

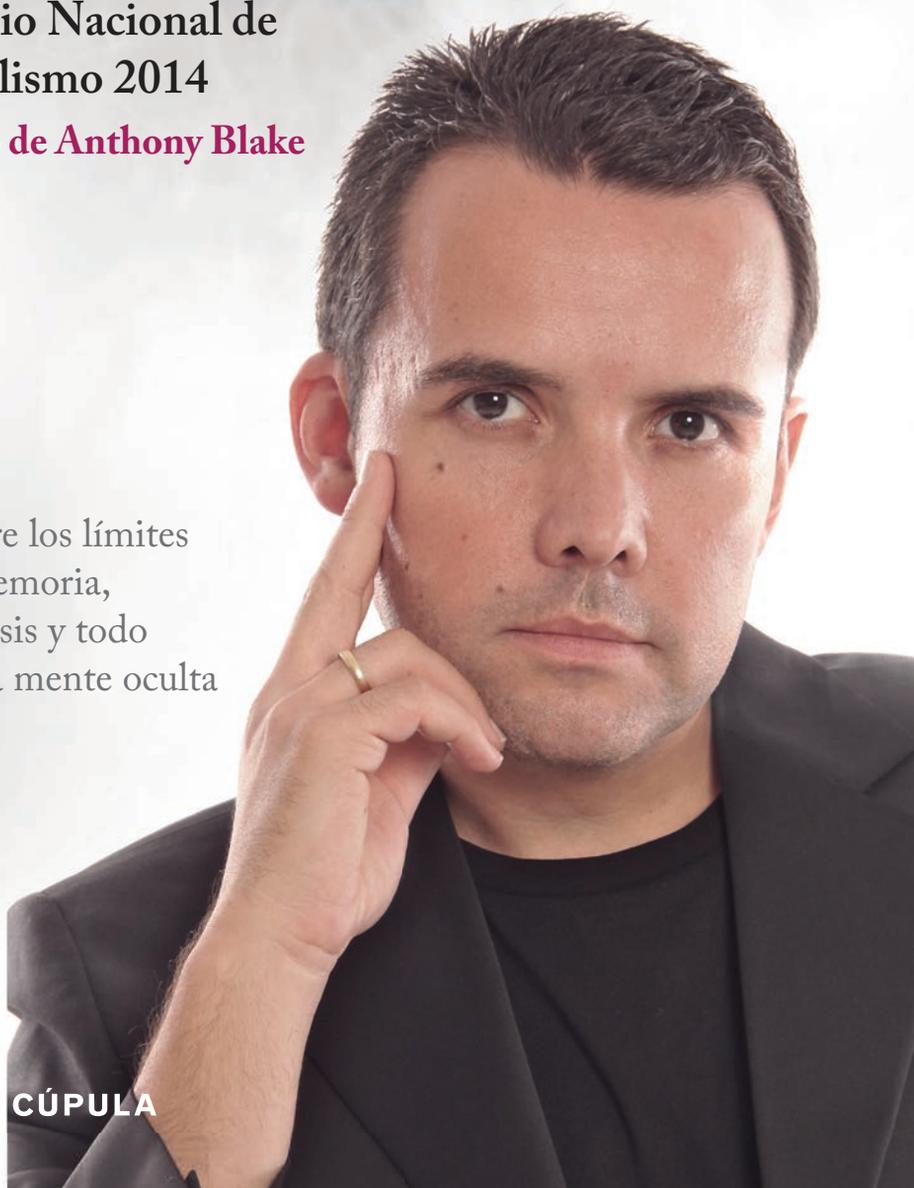
# *Los misterios de la mente*

David Baró

I Premio Nacional de  
Mentalismo 2014

**Prólogo de Anthony Blake**

Descubre los límites  
de tu memoria,  
la hipnosis y todo  
lo que la mente oculta



**LIBROS CÚPULA**

David Baró

# *Los misterios de la mente*

Descubre los límites de tu memoria, la hipnosis  
y todo lo que la mente oculta

**LIBROS CÚPULA**

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal).

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede 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.

© del texto: David Baró, 2016.

© de las imágenes de interior: Juanma Peláez, 2016.

© de las ilustraciones: Josep Olcina, 2016.

© de la imagen de cubierta: Gil Solé, 2013.

Diseño y maquetación de interior: Rudesindo de la Fuente

Nos hemos esforzado por confirmar y contactar con la fuente y/o el poseedor del copyright de cada foto y la editorial pide disculpas si se ha producido algún error no premeditado u omisión, en cuyo caso se corregiría en futuras ediciones de este libro.

Primera edición: abril de 2016

© Editorial Planeta, S. A., 2016

Av. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)

Libros Cúpula es marca registrada por Editorial Planeta, S. A.

Este libro se comercializa bajo el sello Libros Cúpula

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

ISBN: 978-84-480-2218-1

Depósito legal: B. 1.204-2016

Impreso en España – Printed in Spain

El papel utilizado para la impresión de este libro es cien por cien libre de cloro y está calificado como papel ecológico.

---

---

## *Índice*

---

---

Prólogo de Anthony Blake .....	11
Sobre el autor .....	15
Introducción .....	21
<b>1ª Parte: El arte de la memoria</b> .....	<b>25</b>
La memoria en mis espectáculos .....	27
Tipos de memoria.....	29
Qué es la mnemotecnia.....	31
El extraordinario caso de Solomon Shereshevski.....	39
Método de la cadena .....	41
Símbolos numéricos.....	43
El sistema maestro.....	51
El método Loci.....	55
Memorizar los signos del zodiaco.....	60
La curva del olvido de Hermann Ebbinghaus .....	64
El sistema de Sebastian Leitner.....	66
La memoria en la vida diaria.....	68
<b>2ª Parte: Hipnosis, la gran desconocida</b> .....	<b>73</b>
Breve historia de la hipnosis .....	75
Qué es la hipnosis.....	85
Autohipnosis.....	91

<b>3ª Parte: Fenómenos inexplicables</b> .....	99
La telepatía .....	102
¿Hay vida después de la vida?.....	109
Fantasmas y espectros .....	126
Sueños premonitorios .....	133
El fenómeno Poltergeist .....	139
Las Caras de Bélmez.....	145
Harry Houdini, el instigador de los médiums.....	151
Mi gran reto entre tiburones .....	156
Epílogo.....	161
Agradecimientos.....	163
Bibliografía.....	165

---

---

## ***La memoria en mis espectáculos***

---

---

El arte de la memoria siempre ha tenido un espacio en mis espectáculos de mentalismo.

En mi primera función, «Los misterios de la mente», mostraba al público un dossier con una lista de tres cientos nombres con sus respectivos números de teléfono, se lo entregaba a un espectador y le pedía que dijera en alto cualquier nombre de la lista, y cuando lo hacía, inmediatamente yo les recitaba el número de teléfono.

En otro momento mostraba a un espectador dos novelas distintas de unas doscientas páginas cada una y aseguraba haberlas memorizado. ¡Dos novelas! ¡Más de cuatrocientas páginas! Para demostrarlo, el espectador elegía una novela, la abría al azar por cualquier punto, empezaba a leer y al instante yo le interrumpía diciendo algo así:

–¡Ya sé dónde estás! –continúo yo de memoria. –Nunca había sentido algo así por alguien –dijo Teresa. –Página sesenta y cuatro, ¿es correcto?

El espectador cambiaba de página y volvía a leer una frase del libro y yo le interrumpía y le decía en la página que estaba, demostrando que había memorizado las dos novelas.

En actuaciones más informales, como por ejemplo en una sobremesa, acostumbro a realizar la prueba de la lista de palabras inconexas. Los comensales van nombrando palabras del tipo: paraguas, casa, zapato, león, etc., y uno de ellos las va apuntando en un papel por orden de aparición. ¡Así hasta treinta, cincuenta, cien o doscientas palabras! Cuando terminan, y tras haber escuchado cada palabra sólo una vez, soy capaz de repetir la lista desde la primera palabra hasta la última y viceversa, así como responder a preguntas tipo: ¿Qué palabra era la venticinco?

Quizás te preguntes cómo se pueden realizar estos increíbles prodigios memorísticos y si tú mismo serías capaz de hacerlos. La respuesta la hallarás en las siguientes páginas, y lo mejor de todo es que las técnicas que veremos no sólo te podrán servir para realizar demostraciones de memoria extrema, sino que también te serán muy útiles en el día a día. Seguro que alguna vez te has olvidado de un número de teléfono, del nombre de alguien o de una fecha importante... ¡pues con estas técnicas olvidar será cosa del pasado!



---

---

## ***Tipos de memoria***

---

---

Cuando hablamos de memoria, tenemos que distinguir principalmente dos tipos: memoria a corto y a largo plazo.

---

---

### ***Memoria a corto plazo***

---

---

Como su nombre indica es, por así llamarla, la memoria de trabajo. En ella almacenamos datos que sólo necesitamos durante unos breves instantes. El ejemplo más claro es cuando memorizamos un número de teléfono justo el tiempo necesario para marcarlo y después lo olvidamos.

Lo que memorizamos en la memoria a corto plazo se retiene durante un tiempo que oscila entre unos veinte y treinta segundos. Además, la cantidad de información que podemos retener en este tipo de memoria es muy limitada, normalmente sólo siete datos. Se dice que por esta razón los números de teléfono tenían antes siete dígitos. Puedes poner a prueba tu memoria con la siguiente lista. Lee cada línea una vez y luego, sin mirar, intenta repetirla.

6598

85374

152387

2859476

58749658

937164825

¿Qué tal ha ido? Estoy seguro de que has empezado a tener problemas a partir de la cuarta fila, pues ya tienen más de siete dígitos. Esto viene a confirmar la teoría antes mencionada, por lo que, si queremos memorizar más de siete datos, tendremos que emplear el segundo tipo de memoria.

---

---

### ***Memoria a largo plazo***

---

---

En este tipo de «almacén» ya podemos retener una gran información durante mucho tiempo, desde días hasta años. Para llevar datos hasta este «almacén», lo mejor es emplear las técnicas de mnemotecnia que estudiaremos a continuación.



## **¿Qué es la mnemotecnia?**

Nuestro cerebro es, sin duda, la máquina más perfecta que existe, aunque es cierto que no todos lo empleamos igual. Pero primero, déjame desterrar un mito: seguro que alguna vez has escuchado o leído aquello de que sólo utilizamos un diez por ciento de nuestro cerebro. Pues esto no es más que una exageración, ya que, si únicamente usaras el diez por ciento de tu cerebro, ahora mismo no podrías leer esto. Estudios científicos han demostrado mediante el uso de electroencefalógrafos que prácticamente utilizamos toda la capacidad de nuestro cerebro.

Lo cierto es que todos tenemos un gran potencial en cuanto a capacidad cerebral se refiere, pero seguramente muchos no le saquen todo su jugo, especialmente en lo relativo a una de sus funciones, la memoria. Pero no te preocupes, tengo buenas noticias para ti, pues ¿sabes qué diferencia hay entre el cerebro de un campeón mundial de memorización y el tuyo? Probablemente ninguna, y es que todos tenemos una memoria excepcional, pero lo que sí tiene el campeón es un método, unas técnicas y, por supuesto, muchos años de práctica. ¡Sigue leyendo y te mostraré algunas técnicas que te permitirán mejorar tu capacidad para memorizar datos en un cien por cien!

Pero antes definamos brevemente qué es eso que llamamos mnemotecnia. La Real Academia Española la define como: «Procedimiento de asociación mental para facilitar el recuerdo de algo».

Si nunca has leído nada sobre mnemotecnia, lo que vas a leer a continuación quizás te parezca sumamente raro, pero

lo cierto es que los procedimientos que emplea la mnemotecnica ya los realiza tu mente a diario, sólo que lo hace de forma inconsciente. Así pues, con la mnemotecnica lo que se pretende es repetir esta serie de procedimientos pero de forma consciente.

Con todo, la mnemotecnica también tiene sus detractores y hay gente que la critica argumentando que se emplean procedimientos artificiales. Cuando empecé a estudiar libros sobre mnemotecnica, me solía encontrar con la distinción entre memoria natural y memoria artificial. En mi opinión, creo que esa distinción le hace un flaco favor a la mnemotecnica, pues más bien habría que hablar de: procedimiento inconsciente, en vez de natural; y procedimiento consciente, en vez de artificial, ya que, repito, la mnemotecnica no tiene nada de artificial. Cuando aprendas estas técnicas y las pongas en práctica, estoy seguro de que te preguntarás por qué no te enseñaron esto en la escuela. Tony Buzan lleva más de treinta años librando esta batalla.

Para aquellos que no lo conozcan, Tony Buzan es el gurú por excelencia de la memoria en EE. UU. Es el creador de técnicas como los mapas mentales, y también es autor de varios libros de autoayuda sobre la mente, la memoria y la creatividad. Buzan lleva intentando implantar desde la década de los setenta la mnemotecnica en los colegios de todo el mundo. Buzan afirma que es necesario aprender técnicas para mejorar el aprendizaje y dice que el sistema educativo clásico, basado en volcar grandes cantidades de información a los alumnos sin enseñarles cómo procesarla, está totalmente obsoleto. Él cuenta que cuando entró a su primera clase de la universidad, se encontró con un profesor que demostraba tener una memoria portentosa. Buzan preguntó al profesor

cómo lo hacía y éste al principio se mostró un tanto reticente a desvelar su secreto, pero un día, en mitad de la clase, les reveló el método conocido como «sistema maestro», el cual veremos también en este libro. Es curioso el comentario que hizo el profesor en el momento de revelar su secreto y que viene a demostrar lo desaprovechadas que están estas técnicas. Y es que, aquel día, mientras escribía en la pizarra las claves del sistema maestro, les dijo a sus alumnos que estaba seguro de que ninguno de ellos sabría ver el potencial que les podía abrir aquella técnica. Y posiblemente tuvo razón, aunque salvando una excepción, Tony Buzan.

Pero volviendo a la cuestión de si las técnicas de asociación son o no un procedimiento natural, voy a ponerte un ejemplo que estoy seguro que te ha ocurrido alguna vez para que juzgues tú mismo.

*«Es temprano y acabo de dejar a mis hijos en el colegio. Voy caminando por la calle de vuelta a casa y de pronto me llama la atención un cartel en una farola que anuncia el espectáculo de un circo, y entre sus atracciones veo la del hombre bala. Este número me recuerda que en el cuartel donde cumplí el servicio militar siempre bromeábamos sobre los cañones y los hombres bala. En aquel cuartel había un cabo furriel, el encargado de las armas, que se llamaba Benito García y que era natural de Oviedo. Oviedo era la ciudad en la que solía actuar mi familia todas las navidades en una carpa que montaban en el parque de San Francisco. Allí dábamos una función infantil cada día al mediodía, y solía venir a vernos un chaval que tocaba la guitarra y cantaba de maravilla que se llamaba Juan, aunque todos le llamaban “Juanín”. Hacía más de diez años que no había vuelto a pensar en Juan. ¿Por qué me ha venido Juan a la cabeza?».*

Seguro que tú también podrías narrar anécdotas como ésta, en la que los recuerdos se te van asociando y enlazando automáticamente de forma inconsciente. Pues con las técnicas de mnemotecnia hacemos esto mismo pero de forma consciente. Juzga tú mismo si te parece algo antinatural.

Lo cierto es que para que nuestra memoria sea más efectiva necesita verse sorprendida con imágenes poderosas. Si un día vas por la calle de regreso a casa después del trabajo y te cruzas con un gato, es muy probable que cuando tu pareja te pregunte cómo te ha ido el día, no recuerdes que te has cruzado con un gato porque no le habrás dado mayor importancia. Pero imaginemos por un momento que ese gato con el que te has cruzado va caminado sobre sus patas traseras y que con las delanteras está haciendo malabares con tres naranjas. No te quepa la menor duda de que, en este caso, lo primero que le contarás a tu pareja es lo del gato malabarista. Y no sólo a tu pareja, el gato malabarista será la anécdota que contarás en todas las reuniones, a todos tus amigos, y años más tarde ¡se lo contarás incluso a tus nietos! ¿Por qué sucede esto? Porque la situación que he descrito es estrambótica, inverosímil e increíble, en una palabra, memorable.

Básicamente, la idea de la mnemotecnia es transformar cualquier dato, fecha, número, idea o nombre en una imagen memorable. Puede que te parezca extraño al principio, pero es algo absolutamente normal, y así es como funciona la memoria de forma natural, mediante imágenes. Si ahora te pido que recuerdes todo lo que has hecho hoy, tu mente empezará a recordar imágenes, y te verás a ti mismo levantándote de la cama, duchándote, desayunando, etc. No verás palabras, sino imágenes. Lo que hacemos con las técnicas de mnemotecnia es inventarnos imágenes, engañando así a nuestra mente. Si

visualizamos correctamente cualquier cosa que queramos, la mente creará que realmente existió y ya no lo olvidará.

Quizá te sorprenda saber que la mnemotecnia no es para nada algo nuevo, sino que ha venido usándose, de una forma u otra, desde hace mucho tiempo.

Según nos cuenta la Historia, el poeta lírico Simónides de Ceos fue el creador del primer sistema de mnemotecnia. Esto sucedió hace más de dos mil quinientos años, en torno al año 526 a. C. En aquel entonces, Simónides de Ceos se encontraba en un templo dando una charla durante un banquete, cuando un mensajero le hizo saber que había dos jóvenes en la puerta del templo que preguntaban por él. El poeta salió al encuentro de los dos jóvenes, pero no halló a nadie. Estando Simónides allí afuera, de repente, un terremoto echó abajo el templo, aplastando a todos los asistentes. Cuando retiraron los escombros, vieron que los cadáveres habían quedado totalmente irreconocibles, pero Simónides de Ceos, que había asociado a cada persona con el sitio que ocupaba, fue recorriendo el lugar indicando quién era cada uno.

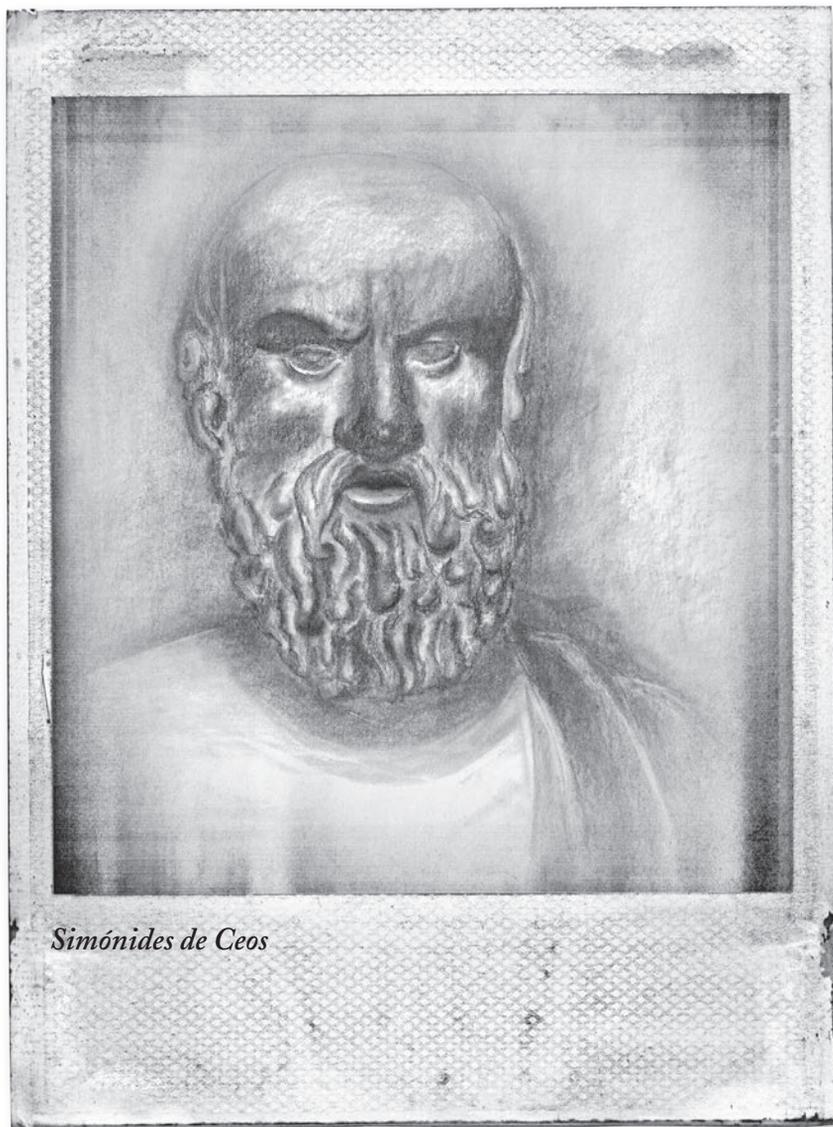
Hay quien dice que no es más que una leyenda, pero en cualquier caso es una buena historia y en ella podemos ver el nacimiento de la mnemotecnia, exactamente del método conocido como «Loci». (Loci, en latín: lugares o localizaciones).

El método queda bastante claro según sus propias palabras:

*«Dispón las cosas que quieres recordar a lo largo de un camino. Porque todo conocimiento es recuerdo. Y toda memoria de las cosas comienza al caminar. Dispón cada idea, cada pensa-*

*miento, y también los sueños, cada uno en un lugar. Y guárdalos allí. De forma que al volver sobre el camino, cada idea, cada lugar, te lleve al siguiente».*

Simónides de Ceos.



En la Antigua Grecia, los oradores griegos usaban este sistema para sus discursos, situando cada punto importante en una ruta mental. A estas rutas también se las conoce como palacios de la memoria o palacios de los recuerdos. Más adelante veremos qué son estos palacios de la memoria.

En nuestro tiempo, lamentablemente, el arte de la memoria ha caído en desuso. Hoy día parece innecesario memorizar datos como en la época en la que los conocimientos pasaban de generación en generación oralmente. Ahora contamos con toda una serie de soportes como libros impresos, libros electrónicos, ordenadores, móviles, tabletas, calculadoras, etc., que nos evitan tener que memorizar grandes cantidades de información. Y si olvidamos algo... ¡siempre lo podemos buscar en Google! Es por ello que el arte de la memoria ha quedado relegado a demostraciones y competiciones de carácter local o internacional. En 1992 Tony Buzan empezó a organizar un campeonato mundial de memoria llamado World Memory Championship, y en estos campeonatos se realizan distintas pruebas como:

- ◆ Memorizar listas de palabras inconexas.
- ◆ Memorizar nombres y rostros. Al competidor le muestran varias fotografías de rostros con sus nombres y apellidos, y luego le muestran de nuevo las fotografías, pero ya sin los nombres, y debe recordarlos.
- ◆ Memorizar el máximo número de dígitos en cierto tiempo.
- ◆ Memorizar listas de números binarios tipo:  
010011101001100111001101100.
- ◆ Memorización de barajas de cartas.

Para aislarse totalmente de cualquier distracción, los atletas mentales suelen equiparse con elementos como orejeras y gafas oscuras. La concentración es muy importante, ya que cualquier estímulo podría interferir en su rendimiento. En estos campeonatos han logrado récords mundiales atletas mentales como: Dominique O'Brien, Gunter Karsten o el español Ramón Campayo.

Ramón Campayo, ocho veces campeón del mundo (la última vez en 2015), es natural de Albacete, y es plusmarquista mundial de memorización, tanto en cantidad de datos retenidos como en velocidad, y es en esta última en la que está especializado. Ramón es capaz de memorizar un número decimal (7654654...) de diecinueve dígitos en tan sólo un segundo. Ostenta el récord mundial de memorización de una cadena de palabras, memorizando veintitrés mil doscientas palabras en setenta y dos horas y recordando la posición exacta de cada palabra. Ramón respondió ante notario quinientas preguntas del tipo: ¿Cuál es la palabra quince mil ochocientos treinta y dos? Y de las quinientas, ¡respondió correctamente cuatrocientas noventa y ocho!

El alemán Gunter Karsten, campeón del mundo en 2007, imparte seminarios en distintos países de Europa y Asia. Es capaz de memorizar dos mil dígitos en una hora, ochenta fechas históricas en quince minutos y más de mil cartas de póker en una hora.

Dominique O'Brien es una leyenda viva en el mundo de las competiciones de memoria y ocho veces campeón del mundo (la última vez en 2001). Es además famoso en EE. UU. por haber ganado una fortuna en los casinos de Las Vegas en el *blackjack*, haciendo lo que se llama *card counting* (conteo de cartas) y que consiste en contar las cartas con el

fin de establecer el momento idóneo para apostar más alto. Ahora bien, contar cartas al ritmo que se reparten, y a veces incluso con varias barajas a la vez, no está al alcance de cualquier mente. Y es que O'Brien ostenta el récord mundial de memorizar cartas. El 1 de mayo de 2002 memorizó cincuenta y cuatro barajas mezcladas, un total de dos mil ochocientas ocho cartas. Lo más increíble es que O'Brien fue un niño con dislexia y trastorno por déficit de atención (TDA), que sufrió fracaso escolar, pero un día vio a un hombre en televisión memorizar un mazo de cartas y desde entonces empezó a desarrollar técnicas para memorizar, llegando a ser el mejor del mundo.

He de confesar que a estos tres genios les debo todo lo que sé sobre el arte de la memoria a través del estudio de sus obras y que recomiendo leer encarecidamente. En la bibliografía de este libro encontraréis su obra. Tampoco me quiero olvidar de mi primer «maestro», Harry Lorayne, que es autor del primer libro de mnemotecnia que estudié, hoy por desgracia descatalogado.

---

---

***El extraordinario caso  
de Solomon Shereshevski***

---

---

El de Solomon Shereshevski es quizá el caso más increíble de memoria extrema que jamás se haya documentado.

Shereshevski fue un periodista ruso, nacido en 1886, que sobre 1920 fue a la consulta del neuropsicólogo Alexander Luria. Shereshevski le contó a Luria que el redactor jefe de su periódico le había llamado la atención porque no toma-

ba notas cuando éste daba las órdenes cada mañana, ante lo cual Shereshevski se defendió diciendo que no necesitaba apuntar nada porque lo recordaba todo. Nadie del periódico le tomó en serio hasta que se puso a recitar, palabra por palabra, todo lo que el jefe había dicho esa mañana, y no sólo esa mañana, sino también la del día anterior. Lo más curioso es que el propio Shereshevski no entendía muy bien de qué se sorprendían todos sus compañeros, ¿acaso no era algo que pudiese hacer todo el mundo? Es decir, para Shereshevski su habilidad era de lo más normal, siempre lo había recordado todo.

Alexander Luria trabajó con Shereshevski durante más de treinta años y publicó sus resultados en un libro titulado: *Pequeño libro de una gran memoria: la mente de un mnemonista* (KRK Ediciones). Con el paso del tiempo este libro se ha convertido en un clásico de la literatura científica sobre el estudio psicológico de la memoria.

El diagnóstico de Luria fue que Shereshevski era un caso nunca visto de sinestesia. Su mente transformaba de forma automática cualquier concepto en una imagen, un olor o un sonido. Por ejemplo, decía que para él, el número 1 era un hombre orgulloso, el 2 una mujer animosa, el 3 una persona oscura, etc.

Shereshevski hacía de forma inconsciente lo que en mnemotecnia aprendemos a hacer de forma consciente.

