

RIFORMA DEL PENSIERO E PSICOLOGIA DEL DISTACCO DAL TOTALITARISMO

di Ron Burks

Il seguente articolo dal titolo originale *Thought Reform and the Psychology of Breaking Away from Totalism*, lezione in onore di Paul Martin del 2012, è stato pubblicato su *ICSA TODAY*, vol. 5 | n° 3 | 2014. L'originale si trova qui:

<http://www.icsahome.com/articles/2012-paul-r--martin-lecture-thought-reform>

L'autore e *l'International Cultic Studies Association*, proprietaria della rivista, ne autorizzano la traduzione e la pubblicazione su questo giornale.

Traduzione non professionale di Giorgio Fabbro.

Revisione di Cristina Caparesi.

Non mi scuso per il plagio palese del titolo di questa lezione. Ho intenzione di tentare di unire due aree vicine al cuore della vita e del lavoro di Paul Martin. Il primo è, naturalmente, il recupero dagli effetti psicologici della riforma del pensiero. Uno dei contributi più significativi di Paul in questo campo è stato quello di trasformare il discorso accademico di Robert Lifton in uno strumento accessibile per aiutare gli ex membri di sette.

Il secondo tratta un'area che non sono sicuro Paul abbia presentato pubblicamente: la necessità morale e filosofica della libertà. Il fatto che le sette privino i loro membri della libertà di base è stata di grande importanza per Paul per due motivi: in primo luogo, poteva personalmente identificarsi perché è successo a lui; e in secondo luogo, la libertà era fondamentale per la sua visione di un universo morale.

L'indottrinamento e la perdita della libertà

Le sette tolgono la libertà e poi attaccano coloro che lavorano per aiutare le vittime ad uscirne. Una citazione di Abraham Lincoln sembra appropriata:

MANIPOLAZIONI E VESSAZIONI

RASSEGNA INTERNAZIONALE DI CONTRIBUTI TEORICO-PRATICI DELL'ASSOCIAZIONE SOS ABUSI PSICOLOGICI

anno 4- n°1 | aprile 2015

Il pastore tiene lontano il lupo dalla gola della pecora, per questo la pecora ringrazia il pastore per essere il suo liberatore, mentre il lupo lo denuncia per il medesimo fatto ma come distruttore della libertà. Chiaramente la pecora e il lupo non sono d'accordo sulla definizione della parola libertà; e precisamente la stessa differenza oggi prevale tra le creature umane. (Roe, 1907, pag. 220)

L'ICSA vede i danni che le sette commettono come violazioni dei diritti umani. Le sette e i loro fautori ritengono che le attività di coloro che come noi lavorano in questo campo, siano lesive del loro diritto alla libertà religiosa: "la pecora e il lupo non sono d'accordo sulla definizione della parola libertà."

Paul Martin sarebbe stato in disaccordo con alcune delle idee politiche di Noam Chomsky, ma sarebbe stato d'accordo quando Chomsky disse: "Per coloro che ostinatamente cercano la libertà, non ci può essere compito più urgente che quello di riuscire a capire i meccanismi e le pratiche di indottrinamento" (Otero, 2005, p. 212). Lo scopo dell'indottrinamento nelle sette è, in sostanza, quello di convincere le reclute che quello che stanno guadagnando è molto più importante di quello che stanno perdendo. Tutto l'indottrinamento settario è un tentativo di far star bene le reclute scambiando la libertà del pensiero autonomo con la "verità suprema" del gruppo.

Lifton, Margaret Singer e altri sono stati invitati dall'intelligence militare, a intervistare ex prigionieri di guerra dopo il conflitto coreano. Lifton rilevò somiglianze tra le storie degli interrogatori di quei detenuti e quelle di coloro che fuggivano a Hong Kong dopo essere stati condannati ai lavori forzati ed internati in campi di detenzione in cui i loro "pensieri controrivoluzionari" venivano "riformati". In entrambe le narrative, Lifton identificava dei processi che sembravano distintivi degli interrogatori asiatici. Ironia della sorte, è stato un giornalista americano, non Lifton, che per primo ha usato il termine lavaggio del cervello nei media. Il giornalista semplicemente prese il suo dizionario inglese-cinese e cercò le parole *riforma* e *pensiero*, e prese i primi significati inglesi che vide, lavare e cervello, e così nacque un fenomeno da Hollywood. Lifton non ha mai usato quel termine, e le due parole non sono mai state utilizzate insieme in un discorso pubblico in Cina dopo la Rivoluzione Culturale.

La riforma del pensiero

Come potete immaginare, la mia visione del lavoro di Lifton è basata su quella di Paul. Lui non ha mai cercato di evitare, modificare o aggiungere qualcosa al lavoro di Lifton, tant'è che, con i suoi pazienti, si è sempre attenuto ai metodi e agli effetti psicologici degli otto processi descritti da Lifton. E così ho fatto anch'io. La mia opinione è stata arricchita e modellata da più di quattrocento storie, compresa la mia come persona coinvolta in un gruppo settario, e tutte erano caratterizzate da una cattività che poteva variare di grado, non di tipo. Oggi, uso alcune di queste intuizioni nel mio lavoro con i tossicodipendenti che soffrono di uno stato di prigionia simile di cui, di solito, non sono pienamente consapevoli all'inizio del trattamento.

Nel momento in cui gli ex membri settari sentono la descrizione di questi processi, sono in grado di identificare specificamente nelle loro esperienze che cosa sia successo loro e come sono stati portati a sentire e a pensare in quel modo. Per di più, ora hanno dei nomi per quello che è successo loro e la certezza che, se i processi hanno dei nomi, devono essere stati vissuti da molte altre persone. Gli ex membri sono in grado di normalizzare un fenomeno che poche altre persone sono in grado di identificare.

La riforma del pensiero è il processo che fa, di una persona intelligente e pensante, uno schiavo virtuale, senza che la persona si renda conto di cosa sia successo. Il contesto di ogni riforma del pensiero è una differenza di potere o di valore tra l'indottrinatore e la recluta. Ci sono molti modi in cui questa differenza viene stabilita nelle sette; ma questi, che sia conscio o inconscio, è il fondamento della riforma del pensiero. La riforma del pensiero proposta nel modello di Robert Lifton comprende otto processi (evidenziati in *italico*) che, insieme, hanno l'effetto di controllare tre aspetti dell'esperienza umana e che sono centrali per il concetto di libertà: il pensare, il sentire, e la coscienza.

Controllo del pensiero. Una volta che viene stabilito una differenza di potere, due dei criteri di Lifton, *scienza sacra e caricamento del linguaggio*, lavorano insieme per minare la capacità delle reclute 'di pensare in modo critico, o fuori dagli schemi creati dal gruppo.

MANIPOLAZIONI E VESSAZIONI

RASSEGNA INTERNAZIONALE DI CONTRIBUTI TEORICO-PRATICI DELL'ASSOCIAZIONE SOS ABUSI PSICOLOGICI

anno 4- n°1 | aprile 2015

L'insegnamento e i punti di vista del gruppo e del suo leader hanno un senso di sacralità che non può essere sfidato dai comuni mortali. I mezzi con cui la logica può, e non può, essere applicata a certe credenze di gruppo sono controllati dal leader. La *scienza sacra* consente al gruppo di disattivare nelle reclute la capacità di distinguere tra causa ed effetto. Se il gruppo prescrive un certo rituale che dovrebbe influire su altri eventi o persone, ci sono tre scenari, e tutti e tre sono al servizio dei bisogni del leader. Se si verifica il risultato previsto, la *scienza sacra* del gruppo è dimostrata. L'effetto è la causa. Se il risultato non si verifica, è stato perché i seguaci hanno fatto il rituale in modo non corretto, o con un atteggiamento interiore improprio, ancora una volta dimostrando che la *scienza sacra* è vera in quanto viene associata la pratica "scorretta" al risultato improprio. Se il leader sta eseguendo il rito e si verifica un esito negativo, è a causa di un "buco nel tubo" da qualche parte, e questo dimostrerebbe che i seguaci non erano in uno stato d'animo giusto per evitare una tale farsa, e ancora una volta dimostrando che la *scienza sacra* è vera: i seguaci hanno causato l'esito negativo a causa delle loro carenze.

Il sistema di gruppo o i suoi leader dirigono domande e pensieri in una scatola prefabbricata controllando o *caricando il linguaggio* utilizzato nel gruppo. Termini sconosciuti o familiari utilizzati in modi esoterici sono spesso impiegati più per creare un maggior effetto emotivo che per il loro contenuto logico. I termini che non sono familiari agli adepti vengono utilizzati per migliorare aspetti di autorità e unicità del gruppo.

E' inoltre difficile inquadrare una questione individuale, quando le uniche condizioni che si hanno sono quelle fornite dal gergo del gruppo.

Controllo dei Sentimenti. Le reazioni emotive sono interpretate alla luce dell'insegnamento del gruppo, in modo che tutto ciò che si sente profondamente è collegato al sistema. Tutti gli stati emotivi alti e bassi sono legati alla propria posizione all'interno del sistema e servono a fornire un'esperienza spesso mistica che dimostra che le pretese del gruppo sono valide. Questo processo è ciò che Lifton chiama *manipolazione mistica*. Quando si fa qualcosa che il gruppo considera "giusto", c'è grande apprezzamento e serve per esaltare le reclute. Quando il gruppo/ il leader non

MANIPOLAZIONI E VESSAZIONI

RASSEGNA INTERNAZIONALE DI CONTRIBUTI TEORICO-PRATICI DELL'ASSOCIAZIONE SOS ABUSI PSICOLOGICI

anno 4- n°1 | aprile 2015

è contento del seguace, può "far scoppiare la bolla", riportando il seguace al suo posto. A poco a poco, quasi tutta la vita emotiva dell'adepto si baserà sulla sua relazione con il gruppo. Essere collegati al gruppo fa sentire bene.

Ragionamento morale: ridefinire giusto e sbagliato. La bussola morale della vittima è gradualmente riportata ad indicare che la maggior parte delle cose che fa o dice che si oppongono al sistema sono cattive, intrinsecamente cattive e generalmente impopolari tra coloro che contano. Le cose che si fanno o si dicono che supportano il sistema sono per definizione buone, significative e morali. Non ci sono zone d'ombra. Tutta la vita è divisa in categorie di bianco e nero. Inoltre, gli obiettivi del gruppo vengono presentati come aventi significato cosmico o finale. Pertanto, dato che ci sono molte cose in gioco, questo è quanto Lifton definisce la *Domanda di purezza*. La perfezione assoluta è prevista, e qualsiasi deviazione è inaccettabile e bisogna confessarla, di solito in un modo prestabilito. Questa è la setta della confessione (corretta) di Lifton. Qualsiasi incapacità di trovare qualcosa da confessare significa ignoranza della verità e deve, a sua volta, essere confessata come mancanza di rispetto dello standard. In queste condizioni, i punti di vista equilibrati e riflessivi non devono essere tollerati perché coloro che li propongono non capiscono il significato eterno di ciò che il gruppo sta facendo.

La creazione di uno stato di distrazione. Il pensare, il sentire e il ragionamento morale tendono a rimanere assenti per mancanza di dati esterni. Si crede che le idee e le opinioni al di fuori siano in mano a persone senza particolari conoscenze o rivelazioni ed, in quanto tale, rappresentino una minaccia per la santità e la pace dei membri. Tutti i membri devono proteggersi da questa minaccia ed essere tagliati fuori, in qualche modo, da un contatto diretto o non mediato con il mondo esterno. Nei termini di Lifton, l'ambiente che ruota intorno al seguace deve essere controllato. Il *controllo del milieu* può essere fisico, come vivere in una casa isolata, o funzionale, essere spesso in movimento in modo che i seguaci interagiscano solo con gli altri membri. Il *controllo del milieu* rimuove "la prova di realtà" e quel contributo che terze parti disinteressate potrebbero fornire. Le persone esterne al gruppo vengono indicate con termini vagamente dispregiativi quali "non illuminati", "mondani", o "nemici di Dio".

MANIPOLAZIONI E VESSAZIONI

RASSEGNA INTERNAZIONALE DI CONTRIBUTI TEORICO-PRATICI DELL'ASSOCIAZIONE SOS ABUSI PSICOLOGICI

anno 4- n°1 | aprile 2015

Il pensare, il sentire, e il ragionamento morale sono tre aspetti fondamentali della nostra umanità che in gran parte ci permettono di sapere chi siamo e come siamo collegati agli altri. Questi aspetti ci permettono di dare un senso alla nostra vita. In un sistema di riforma del pensiero, il gruppo sta definendo chi siamo.

Ridefinire il sé. Gli insegnamenti o la filosofia del gruppo o le opinioni dei leader gradualmente sovvertono il pensiero e le osservazioni delle vittime, che ora considerano la filosofia del gruppo come superiore alle loro percezioni della realtà. Lifton la definisce la *Dottrina al di sopra della persona*. La fedeltà dei membri alla filosofia del gruppo li rende incapaci di ascoltare o rispondere a qualsiasi ragionamento che vada contro quella filosofia.

Le vittime della riforma del pensiero gradualmente si rendono conto che ogni resistenza a credenze prestabilite comporterà l'esilio dal gruppo o a qualche forma di conseguenze cosmiche o eterne che andrebbero ben oltre. Fortunatamente per le vittime, la loro dedizione all'insegnamento del gruppo e la lealtà verso la loro leadership conferma il loro diritto di esistere. La capacità del gruppo di stabilire il diritto di esistere delle vittime è quello che Lifton chiama *Erogazione dell'Esistenza*. La connessione con il gruppo ha ora l'urgenza della necessità di sopravvivenza. Le vittime della riforma del pensiero percepiscono che il prezzo da pagare per fare le cose sbagliate è così alto che non faranno una scelta senza consultare un altro membro del gruppo.

I seguaci vivono in una realtà alternativa, con regole proprie, incentivi, tabù, responsabilità, punizioni e ricompense. Questa realtà può essere difficile, sempre sul bordo del precipizio ", i Marines spirituali", i "rimanenti", la forza agape, la famiglia per sempre. Roba forte, fino a quando non scoprono che il re è nudo, che c'è un uomo dietro la tenda, e non vi è grande e potente Oz, perché era tutta una bugia.

Non è sufficiente uscire

Un intervento, esterno o interno, di solito comporta una rottura del *controllo del milieu*, che permette alle idee esterne e alle percezioni di fornire ai membri il controllo della realtà. Col senno di poi, per alcuni ex membri, il loro ingresso in un gruppo settario sembra essere una cattiva decisione che non ha influenzato profondamente la

MANIPOLAZIONI E VESSAZIONI

RASSEGNA INTERNAZIONALE DI CONTRIBUTI TEORICO-PRATICI DELL'ASSOCIAZIONE SOS ABUSI PSICOLOGICI

anno 4- n°1 | aprile 2015

loro vita. Ma per altri, la loro adesione alla setta ha distrutto una famiglia, o impedito agli ex membri di formare una famiglia o li ha fermati nel perseguire il sogno di una carriera che avrebbe dato un senso alla loro vita. Per queste vittime, la sensazione di fallimento è straziante. La paura di ricominciare è palpabile. Ricominciare a vivere dopo la setta è terrificante per coloro che credono di aver portato tutta questa sofferenza senza senso su se stessi. La depressione e il senso di colpa può essere debilitante.

Il regalo di Paul per quelli che curava e per quelli di noi di cui era stato mentore, era quello di mostrare come i leader settari utilizzassero le migliori qualità dei propri seguaci contro se stessi, convincendoli a rinunciare a tutto per una causa che si basava su una menzogna. Quando le vittime della riforma del pensiero riconoscono ciò che è stato fatto loro e come è stato fatto, riconoscono che, a prescindere dalle intenzioni originali del leader, veniva di solito fatto egoisticamente, per l'innalzamento personale del leader. A quel punto, il processo di recupero iniziava con una salutare rabbia, seguita da una dose realistica di umiltà. Gli ex membri iniziavano un viaggio con l'assunzione delle responsabilità per ciò che loro potevano aver fatto agli altri, e ritenendo i leader responsabili di quello che era stato fatto a loro.

L'aspetto negativo della libertà

Aldus Huxley disse che le "peggiori difficoltà di un uomo iniziano quando è in grado di fare ciò che vuole" (Lippmann, 2009, p. 6). La vita in libertà per gli ex membri inizia spesso abbastanza bene. Ci sono domande e risposte sbagliate da parte della leadership, dubbi su dubbi, e la decisione di decidere di lasciare. Alcuni devono fare delle scelte terribili: "Io so che sto andando all'inferno per essermene andato, ma non riesco neanche a rimanere lì" Per i membri di seconda generazione (SGA), se la famiglia è ancora nel gruppo, l'isolamento e la mancanza di supporto sono strazianti.

Anche con l'incoraggiamento della famiglia e degli amici, la ribellione dolce, la gioia del non conformarsi, il primo viaggio al centro commerciale senza dover testimoniare, alla fine cedono il passo all'effetto di Rip Van Winkle: "Allora che roba è questo Twitter?" Che tradotto nella realtà dice: hai 43 anni e tutto quello che hai fatto da quando sei stato reclutato all'età di 18 anni era pulire dei tappeti. Non hai mai finito il

MANIPOLAZIONI E VESSAZIONI

RASSEGNA INTERNAZIONALE DI CONTRIBUTI TEORICO-PRATICI DELL'ASSOCIAZIONE SOS ABUSI PSICOLOGICI

anno 4- n°1 | aprile 2015

tuo primo anno di scuola, perché "Dio ti ha chiamato." L'ultima volta che hai fatto una domanda di lavoro c'era un pacchetto di moduli e una segretaria. Ora c'è solo un banco e una tastiera, o, più spesso, solo un sito web.

La libertà dopo un culto può essere un'esperienza solitaria, confusa, e scoraggiante. Ex membri senza trattamento, pensando di essere liberi, possono ritrovarsi in situazioni o rapporti meno restrittivi ma ancora di controllo. "Ehi, dover dare il 20% del proprio reddito è decisamente meglio rispetto al gruppo in cui eravamo prima in cui abbiamo dovuto devolvere tutto il nostro stipendio per avere in cambio solo i soldi per la biancheria intima e il dentifricio."

In effetti, alcuni ex membri che si rendono conto che il loro capo era un imbroglione e il gruppo abusante, e che sono usciti dal gruppo da anni, possono ancora manifestare un certo attaccamento alla mentalità del gruppo auspicando i "bei vecchi tempi prima che le cose andassero male". Gli ex membri spesso evitano di esercitare la loro libertà a causa delle sfide che la libertà porta con sé dopo un'esperienza settaria: ansia, noia, la perdita di un senso di scopo e di significato. Peggio ancora, per molti, la vita perde il suo significato.

A proposito, un aneddoto di uno dei miei amici militari racconta:

Un giovane aviatore stava lasciando l'Air Force. Il sergente inflessibile mise in guardia il giovane aviatore, "Ascoltami, devi arruolarti nuovamente."

"No, Sergente. Sono stufo e stanco dei militari che mi dicono cosa fare tutto il tempo."

Il sergente, ora con il volto pallido lo avvertì ancora "Tu non capisci; devi arruolarti nuovamente"; e con un leggero tremito nella voce disse «fuori di qui non c'è nessuno che ti comanda".

La libertà può essere ardua, motivo per cui possiamo essere tentati ad assoggettarci alla volontà e ai capricci di un altro. Ma vivendo una vita acritica sulla base di un unico punto di vista, i seguaci diventano schiavi di quella prospettiva. Essi si abituano a non sbagliare. Rinunciano a qualcosa per cui altri sarebbero disposti a morire per poterla ottenere: - la libertà. Vengono ingannati nel negoziare la loro autonomia perché viene detto loro che lo fanno per una causa nobile che li renderà parte di una élite speciale,

e anche a motivo della sicurezza che proviene da una prospettiva di vita senza alcuna incertezza.

Le scelte

Una volta qualcuno chiese a Margaret Singer, "Come faccio a sapere chi sono io, ora che la setta non è più lì a dirmelo?" Lei ammise che era una domanda filosofica e che lei era uno psicologo. Ma poi, in un impeto visionario, aggiunse: "Con le scelte che si fanno." Così riprendendo le parole di Simon Weil, che disse: "La libertà, prendendo la parola nel suo senso concreto, consiste nella capacità di scegliere" (Weil, 2005 , p. 11).

Imparare a fare delle scelte è l'antidoto alla riforma del pensiero, la fondazione per la ricerca dello scopo, del significato, e di un nuovo contesto di vita. Il problema è che con la scelta arriva spesso l'incertezza. Se siamo sicuri di quale sia la strada giusta, non abbiamo bisogno di fare delle scelte. La libertà implica il vivere con l'incertezza, l'incertezza di scelte piccole e grandi, ogni giorno della nostra vita. Gli ex membri hanno una capacità di scelta molto limitata a causa della natura della riforma del pensiero. La maggior parte degli ex membri sono stati condizionati nell'affrontare le scelte, a credere che l'esercizio del loro giudizio, come la caparbia, fosse un vizio spiritualmente fatale. Per questo non sono stati in grado di esercitare le loro abilità mentali, che languono dal disuso.

La scelta è un lavoro duro e talvolta rischioso. Ogni volta che facciamo una scelta, avremmo potuto farne una diversa e sopportarne le conseguenze. La libertà di scelta significa che abbiamo la possibilità di fallire.

L'emancipazione: un disagio benvenuto

Dopo la setta, le buone scelte che faccio sono quelle che per *me* sono ragionevoli, hanno un senso nel breve e lungo periodo, e sono quelle che auspico. La libertà di scelta porta alla ricerca. Ci vuole la conoscenza di sé. La ricerca e conoscenza di sé appaiono confuse. I fatti arrivano fino ad un certo punto, poi devo sapere quello che mi piace.

MANIPOLAZIONI E VESSAZIONI

RASSEGNA INTERNAZIONALE DI CONTRIBUTI TEORICO-PRATICI DELL'ASSOCIAZIONE SOS ABUSI PSICOLOGICI

anno 4- n°1 | aprile 2015

L'anelito di certezza è uno dei motivi per cui le persone sono attratte dai sistemi di credenze settarie. Ma, come molti filosofi hanno detto, accettando la certezza di qualcun altro, abbandoniamo ciò che ci rende degli esseri umani, la nostra libertà di pensiero, la nostra libertà di diventare quello che siamo, e solo noi, siamo.

Bibliografia

Lifton, R. J. (1961). *Thought reform and the psychology of totalism*. New York, NY: W. W. Norton.

Lippmann, Walter. (2009). *A preface to morals* (7th edition). Piscataway, NJ: Transaction Publishers.

Otero, C. P. (Ed.). (2003). *Chomsky on democracy and education*, New York, NY: RoutledgeFalmer.

Roe, Merwin. (Ed.). (1907). *Speeches and letters of Abraham Lincoln*. London, England: J. M. Dent and Sons.

Weil, Simone. (2005). *The need for roots: Prelude to a declaration of duties towards mankind*. London, England: Taylor & Francis.