



# El cerebro ideológico

Leor  
Zmigrod

La nueva  
ciencia de la  
neuropolítica

PAIDÓS

**LEOR ZMIGROD**

# **EL CEREBRO IDEOLÓGICO**

---

La nueva ciencia de la  
neuropolítica

Traducción de Pedro Pacheco González

**PAIDÓS Contextos**

Título original: *The Ideological Brain*, de Leor Zmigrod

La lectura abre horizontes, iguala oportunidades y construye una sociedad mejor.  
La propiedad intelectual es clave en la creación de contenidos culturales porque sostiene el ecosistema de quienes escriben y de nuestras librerías.

Al comprar este libro estarás contribuyendo a mantener dicho ecosistema vivo y en crecimiento.

En **Grupo Planeta** agradecemos que nos ayudes a apoyar así la autonomía creativa de autoras y autores para que puedan seguir desempeñando su labor.

Dirígete a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesitas fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puedes contactar con CEDRO a través de la web [www.conlicencia.com](http://www.conlicencia.com) o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

Queda expresamente prohibida la utilización o reproducción de este libro o de cualquiera de sus partes con el propósito de entrenar o alimentar sistemas o tecnologías de inteligencia artificial.

© del poema «Hijos de la época» de Wisława Szymborska (traducción de Abel A. Murcia), incluido en *Poesía no completa*, Ciudad de México, Fondo de Cultura Económica, 2012.

© de todas las obras de Wisława Szymborska, The Wisława Szymborska Foundation <[www.szymborska.org.pl](http://www.szymborska.org.pl)>

© Leor Zmigrod, 2025

Se ha asertado el derecho moral de la autora.

© de la traducción, Pedro Pacheco González, 2025

© de todas las ediciones en castellano,

Editorial Planeta, S. A., 2025

Paidós es un sello editorial de Editorial Planeta, S. A.

Avda. Diagonal, 662-664

08034 Barcelona, España

[www.paidos.com](http://www.paidos.com)

[www.planetadelibros.com](http://www.planetadelibros.com)

ISBN: 978-84-493-4435-0

Fotocomposición: Realización Planeta

Depósito legal: B. 12.433-2025

Impresión y encuadernación en Black Print

Impreso en España – *Printed in Spain*



# SUMARIO

|                                        |    |
|----------------------------------------|----|
| Prólogo. Potencial de acción . . . . . | 11 |
|----------------------------------------|----|

## PRIMERA PARTE ICONOS

|                                              |    |
|----------------------------------------------|----|
| La ideología como una posesión más . . . . . | 19 |
| Un experimento . . . . .                     | 27 |
| Metáforas en las que creemos . . . . .       | 35 |

## SEGUNDA PARTE SOBRE MENTES Y MITOS

|                                         |    |
|-----------------------------------------|----|
| El nacimiento de la ideología . . . . . | 47 |
| La era de las ilusiones . . . . .       | 57 |
| El cerebro . . . . .                    | 71 |
| El pensamiento ideológico . . . . .     | 83 |

TERCERA PARTE  
ORÍGENES

|                                                      |     |
|------------------------------------------------------|-----|
| Un problema como el del huevo y la gallina . . . . . | 99  |
| Jóvenes autoritarios . . . . .                       | 109 |
| Lavarle el cerebro a un niño . . . . .               | 119 |
| La mente rígida. . . . .                             | 133 |
| El gen del dogmatismo. . . . .                       | 155 |

CUARTA PARTE  
CONSECUENCIAS

|                                                      |     |
|------------------------------------------------------|-----|
| El secreto de Darwin . . . . .                       | 171 |
| Ilusiones políticas. . . . .                         | 185 |
| Lo que sientes te delata . . . . .                   | 201 |
| Una ideología entra en un escáner cerebral . . . . . | 215 |

QUINTA PARTE  
LIBERTAD

|                                              |     |
|----------------------------------------------|-----|
| Caer en una espiral y salir de ella. . . . . | 233 |
| La importancia del nido. . . . .             | 245 |
| De otro modo . . . . .                       | 263 |
| Epílogo. Salirse del guion . . . . .         | 271 |
| Agradecimientos. . . . .                     | 279 |
| Notas. . . . .                               | 283 |
| Índice onomástico . . . . .                  | 321 |

---

### La ideología como una posesión más

Solemos decir que una persona «tiene» una ideología como si esta fuera una maleta o una pieza de fruta. Al igual que ocurre con los objetos que podemos guardar, apreciar o desechar, pensamos que las ideologías son algo externo a nosotros. De hecho, a veces cambiamos una vieja ideología por otra más nueva y brillante. Y, en otras ocasiones, somos *nosotros* los evangelistas que intentamos imponer una ideología a los escépticos. *¡Tómala!*

Intercambiamos nuestras posesiones ideológicas, presumiendo de los valores de nuestras últimas adquisiciones. Sin embargo, quizá nos equivocamos al pensar que las ideologías son bienes que poseemos, objetos que llevamos con nosotros, y que, de algún modo, existen fuera de nosotros.

Es cierto que poseemos esas creencias, pero también podemos ser poseídos por ellas. Gracias a potentes herramientas de medición, ahora es posible ver las consecuencias de la rigidez ideológica sobre la percepción humana, la cognición, la fisiología e incluso los procesos neuronales. Nuestros cuerpos no son impermeables a las ideologías que nos rodean: aquello en lo que creemos se refleja en nuestra biología.

A diferencia de las impresiones que dejamos en la arena, las huellas ideológicas son difíciles de borrar. Nuestros descubri-

mientos científicos más recientes nos han demostrado que los cerebros humanos absorben las convicciones ideológicas con fuerza y ansia. Al fin y al cabo, nuestros cerebros son órganos maravillosos que aprenden de su entorno con suma facilidad. Y lo hacen, peligrosamente, a gran velocidad. Por eso, cuando se sumergen en sistemas dogmáticos, nuestros cuerpos absorben de buen grado esas rigideces. Repetir una y otra vez reglas y rituales tiene efectos anquilosantes en nuestras mentes. Con cada una de esas repeticiones y memorizaciones, las vías neuronales responsables de esos hábitos se fortalecen, mientras que las asociaciones mentales alternativas (más originales pero repetidas y recordadas con menos frecuencia) tienden a decaer. Aunque muchos de nosotros sabemos intuitivamente que las ideologías dictan nuestros comportamientos sociales y afinidades morales, es menos conocido que la repetición de reglas y rituales ideológicos crea un efecto de cascada que llega a cada una de nuestras células.

La integración en estructuras rígidas y autoritarias no es tan solo un problema social o político. Es un problema profundamente personal de cada uno de nosotros. Las ideologías pueden poner en peligro la salud de nuestra mente y nuestra capacidad de ser honestos. Nuestros cuerpos aprenden a integrar convicciones ideológicas de formas profundas y perturbadoras. A menos que entendamos qué son las ideologías y qué hacen, surgirán y mutarán diferentes extremismos que avanzarán sin obstáculos en nuestras sociedades abiertas y tolerantes. Y hasta que no descubramos cómo se metamorfosea el cerebro bajo las garras de las doctrinas ideológicas, no podremos gozar de una libertad auténtica.

Cuando nos venden una ideología, nos dicen que es inmutable y atemporal, pero, en realidad, todas ellas son muy fluidas y móviles. Estos grupos de ideas cambian constantemente y adoptan nuevas formas en cada generación. Las visiones ideológicas del mundo pueden cambiar de bando y de preferencias políticas. Los partidos tradicionales abogan por reformas radicales, mientras que los movimientos progresistas vacilan a la hora de innovar. Se empuñan armas

en nombre de la vida. Se utilizan eslóganes de paz para camuflar la violencia regresiva. El terrorismo puede secuestrar la lucha por la libertad y las demandas de libertad pueden parecer terroríficas.

Las batallas ideológicas se asemejan a juegos de lenguaje. Se lanzan palabras o figuras retóricas a los oponentes y estos las esquivan. *Reaccionario, revolucionario, conservador, progresista, conspiracionista, supremacista, racista, radical, intolerante*. Rara vez sabemos qué significan estas etiquetas o a quién se aplican correctamente. George Orwell señaló que «el lenguaje político [...] está diseñado para conseguir que las mentiras parezcan verdades y los asesinatos, actos respetables, y para dar una apariencia de solidez al viento».<sup>1</sup> Clasificamos a las personas y las ideas en categorías bien definidas en busca de claridad e identidad. «¡Nuestro vecino es un fanático!», «¡Nuestro hijo adolescente es un irresponsable!». Estos calificativos taxonómicos nos encantan y nos aterran al mismo tiempo. Sin embargo, estas categorías lingüísticas enmascaran la realidad de las ideologías tal y como se viven (de forma desordenada, hipócrita, orgullosa y autodestructiva) con pérdidas, alegría, humor, arrepentimiento, miedo, retrocesos, retracciones, cavilaciones, intimididad, dolor, lágrimas, lamentaciones, sonrisas radiantes y confusas miradas de reojo.

A pesar de todas las complejidades y contradicciones, hay puntos en común en la forma en que se practican y predicán todas las ideologías, independientemente de sus objetivos o sus pretensiones. Ya sean nacionalistas, racistas o religiosas, existen paralelismos en el modo en que todas las ideologías se infiltran en las mentes humanas. Estas semejanzas no son coincidencias; son inherentes a la estructura del pensamiento ideológico. En su libro *El verdadero creyente*, el pensador político Eric Hoffer señaló que «[existe] cierta uniformidad en todos los tipos de dedicación, de fe, de persecución del poder, de unidad y de autosacrificio».<sup>2</sup> Aunque las ideologías se adornen con colores, trajes o banderas diferentes, está demostrado que los mecanismos de coerción son, en gran medida, siempre los mismos.

Para detectar las similitudes psicológicas comunes a todas las ideologías, necesitamos saber qué es y qué no es una ideología. Según la definición más simple, una ideología es un tipo de narración. Una historia convincente sobre el mundo. Pero no todas las historias son ideologías, ni todas las formas de narración colectiva son rígidas y opresivas. Hay una gran diferencia entre *cultura* e *ideología*. Las ideologías ofrecen descripciones absolutistas del mundo y nos dicen cómo debemos pensar, actuar e interactuar con los demás. Las ideologías son las que, gracias a las leyes que impulsan, deciden qué se puede y qué no se puede hacer. A diferencia de la cultura, en la que tienen cabida las excentricidades y las reinterpretaciones, en la ideología el inconformismo es intolerable y es fundamental que exista un compromiso total. Cuando la desviación de las normas da lugar a un castigo severo y al ostracismo, nos hemos alejado de la cultura y nos hemos adentrado en la ideología.

Desde el fascismo y el comunismo hasta el ecoactivismo y el evangelismo espiritual, los grupos ideológicos ofrecen respuestas absolutas y utópicas a los problemas de la sociedad, normas estrictas de comportamiento y una mentalidad de grupo a través de prácticas y símbolos específicos. Esas características definen a todas las ideologías, y pueden surgir incluso cuando la ideología está guiada por las intenciones más honestas y los ideales más nobles; es decir, aparecen, aunque lo que se pretende sea proteger la dignidad o el bienestar humanos.

La creencia más común es que las ideologías son una forma muy amplia de ver el mundo. Grandiosas y evocadoras. Intangibles y fuera de nuestro control personal. Pocos de nosotros podemos esbozar los principios concretos del conservadurismo, el liberalismo, el fascismo, el comunismo, el capitalismo, el racismo, el sexismo, el teísmo o el populismo, con toda su miríada de significados e interpretaciones. Como caídos del cielo, todos estos *-ismos* describen cómo es nuestra vida y nos dicen cómo actuar. Nos instruyen sobre el cosmos y sobre cómo debemos relacionarnos

con los demás dentro de él. Para los creyentes, el destino utópico de una ideología parece tallado en granito. Una fuerza acechante que se cierne sobre nuestras cabezas que debe ser venerada y reverenciada.

Siempre he pensado que es muy preocupante creer que las ideologías son divinas y estáticas. Coexisten entre nosotros, dentro de nosotros, en la Tierra. No en los cielos de la historia ni en las torres de las élites políticas. No se encuentran en ningún plano trascendente. Las actitudes totalmente formadas y sagradas que promulgan no proceden del cielo. Las ideologías habitan en los individuos. Las mentes individuales convierten las doctrinas sociales en pensamiento ideológico, un estilo de pensamiento que se rige por normas estrictas y piruetas mentales cuidadosamente reglamentadas.

Mientras que la mayoría de las definiciones nos dicen que las ideologías son corrientes históricas y movimientos sociológicos, a mí me interesa, en cambio, examinar las ideologías como fenómenos psicológicos. Desde ese punto de vista, podremos preguntarnos qué hace una ideología a sus creyentes y a quién atrae más fácilmente. Al observar los procesos que tienen lugar en el interior de los cerebros individuales, podemos averiguar cuándo una ideología restringe la vida mental de sus seguidores y si alguna vez estos se pueden liberar de ella.

Incluso si una ideología parece justa, ética, vital, necesaria o hermosa, creo que debe ser analizada con detenimiento. Podemos estudiar su estructura, su génesis y sus efectos, y cómo altera la mente de sus adeptos. Podemos escrutar qué rompe o silencia una ideología en el cerebro, qué procesos biológicos y mentales distorsiona. ¿Acaso impone un férreo control sobre el cerebro de los creyentes? ¿O deja que se cuestionen las cosas y divaguen libremente?

Todas las visiones del mundo pueden practicarse de forma extrema y dogmática. Todo tipo de narrativa cultural utilizada para explicar el mundo puede dar lugar a una ideología totalizadora.

En consecuencia, averiguar qué nos hace pensar no es suficiente; necesitamos analizar también cómo nos hace pensar. Cuando una ideología exige que el pensamiento sea rígido y ritualista, nos obliga a sesgar nuestra visión, a silenciar nuestras inquietantes dudas y a anular nuestra subjetividad y nuestras posibilidades creativas. Cuando una ideología exige que se piense de esa manera, nos está obligando a convertirnos en otra persona. Alguien menos singular y único, menos curioso, menos libre.

Solemos juzgar una ideología en función de sus méritos, fallos y conclusiones poco o nada respaldadas por los hechos. Encontramos sesgos por todas partes. Explorando el sistema de creencias de nuestros oponentes, descubrimos contradicciones e hipocresías. Detectamos diferentes capas de ingenuidad, insensibilidad o ignorancia que merecen desprecio o burla. Criticamos los puntos de vista de nuestros adversarios por sus supuestos jurídicos o económicos, sus problemas sociales o sus similitudes históricas con cosmovisiones más antiguas.

Espero demostrar que podemos cuestionar las ideologías desde otro punto de vista: el del individuo. El cerebro individual. Creo que podemos juzgar una ideología basándonos en lo que hace a los cuerpos y cerebros de las personas que creen en ella, en si ser un creyente apasionado dificulta nuestros movimientos, lastra nuestra flexibilidad, restringe nuestras respuestas o nos impulsa a cometer actos violentos. Si tenemos menos margen para la plasticidad y el cambio y menos acceso directo a nuestras sensaciones, corremos el riesgo de deshumanizarnos tanto a nosotros mismos como a los demás. Nos volvemos menos sensibles, menos flexibles, menos auténticos. Si vemos la realidad a través de una lente ideológica, acabamos ignorando la riqueza de la existencia en favor de una experiencia más reducida y estereotipada. Al estudiar el cerebro ideológico mediante dispositivos de neuroimagen y pruebas cognitivas, podemos detectar formas de dominación hasta ahora invisibles. Con las herramientas que nos ofrece la ciencia, podemos desarrollar nuevas maneras de analizar las ideologías.

Puede que algunas ideologías superen nuestras pruebas críticas. Muchas no lo harán. Puede ser que empecemos a sospechar de nuestras posesiones ideológicas más preciadas. Una ciencia de la ideología puede ayudarnos a cuestionar nuestros ídolos, nuestros iconos, nuestras metáforas, nuestras utopías imaginadas. Puede estimular un análisis cuidadoso y una autorreflexión honesta. Incluso puede impulsarnos a actuar, en un ámbito tanto personal como social. Examinar los orígenes neurocognitivos y las consecuencias de nuestras creencias (de dónde vienen y cómo nos transforman) nos aportará pistas sobre el tipo de sistemas de creencias que podríamos desear conservar y cuáles quizá prefiramos dejar de lado.

Creer apasionadamente en una doctrina rígida es un proceso que se filtra en nuestras neuronas, que fluye hacia nuestro interior. Las ideologías no son meros envoltorios de nuestras vidas; *entran* en nuestra piel, en nuestro cráneo, en nuestras neuronas. Las ideologías totalitarias moldean el cerebro en su conjunto, no solo cuando este se enfrenta a proposiciones o debates políticos. La ciencia está empezando a descubrir que se pueden detectar las profundas reverberaciones de las ideologías en el cerebro incluso cuando no estamos hablando de política. Dado que nuestros cerebros aprenden a encarnar el adoctrinamiento de una forma muy profunda e insidiosa, los rituales sociales que aprendemos a ejercer pueden afectar a la biología de nuestras mentes y cuerpos. Por tanto, existe el peligro de que cuando un individuo adopta ideologías rígidas, no solo se vean modificadas sus opiniones políticas y sus gustos morales, sino también todo su cerebro.