro emplear la persuasión honesta. Tenemos que arriesgarnos a la incomodidad de la disonancia cognitiva, que parece siempre presente bajo la dura luz de la honestidad. Nuestras propias sustancias químicas cerebrales nos hacen infelices cuando cuestionamos críticamente creencias preciadas.

Por el contrario, la persuasión coercitiva es un proceso mucho más cómodo, pero siempre implica engaño. Normalmente estos persuasores creen las mentiras que dicen. Los seguidores de estas distorsiones simplemente repiten el programa, incluidos los métodos de control mental que les han enseñado.

¿En quién puedo confiar? Irónicamente, en realidad es más probable que te laven el cerebro aquellos que menos esperas que sean capaces. Serán personas en las que confiarás plenamente, personas con valores y objetivos similares a los tuyos, alguien que esté de tu lado.

No te puede lavar el cerebro alguien de quien desconfías, a menos que esa persona te tome como rehén físico. Esto significa que si odias a los liberales, los liberales no pueden lavarte el cerebro. Si odias a los republicanos, los republicanos no pueden lavarte el cerebro. Si temes a Dios, los ateos nunca podrán lavarte el cerebro.

Piensa en eso por un momento. Los grupos que podrías sospechar que son más capaces de infectar místicamente tu mente con engaños son en realidad los más incapaces. Aquellos que crees que son benévolos son los más capaces de engañarte, si así lo desean.

Hay miembros de todos los bandos, de todas las ideologías, de todas las escuelas de pensamiento que han utilizado los poderes de una reforma del pensamiento engañosa. Allá afuera, en algún lugar, hay un grupo controlador o un sistema de creencias que probablemente te atraiga, que tiene el poder de engancharte y atraerte. Incluso es posible, probablemente de hecho, que ya te haya sucedido en un grado u otro.

Cuando nacemos, somos tan indefensos y dependientes como siempre lo seremos. Empezamos siendo programados por nuestros padres. En muchos sentidos, esto es algo bueno, porque así es como aprendemos la supervivencia básica, cómo comportarnos en sociedad y cómo adquirimos

cultura e idioma. Aprendemos valores y principios útiles. Pero también llegamos a aceptar ciegamente muchas falsedades y patrones de pensamiento que nos impiden pensar críticamente o hacer preguntas cuando tal vez deberíamos hacerlo.

También nos volvemos susceptibles cuando el mundo mismo se vuelve aterrador. Hay muchas cosas que temer: la guerra, el terrorismo, las enfermedades, el crimen, la violencia, la inmoralidad, la anarquía, el socialismo, el racismo, la tiranía, la opresión, etc. Muchos se subirán a podios o detrás de pantallas de televisión y amplificarán esos temores, y luego prometerán aliviarlos si confiamos en ellos. Esto no es muy diferente de cuando una secta ataca a alguien que ha sufrido una pérdida reciente en su vida.



I know it's true. I saw it on TV.

Me han lavado el cerebro sobre algunas cosas. Todavía lo soy, hasta cierto punto, aunque conozco estas técnicas y hago todo lo posible para detectarlas. Pero cuando alguien está “de mi lado” diciendo cosas con las que ya tiendo a estar de acuerdo, soy un poco susceptible. Y tú también.

En última instancia, sólo puedes confiar en ti mismo. Por eso el cuestionamiento y el pensamiento crítico son tan importantes. Si puedes sentirte cómodo con la disonancia cognitiva y aceptar estar equivocado, tu mente se vuelve ágil. Si aprendes buenas técnicas de investigación, te conviertes en la máxima autoridad. Si aprendes hábitos racionales y aprendes sobre la diferencia entre buena lógica y falacia, puedes darte un detector de tonterías incorporado. Si estudias técnicas de control mental, te proteges con conciencia para desarmar las mentiras. Confía en ti mismo y conviértete en el guardián de tu propia mente.

Y, con suerte, armado con este conocimiento, podrás ser mucho más inmune al control mental. Porque nadie más puede hacerlo por ti.

Por Luna Flesher

Referencia

- <https://web.archive.org/web/20170114083055/http://csglobe.com/mind-control-101-the-basics/>

From:

<https://wiki.cibertortura.eu/> -

Permanent link:

<https://wiki.cibertortura.eu/doku.php?id=bibliografia:control-mental-101-conceptos-basicos>

Last update: **2026/09/30 23:01**

