

Treinta y dos Consejos para... **Navegar en una Sociedad** ...llena de Propaganda y Manipulación

por Caitlin Johnstone

03 Junio 2019

del Sitio Web [Medium](#)

traducción de [Tinoski](#)
[Versión original en inglés](#)



Desde que existe el lenguaje los humanos lo hemos usado para manipularnos unos a otros.

El hecho de que sea posible ordenar con habilidad una serie de símbolos vocales de tal modo que nos permita conseguir favores, concesiones, votos o el consentimiento de otros humanos ha hecho que la manipulación sea tan común que hoy por hoy permea toda nuestra

sociedad de arriba abajo, desde las relaciones particulares entre dos personas hasta la relación entre los gobiernos y las poblaciones a nivel internacional.

Este hecho ha conseguido que sea casi imposible discernir qué es lo que ocurre realmente tanto en nuestras propias vidas como en el mundo entero.

Así que ahí van una serie de trucos para aprender a navegar en este escenario tan proclive a la manipulación, tanto las que se dan a pequeña escala y puedes encontrarte en tus interacciones cotidianas como las que a gran escala afectan al mundo entero.

1 - Comprende que los humanos somos animales que cuentan historias. [Aquel que controla la narración controla a los humanos.](#)

La narrativa mental domina la conciencia humana: el pensamiento es en esencia un continuo y agitado monólogo sobre el Yo y lo que interpreta que está ocurriendo en su mundo, y ese monólogo se compone enteramente de *historias* mentales.

Estas historias pueden ser manipuladas y lo son. A escala individual por las personas con que nos encontramos día a día y a escala global por virtud de habilidosos propagandistas.

Orientamos nuestra acción en función de la interpretación que tenemos de lo que ocurre ahí fuera y esas interpretaciones pueden ser controladas a través de la narración.

<https://twitter.com/caitoz/status/1032066540219203584>

La sociedad está hecha de narraciones. Darse cuenta de esto es despertarse fuera de Matrix. Esto es el resumen más claro que he conseguido hacer hasta ahora.

En la película Matrix, los humanos se encuentran en futuro distópico encarcelado en un mundo virtual por una poderosa inteligencia artificial...

2 - Sé humilde y reconoce que tú también puedes ser engañado.

Tu sistema cognitivo es tan susceptible de ser "hackeado" como el de cualquier otro y toda clase de manipuladores van a tratar de explotar tus vulnerabilidades.

No dejes que la vergüenza o la disonancia cognitiva te impidan reconocer la posibilidad de que a ti también te pueden chulear.

3 - Observa el comportamiento de los demás e ignora las historias que cuentan acerca de su comportamiento.

Esto aplica tanto a la gente con la que te relacionas normalmente como a los políticos y los gobiernos. Las narrativas pueden ser alteradas y manipuladas de muchas formas distintas mientras que el comportamiento, siempre y cuando se examine de la forma más objetiva posible, no puede ser manipulado en sí mismo.

Presta atención a las conductas de esta forma y acabarás dándote cuenta de que existe una diferencia abismal entre lo que

algunas personas cuentan de sí mismas y su conducta real.

Esas personas son los manipuladores. Desconfía de ellos.

4 - Sospecha de aquellos que no paran de decirte quién son y cómo son porque lo que están tratando de hacer es manipular la narrativa que tienes sobre cómo son.

Sé doblemente escéptico de los que no dejan de contarte cómo y quién eres tu, porque lo que están haciendo es tratar de manipular la narrativa que tienes sobre ti mismo.

5 - Aprende a darte cuenta de cómo los manipuladores utilizan la confianza y la simpatía para engañar a la gente y que se suscriban a su propia interpretación de cómo son las cosas.

Todo manipulador utiliza la generación de confianza y simpatía como gancho para llevar acabo su manipulación porque si no te caen bien o no te generan confianza difícilmente vas a identificarte mentalmente con las narrativas que quieren venderte.

Esto aplica a todos los medios y agencias de comunicación, es cierto para todas las declaraciones de prensa gubernamentales que tratan que sientas simpatía por la gente de X nación pero lo es también para los miembros de tu familia o tus compañeros de trabajo.

6 - Sospecha de todo aquel que rehúsa expresarse de una forma clara.

La "ensalada de palabras" es [una notoria táctica empleada por todos los abusivos narcisistas](#) porque mantiene a la víctima confusa e incapaz de saber qué es lo que realmente ocurre.

Si no pueden percibir de forma transparente lo que el manipulador está diciendo no pueden adoptar una postura sólida respecto a ellos, y el abusador sabe esto. Exige una comunicación cristalina y si se te niega retírales tu confianza y simpatía.

Aplicalo en tu propia vida cotidiana, a los gobernantes y a los [memes propagandísticos de 8chan](#).

<https://twitter.com/Oatmeal/status/1120406167006646272>

Feliz #díadelatierra

Se tarda diez minutos en leer este artículo pero realmente lo merece.

Theo at meal.com/comics/believe

No vas a creerte lo que te voy a contar. No vas a creerte lo que te voy a contar. Este es un cómic acerca del "tiro por la culata".

7 - Familiarízate con los "[sesgos cognitivos](#)", los errores de la mente humana que propician que percibamos las cosas de manera irracional.

Presta especial atención al [sesgo de confirmación](#), el [efecto tiro por la culata](#) y el [efecto de verdad ilusoria](#).

Los humanos tenemos una tendencia peligrosa a [facilitar el procesamiento cognitivo](#) y [evitar la disonancia cognitiva](#) cuando procesamos la información en vez de buscar la verdad sin importar si nos generará malestar o disonancia.

Esta es una debilidad de nuestra propia organización mental y los manipuladores pueden aprovecharse de ella y lo hacen constantemente.

Y, otra vez, sé humilde como para reconocer que esto te pasa también a ti.

8 - Confía más en tu propia interpretación que en la de los demás.

Puede que no sea perfecta, pero es mucho mejor que dejar que tu interpretación de las cosas sea controlado por expertos en manipulación y borregos defensores del pensamiento grupal, o por literalmente cualquier otra persona que se encuentra inmersa también en un mundo saturado de manipulación y propaganda.

Probablemente no tienes una opinión correcta para todo, pero tu propia interpretación es la apuesta más segura que hay sobre la mesa.

Puede ser intimidante estar sólo y tener que encontrar la verdad por uno mismo en cada caso concreto una y otra vez, pero la alternativa es dejar tu propia interpretación del mundo en manos de otra persona a la que otorgas autoridad.

Abdicar de tu responsabilidad a la hora de llegar a una conclusión sobre cómo es el mundo es un acto de cobardía vergonzosa.

Sé lo suficientemente valiente para convencerte de que estás en lo cierto hasta que te des cuenta por ti mismo de que estabas equivocado.

9 - Date cuenta de que la propaganda es el aspecto más ignorado y minusvalorado de nuestra sociedad.

Todo el mundo se pasa el tiempo hablando sobre lo que está mal en nuestro mundo, pero pocas de esas discusiones se centran en torno al hecho de que la gente está siendo manipulada mediante la propaganda de masas para generar esos problemas y facilitar su persistencia.

El hecho real de que la gente poderosa está constantemente manipulando la manera en que pensamos, actuamos y votamos debería ser un eje central de la discusión de todo el mundo y no estar restringido a discusiones ocasionales entre "círculos de lunáticos".

10 - Respeta el hecho de que la ciencia de la propaganda moderna tiene más de un siglo de [desarrollo e investigación](#).

Piensa en todos los avances científicos y militares que se han dado en este siglo para hacerte una idea de lo desarrollada que debe estar esta rama de la ciencia.

Están muy, muy lejos de nosotros en investigación y comprensión de los métodos para manipular la psique humana con el propósito de beneficiar al poderoso.

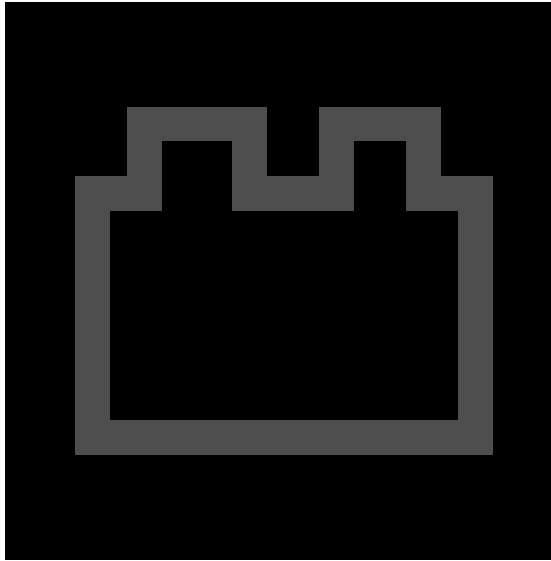
Si alguna vez dudas de que los gurús de la manipulación sean lo suficientemente astutos y conocedores como para conseguir sacar adelante determinada campaña de manipulación mejor deja de dudarlo.

No los subestimes.

11 - Comprende que la propaganda presente en los medios de comunicación de masas occidentales rara vez viene en la forma de mentiras frontales completas.

Como poco, los medios de comunicación publicarán de forma crédula las cosas que las agencias de información gubernamentales, que mienten todo el rato, les cuentan. Más a menudo, el engaño viene en forma de distorsión, medias verdades u omisiones.

Presta atención a las cosas que no cuentan y a las discrepancias entre aquellas y las que sí cuentan.



12 - Esfuérzate por desarrollar una buena capacidad para entender las noticias y para diferenciar entre aquello "noticiable" respecto de lo que no lo es.

Esto requiere tiempo y práctica pero te permitirá darte cuenta de qué eventos merecedores de ser noticia no están siendo cubiertos por los medios y por otro lado qué no-noticias están siendo atendidas exageradamente para dar forma a una narrativa favorable al sistema.

Cuando consigas dominar esta habilidad te preguntarás todo el rato,

"¿Por qué están convirtiendo esta historia en una noticia?" y "Porqué nadie está informando de esto otro?"

13 - Ten paciencia y comprensión contigo mismo mientras desarrollas tus habilidades para navegar de forma crítica entre las narrativas.

Literalmente como cualquier habilidad al principio se te va a dar fatal. Cuando te des cuenta de que tenías una concepción equivocada respecto a algún hecho, simplemente: coge la nueva información, ajústala apropiadamente y sigue esforzándote.

No esperes dominar esta habilidad antes de ser capaz de dominarla.

Como con todo, si le echas tiempo, acabarás siendo bueno.

14 - Encuentra periodistas legítimos que sean buenos navegando por el entramado de narraciones, y síguelos para ayudarte a orientarte y mantenerte informado de lo que realmente ocurre.

Usa reporteros individuales, no medios de comunicación: ningún medio de comunicación es cien por cien de fiar, pero algunos periodistas están cerca de serlo para algunos temas en concreto. [Haz click aquí](#) para leer un artículo sobre una manera de construir tu fuente de noticias de confianza y adaptada a ti.

[Haz click en este otro hipervínculo](#) para saber quiénes son mis reporteros favoritos de Twitter en este momento.

<https://twitter.com/caitoz/status/1047653102482931713>

Como crear una fuente de noticias sólida y adaptada que no está manipulada por Silicon Valley.

"Puede ser difícil encontrar una fuente de información acerca de lo que está ocurriendo en el mundo que no esté siendo manipulada por el poder"

#ConocimientoSobreLosMedios #Revolución #Propaganda ...

15 - No dejes que la paranoia se convierta en tu herramienta fundamental o incluso la única para conseguir navegar por el entramado de narrativas.

Para algunas personas la única manera de entender el mundo es convertirse en alguien exageradamente suspicaces acerca de todo y todos los que les rodean, lo que es igual de útil que un compás que te dice que todas las direcciones son el norte.

Pasa algún tiempo en sitios sobre conspiraciones críticos con los medios de comunicación y no tardarás en encontrarte con ese tipo de individuos. Si rechazas todo como falso te quedarás sin nada que considerar cierto.

Encuentra herramientas objetivas para aprender qué es real.

16 - Sostén una visión del mundo lo suficientemente abierta como para que puedas cambiarla en cualquier momento a la luz de cualquier nueva información pero no tanto como para que pueda ser vapuleada fuera de tu cabeza por el primero que te diga lo que tienes que pensar de una forma autoritaria o que te inspire confianza.

Como dijo **Carl Sagan** una vez,

"Merece la pena tener la mente abierta, pero no tan abierta que se te desparrame el cerebro"

17 - Hablando de formas de hablar autoritarias o que inspiran confianza, sospecha de formas de hablar autoritarias o que inspiren confianza.

Es sorprendente la afinidad que la gente puede generar sólo por aparentar de forma creíble que lo que está diciendo es verdad, tanto si son expertos comentaristas de algún medio de comunicación del sistema (MSNBC) como si son youtuber-conspiranoicos.

Muchos de ellos simplemente están fingiéndolo porque realmente les sale a cuenta.

Te encuentras con esto constantemente en discusiones en foros sobre política: la gente llega y exhibe una posición supremamente confiada en sostener la verdad pero si les presionas para que muestren su conocimiento real sobre el tema y la robustez de sus argumentos descubres que realmente detrás de esas frases no hay nada.

Simplemente están acostumbrados a que la gente asuma que saben de lo que están hablando y a no verse confrontados nunca.

Y realmente se salen de sus casillas cuando alguien no les compra su estudiado simulacro de autoridad.

18 - Sé consciente de que los sociópatas existen.

Hay gente a la que, en diferentes grados, le importa un bledo lo que les pase a los demás. Y estos son el tipo de personas que van a emplear la manipulación para salirse con la suya siempre que les convenga.

Si no te importa la verdad ni la gente más allá de porque te pueden servir para conseguir cosas, no tienes ningún motivo intrínseco para no utilizar la manipulación

19 - Sé consciente de las "proyecciones" y de que éstas ocurren en las dos direcciones:

La gente poco sana tiende a proyectar su inseguridad en los demás mientras que la gente sana proyecta su bondad.

No dejes que tu bondad te haga pensar que no existen monstruos que van a tratar de engañarte y manipularte y no dejes que los sociópatas proyecten en ti sus propias siniestras intenciones personales simplemente por decirte cuán podrido estás.

Esto confunde y despista a un montón de buena gente, sobretodo en su vida personal. No todo el mundo es bueno, y no todo el mundo es de fiar. Tenlo muy claro.

20 - Sospecha de aquellos que apelan excesivamente a las normas, la buena educación y el comportamiento cívico.

Los manipuladores se mueven muy bien dentro de los ámbitos cívicos y normativos porque saben cómo manipularlos. Alguien dispuesto a salirse fuera del redil o mostrar su enfado ante una persona capciosa a pesar de que esté actuando "acorde a las normas" genera mucha incomodidad en los manipuladores.

A menudo los que te reclaman un comportamiento cívico ajustado a las normas cuando tienes todo el derecho a estar enfadado son manipuladores interesados en que te adhieras a ellas porque es el medio en el que han aprendido a manejarse.

<https://twitter.com/caitoz/status/1035693421959102464>

Cómo despertarse.

"Llevo posponiendo escribir este artículo un año, pero los lectores continúan pidiéndolo, y dado que he estado escribiendo un montón sobre iluminación colectiva últimamente he pensado que era un buen momento para hacerlo"

21 - Meditar, ser conscientes, la auto-exploración y [otras prácticas](#) son poderosas herramientas que te pueden ayudar a entender tus propios procesos internos lo que a su vez te ayudará a entender cómo los manipuladores pueden manipularte a ti y a otros.

Simplemente asegúrate de usar estas herramientas para tal fin, no con un propósito escapista como tanta gente "espiritual" hace. Estás tratando de aprender qué es lo que te toca la fibra mental, emocional o energéticamente, no a convertirte en un pequeño mamífero vaporoso bendecido espiritualmente.

El objetivo no es sentirse mejor, es "ser mejor en sentir".

Ser mejor a la hora de experimentar de forma plenamente consciente tu propio mundo interior.

22 - No tengas piedad al a hora de ser honesto contigo mismo acerca de tus propias narrativas internas y las diversas formas en las que te auto-manipulas.

No vas a poder navegar por las procelosas aguas del entramado manipulativo si no tienes claro tu propio papel dentro de ellas.

Mira dentro de ti y haz inventario de forma consciente.

23 - Comprende que la verdad no siempre actúa de forma placentera para el ego (no de la forma en que Hollywood lo pinta, por ejemplo)

Cualquier narrativa que te conduzca hacia un final "estilo Hollywood" en el que el malo es arrojado a un río de lava con una patada de karate y el héroe se lleva a la chica está manufacturada.

El [Russiagate](#) y [QAnon](#) son ambos ejemplos de narrativa placenteramente egóica con la promesa de un final estilo Hollywood, tanto la de que Trump y sus secuaces acabarán entre rejas como la de que "los del sombrero blanco" acabarán derrocando al [gobierno en la sombra](#) y arrojando a los demócratas y todos los que nunca han apoyado a Trump a la mazmorra por pedófilos.

Nada de eso va a ocurrir, amigos.

24 - Trata de ver el mundo con una mirada joven, no con tus cansados ojos de adulto que te han enseñado a pensar que lo que ves es normal.

Crea y sostén por un momento en tu imaginación una representación de cómo sería para ti un mundo perfectamente sano y armonioso.

El alto contraste entre esta imagen y el mundo real que tenemos hoy por hoy te permitirá ver a través de la campaña propagandística que pretende normalizar cosas como:

- Guerra
- Pobreza
- Ecocidio
- Sistemas electorales impotentes

...que soportan gobiernos que hacen exactamente lo mismo sin tener en cuenta a la gente que les ha votado. Nada de esto es normal.

25 - Aprende que la verdad no vota a ningún partido político y los ingenieros sociales tampoco

Todos los partidos políticos son usados para manipular a las masas de varias formas, y quizá alguna vez una miga de verdad pueda escurrírseles de las manos. Tener un pensamiento partidista te garantiza la creación de una visión distorsionada de la realidad.

Ignora las líneas imaginarias que se dibujan entre los partidos. Puedes estar seguro que tus gobernantes lo hacen.

26 - Sé consciente siempre de ésta simple dinámica:

Quienes se convierten en millonarios son generalmente aquellos lo suficientemente sociópatas para hacer lo que haga falta para conseguir llegar arriba.

Esta clase social ha sido capaz de comprarse un control de la narración casi total mediante la compra o influencia sobre los medios de comunicación, el lobby empresarial, el patrocinio de think-tanks o la financiación electoral.

Así son capaces de manipular al público para que no ponga peros a planes que sólo benefician a los plutócratas y sus lacayos.

27 - Comprende que las narraciones son puros constructos narrativos; sólo existen en la medida en que la gente está de acuerdo en que existen.

Quienes controlan la manipulación son conscientes de esto y se aprovechan del hecho de que la mayoría de nosotros no lo somos.

Mira el caso de **Julian Assange**, un ejemplo perfecto:

Fue sacado a la fuerza de la embajada y encerrado gracias a [una extremadamente obvia colaboración](#) entre Estados Unidos, Reino Unido, Suecia, Ecuador y Australia mientras que cada uno de ellos *finge* haber estado actuando de forma aislada como naciones completamente independientes una de otra.

28 - Comprende que la guerra es el pegamento que mantiene el imperio estadounidense unido.

- Ecuador fingió estar profundamente preocupado porque iba con su monopatín por la embajada y la presencia de su gato generaba un ambiente poco higiénico.

Sin la zanahoria de la alianza económico-militar y el palo de la violencia militar-económica la hegemonía estadounidense no se sostendría.

- Estados Unidos fingió estar profundamente preocupado sobre los particulares del modo en que Julian Assange ayudó a Chelsea Manning a cubrir su rastro.

Por eso la propaganda de guerra es constante y a veces tan forzada que incluso terminan expuestos algunos agujeros en el guión; es tan importante que están dispuestos a meterla a capón, incluso si no consiguen que el entramado narrativo en torno a ella quede perfecto del todo.

- Suecia fingió estar profundamente preocupada por las acusaciones de violación y el Reino Unido fingió estar profundamente preocupado acerca del incumplimiento de una fianza.

Si dejaran de construir artificialmente el consenso que necesitan para justificar la pasión del imperio por la guerra la gente perdería toda la confianza en el gobierno y los medios de comunicación y a su vez estas perderían su capacidad para ejercer la propaganda sobre el público de una forma efectiva.

- Australia fingió que estaba demasiado profundamente preocupada por respetar sus relaciones internacionales con todos estos países como para intervenir en defensa de su propio ciudadano,

...y todos estos motivos coincidieron de tal modo que, oh qué casualidad, en realidad parece que lo que quieren es encarcelar a un periodista por publicar hechos.

Si no fueran capaces de ejercer la propaganda de forma efectiva sobre nosotros, nuestros gobernantes dejarían de poder gobernarlos.

Esta dinámica está presente de forma continuada, con respecto a intervenciones militares, acuerdos comerciales, o campañas de creación de opinión orientadas a crear narrativas en contra de gobiernos no alineados con ellos.

29 - Recuerda que en lo que respecta a la política exterior los "neocons" siempre se equivocan.

Han sido tan constantes en este punto que siempre que exista alguna cuestión en relación con las hostilidades entre la alianza de poder centralizada en los Estados Unidos y cualquier otra nación, puedes mirar qué es lo que,

- Bill Krystol

- Max Boot
- John Bolton,

...tienen que decir y cree exactamente lo contrario.

Son, de hecho, un instrumento de navegación extremadamente útil si los utilizas de esta manera.

30 - Date cuenta de cómo los manipuladores tratan de dividir la sociedad en dos grupos y después dejar que se pongan a discutir entre ellos cómo deberían servir al sistema.

Discutir sobre por qué es mejor votar Republicano o Demócrata, discutir sobre si es mejor aumentar las hostilidades contra Irán y Venezuela o contra Siria y Rusia, o sobre si deberías dar tu apoyo al presidente de Estados Unidos o al FBI, discutir sobre cómo y quién debería ejercer la censura en Internet cuando si debería haber censura en primer lugar debería ser el tema de debate.

Cuanto más tiempo consigan que estemos discutiendo sobre cómo deberíamos lamer la bota del imperio más tiempo podrán mantenernos alejados de discutir sobre si deberíamos lamer esa bota o no.

31 - Mantente alerta respecto de las apelaciones a la emoción.

Es mucho más fácil manipular a alguien apelando a su parte emocional que a su capacidad de pensamiento crítico, por eso cada vez que quieren crear artificialmente apoyo hacia el intervencionismo militar verás imágenes de niños muertos en todas las noticias en vez de argumentos lógicos sobre los beneficios de usar la violencia tras una presentación concienzuda y detallada de

los hechos y las evidencias.

Lo mismo verás cuando echan la culpa a los votantes de terceros partidos:

Todo es una hipérbole emocional que se tambalea ante cualquier análisis que se base en los hechos, pero la usan porque funciona.

Van a tocarte la fibra para llegar a tu corazón sin tener que pasar por tu cerebro.

32 - Presta atención a la cantidad de propaganda que se emplea en mantener la propia maquinaria propagandística.

Y es así porque la propaganda misma es el eje fundamental para mantener las estructuras de poder dominantes. Se invierte muchísimo esfuerzo en generar confianza hacia los medios de comunicación encargados de construir la narrativa a favor del sistema a la vez que en sembrar recelo hacia las fuentes de información de la disidencia.

Verás campañas de propaganda enteras centradas únicamente en conseguir esto.

Regresar a ¿El Fin de La Internet... Que Conocemos?
Regresar a El Control Global de Los Medios de Comunicación



