

## Técnicas de Control Mental

El control mental es una técnica variada o conjunto de técnicas encaminadas a suprimir la personalidad de la persona, controlando y anulando su libre albedrío, para hacerla dependiente de lo dictado por otra persona u organización.

Pese a que puede realizarlo cualquier colectivo, son las sectas las que más profusamente lo emplean, especialmente las sectas destructivas.

El deseo de controlar a las personas totalmente es muy antiguo y cualquier dictadura, régimen autoritario o monarquía despótica siempre han tratado de que sus ciudadanos o súbditos tengan las mismas ideas y actitudes, especialmente hacia sus dirigentes. Para esto se ha utilizado desde muy antiguo la propaganda y la represión de cabecillas u organizaciones. Pero estas acciones no pueden acabar con las ideas díscolas en la totalidad de la población, pese a que sí consiguen evitar que se manifiesten abiertamente, al menos durante algún tiempo.

Para lograr acabar con las ideas de algunas personas se ha recurrido a la tortura, que en muchas ocasiones se limitaba a extraer confesiones (fuesen veraces o no) como en el caso de la Inquisición. Pero distintas organizaciones represoras, como la CHEKA de la Revolución Rusa, descubrieron que con técnicas desorientadoras, frío, mala alimentación y presión constante podía implantar en sus torturados la idea que quisieran para que después declararan esa idea implantada ante jueces y tribunales, por ejemplo. En esto los soviéticos se convirtieron en auténticos expertos e incluso fue denunciado por Amnistía Internacional en informes sobre la utilización de la medicina para la tortura entre otros, así como en una publicación específica sobre la medicina en la URSS. A todas estas técnicas se las suele englobar dentro del término lavado de cerebro.

El problema del lavado de cerebro estribaba en que cuando cesaba la violencia, el miedo o la presencia de la persona que amenaza, las ideas implantadas también desaparecían y eran sustituidas por las iniciales con rapidez.

Por tanto, desde el mismo momento casi que comenzó la tortura como método de represión, se percibió la poca vigencia de esta técnica y la necesidad de conseguir otras más persistentes en el tiempo. Por otra parte la tortura produce graves secuelas psicológicas en el torturador, empezando por el rechazo social que sufrían los verdugos (funcionarios del estado encargados de ejecutar, pero también torturar) y siguiendo por todo tipo de miedos, remordimientos y depresiones por tener que infligir dolor y sufrimiento a personas contra las que en el fondo nada tiene en contra.

Existen muy pocos informes sobre el entrenamiento de torturadores, por ser un auténtico secreto de estado; pero Amnistía Internacional sí tuvo acceso a uno realizado por la dictadura griega en la que se veía que para mantener un cuerpo de torturadores estable era necesario buscar gente del medio rural que no desearan llevar esa vida, asegurarles trabajo en ciudades, ofrecer grandes sueldos y reforzarles constantemente la importancia de su misión para la patria (no para el régimen que sea), el peligro que corren si dejan de torturar y la maldad de las personas que deben torturar. Pese a todo, en actos como la Comisión para la Verdad y la Reconciliación de Sudáfrica, se comprobó que muchos torturadores estaban profundamente arrepentidos y dolidos por sus acciones.

Estos ejemplos muestran que el lavado de cerebro no está al alcance de todas las organizaciones y cuesta muchos esfuerzos mantenerlo.

#### Técnicas de control mental

Las técnicas de control mental no tienen porqué salir de investigaciones meticulosas y científicas, pese a que tales investigaciones puedan existir, más bien son fruto de la experiencia de personas u organizaciones que han llegado a perfeccionarlas por medio del ensayo y el error xd.

Asimismo, son muy empleadas por organizaciones dictatoriales como las sectas. Pilar Salarrullana hace una recopilación de ellas:

- • Aislamiento del núcleo familiar y social: pese a no ser la primera en aplicarse es una de las más importantes. Consiste en ir apartando a la persona captada de su familia, sus amigos e incluso de cualquier relación con el mundo exterior a la secta o entorno que lo desea captar. Tanto es así que muchas sectas, especialmente las más destructivas, cuentan con granjas, albergues y casas particulares donde reúnen a sus fieles.

- • Agotamiento físico: se trata de llevar a los captados hasta casi el límite de sus fuerzas físicas para dificultar el pensamiento racional porque, según Pilar Salarrullana, la inteligencia de cada uno no se puede aumentar ni disminuir, razón por la cual lo que tratan las técnicas de control mental es dificultar el uso de la inteligencia individual.

- • Cambio de dieta por otra escasa de proteínas: para reducir la fuerza del cuerpo y con ella la capacidad de utilizar la inteligencia un cambio de dieta ayuda. Esto puede provocar trastornos o

perdida de la menstruación de las mujeres e impotencia en los hombres.

- • Sesiones periódicas de cánticos, recitación de consignas, mantras... llegando en ocasiones a caer dormidos por el sueño, lo que incluso ayuda porque las frases se siguen oyendo, pero la persona no recuerda dónde las escuchó y quién las dijo, por lo que puede llegar a pensarse que son ideas propias, a las que siempre se las tiene gran afecto.

- • Charlas de líder de la organización y sus acólitos sobre las bondades de la organización, los riesgos de salirse y especialmente los desprecios a quienes critican o muestran actitudes díscolas.

- • Realización de agradables recibimientos, acogidas y atención a quienes llegan por primera vez o aún no cuentan con mucha experiencia. Técnica que aumenta el placer de ser parte del grupo y al mismo tiempo la dependencia de ese presunto afecto y estima. Estas recepciones deben hacerse a cada persona en solitario, si esta fuese acompañada por un amigo, por ejemplo, los esfuerzos deben encaminarse a separarlos.

- • Utilización de drogas para anular la voluntad.

- • Realización de pequeños test psicológicos para adecuar las técnicas de captación a cada persona.

### Consecuencias del control mental

La principal consecuencia de un proceso de control mental exitoso es la implantación de la personalidad deseada sobre la anterior, pero la personalidad inicial nunca es destruida y terminará por imponerse si se dan las condiciones adecuadas. Pero es difícil desprogramar a personas que no tiene una personalidad anterior que recuperar, porque no existiera todavía, como en los niños, o porque en un lapso de tiempo largo, ha sido totalmente olvidada.

Además de esta, se producen otros efectos en la persona, bien por el control mental o por los métodos para

conseguirlo. La ONG española Pro-Juventud cita los siguientes:

### Sociales

- · Falta o reducción de la capacidad para relacionarse con los demás, especialmente si son extraños a la secta.
- · Anulación de las relaciones con la familia y pérdida de amigos.
- · Consecuencias laborales, como relegación en el puesto de trabajo o despido, por la pérdida de competitividad a causa del cansancio.
- · Cambio de residencia.

### Físicas

- · Deterioro físico general.
- · Desnutrición.
- · Debilitamiento del sistema inmunológico.

### Psicológicas

- · Cambios inesperados entre la euforia y la depresión.
- · Incapacidad de mantener relaciones afectivas con personas extrañas al entorno donde es controlado.
- · Esclavitud involuntaria al perder la capacidad de decisión.
- · Disminución del sentido del humor, del vocabulario y la capacidad intelectual en general, pero no de la inteligencia.
- · Razonamiento escaso o nulo.
- · Tendencia neurótica, psicótica o suicida.
- · Pérdida de identidad, desdoblamiento de la personalidad, pánico, alucinaciones...

### La desprogramación

Se conoce como desprogramación al proceso de liberar a

alguien del control mental al que ha sido sometido. Puesto que el control es una técnica larga y compleja también lo es la desprogramación, por esa razón existen profesionales versados en la materia.