



**Tipo de documento: Tesina de Grado de Ciencias de la Comunicación**

**Título del documento: Cuerpo de yoga, cuerpo de prisión : el cuerpo de la resocialización : una aproximación a las clases de yoga de Moksha en la Unidad n° 48 del Servicio Penitenciario de San Martín**

**Autores (en el caso de tesistas y directores):**

**María Gómez Peracca**

**Mauro Gastón Vázquez, tutor**

**Datos de edición (fecha, editorial, lugar,**

**fecha de defensa para el caso de tesis): 2021**

Documento disponible para su consulta y descarga en el Repositorio Digital Institucional de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de Buenos Aires.  
Para más información consulte: <http://repositorio.sociales.uba.ar/>

Esta obra está bajo una licencia Creative Commons Argentina.  
Atribución-No comercial-Sin obras derivadas 4.0 (CC BY 4.0 AR)



La imagen se puede sacar de aca: [https://creativecommons.org/choose/?lang=es\\_AR](https://creativecommons.org/choose/?lang=es_AR)





Fotografía de Francisco “Pigna” Pignataro, 2017

# **Cuerpo de yoga, cuerpo de prisión: el cuerpo de la resocialización**

*Una aproximación a las clases de yoga de Moksha  
en la Unidad n° 48 del Servicio Penitenciario de San Martín.*

Tesina de grado: Ciencias de la Comunicación  
2021

Gómez Peracca, María  
DNI 35.593.460  
[mariagomezperacca@gmail.com](mailto:mariagomezperacca@gmail.com)  
+54911 5888-3240  
Tutor: Mauro Gastón Vázquez  
Buenos Aires, Argentina

“Que el amor, la luz y la paz  
brillen por siempre en mi corazón  
y yo pueda despertar ese amor,  
esa luz y esa paz  
en todos los corazones”

*Autobiografía de un yogui*, Paramahansa Yogananda (1946) /  
oración de cierre de la práctica de yoga de Moksha en la Unidad nº48

*Inhalo, exhalo. Abro los ojos. Giro la cabeza hacia la derecha. Un insecto marrón claro, del tamaño de una uña mediana, camina hacia mí. Soplo. Lo alejo. Se escabulle por debajo de la rendija de la puerta a la que me encuentro pegada. Por ahí también se cuela la luz de afuera. Yo estoy tirada en el suelo, con el pecho apuntando al techo. Estoy en un pasillo. En fila, todos los presentes nos encontramos acostados en un momento de relajación. Estamos en el pasillo del pabellón 8 de la Unidad n°48 de San Martín. La puerta al lado mío corresponde a una celda. La clase de yoga está llegando a su fin.*

*(Bitácora 4)*

# ÍNDICE

## 1. INTRODUCCIÓN

|                  |   |
|------------------|---|
| <i>Escenario</i> | 6 |
|------------------|---|

## 2. METODOLOGÍA

|                 |   |
|-----------------|---|
| <i>Antesala</i> | 8 |
|-----------------|---|

|                         |   |
|-------------------------|---|
| <i>Visitas al penal</i> | 8 |
|-------------------------|---|

|                 |    |
|-----------------|----|
| <i>Abordaje</i> | 14 |
|-----------------|----|

|                                                     |    |
|-----------------------------------------------------|----|
| 3. ESTADO DEL ARTE/ que se ha trabajado al respecto | 17 |
|-----------------------------------------------------|----|

## 4. MARCO TEÓRICO/ desde donde pienso lo que pienso

|                |    |
|----------------|----|
| <b>Prisión</b> | 23 |
|----------------|----|

|               |    |
|---------------|----|
| <b>Cuerpo</b> | 30 |
|---------------|----|

|             |    |
|-------------|----|
| <b>Yoga</b> | 31 |
|-------------|----|

|                        |    |
|------------------------|----|
| <b>Resocialización</b> | 34 |
|------------------------|----|

## 5. APUNTES

|                          |    |
|--------------------------|----|
| <b>Yoga en la cárcel</b> | 39 |
|--------------------------|----|

|                    |    |
|--------------------|----|
| <i>Unidad n°48</i> | 40 |
|--------------------|----|

|                   |    |
|-------------------|----|
| <i>Pabellones</i> | 48 |
|-------------------|----|

|                 |    |
|-----------------|----|
| <i>Práctica</i> | 52 |
|-----------------|----|

|                                     |    |
|-------------------------------------|----|
| <b>Cuerpo de la resocialización</b> | 69 |
|-------------------------------------|----|

|                                  |    |
|----------------------------------|----|
| 6. CONCLUSIÓN/ apuntes de cierre | 78 |
|----------------------------------|----|

|                 |    |
|-----------------|----|
| 7. BIBLIOGRAFÍA | 80 |
|-----------------|----|

|                                                         |    |
|---------------------------------------------------------|----|
| 8. CRÓNICAS o <i>yoga en la 48</i> / bitácora carcelera | 87 |
|---------------------------------------------------------|----|

## 1. INTRODUCCIÓN

### *Escenario*

Todas las semanas un grupo de profesores voluntarios de yoga, Moksha<sup>1</sup>, visita la Unidad n°48 del Complejo Penitenciario de San Martín<sup>2</sup>. Brindan clases a internos de cinco pabellones distintos. Pasadas las diez de la mañana, los internos/practicantes estiran sus mats<sup>3</sup> en el patio del pabellón dando comienzo a la clase del día. Allí se encuentran con ejercicios físicos guiados de equilibrio, flexibilidad, torsión, figuras compartidas o prácticas de respiración. Cuando terminan, los practicantes/internos se abrigan, se acuestan y se preparan para el cierre de la práctica, la relajación: todos desparrados en el suelo boca arriba. La clase llega a su fin. Es hora de ordenar todo y tomar los mates de despedida.

Como veremos, la prisión es un espacio de características represivas y atemorizantes (Goffman, 2001), ¿cómo afecta eso una clase de yoga a mitad de semana? Me sumé como observadora y participante de dichas clases por un breve lapso de tiempo acompañando cada jueves al grupo voluntario. A partir de lo experimentado allí, construí una pequeña etnografía/tesina. En ella describo esta experiencia de asistencia y me hago preguntas que surgen del interés por ver cómo ambos mundos, el yoga y el penal, pueden entrecruzarse. Pensaremos estas lógicas construyendo un marco teórico que dialogue con los registros de campo. Foucault (2008) explica a la prisión como un devenir del suplicio, castigo corporal y jurídico-político del siglo XVI. Se trata de una maquinaria que vigila y gestiona dichos *cuerpos*

---

<sup>1</sup> En el hinduismo, el término sánscrito *moksha* se refiere a la *liberación espiritual*

<sup>2</sup> Servicio Penitenciario Bonaerense, Buenos Aires, Argentina.

<sup>3</sup> Colchonetas para la práctica

castigados, a través del control y la disciplina. Goffman (2001), con su *institución total*, detalla que esto se realiza mediante operaciones de rutina, una serie de degradaciones del yo. Este establecimiento carcelario teóricamente tiene como misión custodiar y resocializar a la persona que ha cometido un delito. Según la Constitución Nacional Argentina<sup>4</sup>, las cárceles donde esto ocurra “serán sanas y limpias, para seguridad y no para castigo de los reos detenidos en ellas”<sup>5</sup>. Contrariamente, Goffman define al interno como inmerso en una lógica penitenciaria sin acceso al control sobre su cuerpo o sus decisiones. ¿Cómo es entonces que se lo resocializa? ¿Cómo puede pensarse el cuerpo carcelario atravesado por la lógica del cuerpo del yoga? En este sentido, la práctica de yoga, una tradición antigua de prácticas físicas y espirituales, goza de creciente legitimidad como práctica resocializadora (Griera, Clot y Puig: 2015). Dichas autoras sugieren que “el uso o transposición de estas técnicas en el marco penitenciario pueden favorecer una mejora de la calidad de vida de los internos y una disminución de los comportamientos considerados antisociales” (2015:8). Según Iyengar (1971), el yoga consiste en una serie de posturas corporales de fuerza, flexibilidad, equilibrio y concentración. Este *cuerpo* es algo así como el soporte físico mediante el cual se accede a una dimensión espiritual. Nos preguntamos: ¿Es este cuerpo del yoga el mismo *cuerpo* degradado y disciplinado bajo castigo penitenciario? ¿Cómo se cruzan estos *cuerpos*? ¿Puede esto pensarse a través de una experiencia de participación en clases de yoga de la Unidad n°48?

A fin de facilitar la lectura, un pequeño aviso: las crónicas completas de las visitas al penal se encuentran al final de este trabajo. La tesina refiere al cuerpo conceptual que estructura el pensamiento y los apuntes despedidos por aquella experiencia. Pensamos cómo es ese cuerpo que practica, y que se inserta, a la vez, en dicho sistema carcelario. Aquí convergen la metodología y el marco teórico. Se irán intercalando extractos de la crónica (con una tipografía un poco más pequeña, color violácea y con la referencia pertinente) a fin de ilustrar el recorrido, generando un juego un tanto desfasado pero constructor del fenómeno.

---

<sup>4</sup> Confeccionada en 1853

<sup>5</sup> Constitución Nacional Argentina, artículo 18.

## 2. METODOLOGÍA

### *Antesala*

El yoga llamó mi atención hace algunos años. ¿Cómo es esto de que el cuerpo, la mente y la respiración están conectados? ¿Qué tanto control tenemos sobre lo que pasa? ¿Cuáles son nuestras herramientas? ¿Hasta dónde podemos llegar aprendiendo a utilizar nuestro cuerpo y nuestra respiración? En 2017 asistí a una feria en la Biblioteca de San Martín. un evento cultural en donde un hombre, ex interno de una unidad penitenciaria, exponía una charla sobre su historia de vida. Allí contó que era sociólogo recibido del CUSAM y profesor de yoga. Había estudiado y practicado en su tiempo de encierro en la Unidad n°48. Mi interés se disparó. ¿Yoga en la cárcel? ¿Sociólogo?

### *Visitas al penal*

En Abril de ese año me contacté con Natalia Ojeda, directora del Centro Universitario San Martín (CUSAM), creado por la Universidad de San Martín (UNSAM) en el interior de la Unidad n°48. Ella, junto al equipo que conforma el centro, abrazó el proyecto y habilitó mi entrada al penal. Esto último formalizado en una pequeña tarjeta de papel con mi nombre y el logo universitario.

*Luego del trabajo, me tomo el tren Mitre ramal José León Suárez hasta la estación Migueletes, lindante con el campus de la Universidad de San Martín (UNSAM). Allí me encuentro con Damián, uno de los primeros sociólogos recibidos en el CUSAM, Centro de estudios de la Universidad de San Martín en el penal. Damián sale a la calle definitivamente en tres meses. Es decir, termina su condena. Por ahora, cuenta con salidas laborales. Sale durante el día y vuelve por la noche a dormir al pabellón. Trabaja en el área de Criminología de la Universidad. Ha obtenido dicho trabajo una vez recibido. Damián me espera con una credencial en la mano. Es mi pase de entrada al Penal 48, unidad de alta seguridad del Partido de San Martín. El cartón dice “docente”. Así te van a hacer menos preguntas, me dice. Me invita a charlar. Ninguno de los dos tiene apuro. (Bitácora 1)*

Mi primera visita a la unidad fue junto al equipo académico. Ellos me abrieron las puertas del Centro de Estudios y, mate va mate viene, me contaron quiénes son y cómo se lleva adelante dicho proyecto educativo, cuáles son los obstáculos mayores, cuáles las satisfacciones y logros al construirlo en un penal. Me presentaron también a varios de sus estudiantes, internos de la unidad, recibidos de Sociología.

*En un costado, el espacio del CUSAM. Allí todos tienen entrada. Adentro, una universidad como cualquier otra, más pequeña. Aulas, carteleras, biblioteca, estudiantes, centro de estudiantes. Todo muy prolijo. La sala del Centro de estudios alberga los recursos necesarios y también y al final, los que se pudieron conseguir. El sol se cuele por la ventana. Suena música en la computadora mientras un mate gira. (Bitácora 2)*

El CUSAM surgió en el 2008 debido a la propia motivación de los internos por instruirse<sup>6</sup>. Se firmó un convenio entre la UNSAM y el Servicio Penitenciario Bonaerense (SPB). Al momento de mis entradas, el centro ofrecía dos carreras de grado, Sociología y Trabajo Social, además de talleres extracurriculares. En dicho centro estudian hombres y mujeres de las unidades n°46, n°47 y 48, contiguas entre sí. La oferta académica se ofrece también a agentes del SPB, dándole un carácter excepcional al CUSAM en relación a otros proyectos educativos en contextos de encierro. El cabo primero Sebastián Ortiz es el encargado de traer, a diario, a las y los estudiantes alojados en la Unidad 47, que al igual que la 46 tiene pabellones para hombres y módulos para mujeres. Lo particular, en el caso de Ortiz, es que él también se queda para asistir a los cursos que se dictan en el CUSAM. “Al principio uno tiene ese estigma (el de la difícil convivencia con los internos), pero nosotros hemos formado un vínculo, un nexo, tenemos una relación de compañerismo, de camaradería, de iguales, acá somos todos compañeros; es otro el trato, una vez que se cruza el portón somos todos estudiantes”<sup>7</sup>. Este espacio de estudio es autónomo así como también sus autoridades. Cualquier

---

<sup>6</sup> Centro Universitario San Martín (CUSAM): <https://www.unsam.edu.ar/cusam/historia.asp>

<sup>7</sup> *El compañero menos pensado*, Página 12, 25 de Octubre de 2015.

hecho o circunstancia que ocurra entre los estudiantes en ese ámbito ya no es jurisdicción del servicio penitenciario, sino del rectorado, su consejo superior o sus órganos administrativos, como ocurre en cualquier facultad de la universidad<sup>8</sup>. A través de dicho cuerpo docente conocí a mi tutor, Mauro Vázquez, profesor de la UBA y del mismo CUSAM. Fue en una charla en la Feria del Libro de Buenos Aires edición 43, brindada por profesores y alumnos/internos del Centro de Estudios. Allí expusieron distintas experiencias de aprendizaje intramuros. Fue, para mí, un hecho inusual. Muchos de los expositores todavía no habían cumplido su condena. Percibieron un permiso penitenciario para exponer en la actividad. Los guardiacárceles se encontraban entre la gente vestidos de civiles. Diego, interno, sociólogo y bibliotecario de la Unidad, dijo en su presentación que eran ellos (señalando a los guardias) “los que me regalaron el primer cuaderno para que pueda estudiar”.

*Me encuentro por primera vez en la Unidad n°48 de San Martín. Voy a conocer el Centro de Estudios junto a Luciana, coordinadora del IDAES de la Facultad de Ciencias Sociales de la UNSAM. Está soleado. Menos mal. Imagino que el día gris haría la visita más hostil. Vengo albergando un nudo de nervios ante el primer ingreso al penal: es tranquilo. Llegamos a un espacio abierto. Me dicen que estamos “entrando por atrás”. Veo un pequeño alambrado, un sol brillante, un viento tibio. Estacionamos el auto. Algunas personas cortan el pasto. Detrás, una edificación y dos guardiacárceles. Un gran muro gris con alambre de púa arriba y un portón pequeño en el centro con una sola traba. Una entrada donde nada más que la credencial hace falta. Dos barreras ante las cuales “CUSAM” alcanza. (Bitácora 2)*

Al parecer, no es sólo la lógica de la vigilancia la que vincula a estos grupos, sino, también, la educativa. El espacio promueve la construcción de *identificaciones*<sup>9</sup> diferentes, en

---

<sup>8</sup> Nota de interés: Una propuesta innovadora de reinserción social: Lección Argentina.

<http://www.mexicoevalua.org/proyectojusticia/una-propuesta-innovadora-de-reinsercion-social-leccion-argentina/>

<sup>9</sup> Elegimos el concepto de “identificación” por sobre “identidad” propuesto por Brubaker y Cooper (2001), retomando los debates en relación al sobreuso y por tanto ambigüedad de este último. Los autores argumentan que “identidad” tiende a significar demasiado o demasiado poco en su afán por abarcar, tanto sentidos fuertes como débiles. Su abuso afecta, no sólo al lenguaje, sino a la substancia. Algunos usos del concepto “identidad” no sólo son heterogéneos sino completamente diferentes. Aquí, científicos sociales se encuentran en la difícil tarea de encontrar un término lo “suficientemente blando” y flexible para abarcar una teoría relacional, fluida, maleable y múltiple, y lo “suficientemente robusto” para dar cuenta de ciertos fenómenos cristalizados, contruidos, y fuertes al paso del tiempo. “Identidad” es, para Brubaker y Cooper, una “categoría de la práctica”, vinculada a la experiencia social diaria, “desarrollada por actores sociales ordinarios”. En este sentido, según ellos, debe poder darse cuenta de esta “reificación” de los términos y evitar inintencionalmente reproducirlos o reforzarlos. Usaremos “identificación” entonces, como categoría que “carece de las connotaciones reificantes de identidad” y “especifica los agentes que llevan a cabo la acción de identificar” (se le podría pedir a alguien que se identifique a sí mismo frente a otros, que se ubique en una narrativa) aunque puede no tener un “identificador específico” (puede depender de fuerzas anónimas y

este caso como “estudiante” por sobre “preso” o “guardia”, propias de la cultura carcelaria, la que, según Goffman, “desculturiza” a los internos (2001:26). En este sentido, ambos grupos comparten una identificación, abandonando por un lapso de tiempo esta relación de roles antagónicos que llevan adelante en los pabellones. ¿O será que una lógica transforma la otra? Un cartel en la entrada del centro reza “*Sin berretines amigo*”. Martín Maduri, interno y sociólogo del penal señala: “Berretín es la cultura carcelaria, los valores y las maneras (...) Y eso en la universidad no va, porque creemos que hay que respetar las reglas y la conducta que se maneja en la institución”<sup>10</sup>. Acá no hay distinciones. Los *cuerpos* se pasean libremente. Son todos estudiantes.

*Damián me cuenta cómo comenzaron las transformaciones en el penal, una vez inserto el CUSAM como espacio. El mismo es autónomo dentro del penal, por lo que no está permitida la presencia de personal del Servicio Penitenciario como tal allí dentro. Sí pueden asistir como estudiantes. Me dice que es el único centro universitario dentro de un penal en el cual estudian guardiacárceles e internos juntos, no como lógicas opuestas sino homogeneizados como alumnos. Digamos: el tipo que en su turno de guardia cárcel se encarga de aplacar situaciones utilizando la fuerza es luego el estudiante del pupitre contiguo. Me dice que todo es diferente. Que el trato es otro. Con el tiempo, el vínculo entre guardiacárceles e internos se ha ido transformando. Como me cuenta mi interlocutor, los del servicio penitenciario han comenzado a demostrar más respeto por los internos en general al descubrirse compartiendo una actividad lateral dentro de la Unidad. Puede suceder que unos y otros se encuentren trabajando conjuntamente en cada carrera. (Bitácora 1)*

*Abrazo a Diego. Cuando atravieso el portón, veo que han pinchado una rueda. Llego tarde al trabajo. Tardísimo. Los próximos treinta minutos observo a todos ir y venir en conjunto. Damián, Natalia, Diego y los guardias intentan en conjunto resolver el inconveniente. Eso ya es otra historia. (Bitácora 2)*

Como dice Damián, interno y sociólogo, “al final, el guardia que un día cualquiera te hace quilombo en la celda, al otro viene y te pide ayuda con unos apuntes, o que le corrija el trabajo, y viceversa”. Es recurrente que los estudiantes describan al centro de estudios como un espacio de *libertad*. Esto se debe no sólo a la ausencia de vigilancia, sino al acceso a un nuevo marco de referencias distintos al incorporado en los pabellones o en sus trayectorias personales,

---

desapercibidas que se filtran en nuestros modos de pensar, y hablar y darle sentido al mundo). Esto puede tanto remitirse a la manera en que uno se identifica, como a los sistemas de categorización formalizados, codificados y objetivados como el estado.

<sup>10</sup> Artículo online: Un francés en el CUSAM: <http://noticias.unsam.edu.ar/2012/06/07/un-frances-en-el-cusam/>

en un espacio que, desde el punto de vista estructural, organizativo y funcional está más orientado a dominar a las personas que a educarlas (Vila Merino y Solbes, 2012). Citando a Diego Tejerina:

Este escenario produce en los estudiantes privados de libertad un cambio en su posicionamiento respecto a la cárcel. Surge allí una mirada diferente sobre ellos mismos. Su permanencia en el espacio del CUSAM con esta identidad universitaria implica que en el penal vive una transformación de preso a estudiante que funda su enunciación como sujeto (2016:1).

Por dudosa casualidad, al tiempo conozco a Milagros Colombo, profesora de yoga y amiga. Ella impartía clases en la unidad. Me invitó a acompañarla, gestionando mi entrada todos los jueves a los distintos pabellones. A partir de mi segunda visita, en el mes de mayo y hasta diciembre, comencé a acompañar a los profesores voluntarios de Moksha. El equipo que asiste a la Unidad n°48 está formado por un grupo proveniente de distintos estilos de yoga, agrupados bajo el nombre “Moksha”, unidos con el propósito de compartir dentro de las cárceles los valores internos y las herramientas prácticas que el yoga les ha dado, según Milagros, parte fundadora. Los profesores eran, al momento de mis visitas, aproximadamente diez. Dos de ellos hombres, el resto mujeres de entre 25 y 60 años. Moksha comenzó a impartir clases en agosto del 2015 luego de un contacto facilitado por Eduardo “Coco” Oderigo, entrenador de “Los Espartanos Rugby Club”, un proyecto sin fines de lucro instalado en el pabellón 8 de la misma Unidad. Oderigo creyó que sería buena idea que los internos que practicaban rugby tuviesen también clases de yoga. Para ello, se contactó con Rodrigo, otro de los fundadores de Moksha. A partir de ahí, fue todo el recorrido posterior de trámites para

poder adentrarse, efectivamente, a enseñar una disciplina en general ajena a este lugar, sin saber de antemano cuál sería la respuesta de los internos y de la Institución en general. Así, el equipo acude todas las semanas a la Unidad a brindar clases de yoga a distintos pabellones. Los fundadores son Isabel Aldao, Rodrigo Chavarría y Milagros Colombo. Con el tiempo se han ido sumando casi una decena de profesores y pabellones, extendiéndose, incluso a las otras dos unidades (46 y 47). Yo asistía al penal los días jueves de 10 a 12 h<sup>11</sup>. Ese día se impartían clases a los pabellones de máxima seguridad 7, 8 y 11. A cuál de los tres pabellones iba yo estaba ligado a las necesidades y contingencias del grupo. Cada visita estaba condicionada por la disponibilidad de los voluntarios (léase motivos personales y movilidad disponible), el vínculo con la Unidad Penitenciaria (que estuviera todo en regla al momento de entrar, ningún inconveniente burocrático o en la misma casilla de seguridad), con los pabellones al ingresar (léase otros compromisos de los internos, peligrosidad en el pabellón, penitencias institucionales, prohibiciones, cualquier otra cosa que pueda suceder en una unidad de máxima seguridad un día cualquiera), incluso, el clima de dicho día (y la consecuente improvisación de un espacio que no sea el patio externo para practicar).

*Hoy acompañé nuevamente a Milagros, esta vez al pabellón 8. Los profesores de Moksha no tienen pabellón fijo para dar clases. Deciden al momento de entrar quién va con quién y a cuál. Esto se comienza a debatir como un inconveniente. Por lo que entiendo, depende de quién pueda ir cada jueves. En base al número se reparten. Me preguntan antes si me es útil alternar grupos. Digo que sí. Nos dividimos entre el 7, el 8 y el 11. (Bitácora 4)*

Por lo general, asistían al penal entre tres y seis profesores. Lo ideal era ser dos por pabellón. A mí me contaban como parte del plantel, adentrándome al pabellón al que le hiciera falta uno para estar pares. Casi siempre ingresaba al 7 o al 8. Según reglas de la unidad, las profesoras mujeres debían ser dos por pabellón para poder dar clases. El profesor podía entrar

---

<sup>11</sup> Dicho día fue el que Moksha me propuso visitar.

solo. Moksha procuraba asignar profesores fijos a los pabellones a fin de organizar el proyecto y que los practicantes tuviesen, en cada uno de los recintos, un profesor de referencia. En líneas generales, al pabellón 7 asistían Milagros, Justina y Rodrigo, al 8 Isabel y Vicky, y al 11 Toni. Esto siempre podía cambiar. Muchas veces surgían clases improvisadas, profesores invitados o ausencias, y esta estructura se flexibilizaba, reconstruyéndose a través del tiempo.

### ***Abordaje***

Me sumé a las clases como una practicante más, realizando la práctica de yoga de principio a fin<sup>12</sup>. La contención brindada por el grupo de Moksha fue lo que permitió que realice estas visitas de forma relajada, sin compromiso ni objeciones. Goffman, en el prefacio de *Internados* (2001), señala que “un buen modo de aprender algo sobre cualquiera de esos mundos consiste en someterse personalmente, en compañía de sus miembros, a la rutina diaria de las menudas contingencias a la que ellos mismos están sujetos” (2001:9). El haber estado allí practicando con ellos fue fundamental. El cuerpo es, como establece Merleau Ponty (1993), mediación, vehículo de comunicación y fundamento de la experiencia, siempre perceptiva, del ser en el mundo. Mediante el cuerpo habitamos el espacio y es a través suyo que exploramos la intersubjetividad (Rizo García, 2015). Procuré observar qué sucedía con ellos y conmigo compartiendo una práctica corporal como el yoga. Doble juego en la interpretación sobre lo que sucede con el cuerpo penitenciario desde mi propia experiencia con el cuerpo en la Unidad.

*En el 7 somos veinte aproximadamente. Me saludan con un poco más de confianza. El día está húmedo. Se decide dar y tomar la clase afuera, aunque esta humedad se cuele por la colchoneta y se adhiera a la espalda, la atravesase, congele la columna. Veintinueve de mayo. Me prestan un mat. ¿Cuánto debo concentrarme en mi práctica y cuánto en la de ellos? ¿Se pueden hacer las dos cosas al mismo tiempo? ¿Qué sentido tiene hacer*

---

<sup>12</sup> Dichas asistencias han sido posibles gracias a la colaboración de todos los integrantes de Moksha, quienes me integraron al proyecto tan sólo por pedirlo, además de disponerse a llevarme y traerme del penal cada vez que fuese necesario.

*ambas a medias? ¿Puedo entrever algo de lo que sucede compartiendo con ellos la práctica? ¿Adquiero de la observación o de la experiencia? ¿Hay alguna diferencia? Cierro los ojos. Respiro. (Bitácora 7)*

La práctica y la observación participante fueron las herramientas primordiales en dicho espacio. Compartir con los internos la clase y los mates de despedida. Una vez fuera del penal, la escritura de las crónicas. Ésta última ha sido posterior a la actividad observada debido a, por un lado, la imposibilidad de hacer todo a la vez (quería compartir con ellos la práctica y la charla posterior), y, por otro lado, a la susceptibilidad con la que los presentes podían percibir ese gesto. La primera vez que me vieron escribiendo, uno de los internos, bibliotecario del CUSAM, se encargó de advertirme que ellos “no eran animales de zoológico”. Que yo no estaba allí para reportar “lo que tuviese ganas”, sino más bien, “la realidad que se me presentaba”. Asentí. Imaginé que alguien en algún momento *me daría la bienvenida*. Escribir mientras se irrumpe en un mundo desconocido y se comienzan a comprender de a poco las lógicas que lo demarcan es, por lo menos, incómodo para las partes. Este trabajo se presenta como una pequeña *etnografía* de mis visitas al penal, entendida ésta como un cúmulo de descripciones detalladas de situaciones, personas, pensamientos, interacciones o comportamientos que son potencialmente observables; anotaciones sobre mi participación corporal e intelectual en las clases de yoga que brinda Moksha hace más de cuatro años en la Unidad; una crónica de mi experiencia visitando todos los jueves la cárcel; un pequeño recorte de algo mucho más grande. Con dicha bitácora, y de la mano de autores como Foucault, me permito esbozar una lectura posible para pensar qué pasa en una prisión, y sus lógicas, cuando se inserta una clase como el yoga. Es un escrito en prosa de extensión moderada que intenta calar sobre un tema que promete no agotarse. Muestro las ideas en el proceso de su formación, lo que propongo está crudo, cocinándose. Como establecen Oliveira Silva y Silva Saraiva (2016) retomando a otros autores (Denzin y Lincoln, 2006; Creswell, 2003; González Rey,

2010), la adopción de este acercamiento cualitativo contiene las siguientes premisas: la realidad objetiva no puede ser nunca totalmente capturada, entendemos que todo ocurre a través de representaciones; estas representaciones son interpretadas por la investigadora a través de su *lente*, situado en un momento histórico, social y político determinado. Por extensión, el conocimiento tiene una naturaleza constructora-interpretativa que implica que no se confunde con la apropiación lineal de la realidad. Este trabajo se legitima por la intención de producir nuevas zonas de significados, que, lejos de agotar las posibilidades de explicación de una pregunta, abren las puertas a nuevas y futuras percepciones en construcciones teóricas<sup>13</sup>. Un intento de interpretar una realidad, la cual interactúa con un contexto más amplio, a fin de derivar en conocimiento y planteamientos teóricos, y no tanto emprender la resolución de problemas prácticos (Murillo y Martínez, 2010).

*Los jueves es un día especial. Asisto al penal por la mañana con Moksha. Escribo mi experiencia del día una vez fuera. Lo más sensible, certero, no queda del todo plasmado en el papel. No todo puede describirse. Creo que hay partes de la experiencia sensible, concreta, cercana, temporal, atemporal, condicionadas por tantos factores simultáneos, difícilmente traducibles. Son varias prácticas: atender la clase, realizar mi práctica, reaprender, observar los vínculos, sostener la tensión que se produce, entender dónde me ubico en relación a ellos, un otro que descubro ahora para desarmarlo y ver la forma posible de transmitirse. Creo que volcar la experiencia sensible de forma exacta en un papel es en su génesis algo imposible. Siempre será incompleto. Con todo eso, practico elaborar algo que se le parezca. Esto es un intento, en su origen fallido, no por eso menos útil, de retratar mi experiencia. Y es que leo las crónicas y no se parecen, ni de cerca, a la complejidad que me acompaña. ¿Es esa extrañeza inmanente a la experiencia que elijo o es mi propia mente complejizando la experiencia? Por ahí subestime un poco estas palabras. Ojalá resuenen, en el futuro, en algún lado del trabajo. (Bitácora 5)*

---

<sup>13</sup>Artículo online: Alienation, segregation and resocialization: meanings of prison labor (2016) Oliveira Silva C.L y Silva Saraiva L.A: [https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0080-21072016000400366](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-21072016000400366)

### 3. ESTADO DEL ARTE/ qué se ha trabajado al respecto

Se han realizado distintas aproximaciones al fenómeno de yoga en cárceles. Varias de ellas son investigaciones realizadas por la comunidad académica a modo de papers o tesis de distinto grado provenientes de la sociología (del deporte y del encierro), etnología, la teoría penal y judicial. También pueden encontrarse estudios vinculados a la comunidad científica en relación a la Salud Mental y las terapias alternativas en distintos espacios de encierro<sup>14</sup>. En general, concluyen que la práctica de yoga es beneficiosa para los internos a nivel físico, psíquico y social.

Destaco la investigación realizada por Grier, Clot y Puig (2015) que analiza la emergencia de las prácticas holísticas en centros penitenciarios, describiendo las nuevas geografías terapéutico-espirituales y poniendo énfasis en el rol que toman dichas prácticas para los internos. En ese sentido, plantea que la no problematización, la legitimidad y popularización de estas terapias, se explica por la capacidad de reducir tensiones propias del establecimiento carcelario, sirviendo de soporte a dos de las aristas más comunes de la reclusión: la rehabilitación y la disciplina. Dichas autoras plantean tres objetivos en su estudio: el primero es examinar y evaluar los efectos de la práctica del yoga en el marco de la vida cotidiana de los internos que realizan esta actividad. Buscan detectar las potencialidades y las limitaciones de este tipo de actividad en términos de bienestar personal, capacidad percibida de autocontrol y adquisición de recursos sociocognitivos; el segundo es estudiar el impacto de la práctica del yoga en el marco de la institución penitenciaria, tanto a partir de explorar y comprender las condiciones del contexto que la hacen posible, como identificando los factores que la favorecen o dificultan su consecución; finalmente, el tercero es situar el binomio yoga versus ámbito penitenciario catalán en el contexto de experiencias previas europeas e internacionales.

---

<sup>14</sup> Si echamos un ojo a las referencias bibliográficas, veremos que la mayoría de lo citado data de los últimos diez años.

Otro trabajo analizado es el de Montesinos (2015), que, al igual que Grier, realiza un recorrido de aproximación etnográfica buscando el origen del delito en el interior del preso. La práctica del yoga aparece en los contextos penitenciarios como una actividad extra a la que algunas personas presas tienen la oportunidad de asistir. Sin embargo, él dice que el yoga tiene la capacidad de convertirse formalmente en una estrategia de intervención no convencional, quedando integrada como parte de los programas de tratamiento penitenciario. La dimensión etnográfica de su investigación entrega resultados de índole estadística, cuantitativa y cualitativa, que se enfocan en indagar sobre la percepción de tranquilidad, cambios positivos, o el impacto que dicen sentir por la confección de manualidades a partir de una actividad complementaria al taller de yoga.

Kerekes, Fielding y Apelqvist (2017) asumen que el efecto de la práctica del yoga en la reducción de síntomas de depresión, ansiedad, estrés y enojo, así como su impacto en el crecimiento de la habilidad de control del comportamiento ha sido ampliamente demostrado. Bajo esta premisa, los efectos del yoga son vistos como altamente relevantes para los internos que usualmente tienen una pobre salud mental y un bajo control sobre sus impulsos. El trabajo realizado en prisiones suecas concluye que no sólo ha habido un impacto en el bienestar personal sino una caída en los índices de reincidencia criminal. Bilderbeck, Farías, Brazil, et al., (2013), hicieron un estudio en siete prisiones británicas basado en un programa de diez semanas de práctica de yoga, dividiendo a los grupos en 45 estudiantes de yoga y un grupo de control de 55 presos no participantes. Concluyeron que practicar yoga puede ser efectivo para mejorar el bienestar, la salud mental y la convivencia al interior de la prisión. Es un dato sumamente relevante debido a las altas tasas de enfermedades psiquiátricas entre la población penitenciaria. Sugieren la necesidad de implementar programas presupuestarios que colaboren con dicha disciplina.

Para mencionar uno último, Delfabro (2011) estudia los motivos que conducen a los presos a practicar yoga, sobre todo por la “peculiar relación que manifiestan los internos a nivel del discurso, entre su situación y la sensación de libertad que les genera dicha práctica” (2011: 5), como también lo que implica en relación con el medio carcelario como contexto. La autora se aproxima al fenómeno de la práctica de yoga en la cárcel como “una forma de adecuación al entorno carcelario, que implica modificaciones en comportamientos, formas de pensar y de relacionarse con las demás personas basadas, principalmente, en el comportamiento no violento” (2011: 75).

Por otro lado, es posible hallar al respecto notas periodísticas en revistas y diarios. El diario argentino *La Nación* del 4 de Diciembre de 2017 (versión digital) publica *Yoga en la cárcel: una receta para reducir el estrés y sumar armonía*<sup>15</sup>. Esta nota fue realizada en el mismo penal que este trabajo, al momento de encontrarnos realizando las observaciones. En ella, se narra un día de yoga en el pabellón 7 de la Unidad nº 48, e incluye algunos testimonios de alumnos sobre qué les genera dicha actividad. También es posible rastrear notas del proyecto anterior, *El arte de vivir*, ONG que brindó clases en el penal en años anteriores. La revista *Brando* publicó el 12 de Mayo del 2017 la nota *Yoga en cárceles y villas: respirar y dar de nuevo*<sup>16</sup>, en la cual detalla de qué se trataba la intervención y cómo han respondido los internos ante la misma.

Algunas tesinas de la Carrera de Comunicación Social de la UBA han abordado distintas aristas sobre los espacios de encierro y las prácticas espirituales por separado. Bacci (2012), en su tesina *Cárceles, un mundo adentro: La representación de la vida carcelaria y sus contradicciones*, describe y analiza el programa “Cárceles, un mundo adentro” producido por Endemol y televisado a través de Telefé entre 2007 y 2010. En ella, la autora describe cómo la

---

<sup>15</sup> Nota en la web: <https://www.lanacion.com.ar/2088168-yoga-en-la-carcel-una-receta-para-reducir-el-estres-y-sumar-armonia>

<sup>16</sup> Nota en la web: <https://www.lanacion.com.ar/2023175-respirar-y-dar-de-nuevo-yoga-en-carceles-y-villas>

espectacularización del programa, fusión entre documental y reality show, naturaliza un tratamiento particular sobre el Servicio Penitenciario y la vida carcelaria, dejando fuera de la pantalla las violaciones a los derechos humanos, las condiciones infrahumanas de higiene, de alimentación y de tortura constante. En este sentido, el programa, según la autora, se posiciona como un producto que aparenta inmiscuirse sin filtros en la vida carcelaria real. Sin embargo, para ella, esta presentación del “mundo adentro de las rejas” ofrece muchos atributos disidentes con respecto a la vida cotidiana de quienes esperan condena o quienes purgan penas en las cárceles del Servicio Penitenciario Bonaerense.

González Carman (2013) en *Desde adentro: Una experiencia comunicacional para analizar el entramado de poder en el Servicio Penitenciario Bonaerense*, analiza las relaciones de poder presentes en la Unidad n°39 del Servicio Penitenciario Bonaerense, ubicada en el Partido de Ituzaingó, a partir de un taller de comunicación para internos y familiares. En dicho taller, los participantes/internos crearon una revista, “La Cigarra”, donde volcaron sus percepciones sobre distintos temas vinculados a su situación particular como internos del penal. Con este taller como soporte, González Carman intenta analizar la configuración de las relaciones de poder que se establecen entre los internos, guardiacárceles, la jefatura del SPB y las familias de los internos (2013). La autora parte del supuesto según el cual el Servicio Penitenciario Bonaerense no promueve la reinserción en la sociedad de las personas privadas de su libertad, sino que más bien se reproducen las prácticas de control sobre ellas, desconociendo al delito como determinado por factores como la desigualdad económica y social, y la continua falla de las Instituciones del estado.

A estos trabajos se le suman otros como *Esto no es carcelandia. Análisis comunicacional de percepciones de celadoras penitenciarias en el marco de un nuevo régimen disciplinario* de Mastronardi y Gutiérrez (2008) y *Demoliendo cárceles: la universidad*

*intramuros. El caso del Centro Universitario de Devoto de la UBA* de Costa Racedo y Bertolo (2011). Sobre prácticas espirituales podemos mencionar tres tesinas: *La comunicación interna y el yoga: aliados estratégicos para fortalecer la gestión organizacional* de Gurevich (2009); *Prácticas alternativas en espacios oficiales de (re)producción de sentidos* de Brescia (2006) y *Vibremos en una misma sintonía. La representación del yoga en Clarin.com, lanación.com y Yoga +* de Soledad Padoani (2014).

Por último, pueden encontrarse trabajos producidos por los mismos internos/estudiantes de la carrera de Sociología del CUSAM. De los ocho sociólogos recibidos en dicha carrera, siete han desarrollado sus tesis de grado en relación a problemáticas carcelarias propias, atravesadas en su tiempo de reclusión. Tomo dos de ellas como referencia para contextualizar mi trabajo sobre yoga en la Unidad n°48, debido a la similitud de las propuestas, siendo todas resultado de las prácticas que allí se encuentran. *El mundo evangélico en la cárcel. Un estudio etnográfico sobre un pabellón evangélico de la Unidad Penitenciaria n°48 de San Martín* de Rosas (2015) contribuye con los estudios de sociología del encarcelamiento respecto de la vida social en los pabellones evangélicos de las cárceles de la provincia de Buenos Aires, iniciados en la Unidad Penitenciaria n°1 de Olmos. Busca indagar sobre cómo se configuran las prácticas y las formas de sociabilidad. Resulta pertinente para la presente investigación puesto que se sitúa en el mismo campo de trabajo y abraza una práctica “espiritual” constructora de identificación dentro del pabellón al que hace referencia. *Sin berretines: Sociabilidad y movilidad intramuros. Una mirada etnográfica al interior de la prisión*, de Maduri (2015), también recibido como sociólogo en el CUSAM, tiene por objetivo “describir e interpretar el entramado de relaciones que, en el contexto carcelario, se producen entre los valores simbólicos propios de ese ámbito, llamados “berretines”, y su relación con el trabajo “tumbero”. Como la

tesis anterior, contextualiza nuestro trabajo deconstruyendo las prácticas heterogéneas insertas en la Unidad n°48 del Servicio Penitenciario Bonaerense.

#### 4. MARCO TEÓRICO/ desde donde pienso lo que pienso

Pensar la práctica de yoga en cárceles desde una perspectiva institucionalista-política de resocialización social como desde una etnografía experiencial implica necesariamente formular un marco de referencias para el análisis de este trabajo: ¿Qué es el yoga? ¿cómo definimos lo que es una prisión? ¿Qué es el poder? ¿Qué es la resocialización? ¿Cuerpo? En ese sentido, "prisión" (o penal), "cuerpo" o "yoga" aparecen como conceptos determinantes para nuestro estudio. Para desarrollarlos, nos pondremos en la piel de distintos autores.

##### **Prisión**

“Nuestra sentencia no es aparentemente severa. Consiste en escribir sobre el cuerpo del condenado, mediante la Rastra, la disposición que él mismo ha violado. Por ejemplo, las palabras inscriptas sobre el cuerpo de este condenado -y el oficial señaló al individuo- serán: HONRA A TUS SUPERIORES”.

Franz Kafka, *La colonia penitenciaria* (1919:04)<sup>17</sup>

En cuanto a la prisión, nos valdremos de la teorización que Michael Foucault (2008)<sup>18</sup> ha hecho de los sistemas penitenciarios. Este autor resulta de gran utilidad para pensar cómo surge y se transforma el castigo a través del tiempo, cómo se estructura el sistema de relaciones de poder, qué es la institución carcelaria y qué lugar ocupa el cuerpo del individuo en todo esto. Foucault diferencia el trato hacia el cuerpo del condenado a lo largo de los últimos siglos. Según determina, en los siglos XVI y XVII el castigo al condenado tomaba forma de suplicio como técnica de poder para castigar al cuerpo. Decapitaciones, desmembraciones y aberraciones sobre el cuerpo físico eran ejercidas a la luz del día ante un cúmulo de

---

<sup>17</sup> Franz Kafka, *La colonia penitenciaria* (1919) PDF online: <https://www.biblioteca.org.ar/libros/11395.pdf>

<sup>18</sup> Nacido en Francia (1926 - 1984). Filósofo, historiador de las ideas, psicólogo y teórico social.

espectadores temerosamente deseantes de presenciar la eficacia de la justicia hecha trizas. Era un verdadero espectáculo punitivo manifestándose a través de marcas en la piel. El **suplicio** se comprendía como un ritual político. No era tanto un delincuente atacando a su víctima inmediata, sino más bien, indirectamente, al soberano. Para Foucault, el castigo cumplía una función jurídico-política: se trataba de reconstruir la soberanía, por un instante ultrajada, no tanto restableciendo la justicia sino reactivando el **poder** (2008). Este último es entendido aquí como lo hace Pincheira Torres (2006) siguiendo a Foucault, no como un “fenómeno de dominación masiva y homogénea” (2006: 24), no como una cosa que se posee, no como algo excluyente o de la clase dominante, no localizado en un lugar concreto, sino más bien como transversal a las relaciones omnipresente, siempre en puja, “como el nombre que se presta a una situación estratégica compleja en una sociedad dada” (Ibíd). El objeto del castigo “es menos restablecer un equilibrio que poner en juego, hasta su punto más extremo, la disimetría entre el súbdito que ha osado violar la ley y el soberano omnipotente que ejerce su fuerza”, escribe Foucault (2008: 59-60). En estos tiempos, el cuerpo humano “no presentaba la utilidad ni el valor comercial que habría de serles conferido en una economía de tipo industrial” (2008: 66), sino más bien el soporte de un poder que no hacía más que reafirmarse a través de los ritos punitivos y manifestaciones físicas. “Que no tiene que demostrar por qué aplica sus leyes, sino quiénes son sus enemigos y qué desencadenamiento de fuerzas lo amenaza” (2008: 68).

Hacia fines del siglo XVIII y principios del XIX, las protestas populares contra el suplicio se encontrarán por todas partes. El pueblo, personaje principal atraído a un espectáculo dispuesto a aterrorizarlo, precipita su rechazo contra el poder punitivo, injusto, nunca casual, para los más pobres. Ellos, la capa más profunda de la sociedad, nunca escuchada por la justicia, comienzan a empatizar con la persona en el escenario. Como diría De Certeau (1990)<sup>19</sup>,

---

<sup>19</sup> Nacido en Francia (1925-1986). Investigador jesuita, historiador, teólogo, semiólogo y filósofo, considerado una figura inclasificable del pensamiento francés del siglo XX.

al producto suplicio, los pobres lo comienzan a recepcionar de una manera imprevista para el poder que lo emite, redistribuyendo sus efectos, en otra dirección, utilizando el espacio de congregación y espectáculo para comenzar a reclamar por la diferencia en las penas según las clases sociales. Foucault dice: “jamás se sentía el pueblo tan cerca de aquellos que sufrían la pena como en estos rituales que hubiesen debido mostrar el crimen abominable y el poder invencible”: “la solidaridad de una capa entera de la población” revela ser algo muy persistente (2008: 75). He aquí que la ceremonia de los suplicios se transforma en un peligroso foco de **resistencia**. “Acostumbrado a ver correr sangre, el pueblo aprende pronto que no puede vengarse sino con sangre”, señala Foucault (2008: 86).

Desde fines del siglo XVIII, nuestro autor señala que disminuye considerablemente la agresión física, reorganizándose internamente la delincuencia. El castigo vira de soporte: desaparece el cuerpo supliciado, blanco mayor de la represión penal, dando final al espectáculo y al dolor como restauración del poder. Serán los Reformadores quienes propongan esta transformación, a fin de suavizar la pena para ellos excesiva de venganza y destrucción. Como dicen Sanguino Cuéllar y Baene Angarita, “el suplicio trazaba sobre él signos imborrables en tanto que el castigo (posterior) implicaba el respeto por la humanidad del peor de los asesinos” (2015: 05). Ahora lo que se pide es “eficacia a su fatalidad, no a su intensidad visible” (2008: 18). El derecho a castigar se traslada de la venganza de un soberano a la defensa de la sociedad. “Lo que se perfila es sin duda menos un respeto nuevo por la humanidad de los condenados que una tendencia a una justicia más sutil y más fina, a una división penal en zonas más estrechas del cuerpo social: (...) un reacondicionamiento del poder de castigar” (2008: 91), aumentando sus efectos, disminuyendo su costo económico. “En una palabra, hacer que el poder de juzgar no siguiera dependiendo de los privilegios múltiples, discontinuos, contradictorios a veces, de la soberanía, sino de los efectos continuamente distribuidos de la fuerza pública” (Ibíd). No

castigar menos, sino mejor. En ese sentido, y en la era de la sociedad capitalista, el blanco principal del ilegalismo popular dejan ya de ser en primera línea los derechos para pasar a ser los bienes. Ahora sí, llega el momento de concebir un sistema penal como aparato para administrarlos a todos ellos (2008: 103).

Frente a la muerte, proponen el gobierno de la vida, la paciente y obstinada extracción del tiempo, la muerte dulce en un extraño y terrorífico lugar próximo del infierno y del purgatorio en donde el condenado desgrana calendarios y espera cansinamente su liberación (Álvarez Uria, 1979: 65).

Siguiendo a Foucault, con la instauración de la **prisión** se transforma la relación castigo-cuerpo. Así, el **cuerpo** se convierte en instrumento, en intermediario. Los suplicios dejan su lugar a la vigilancia, el encierro y el trabajo, a un cambio en el modo de visibilización del castigo. Las relaciones de poder lo convierten en una presa inmediata, cercándolo, domándolo. Ya no se desmembrará a los delincuentes sino más bien se los observará en todo momento. Fernández Ortiz (2008) dice que el poder ya no se entiende desde una perspectiva negativa, excluyente, sino desde una perspectiva positiva incluyente. Álvarez Uria (1979) dice: “La prisión es el anverso de la guillotina. Ésta tiene por misión producir la muerte en un instante casi imperceptible. La cárcel, por el contrario, es una maquinaria permanente de gestión de la vida”. El cuerpo ya no será castigado por un soberano propietario, sino más bien una vigilancia y control colectivo de los cuerpos insertos en una sociedad de deberes y derechos. El condenado perderá beneficios en la sociedad, así como también servirá de advertencia para *los de afuera*. El castigo se vuelve algo así como un arte de los efectos, es decir, se vuelve con miras a las consecuencias que dicho delito generó sobre el orden social, a

fin de prevenir un desorden similar. La prisión surge entonces como un mecanismo no sólo humanizante (supliendo otras formas de castigo “inhumanas” que hasta el siglo XIX estaban vigentes) sino también como un mecanismo democratizador: si todas las personas son libres, la posibilidad de que todas las personas sean castigadas se constituye como una forma de castigo transversalmente aterradora para toda la sociedad. Esta privación de la libertad o “detención legal” encierra una idea de reparación en términos de tiempo y de estrategias de transformación de los individuos (Ibíd). “Hay que elegir los medios que hagan en el ánimo del pueblo la impresión más eficaz y la más duradera y, al mismo tiempo, la menos cruel sobre el cuerpo del culpable”, adivina Foucault (2008: 110). Todo se reduce a una penalidad uniforme y gris. El poder producirá un cúmulo de discursos, instituciones y prácticas a fin de moldear al individuo. Se tratará de corregir su conducta mediante la adecuada utilización del tiempo: ya no se paga el delito con la vida sino más bien cumpliendo funciones dentro del sistema económico. En la cárcel serán confinados aquellos que atenten contra el trabajo, contra los bienes que éste produce y el orden que lo garantiza. Ahora su cuerpo es un bien social, un *cuerpo dócil* que actúa de forma productiva en la sociedad: “una economía de los derechos suspendidos” (Foucault, 2008: 13). Entramos en la era de la “sobriedad punitiva” (Ibíd). A partir de allí, el castigo se justifica como la función correctiva del alma. La pena privativa de la libertad se ocupará de corregirlos e instaurar los principios básicos de cualquier sociedad (occidental): la cultura del estudio y del trabajo. Este será el camino hacia la reinserción social (Racca, 2014).

En las postrimerías del siglo XIX, el positivismo criminológico sella de forma definitiva al delincuente como el foco de atención del sistema penal y la cárcel pasa a ser el espacio de cura de las patologías del conjunto de anormales que de forma innata o adquirida constituyen un peligro, una amenaza para la sociedad. (...) el trabajo comienza a ser

considerado una herramienta terapéutica más. Así las cosas, el correccionalismo y el positivismo criminológico se funden en un aparato penal que, a partir de inculcar la obligación de trabajar, se propone la corrección y la cura de los delincuentes (Mouzo, 2004: 181).

Tomaremos de Erving Goffman<sup>20</sup> (2001) tres conceptos estructurantes que nos ayudarán a pensar qué sucede con el interno una vez dentro de (lo que sería el primer concepto) la **institución total**. Ésta corresponde al penal, el lugar de residencia y de trabajo donde un gran número de individuos en igual situación, aislados de la sociedad por un considerable período de tiempo, comparten en su encierro una rutina diaria administrada formalmente. Esta categoría se funda en una suerte de escala graduada del monto que estas instituciones absorben de la vida de los sujetos que las constituyen y les proporcionan un sentido. Así, podemos pensar, en un extremo, a las que *materialmente ingieren* a sus integrantes, la cárcel, y, por otro, a las que apenas les *succionan* un poco de su existencia, el hospital, la escuela. En tal forma, según Goffman, la institución absorbe parte (o todo) del tiempo y del interés de sus miembros y les proporciona en cierto modo un mundo propio (2001: 17). Aquí, la institución total se reconoce por esa pared que separa el adentro del afuera, ese obstáculo insalvable que suprime la interacción entre el establecimiento con su lógica interna y la sociedad que la construye. Esa frontera vigilada y vigilante de la cárcel, del manicomio, de los campos de concentración y de los conventos, ese lugar físico y visible -pero también simbólico- donde cobra sentido material la idea de libertad. Cuando los internos nos llaman “los de calle” establecen sin pensarlo y discursivamente la diferencia más grande de todas: ese muro que simboliza el gran castigo y que los afecta en lo concreto día a día. Los **internos** (2001: 25), segunda categoría de Goffman que utilizaremos, abarca a aquellos que viven dentro de la institución, aislados del resto de la

---

<sup>20</sup> Nacido en Canadá (1922. 1982) Sociólogo y escritor considerado como el padre de la microsociología.

sociedad. Las barreras que las instituciones totales levantan entre el interno y el externo marcan la primera mutilación del yo; y, finalmente, como tercer concepto, el “personal” (2001: 82) o **guardiacárceles**, que está socialmente integrado con el mundo exterior. Su actitud específica no es la orientación ni la inspección periódicas sino más bien la vigilancia: ver que todos hagan lo que se les ha dicho claramente que se exige de ellos.

Foucault (2008) identifica técnicas de poder centradas en el *cuerpo* que distribuyen, organizan, supervisan, vigilan, adiestran y hacen visibles los cuerpos. Este conjunto de técnicas constituyen lo que él denomina la tecnología disciplinaria. Las prisiones son por defecto entidades de homogeneización (pabellones, uniformes, espacios idénticos) donde el encierro cumple la función de control. Las actividades realizadas en el interior tienen la misma función punitiva (o reinsertiva) para todos, convirtiéndose en el lugar por excelencia donde se hace posible la privación de la libertad. El *cuerpo* es el soporte del castigo. Como establece Goffman (2001), cuando un interno ingresa al servicio penitenciario, es despojado de la concepción de sí mismo que ciertas disposiciones sociales hicieron posible: comienza para él una serie de depresiones, degradaciones, humillaciones y profanaciones del yo, para luego ser moldeado y clasificado como objeto. Se introduce en la maquinaria administrativa del establecimiento, para transformarlo, paulatinamente, mediante disciplina y empleo del tiempo. Como menciona el autor, incluso la pérdida del nombre puede representar una gran mutilación del yo. A esta altura, el autor afirma que la institución que lo recibe no reemplaza la cultura del que ingresa por otra, sino que se produce un proceso de “desculturación” (2001:26), generado por el aislamiento y la impotencia de mantenerse al tanto de lo que afuera del penal sucede. La institución se asegura así un despojo del rol propio y un profundo corte con los roles del pasado. Foucault, por otro lado, dice que hay algo que jamás se ha suprimido francamente: “es justo que un condenado sufra físicamente más que los otros hombres”. La pena no logra

disociarse fácilmente de un suplemento de dolor físico. “Que la idea del suplicio se halle siempre presente en el corazón del hombre débil y domine el sentimiento que le impulsa al crimen” (2008, 24:108). Se conserva, de este modo, un “fondo suplicante” en los mecanismos modernos de la justicia criminal, disfrazado por una penalidad de lo no corporal” (2008: 25). Como dice Calveiro (2010), “la desnudez reiterada a la que se somete el cuerpo, en requisas y en todo tipo de controles internos, es parte de esta intromisión que rompe la intimidad, a la vez que es una forma de reducir al preso a su condición de cuerpo; un puro cuerpo potencialmente peligroso, que hay que hurgar y someter” (2010:69).

## **Cuerpo**

¿Cómo llegó el cuerpo a ser lo que se reclama en la azarosa lucha entre las heterogéneas fuerzas históricas?

Hincapié-García y Escobar-García (2017)

Dice Garreaud (2014),

es posible situar el interés que al menos en las últimas tres décadas ha despertado la referencia al cuerpo como fuente de conocimiento y como parte central de los procesos políticos. Más en general, el llamado “paradigma del cuerpo” ha invadido las discusiones y teorizaciones en cuestiones de género, sexualidad, psicoanálisis, procesos de poder-resistencia, descolonización, etc., en un intento por corregir un error largamente gravado en los aparatos conceptuales tradicionales. Inclusive más, pareciera como si una onda nerviosa insistiera desde los cuerpos (2014: 136).

Son muchas las concepciones -o ausencias- que sobre el cuerpo se encuentran en la historia del pensamiento. ¿Cómo es que se nos aparece? ¿Puede problematizarse? ¿Es el cuerpo una dimensión de lo social? Seremos concisos. Como menciona Pincheira Torres (2006), los cuerpos no existen de forma abstracta sino concreta, y por lo tanto sólo funcionan bajo determinadas condiciones, situadas en un tiempo y espacio dados. El cuerpo no es puro dato biológico sino más bien un punto de anclaje de las más variadas representaciones, las cuales se encuentran continuamente re constituyéndose. Esto siempre sucede en una compleja red de poderes en puja. En concreto, la construcción de diversos tipos de cuerpos, lo suficientemente dóciles, moldeables y subordinados, está “indisolublemente” ligado a la cuestión de la reproducción social (2006: 1), mediante un proceso de aplicación de ciertas técnicas. “La parte esencial, se debe, me parece, comprender a partir de la instauración de un poder que se ejerce sobre el cuerpo mismo (...) Las relaciones de poder pueden penetrar materialmente en el espesor mismo de los cuerpos sin tener incluso que ser sustituidos por la representación de los sujetos” (Foucault, 1993: 156). Más aún, este poder siempre se ejerce en condiciones de resistencia y negación. Ya vimos lo que sucede con el cuerpo de prisión. ¿Cómo entiende el cuerpo el yoga?

## **Yoga**

Es difícil acuñar tanto una definición única como una fecha de surgimiento del **yoga**. Todas refieren, en general, a un conocimiento filosófico muy antiguo, utilizado por la humanidad para alcanzar la autorrealización o iluminación a través del orden en el plano del pensamiento, las emociones y el funcionamiento fisiológico (Fraser, 2012: Delfabro, 2011). Fue creado hace alrededor de 5.000 años a.C y transmitido de una época a otra de diferentes maneras. El primer tratado de Yoga fue escrito en el norte de India hace 200 años a.C., por Yogacharya Patanjali. Los

efectos beneficiosos del yoga han sido reconocidos por la Organización de las Naciones Unidas (ONU) que califica a esta práctica como una herramienta holística de tratamiento para la salud y el bienestar general de la persona<sup>21</sup>. Según B.K.S. Iyengar (2012), considerado uno de los maestros y practicantes más importantes del mundo, yoga es unión entre alma individual y espíritu universal. “Las prácticas yóguicas desarrollan el cuerpo hasta el nivel vibrante de la mente para que así cuerpo y mente, habiéndose vuelto ambos vibrantes, se vean atraídos hacia la luz del alma” (2012: 19). Según lo expuesto, el cuerpo no puede estar separado de la mente ni la mente del alma. Iyengar lo llamó la hondura del asana: aquietar las fluctuaciones de la mente a través del cuerpo y de la respiración, llevando a la conciencia a la quietud (2012: 21). Según él, cuando se reúnen conciencia y cuerpo, la energía de aquella se aquieta, “dándole lugar al alma para impregnar todo” (Ibíd). A lo largo de los siglos, se han desarrollado distintas aproximaciones. Patanjali en *Los Yoga Sutras* (aprox 200 a.C-200 d.C) esquematiza al yoga en ocho aspectos diferentes, “sendas que conducen a la fuente” (1992), denominados *yama*, *niyama*, *asana*, *pranayama*, *pratyahara*, *dharana*, *dhyana* y *samadhi*. Daremos un breve *pantallazo*. Según retoma Iyengar, y resumiendo groseramente, *yama* y *niyama* constituyen las disciplinas éticas, sociales e individuales. *Yama* responde a preceptos sobre el correcto comportamiento en sociedad: la no violencia, el amor a la verdad, la contención del placer sexual, hallarse libre de avaricia y de la posesión, control de la energía y estudio de lo divino; *Niyama* establece lo que debe hacerse por el bien del individuo y el código personal. Son, para el autor, cualidades a cultivar, deseables para cumplir los yamas: estudiarse a uno mismo, entregarse a uno mismo, mantenerse limpios y contentos, amar la divinidad (74,1971). El tercer precepto presentado por Patanjali son los *asanas*, las diversas posturas que armonizan el cuerpo, “mantenidas en la inmovilidad de manera firme y confortable”<sup>22</sup>

---

<sup>21</sup> El 11 de diciembre de 2014, las Naciones Unidas proclamaron el 21 de junio como el Día Internacional del Yoga, con la resolución 69/131. <https://undocs.org/es/A/RES/69/131>

<sup>22</sup> <https://www.gaia.com/us/es/article/que-es-el-yoga>

. Los asanas son la práctica espiritual en su forma física. El yoga como lo solemos entender en Occidente. Según el autor, es el arte de colocar el cuerpo como totalidad en una actitud física, mental y espiritual. Su práctica regular y constante supone mantener el cuerpo sano y joven, tanto exterior como interiormente. Para los yoguis, practicantes de yoga de nivel avanzado, el fin es que las distintas partes del cuerpo reposen aliviadas en correcto orden, para que la mente pueda experimentar la tranquilidad. **Pranayama** es el cuarto concepto. Se vincula con la ciencia de la respiración. Esto es, según Yogacharya, la transformación personal mediante la creación, distribución y mantenimiento de la energía vital. Para el yoga, es el puente entre lo físico y lo espiritual. Se ha descubierto que el sistema nervioso es un gran beneficiado de la práctica de pranayamas. Sat Bir Singh Khalsa (2012), profesor asistente de Medicina y Neurocientista en Harvard, afirma que es mediante su práctica que el sistema nervioso simpático, encargado de activar la respuesta de lucha o huida y que en nuestra sociedad y en los tiempos que corren suele estar sobreexcitado, consigue entrar en reposo. En su lugar, se pone en funcionamiento el sistema nervioso parasimpático, el cual disminuye la presión arterial y la temperatura corporal, ralentizando el latido cardíaco y relajando la musculatura superficial. En definitiva, ayuda a que nuestro cuerpo esté en un agradable y curativo estado de reposo (2012). Según los yoguis el dominio de asanas y pranayamas ayuda al practicante a desligar la mente del cuerpo, lo que conduce a la concentración y la meditación. **Pratyahara**, quinto elemento, es el cultivo y la educación de los sentidos perceptivos. Según el sabio indio, es cuando el hombre se halla total y absolutamente absorto en el asana sin perder la conciencia sobre los sentidos, trayendolos “desde la periferia de la piel hacia el núcleo del ser”. La mente queda en silencio y el sí-mismo “descansa en su morada”, liberada de aquellos sentidos (1971:84). **Dharana**, el sexto, es para los *Yoga Sutras* el arte de llevar la mente dispersa a un estado de control y concentración, de atención completa, ausente deliberadamente de pensamientos. **Dhyana** es “la contemplación que ve afuera y ve

adentro y se equilibra de modo que hay unidad entre las conciencias intelectual e intuitiva”. Afirman los sabios que es un estado de concentración que se mantiene fluyendo de manera ininterrumpida, es meditación. “Hay percepción consciente a través de todo nuestro ser, desde la piel al sí-mismo y desde el sí-mismo a la piel” (1971: 92). Por último, **Samadhi**, el octavo, es el estado de superconsciencia, de liberación. “Es cuando el meditador y el objeto meditado se funden y fusionan en una Unidad, desapareciendo la dualidad y disolviendo el ego. Se trata de la profunda experiencia de la visión del alma” (Cristina Herrero Puig, 2013)<sup>23</sup>. En Occidente, el yoga tiene una imagen imprecisa. Nos encontramos con un mercado amplio y complejo de estilos en donde se torna difícil saber qué es concretamente cada uno y qué tienen en común todas esas diferentes prácticas de yoga. “El común denominador en el acercamiento a la disciplina del yoga es a través de la *parte física*, con las posturas, ya que los procesos de occidentalización del yoga han hecho más fácil poder entrar a trabajar el autoconocimiento a partir del cuerpo físico para después ir despertando lo que desde este universo se consideran «las capas más sutiles»» (Griera, Clot y Puig, 2015:12).

## **Resocialización**

“La cárcel no puede producir efectos útiles para la resocialización del condenado. Por el contrario, impone condiciones negativas en relación con esta finalidad. A pesar de esto, la finalidad de una reintegración del condenado en la sociedad no debe ser abandonada, sino que debe ser reinterpretada y reconstruida sobre una base diferente”

Alessandro Baratta (1990:2)

---

<sup>23</sup> [www.gaia.com](http://www.gaia.com)

Es en la segunda mitad del siglo XIX que la prisión como institución de control y disciplina estatal comienza a pensar la pena como método posible de **resocialización** (Martínez Blanch, 2014: 7). No hay que olvidar que luego de cumplir su condena, el interno vuelve a vivir en sociedad. El mantener encerrada a una persona no es suficiente si se proyecta conseguir una transformación para que pueda reiniciar una “convivencia armónica con los demás” una vez fuera (2015: 10). ¿Qué entendemos por resocialización? Siguiendo a Latorre Pérez (2015), la resocialización incluye en sí, proyectos de reeducación y mejora a nivel psicosocial, educacional y laboral que tienen como fin “modificar o mejorar la conducta humana de cada uno de los internos, para que en un futuro no vuelvan a delinquir” (2015: 3). Entonces bien, el Estado ahora tiene una misión punitiva y una misión resocializante, asentada en las distintas herramientas provistas al interno para que pueda transformarse e insertarse positivamente en la sociedad a su vuelta a *la calle*. En nuestro país, la ley 24.660<sup>24</sup> establece que “la ejecución de la pena privativa de libertad tiene por finalidad lograr que el condenado adquiera la capacidad de respetar y comprender la ley, así como también la gravedad de sus actos y de la sanción impuesta”<sup>25</sup>. Además, establece que “el tratamiento penitenciario planteado en estos términos, comprende al conjunto de actividades terapéutico asistenciales, dirigidas directamente a colaborar en el proceso de reinserción social, para que, a medida que internalicen las pautas de conducta que le permitan la convivencia pacífica y plena, se acerque paulatinamente a la libertad, con el apoyo y la contención institucional.”<sup>26</sup> Sin embargo, ¿tiene lugar efectivo este proceso en los centros penitenciarios? ¿Qué sucede en el sistema carcelario latinoamericano? En este último abunda la escasez y precariedad bajo condiciones de hacinamiento y corrupción; factores que dificultan, por un lado, una correspondencia estricta con el concepto de institución total, y, por el otro, una

---

<sup>24</sup> Ley 24.660 de ejecución de la pena privativa de libertad.

<sup>25</sup> Página web del Ministerio de Justicia y Derechos humanos. Presidencia de la Nación: <http://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/anexos/35000-39999/37872/texact.htm>

<sup>26</sup> Página web del servicio penitenciario federal: <https://establecimientos.spf.gob.ar/tratamiento-penitenciario.html>

correspondencia con dicha misión resocializante. Como menciona Liebling (2001), los internos encuentran que, no obstante que la prisión debería cumplir con su misión resocializante, en la práctica esto no sucede pues viven en condiciones poco dignas, violentas, irrespetuosas. Esto lleva a una percepción de la justicia contradictoria, generando resentimiento y obstaculizando su potencial resocializante. Ningún contexto de encierro puede pretender desempeñarse como ente resocializador si no tiene, primeramente, las necesidades básicas cubiertas. Según Campo Aguzzi, Cobbe Peregrín, et al., (2019) en 45 de 56 cárceles provinciales argentinas hay superpoblación. Esto causa que muchos internos no cuenten con los recursos básicos para sobrevivir dignamente ya que los servicios no alcanzan para cubrir el total. Alessandro Baratta (1990) establece que hace tiempo la prisión como institución se ha alejado de los requisitos necesarios para cumplir dicha función. Dicha institución ha renunciado explícitamente a objetivos de resocialización al incrementar sus políticas en favor de dicho lugar como depósito de individuos aislados del resto de la sociedad. Según Zurita y González Gil y Quirarte Martínez (2015), las estrategias de resocialización “han de verse como la única forma de prevención que puede llevar a la humanización del delincuente, o mínimo, a que no salga peor (de-socializado) de las condiciones en las que entró” (2015:115). Pensemos. No hay otra institución que materialice más las relaciones de poder y prácticas disciplinarias de los cuerpos que la prisión. A la par, habrá de existir un movimiento silencioso de los propios sujetos encerrados que consiste en ganarle a la lógica de la institución pequeñas porciones de autonomía para la resistencia y la salvaguarda de la identidad o la configuración de otra identificación, por fuera de la de *interno*. Como ha señalado Michel de Certeau (1990), sería imposible que una sociedad o una institución quedaran reducidas del todo a formas dominantes de control y disciplinamiento, a esa tipología panóptica productora de saber y verdad que ha sido analizada por Michel Foucault. “Sólo inscribiendo el análisis en estas coordenadas podemos entender esta búsqueda casi delirante por

perfeccionar los mecanismos de dominación, los cuales continuamente son sobrepasados por los sujetos a los cuales se busca sujetar”, señala Pincheira Torres (2006:5). En este sentido, no cuesta mucho vislumbrar la profunda distancia que habita entre el *cuerpo del yoga* y el *cuerpo de la violencia penitenciaria*. Como menciona en su tesis Delfabro (2011), la cárcel se entiende como un espacio hostil donde los sujetos/cuerpos se relacionan de manera violenta, intentando sobrevivir unos a otros. Merleau-Ponty (1993) nos dice que es a través del cuerpo que percibimos el mundo. Para el autor, en palabras de Rizo García, la percepción es siempre una experiencia corporal. El cuerpo y el mundo permanecen entrecruzados; este último se llena de sentido, según el autor, en virtud de una actividad perceptiva orquestada por nuestro cuerpo (2015:4471). Resulta así pues interesante la caracterización que han hecho del yoga los sabios yoguis. ¿Es este *cuerpo* del que habla Merleau-Ponty (1993), activo y perceptivo de la existencia, el que acumula marcas de su paso por la cárcel? ¿Es ese el mismo *cuerpo*, que según Iyengar conduce al alma, el que practica yoga en esta Unidad? En ese sentido, si la función social de resocialización está delegada en los centros penitenciarios, cabe preguntarse cuáles son las formas en que estas instituciones llevan adelante dichos procesos. ¿Qué tiene el yoga, esta filosofía física, mental y espiritual, para aportar? En trazos finos, esta tesina sigue una línea de trabajo en la cual el yoga es visto como una herramienta eficaz de resocialización en tanto provee a los internos un camino para la reintegración y construcción identitaria por fuera de su condición de presos. Si, como hemos mencionado, el encierro carcelario esconde en sí mismo un proceso de castigo a través de la uniformización de los cuerpos y su sometimiento, resulta sumamente interesante que sea allí mismo donde los procesos de resocialización a través del yoga tienen lugar. ¿*Qué es al fin y al cabo resocializar*? El cuerpo aquí se presenta como espacio de disputa en donde, por un lado, se imprime la homogeneización inmanente a la institución expuesta por Goffman, y/pero, por otro lado, tiene su soporte una práctica resocializante,

encarnada en posturas corporales (o asanas) que les permiten a los internos, en sus palabras, “estar en libertad por un rato”, “sentirse a ellos mismos”, “sentirse en paz”. Es decir, si pensamos en las prácticas de yoga, y por lo expuesto hasta ahora, inferimos que son lo opuesto a lo ejecutado por el sistema punitivo en los cuerpos de los detenidos. Como actividades resocializantes, y por lo dicho anteriormente, nos encontramos con que de algún modo van en sentido opuesto a lo que plantea el sistema carcelario en relación al cuerpo, a lo que en su génesis tiene preparado para él (su humillación, homogeneización, mortificación). Me pregunto si puede el cuerpo ser el soporte de castigo y conducto de la misión institucional-resocializante a la vez, si resocializar es resistir la lógica del penal o contrarrestarla. Este trabajo es una primera contribución a la mejor comprensión de estos procesos identitarios, complementarios u opuestos entre yoga y prisión.

## 5. APUNTES

### *Yoga en la cárcel*

Repasemos. La prisión como institución total. La prisión como expresión de una política orientada a la (re)formación, corrección, reeducación y resocialización del interno. La prisión como un mecanismo de control no sólo social y político, sino también institucional y corporal-individual. Pensar la cárcel como un espacio de control y dominación de la institución sobre los cuerpos, no implica la existencia de una direccionalidad personalizada hacia el interno, pero implica -sí- la puesta en marcha de una serie de mecanismos, técnicas y protocolos destinados a deshumanizar para resocializar, una forma aleccionadora de reinserción social a través de pautas que implican mayoritariamente el aislamiento en forma grupal (encierro) y, excepcionalmente, el confinamiento individual. A partir de una visión foucaultiana de la institución, observamos que efectivamente el objetivo de “vigilar y castigar” se cumple plenamente desde una perspectiva institucional. Existe el respaldo de toda una codificación legal que, amparada en el debate social, reglamenta los sujetos que deben ser objeto de castigo a partir de una mala práctica: el delito. También existe la infraestructura reglamentada por una serie de códigos que regulan la convivencia intramuros, un ejercicio de dominación que somete al interno a las directivas institucionales creando una nueva sociedad al interior de la prisión. La dinámica de esa nueva sociedad es lo que podríamos llamar castigo. Las relaciones están, por supuesto, mediadas por una relación de poder que va configurando de manera muy exitosa la percepción que tienen y tenemos del preso, del detenido, el rol que cumple en una sociedad (el excluido, el castigado, el “algo habrá hecho” y, finalmente, el merecedor de la pena). Ahora bien, ¿qué sucede en la Unidad n°48?

### *Unidad n°48*

Ingresar al Complejo Penitenciario Conurbano Bonaerense Norte en el partido de General San Martín implica un recorrido desde la Ciudad Autónoma de Buenos Aires a través de la autopista 25 de mayo, la Av. General Paz y el Camino del Buen Ayre para llegar hasta la localidad de José León Suárez, en el partido de General San Martín. Este trayecto configura la dramática transformación de un entorno urbano con índices de desarrollo humano alto, como la capital, en uno en el que la presencia del Estado es, por decirlo de alguna manera, más esporádica. Las condiciones de vida en términos de acceso a derechos sociales y económicos está fuertemente condicionada por la marginalidad y la pobreza estructural e intergeneracional. El hecho de que este penal esté construido sobre el predio de la Coordinación Ecológica Área Metropolitana Sociedad del Estado (CEAMSE<sup>27</sup>) es en sí mismo simbólico. Hay un elemento de poder. Si los desechos de una parte de la ciudad van a parar a un relleno sanitario, el mensaje parecería ser doloroso y groseramente claro: lo que la sociedad considera desechable, descartable y peligroso termina en el mismo lugar.

El complejo tiene tres unidades: 46, 47 y 48. Las dos primeras son mixtas mientras que la Unidad n°48 alberga sólo a internos masculinos. Este complejo está ubicado al lado de una población de emergencia que en Argentina recibe el nombre de “villa”. Los habitantes de este entorno se dedican mayoritariamente al reciclaje urbano. En ese sentido, la marginalidad y los desechos están íntimamente relacionados no sólo con la precariedad, sino también con la idea de reclusión. Muchos de los internos de estas unidades provienen de esta *villa* o sus parientes se asientan en esta zona para mantener cercanía y contacto con sus familiares detenidos. Así, una

---

<sup>27</sup> La Coordinación Ecológica Área Metropolitana Sociedad del Estado es una empresa pública argentina encargada de la gestión de residuos sólidos urbanos del Gran Buenos Aires, incluyendo la Ciudad de Buenos Aires y 34 partidos de su conurbano.

lectura que podemos hacer de la institución penitenciaria es que de alguna manera está condicionando la dinámica social y demográfica del entorno.



Francisco “Pigna” Pignataro, 2017

Llegar a la puerta del penal es enfrentar la primera barrera. Para alguien que nunca ha estado allí significa enfrentarse por primera vez a un sistema de control total: la revisión del vehículo de manera detallada. Una garita donde algunos guardiacárceles preguntan cuál es el motivo de la visita y qué llevamos en el baúl. Una vez en el complejo se observa un cartel que anuncia el ingreso a las dos primeras unidades (46 y 47). Seguimos de largo un kilómetro. Inmediatamente después aparece otro control de la fuerza de seguridad, una pequeña entrevista indagando sobre los motivos de la visita antes de ingresar a la Unidad que buscamos.

Llegamos al penal. Distinto al primer día que entré. Entramos por la entrada principal. Primero, una barrera donde revisan el auto y preguntan el motivo de la visita. Ya estamos dentro del Complejo Penitenciario de San Martín. Luego un camino de pavimento largo, varias cuadras. Pasamos por las Unidades 46 y 47. Llegamos a la segunda barrera, ubicada en la entrada de la Unidad 48. Diremos nuevamente que somos de Moksha, “el grupo

que viene a dar clases de yoga”. Llegamos a la puerta central. Está nublado. A un costado, una pequeña casilla donde nos piden los documentos. No preguntan demasiado. Nos abren. (Bitácora 3)

Un tercer control se presenta en la forma de casilla de seguridad antes de cruzar el muro que divide el estacionamiento del complejo de pabellones. El guardia de seguridad toma los documentos de los visitantes para registrarlos en una planilla improvisada -si es que la hay- que no es más que un papel (o una servilleta) perfectamente perdible u olvidable. Por lo visto, pareciera que en la práctica constituye un acto de fe más que un protocolo administrativo de seguridad que garantice algún seguimiento de las visitas. Los mecanismos de control son tan informales que incluso los agentes de seguridad se quejan del método. En este sentido, cuesta encontrar una correspondencia estricta entre esta cárcel y la *institución total* tan severa de Goffman (2001). ¿Es realmente total el control?

Una vez dentro, nos encontramos con un pasillo de concreto central, escoltado por líneas de flores que los internos mantienen. Verde vivo contra el cemento gris. El pasillo desemboca en una estructura circular, panóptica (Foucault, 2008), de la cual se desprenden doce pabellones como rayos de sol. De mano izquierda, los primeros seis, correspondientes al sector de mediana seguridad. Por una disposición del Ministerio de Justicia, albergan internos, procesados o condenados a tiempo en prisión, en su mayoría por abuso sexual. De mano derecha, los seis pabellones restantes de máxima seguridad, conformados por internos que llevan adelante procesamientos o condenas por robo, homicidio o tráfico y tenencia de drogas. Entre estos últimos seis se encuentran, en principio, los internos que reciben las clases de yoga de Moksha<sup>28</sup>. El pabellón 12 es el único que no practica en el recinto. Lo hace directamente en el área de estudio, pues son los internos que cursan una carrera universitaria dentro del CUSAM. A la hora de ingresar a alguno de los pabellones, ha de acercarse un guardia de

---

<sup>28</sup> En principio porque luego comenzaron, de a poco, a brindar algunas clases en los pabellones de mediana seguridad.

seguridad para quitar el candado que divide el mundo intra-pabellón del pasillo que los conecta a todos. Es una buena oportunidad para que el guardiacárcel entable conversación con alguno de los internos -sobre posibles salidas o permisos, o resultados del último partido de fútbol- retrasando un momento la entrada de los profesores de yoga. Sobre esto último, Goffman (2001) nos ayuda a pensar la forma que toman las relaciones interpersonales en general en la cárcel. Él menciona que en las instituciones totales existe una escisión básica entre un grupo manejado, los internos, que tienen un limitado contacto con el mundo exterior, y otro supervisor que, luego de cumplir la jornada laboral, abandona el recinto para integrarse socialmente al mundo *de la calle*. Según el pensador, a modo general, ambos grupos configuran al contrario con estereotipos rígidamente hostiles. El personal supervisor es despótico, mezquino, mientras que los internos son culpables, violentos, inferiores. En nuestro caso, podemos pensar que la relación entablada entre unos y otros en el espacio de estudio reconfigura dicha lógica carcelaria. La interacción entre guardiacárceles e internos, sumamente restringida según Goffman, queda aparentemente en suspenso (2001). Como vemos, la relación entre internos y agentes penitenciarios es sumamente compleja. No hablamos acá de relaciones asimétricas sino de grises que fluctúan, condicionadas por el entorno en el que se desarrollan. Los guardiacárceles suelen demorarse charlando con algún interno, ya sea en la puerta del pabellón o en algún otro pasillo.

*Juana se va rápido al 8 y yo me dirijo al 7. Tardo nuevamente en entrar. El guardiacárcel se ha quedado hablando con un interno del 8, luego de abrirle el candado a Milagros. (Bitácora 17)*

Apenas dentro de cada pabellón se puede observar, una sala, a mano derecha, una pequeña habitación, utilizada en algunos casos como casilla de seguridad, en otros como

“gimnasio” del pabellón o incluso como “oficina del *limpieza*<sup>29</sup>”, aquél interno designado por pabellón como articulador, garante del orden y regulador de la violencia (Ángel, 2015).

*Luego, al salir, Carlos me mostrará el “gimnasio” que tienen en el pabellón, un cuarto pequeño junto a la puerta de entrada. Aquí decidieron convertirlo en una sala de entrenamiento. Contiene algunos aparatos de gimnasio viejos y artesanales. Salimos rápido. Los chicos deben ir a jugar al rugby. (Bitácora 10)*

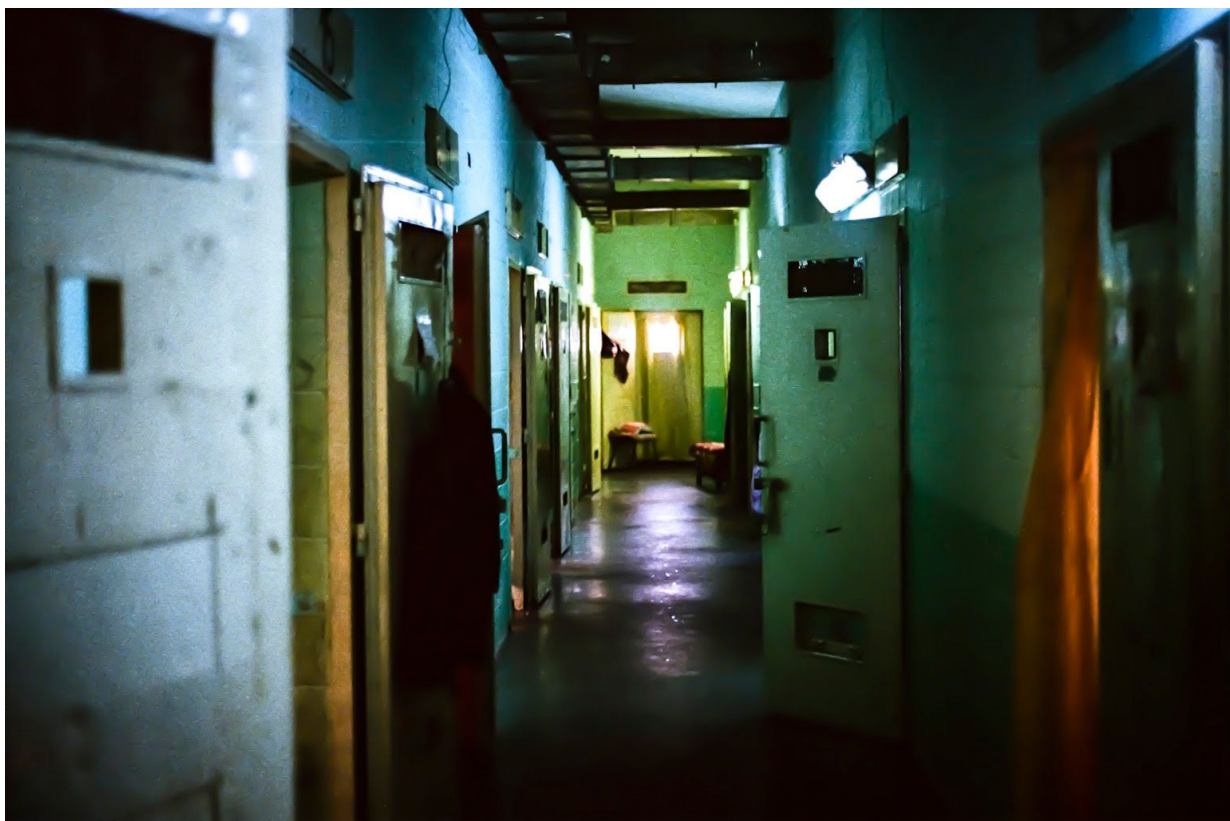
Unos metros más adelante se abre un pequeño gran espacio común que actúa como salón multiuso. Allí los internos ubican, en general, una cocina, garrafa o anafe, una o más heladeras, una mesa y algunos bancos de madera alargados. Suelen llevar adelante los almuerzos allí. Lo hacen por turnos debido a la superpoblación del pabellón y la insuficiencia de espacio.

*¡Cumpliste!, me dice Martín, haciendo referencia a nuestro almuerzo. Lo prometido es deuda. Antonio, otro de los internos, nos cocinó canelones de verduras caseros. Hizo la salsa de tomate, la salsa blanca, el relleno y la masa. Compartimos la mesa. Algunos van rotando platos y cubiertos. Nos turnamos con las chicas para usar los vasos y tenedores. Somos más personas que utensillos y ellos le dan prioridad a las invitadas. Luego del almuerzo, el postre. Van saliendo algunos internos de las celdas, seducidos por el rumor de lo dulce. (Bitácora 19)*

Cada uno de estos salones compartidos presenta decoraciones particulares. En el pabellón 7, las paredes son de color claro. Se pueden vislumbrar algunas fotos, cruces o figuras religiosas. En el pabellón 8, las paredes son de color amarillo y naranja pues se condicen con los colores de *Los Espartanos*. Puede verse el logo del equipo por todos lados impreso como stencil. Además hay remeras de diferentes equipos de rugby colgadas por doquier, frases de motivación y fotos o recortes de diarios y revistas vinculados a la experiencia de rugby en la cárcel. El pabellón 11 es el más *pelado* de todos. Allí las paredes son blancas o grises, sin decoración sobresaliente. De cada salón se desprende un pasillo que contiene las entradas a las dieciocho celdas, repartidas en dos mitades a ambos lados.

---

<sup>29</sup> Luis Alberto Ángel analiza la figura del *limpieza* “como regulador en dos sentidos: de la violencia a través de procesos de jerarquización y acceso a los carnet “tumberos” y del sistema de intercambios, es decir, del control de los objetos que circulan”. Existe una reciprocidad entre las diferentes necesidades de aquello que quiere el guardia y aquello que quiere el resto de la población. El *limpieza* funciona como conector de dos sistemas jerárquicos. (Ángel, 2015: 18)



Francisco “Pigna” Pignataro, 2017

Dentro de cada celda, dos camas donde suelen dormir tres o más personas, un baño propio, con pileta e inodoro, una mesa y dos bancos. Finalmente, cada pabellón cuenta con un patio propio, al aire libre, una mediana extensión de concreto, inhabitable en épocas de mucho calor o mucho frío. Allí los internos suelen entrenar, practicar ejercicios de boxeo, rugby, fútbol, e incluso tenis, improvisando una red de lado a lado. También pueden lavar sus pertenencias en las canillas compartidas. Desde este patio se escuchan las actividades que se realizan en los patios linderos. Puede gritarse algún chiste o solicitarle a un compañero vecino que baje el volumen de la música. Como vemos, cada espacio de la institución se condice con dicha idea de homogeneización del espacio, del cuerpo del interno. Una cama y su réplica, un salón para todos, un espacio personal para nadie. Así igual, una red de subculturas se entreteje.

Pueden vislumbrarse marcas de dichos cuerpos habitando este espacio, la música, las fotos, los chistes, se cuelan entre los muros de prisión.



Francisco “Pigna” Pignataro, 2017

## *Pabellones*

El acercamiento a la práctica de yoga de los distintos pabellones está condicionado por algunos factores: quiénes habitan dicho pabellón, la historia que constituye a este último, la historia personal de cada interno, quiénes son los profesores que asisten a dar las clases y cuál es el estilo que proponen. Los pabellones de máxima seguridad, del 7 al 12, dividen a sus internos de acuerdo a las actividades colectivas que realizan, no al delito que han cometido. Esto se ha configurado naturalmente así debido a algunos proyectos que llegaron al penal para instalarse en pabellones concretos. En ellos, se vislumbra una fuerte impresión de características distintivas. Los pabellones abrazan identificaciones colectivas diferenciadas, “los rugbiers”, “los yoguis”, basados en la actividad que los reúne y diferencia, al menos simbólicamente, del resto. Algunos de los internos todavía recuerdan una experiencia de yoga en la cárcel que se brindó en el pabellón 7, años atrás. Cualquier interno que quisiera practicar debía pedir el pase al 7. Todos los que decidían practicar habitaban ese pabellón y solo eran ellos los que recibían las clases. Las actividades eran dictadas por Ismael Maestrini, coordinador del programa “Prisión Smart” para la Argentina y Latinoamérica de la Fundación “El Arte de Vivir”.

*También me cuenta de Ismael, antiguo frente de “El Arte de vivir”, y de cómo desde el servicio penitenciario le cedieron de algún modo el control del pabellón 7, logrando, incluso instalarse tres días, con dos de sus colegas, a dormir en una celda y practicar como cualquiera de los internos. Según Damián, dicho proyecto ya no se encuentra ahí debido a problemas de violencia dentro del pabellón. Por lo que entiendo hasta el momento, ahora las prácticas de yoga que brinda Moksha son en pabellones variados. La práctica se expande. (Bitácora 1)*

Pocos de aquellos internos/practicantes aún residen en el pabellón 7. Muchos han cumplido condena o han sido mudados de unidad. Igual así el pabellón 7 es identificado con las prácticas

de yoga aunque no sean ellos los únicos que reciben las clases actualmente. Como establecen Elías y Scotson (2016), es posible encontrar en esta “vejez” en la práctica, una cohesión grupal, una identificación colectiva, que “pueden (...) inducir a la gratificante euforia que se relaciona con la conciencia de pertenecer a un grupo con un valor más elevado y con el desprecio complementario hacia otros grupos” (2016: 30). Dicha actividad los cohesiona dando forma a los movimientos de sus habitantes, quienes encarnan y reproducen, a su vez, aquella identificación colectiva. Esto no quiere decir que los “rugbiers” no se identifican con el yoga, porque de hecho ellos también practican. Serán entonces, “los rugbiers que practican yoga”. Como Delfabro, podemos hablar de estas identificaciones como procesos de diferenciación (2001:45) entre pabellones. Esto se vio reflejado en algunos chistes o comentarios hechos en mi presencia, en donde los chicos de dicho pabellón afirmaban ser “los primeros, los verdaderos, los legítimos *yoguis*”, incluso no habiendo participado de la experiencia pasada ni de la actual. En este sentido, entendemos estas identificaciones como subjetivas y relacionales (Delfabro, 2011). Las mismas no pertenecen a los individuos de modo particular, sino que surge de la interacción con los otros. Estas identificaciones se erigen y delimitan en oposición a las otras. Si unos son “los rugbiers”, entonces los otros manifiestan su sentido de pertenencia esbozando ser “los *yoguis*”.

*Llegamos al penal. El paisaje comienza a ser conocido. El guardia de la primera entrada nos hace un chiste repetido: Somos el grupo de yoga -dice Rodri. ¿El Arte de vivir? - pregunta él, riendo. Dale, abrínos - esgrime el profe de Moksha haciéndose el mofado. (Bitácora 6)*

El pabellón 8 está conformado por “Los Espartanos”, el equipo de Rugby de la Unidad n°48, resultado de otro proyecto instalado en la unidad, la Fundación Los Espartanos. Los internos reciben entrenamiento de rugby durante la semana y juegan algunos partidos los fines de semana, incluso fuera de la unidad. La primera vez que entré al pabellón 8 me llamó la

atención el stencil repetido en todas las paredes. Era una especie de máscara guerrera en forma de águila negra, amarilla y naranja. Era el escudo del equipo. Ser del equipo de rugby los diferencia enormemente del resto. Tienen su rutina. Ellos entrenan y compiten representando a la Unidad, incluso fuera del penal. Ellos *son las estrellas*<sup>30</sup>.

*Comienza la clase. Intensa. Es más movida que la de Mili. Otro ritmo, otra música. Aquí suena música para bailar mientras practicamos. Luego Vicky me dirá que hizo la clase así de movida a propósito para pelear a Gabriel, quien antes la había provocado, dando a entender algo así como que las clases de rugby eran “clases intensas de veras”. Una vez empezada la clase algunos cansados ruegan: ¡por favor, Vicky, pará! (Bitácora 6)*

*Se nota que hacen ejercicios de rudeza. Los músculos les quedan rígidos. Cuando se les propone hacer elongaciones se quejan del dolor. El ambiente en este pabellón resulta un poco más ¿intenso? que el del 7. Ellos son Los Espartanos y como tal, actúan. Son las estrellas del penal, o así los hacen sentir, y se nota. Su forma de comportarse es extrovertida, desvergonzada, canchera. Eso los diferencia, por el momento, de los chicos del pabellón 7. (Bitácora 8)*

Los del pabellón 9 trabajan y poseen salidas transitorias pues se encuentran en un régimen semi-abierto. Los del 10 trabajan. Los del 11 podrían denominarse suplentes de “Los Espartanos”, o más bien, un nuevo grupo adosado de practicantes de rugby. El pabellón 12 agrupa a los universitarios. Es donde hay menos internos. Al momento de encontrarme realizando el trabajo de campo, cada uno habitaba una celda particular a fin de generar un ambiente propicio para el estudio, sin sobrepoblación, sin tanto ruido, sin tanto roce. Además, gozaban de una libertad inusitada: las celdas no se cerraban con llave<sup>31</sup>. Ellos reciben su práctica en el mismo centro de estudios<sup>32</sup>.

---

<sup>30</sup> Al respecto puede verse la web oficial del proyecto: <https://www.fundacionespartanos.org/>

<sup>31</sup> Estos beneficios fueron quitados tiempo después de mi trabajo de campo. De hecho, también tenían abierto el patio durante la noche.

<sup>32</sup> Pueden leerse varios trabajos realizados por dichos estudiantes:

Maduri, M.A. (2015). *Sin berretines: Sociabilidad y movilidad intramuros. Una mirada etnográfica al interior de la prisión*, UNSAM/CUSAM

Ángel, Luis Alberto (2015). *La política acá la hacemos nosotros*. Relaciones de gobernabilidad y jerarquización en una cárcel Bonaerense. UNSAM/CUSAM.

Tejerina, Diego (2016). *Estudiar en la cárcel. Lógicas y sentidos de la vida universitaria en el CUSAM*. Tesina de grado de la carrera de Sociología. Instituto de Altos Estudios Sociales. UNSAM/CUSAM.

Sucede continuamente en el tiempo carcelario que los internos son movidos de pabellón o incluso de unidad. La circulación es constante. Hay para esto, diferentes motivos: pases de unidad solicitados por el mismo interno por emergencias personales o para estar más cerca de su familia, o peligrosidad en el primer recinto. Mover a los internos de unidad se utiliza también como modalidad formalizada de castigo del Sistema Penitenciario. Hay un intento permanente por despersonalizar la experiencia y volver el entorno una y otra vez ajeno (Goffman: 2001). Sin embargo, también se llevan adelante pases para realizar alguna actividad en particular, como estudiar, jugar al rugby o practicar yoga. Estas estructuras no son rígidas, se transforman. Los pabellones se encuentran muchas veces sobrepoblados y los internos terminan recayendo donde queda lugar. Puede pasar que un interno pida el pase al pabellón 12 para poder estudiar o puede suceder que muden a un interno de otra unidad a ésta, y, al asignarle el pabellón 8, el interno se encuentre con que ahora lo rodea un grupo de rugby. Con el tiempo, y sin mucho que hacer, probablemente comience a practicarlo. Al llegar a un determinado pabellón, algo de la experiencia que allí se lleva adelante lo configura. Como dice Delfabro, en el momento que los internos se agrupan alrededor de una actividad, asumen “un grado de afinidad con los sujetos que forman parte de ese grupo” (2011:18). Esto conlleva una característica, una marca común entre los integrantes. En el caso del yoga, y al practicarse en pabellones distintos, los internos van construyendo distintas identificaciones en torno a la cárcel y al yoga que allí se practica. Podemos pensar, por lo visto, que la inserción de estas prácticas externas al penal favorece la construcción de identificaciones diferentes a las provistas por la cultura carcelaria. El interno toma distancia de su condición estigmatizante de preso, forjando subjetividades y formas de vida alternas, al menos simbólicamente.

## *Práctica*

Adentrarse en las particularidades que presentan las clases de yoga en un espacio de encierro como el penal es entender que nos encontraremos con complejidades, contradicciones e intentos fallidos y persistentes de llevar adelante un proceso potencial de resocialización mediante una práctica corporal y espiritual, grupal y semanal, en general, desconocida para todos aquellos a quienes se les ofrece como para la institución que la alberga. Por esto, se observará un proceso siempre cambiante de aceptación y rechazo, en donde se irán descubriendo, entre ambos, alumnos y profesores, y a nivel institucional, los posibles beneficios u obstáculos de este intercambio. ¿Cómo se llevan adelante dichas clases?

La práctica de yoga junto a Moksha se realiza en general en el patio trasero de cada pabellón, un espacio gris de 10m de profundidad. Esto a menos que el tiempo lo impida. Si llueve, practicamos en el pasillo interior que centraliza las celdas en cada pabellón. Si garúa puede que nos quedemos fuera. Todos preferimos practicar afuera incluso con malas condiciones. Hacerlo en el pasillo significa disponer de menos espacio, en un lugar caracterizado por la limitación espacial estricta. En este caso, habrá mayor cercanía entre los practicantes. Los profesores deberán modificar algunas de las posturas provistas para adaptarse al pasillo, utilizando, por ejemplo, las paredes para realizar posturas verticales. Estaremos todos más cerca, más acalorados. Como dirá Feli, una de las profesoras, “mejor hacer una clase tranquila si afuera llueve. No queremos dejarlos cargados de energía y que no puedan salir”.

*Algunos de los internos del pabellón no se encuentran. Están trabajando en la construcción de una cancha sintética en la parte trasera de la Unidad. El cielo amaga con llover y el patio ya está mojado. Se decide colectivamente hacer la clase en el pasillo. Otra historia diferente a la de la crónica anterior. Todos más cerca, entramos en calor rápidamente. (Bitácora 4)*

*Tomamos la clase en el patio aunque esté húmedo, casi mojado. A todos les complace la decisión. (Bitácora 5)*

*En el 7 somos veinte aproximadamente. Me saludan con un poco más de confianza. El día está húmedo. Se decide dar y tomar la clase afuera, aunque esta humedad se cuele por la colchoneta y se adhiera a la espalda, la atraviere, congele la columna. Veintinueve de Junio. (Bitácora 7)*

*Isa nos hace utilizar mucho la pared en esta práctica. Le está dando la vuelta para utilizar el poco espacio con el que contamos. Hacemos posturas de a dos o de a tres. Verticales, figuras corporales y colectivas, solidarias. Isa nos saca fotos. El chico con el que practico toma un poco más de confianza. Está más desenvuelto que la última vez, cuando no me miraba a los ojos. Me invita a compartir las posturas. Me siento bien con él. Es respetuoso y tímido. Tenemos tamaños parecidos y eso sirve a la práctica. (Bitácora 9)*

En general, les toma unos minutos a los profesores lograr que los internos se reúnan en silencio listos para comenzar. Al llegar Moksha, todos se encuentran dentro de sus celdas o en el salón compartido. Durante el día, pueden circular libremente en cada recinto. Pedimos entrada al guardiacárcel y entramos al salón. A veces ya están esperándonos en el patio, mats estirados en forma de círculo en el suelo. En otras visitas, comienzan a reunirse cuando nos escuchan entrar al pabellón. Siempre hay alguien encargado de llamar a los demás. A cada clase se suelen sumar chicos nuevos. Se encuentran al comienzo un poco perplejos con la propuesta. La mayoría nunca practicó antes. Lucen sorprendidos y algo incómodos con la presencia de Moksha y la propuesta de yoga, se les presume en la mirada. El fenómeno del Arte de Vivir quedó atrás en la institución hace algunos años. Los internos se renuevan constantemente y hay de todas las edades. El hecho de que un grupo de personas, la mayoría mujeres jóvenes, vaya a brindarles clases sobre cómo mover las diferentes partes del cuerpo, resulta al menos novedoso. Por más que muchas personas lo practican, el yoga es visto como una práctica para personas de altos recursos económicos. Efectivamente, muchos de los internos no lo conocen. Hasta lo observan con recelo. Algunos consideran que es algo “femenino”. Igual así suelen darle una *chance*. El hecho de realizar una actividad colectiva, y habiendo también participantes muy motivados por el tiempo de práctica, funciona como efecto contagio para aquellos que no tienen una motivación inicial tan alta.

*Hoy es la primera clase de uno de los internos. Lo saludo y me parece percibir que no entiende porque lo hago. Me mira con un aire de incredulidad. (Bitácora 22)*

Los chicos se van arrimando vestidos con lo que tienen, desde joggings a jeans elastizados, zapatillas, botas, ojotas y medias. Muchos no cuentan con colchonetas para la práctica por lo que estiran sábanas o mantas en el suelo estropeando algunas de sus pertenencias. El SPB no provee los elementos necesarios para llevar adelante las distintas prácticas resocializadoras. Van haciéndose de lo necesario de a poco gracias a donaciones gestionadas por los distintos proyectos, en este caso Moksha (mats, almohadones, mantas).

La clase dura aproximadamente una hora y media. Comienza en general con algunas palabras de los profesores, quienes preguntan a los practicantes cómo han estado en la semana y para quiénes quieren *intencionar*<sup>33</sup> esta práctica a punto de comenzar. A todos les gusta mucho hablar. Suelen expresar cómo se sienten o preguntarle cosas a los profesores con quienes ya tienen confianza. Son muy curiosos. La práctica de yoga se compone de una seguidilla de posturas que procuran trabajar distintas partes del cuerpo, del lado derecho, del lado izquierdo. Podemos empezar parados mirando al frente o acostados en el lugar. Según los *Yoga sutras* (Patanjali, 1992), las posturas son siempre simétricas. Una postura y luego la opuesta. Una mitad, luego la otra, hasta el final de la serie. Empezamos con ejercicios de estiramiento, ya sean bien lentos o enérgicos, a fin de desperezarse. Junto a Moksha respiramos, nos erguimos con las palmas juntas sobre el pecho en *gracia*, estiramos los hombros, las piernas, la cadera, el cuello. A veces practicamos de modo individual, a veces son posturas en pareja, a veces en grupos de a tres, a veces el pabellón entero se convierte en un solo *gran organismo* todos agarrados de la mano, o de la rodilla. El *saludo al sol* erguidos de frente, *adho mukha* doblados en dos, la *cobra* de pecho al piso, *postura del guerrero* arrodillados para adelante, la *plancha*

---

<sup>33</sup> A quiénes dedican o tendrán en mente a lo largo de la práctica. En general, los internos mencionan a sus hijos, a su madre, a su pareja.

hacia arriba. Siempre son un cúmulo de posturas recitadas en voz alta como un mantra por los profesores e intentadas con vehemencia, a veces frustración, a veces desinterés, por los alumnos. Inhalo, exhalo.

*Algunos ejercicios los hacemos de a dos. Me toca hacerlo con Carlos. No me mira a los ojos. Mientras tanto, otra persona entra en escena con tachos de pintura y retira a dos o tres de los chicos de la clase. Pintan algunas palabras en colores en las paredes del patio exterior del pabellón donde practicamos. Me entrego a la clase. Observo de a ratos lo que sucede sin mucho esfuerzo. Me cuesta creer que estoy acá. Cierro los ojos. Terminamos la práctica con minutos de relajación, todos tirados en el suelo con la cara al cielo. Nos invade el silencio. (Bitácora 3)*

*Hacemos la clase afuera. Los chicos me prestan un mat. Isa comienza la clase saltando, desperezándolos. Caminamos en círculos. Hacemos una serie de posturas movidas con música alta. Luego comenzamos a trabajar posturas de a dos. Comienzo a hacerlas con el chico que tengo a mi lado izquierdo. No sé cómo se llama. Es tímido. Me trata de usted. Los chicos están particularmente alegres. El día está más cálido a medida que el sol alcanza altura. Hoy es el día del amigo. Están cariñosos, habladores. Pienso que no todo pareciera estar tan mal después de todo. Cuando nos vayamos, nos dirán feliz día del amigo a nosotras, agradeciendo que hayamos venido. Al rato, me toca hacer posturas con otro muchacho, a mi lado derecho. Es alto, corpulento. Me hace reír. Es extrovertido y gracioso. Es también muy respetuoso. En determinado momento me pregunta ¿sabés que quiero hacer cuando salga de acá? bailar salsa. Se sonríe. Me río. Pienso que tiene todo el perfil. (Bitácora 10)*

*Es la primera vez que presencio la clase de Justi. Es precisa y constante. Los ejercicios se encadenan unos con otros sin lugar para pausas, quejas o distensión. Los chicos realizaron todos los ejercicios de principio a fin. (Bitácora 15)*

*Respiramos unos minutos todos juntos. Luego, comenzamos a hacer ejercicios como si fuéramos un solo organismo. Nos agarramos del hombro del compañero y nos dejamos caer para el otro lado. Hacemos otro ejercicio de concentración, todos dando vueltas por el patio, cambiando de dirección cuando se nos indica. Hacemos grupitos de a dos o tres. En general, observo al grupo muy motivado por la propuesta de práctica compartida. (Bitácora 23)*



Fernando Massobrio para nota de La Nación  
4 de Diciembre de 2017

En general, en el pabellón 7, el pabellón “de los yoguis”, comenzamos con ejercicios de respiración. Cada pabellón construye una personalidad propia en relación a las clases. La música que Milagros o Justina usan suele ser relajante. Es, de alguna manera, una práctica más meditativa, la cual apela mucho a la respiración, al equilibrio y a la fortaleza de las posturas. Aquí los internos se enorgullecen, de algún modo, de este espacio “de paz y tranquilidad” en el que dicen habitar. Enarbolan ser los herederos del Arte de vivir, aunque tengan, en la práctica, el mismo nivel que los otros pabellones. En el pabellón 8, el de “los rugbiers”, solemos correr, saltar o realizar juegos grupales para que los chicos puedan *entrar en ritmo*. Los internos de este pabellón desafían a las profesoras *fanfarroneando* con que están acostumbrados al entrenamiento, por consiguiente no se *achican* con una clase de yoga. Isabel y Vicky proponen una práctica de mucho movimiento. Podemos decir que son más *extrovertidas*. Por momentos esto se vuelve contraproducente. Los chicos se envalentonan charlando y luego cuesta que vuelvan a hacer silencio. Las profesoras deben pedirlo varias veces. Los *rugbiers* vitorean en clase, se festejan y desafían a los gritos, se abrazan, se quejan, como si estuvieran en un partido. Según ellos, utilizan los ejercicios a fin de fortalecer músculos o resistencia para rendir más en los encuentros venideros. Al entrenar muy seguido padecen dolores varios. No son los únicos. Todos los practicantes se quejan del dolor durante las clases. Sus *cuerpos* están rígidos.

*Nacho se me hace el lindo. No me había sucedido hasta el momento. Me mira, me habla, me pregunta. Me da pereza la situación. Mili propone una postura compartida y él me invita a unirle a su grupo de tres. Debo meter mi cabeza entre sus piernas, agarrarme de sus tobillos y subir en vertical, mientras él yace en el piso con las rodillas levantadas y los pies suela al piso. Subo. Los otros dos controlan el movimiento. Nos dan seguridad, parados a ambos costados, listos por si caigo. Mili me agarra. Muy bien, bajá despacito- me dice. Volvemos a nuestros lugares. (Bitácora 4)*

*Me prestan un mat. Gabriel, el capitán del equipo de Rugby Los Espartanos, apura a Vicky: Dale Vicky que tenemos una sola hora. Después tenemos que ir a entrenar- dice riendo, como si las clases de yoga fueran livianas, fáciles, una papa. ¿Después? - pregunta ella. ¡Vas a ver cómo vas a entrenar ahora! (Bitácora 6)*

*Los chicos se acomodan, perpendiculares al pasillo. Isabel prepara la clase en base al espacio con el que contamos. Somos una hilera del largo del pasillo entre celdas. La profe pone música y comenzamos. El*

*comportamiento de los chicos en la clase de hoy es bastante revoltoso. Todos están hablando con alguien. Expresan en voz alta cualquier opinión sobre cualquier postura, y ríen o descansan cuando están doloridos o cuando no tienen ganas de hacerlas. Por momentos es molesto, burlón. Isa los calla de vez en cuando. También se encuentran muy doloridos por los entrenamientos. (bitácora 8)*

Toni, por su parte, realiza en el pabellón 11 una clase más monótona y repetitiva, proponiéndole a los internos mejorar sus posturas a fuerza de observación y repeticiones. Son muchos en aquel pabellón. Este último comenzó a recibir clases tiempo después que el 7 y el 8. Muchas veces Toni entra solo. Muchas otras lo acompañan Vicky, Rodri o incluso Pigna. Yo no imaginé de primera que atravesaría todo el proceso de clase con ellos pero una vez dentro no hubo duda. Siempre había alguien ofreciéndome un mat. Las profesoras me daban uno de ellas porque decían que los de los chicos “olían mucho a pata”.<sup>34</sup> Mirar desde afuera simplemente no hubiese tenido sentido. Al momento de la práctica, éramos todos practicantes. Acomodaba mi mat dentro del círculo e intentaba llevar a cabo dicha clase, igual que el resto. Allí todos éramos lo mismo y aún así diferentes. Muchos hombres, algunas pocas mujeres. En lo personal sentía mayor seguridad vistiendo ropa larga y suelta. No quería llamar *todavía más* la atención. Eran allí muchos hombres, encerrados hace mucho tiempo. Nuestra presencia llamaba la atención pues disrumpía el espacio con una aparición frecuente pero inusual. En esta unidad, la división de género es tajante. Los internos sólo se encuentran con mujeres a la hora de alguna visita. Nuestra visita siempre era un acontecimiento. La cárcel es un espacio organizado por la mirada. Los cuerpos son una forma de habitar el mundo, son quienes nos presentan. Yo mujer *de la calle* entro en un encierro de hombres. La mirada atenta nunca cesa. Siempre hay alguien mirándome fijo. Distintos registros ilustran dicha situación.

---

<sup>34</sup> Los mats a veces no son suficientes, por lo que los chicos estiran en el suelo sus frazadas. Esto no sólo no resulta del todo funcional, ya que las frazadas son resbaladizas, sino que a veces el suelo está frío, incluso mojado, estropeando su ropa de cama. Todos los mats que tienen los chicos llegan de donaciones a Moksha.



Francisco “Pigna” Pignataro, 2017

*Yo tengo puesto un jogging que me queda grande y un buzo de polar aún más. Empiezo a transpirar pero elijo no sacarme el abrigo. Hacerlo sería quedarme en remera de manga larga, un poco de piel a la vista y un poco más de miradas. Prefiero evitarlo. Somos pocas en un espacio de muchos. Me adentro en la clase. Este trabajo todavía no tiene un norte y para mí ir mezclándome con ellos hará la diferencia. (Bitácora 4)*

*Saludo a algunos de los chicos del 8. Uno me abraza y apoya su mano muy cerca de mi teta izquierda. Es un contacto sutil, casi como quien no quiere la cosa. ¿Fue un saludo atropellado? ¿Un roce intencionado? ¿un gesto torpe? No lo sé. Tomo conciencia de nuestros cuerpos en un espacio compartido. El límite es una línea ilusoria, movable, difícil de ubicar. Entiendo que si alguno quisiera zarpase, el gesto no sería muy distinto a éste. Ahora lo sé. (Bitácora 6)*

*La naturalidad con la que me encuentro caminando por el penal es asombrosa. Debido al evento que estaba teniendo lugar, nos solicitaron entrar por la puerta trasera, donde se encuentra el CUSAM y la cancha de rugby. En el medio, atravesamos una sala de control o vigilancia. Unos ojos miraban a través de las rejas. (Bitácora 15)*

*Yo sigo moviéndome, intentando pasar inadvertida. Quiero observar. Ya van cinco horas aquí dentro. Siento una mezcla de asombro, alegría y claustrofobia. Son muchos hombres. De algún modo siempre siento la atención. En determinado momento se resuelve el almuerzo. (Bitácora 19).*

Como puede leerse en varias de las crónicas, las clases de yoga varían constantemente. Un nuevo día, una nueva clase, un nuevo humor colectivo apenas pisamos el pabellón. Hay días mejores que otros en relación a la convocatoria, a la posibilidad de compartir entre todos una hora y más de práctica simultánea, y hacerlo de modo medianamente prolijo. La atención que prestan los alumnos difiere constantemente. A veces sobrevuela una concentración suprema. Casi una hipnosis. Todos los internos con los ojos cerrados en silencio, respirando. Miro alrededor y no lo puedo creer. A veces es una especie de desconcierto incómodo. Los chicos miran para todos lados, charlan con el de al lado, interrumpen la clase haciendo chistes. A veces es imposible lograr que se reúnan en silencio para escuchar las instrucciones. Incluso, algunos se acercan al patio con sus celulares y los utilizan a lo largo de la clase. Ingenua yo que creía que dentro del penal ninguno poseía móvil. Como Núñez Vega (2007), asumía que, siendo una *institución total* (2001), cada etapa de la actividad diaria estaba estrictamente programada. Dentro del penal se suceden muchas otras cosas.

*Hay muchos chicos con poco estado físico. Las clases los sorprenden. Los cansan. Muchos han esgrimido que no creían que las clases de yoga fueran tan desafiantes. Imaginaban que las posturas eran tranquilas. En general, lo mencionan los nuevos. (Bitácora 6)*

*Mientras Toni da la clase, Vicky se dedica a pasear por el patio chequeando las posturas y corrigiéndolas. A algunos les propone ejercicios diferentes, alternativos, en caso de que les cueste mucho el original. Estirar menos la pierna, doblar menos el brazo. La clase parece gustarles. (Bitácora 11)*

*Comenzamos. A los tres minutos, Feli agarra el mat y se acomoda en la otra punta, al lado de un chico. Luego nos contará que se dió cuenta que él estaba muy dolorido y que no iba a poder realizar la clase de Toni, por lo que le propuso unas posturas alternativas. (Bitácora 12)*

Los *cuerpos* de los internos son cuerpos rígidos, dañados en general por la trayectoria particular y el trato recibido en tiempo de prisión. Como hemos visto con Foucault (2008) y Goffman (2001), dichos cuerpos son castigados mediante una rutina diaria que conduce a la pérdida de identidad e individualidad. Durante la clase de yoga, los internos reciben la

propuesta de probar algo nuevo con el cuerpo. Iyengar (1971) enseña que el yoga se propone cultivar un cuerpo sano que posibilite algún tipo de conexión entre este, la mente, y algo así como el alma. Aquí, la idea de los profesores no es que pasen un mal momento sino más bien que puedan explorar y relajar el *cuerpo*, quitar dolores y disfrutar de un rato con los compañeros en un espacio en donde la integridad física no suele estar garantizada (Goffman, 2001). Si ese día imparte la práctica más de un profesor, uno suele dedicarse a guiar los ejercicios, mientras el otro va corrigiendo a los alumnos, proponiéndole posturas alternativas a los que no pueden llevar adelante las primeras pues les resultan exigentes o dolorosas. Van descubriendo cuáles son sus límites físicos. Dichas posturas resultan, de vez en vez, en mucha exposición. Muchos se ríen o se burlan y se avergüenzan del intento. Algunos de los ejercicios de yoga requieren de colaboraciones entre dos o más internos. Esto también viene a poner en juego ciertas conductas que en general no tienen lugar entre ellos. En prisión, todos juegan a ser el más fuerte, el más poderoso, el más varonil. Como dice Oleastro (2018), en la cárcel abundan las disputas entre internos, condicionadas por necesidades básicas de supervivencia como por conflictos sociales en sus jerarquías. El respeto, el poder, la violencia y otros mecanismos se despliegan para vivir en la cárcel, a través de códigos conocidos y respetados. Esto es naturalizado por los detenidos desde la socialización en la cárcel como mecanismo que regula los vínculos entre dichas personas (2018: 66). Las masculinidades en la cárcel tienen un papel central pues les permiten a los internos afirmar atributos y prácticas que aquí funcionan como herramientas de poder y “desenvolvimiento cotidiano” (2018: 74). Por contraparte, compartir posturas desde tan cerca, teniendo que sostener a un compañero, apoyarse en él, o incluso, realizarle un masaje, rompe con toda esta serie de comportamientos ya instalados. El contacto entre dos hombres rompe un esquema y, en su lugar, instala prácticas cooperativistas a través del *cuerpo*.

*Le pregunto a los chicos si para ellos, como grupo, la práctica significa o modifica algo. Martín, uno de los más charlatanes, me dice que “aunque no lo creamos los de afuera”, “los de la calle”, ellos dejan de hacer algunas actividades particulares, como estudio o trabajo dentro del penal, para estar todos juntos y practicar a la mañana junto a Moksha. Afirma que se llevan muy bien en el pabellón y que les gusta hacer juntos la clase. (Bitácora 5)*

Pienso que son infrecuentes estas demostraciones de camaradería en un espacio demarcado por la confrontación. En la práctica de yoga no es a la defensiva sino en conjunto que deben relacionarse para lograr llevar adelante lo que se les propone. Parecen construir mediante la práctica con el cuerpo otra forma de habitar el espacio. Por otro lado, vemos que discursivamente se reproduce todo el tiempo esta escisión entre *los de afuera* y *los de adentro*. Esbozan que podemos no creerles debido al pacto social que han quebrantado, a este *algo habrán hechos*, ignorando las estructuras sociales que los han ubicado exactamente en este lugar.



Francisco, “Pigna” Pignataro, 2017

*Veo que les divierte el acroyoga. Las posturas los hacen trabajar con compañeros. Se agarran entre ellos, frotan, levantan, sostienen. Reciben con jolgorio el ejercicio que sigue. (Bitácora 20)*

*Para terminar, Nicolás propone una especie de masaje. Para eso, separa al total de los chicos en dos grupos. Algunos harán masaje, otros los recibirán. Los chicos, a mi entender, reciben sorpresivamente bien la propuesta. Podría uno pensar que entre ellos, todos hombres, el contacto no es bien visto, o no es apetecible, o no es atractivo. Me toca recibir. El chico que me hace masajes le pone mucho empeño. Los disfruto. (Bitácora 23)*

“Además de hacerlo por lo físico, lo hago también como por una desconexión de lo que es esto del contexto de encierro. Viste, esta horita y cuarto, horita y media que hago yoga, es como que desconecto de donde estoy, y estoy nada más que en la clase de yoga, y en cómo llegar más a una postura, y de canalizar todo el dolor que tenemos por ahí en tu corazón o así que tenes ganas de expresarlo, lo canalizás con el yoga”, dice Javier, interno del pabellón n°8<sup>35</sup>.

¿Qué diría Goffman, para quien el interno no es capaz de olvidar, ni por un minuto, su estadía entre barrotes? No hay forma de escapar de prisión, ¿o sí? El autor se refiere a las actividades contempladas en las instituciones totales estableciendo que:

el agobio de arrastrar interminablemente un tiempo muerto explica, tal vez, el alto valor concedido a las llamadas actividades de distracción, deliberadamente desprovistas de carácter serio, pero capaces de inspirar un interés y un entusiasmo que sacan al paciente (recluso) de su ensimismamiento y le hacen olvidar momentáneamente la realidad de su situación. Si las actividades ordinarias torturan el tiempo, éstas lo matan misericordiosamente (Goffman, 2001: 77).

---

<sup>35</sup> Video de consulta: “Yoga que libera” emitido en El noticiero de la gente, recuperado el 25 de marzo del 2019, sobre Unidad. <https://www.youtube.com/watch?v=Z-pjqIzZcGE>



Francisco “Pigna” Pignataro, 2017

Algunos internos dicen llevar adelante la práctica para *quemar* el tiempo allí dentro, mantener la mente ocupada. “Y nos dicen, bueno, vamos a hacer yoga y te concentrás ahí en ese tiempo, en esas dos horas de la clase y los problemas se te olvidaron de una, así”, dice Lucas Roldán, interno del pabellón 8.<sup>36</sup> Varios expresan que resulta en un tiempo de distracción en donde encuentran un “espacio de paz”, diferente a la rutina que llevan adelante todos los días.

*Mariano registró que habíamos llegado y le pidió permiso a Vicky dos veces para extender un poco más la reunión. -¿Nos das un poco más de tiempo?- dijo. El tiempo no es mío, pedíselo a ellos- respondió ella, señalando a los chicos. (Bitácora 13)*

Afirman que por un rato se olvidan, si es eso posible, que están encerrados, o lejos de sus seres queridos, o minimizan la ansiedad que genera el tiempo restante que deben cumplir de condena. “Poder sentirse libre, aún estando preso”, dice Luis Alberto. ¿Está esta actividad “desprovistas

<sup>36</sup> “Yoga en la cárcel: una receta para reducir el estrés y sumar armonía”, La Nación digital, <https://www.lanacion.com.ar/comunidad/yoga-en-la-carcel-una-receta-para-reducir-el-estres-y-sumar-armonia-nid2088168>, 4 de diciembre del 2017.

de carácter serio”? La clase de yoga se presenta como un paréntesis de la programación totalitaria que dicta lo que se debe y lo que no, que impone la institución. Podemos pensar en una ruptura con el *tiempo muerto* de prisión, expresado en los pabellones, dentro de sus celdas y en la vida monótona que solo vive el día a día. Como establecen Grier, Clot y Puig (2015), el aburrimiento puede convertirse en el peor de los castigos para los internos y gran foco de conflicto para la convivencia intramuros. Los encuentros que se realizan con los profesores de yoga contemplan la posibilidad para los internos de expresarse. Como menciona Goffman, una vez que el interno ingresa, se produce una “desculturación” (2001: 26), que lo incapacita para encarar, temporariamente, ciertos aspectos de la vida diaria que dominaba perfectamente en el exterior. Todas aquellas decisiones a las que cualquier persona del exterior se enfrenta en un día cualquiera, dentro del penal se encuentran directamente coartadas. El interno no se encuentra habilitado a decidir sobre nada, ni siquiera sobre sus necesidades básicas. Esto genera un enorme sentimiento de frustración, acrecentado por la violencia y el desprecio con el cual lo someten. Todas sus actividades cotidianas están estrictamente programadas, de modo que la actividad que se realiza en un momento determinado conduce a la siguiente, ordenadas jerárquicamente, mediante un sistema de normas formales explícitas y un cuerpo administrativo (2001).

Las instituciones totales violan precisamente aquellos actos que, en la sociedad civil cumplen la función de demostrar al actor, en presencia de los testigos ocasionales, que tiene cierto dominio sobre su mundo, que es una persona dotada de la autodeterminación, la autonomía, y la libertad de acción propias de un adulto (Goffman, 2001:53).

Pareciera suceder de modo opuesto con las clases de yoga. Como hemos visto, cada quien decide si participa o no y de qué modo. El equipo de Moksha, por su parte, incita a los internos a comprometerse con las distintas aristas que componen al proyecto dentro del penal.

*Mili les propone ir pensando, para la semana que viene, qué significan para ellos las clases de yoga. Moksha quiere hacer un logo para el proyecto y que el mismo provenga de ellos, de su experiencia (Bitácora 3).*

*La actividad consiste en compartir entre todos qué significan las clases de yoga, qué conceptos se les vienen a la cabeza y cómo puede expresarse eso en forma o imagen. Algunas de las palabras que aparecen son: paz, tranquilidad, relajación, bienestar, actividad física, concentración. (Bitácora 5).*

*Toni rechaza el mate diciéndole que sólo queremos presenciar el final de clase con Feli porque es nueva y quiere ver cómo son. Bueno, responde Martín, “yo también daré clases en algún momento”. (Bitácora 12)*

*El cierre se sintió muy armonioso. Al abrir los ojos, podía verse a la mayoría sonriendo. Muchos expresaron su gratitud. Nos enteramos también que había muchos chicos nuevos en el pabellón. Uno de ellos le dijo a Vicky, ya por irnos, que “gracias por la clase, que ha estado muy linda, que cada vez son más los que se suman, que quiere que ella y Moksha lo sepan”. (Bitácora 13)*

*Además del festejo, el día de hoy Moksha pactó una entrevista filmada con el programa de televisión ESPN Yoga y con el diario La Nación, en formato gráfico y audiovisual. Mili ya les ha compartido el acontecimiento a los internos, promoviendo su participación. Dice que esto podría ser un buen empujón para el proyecto. Decido ir al pabellón 7 con Justina y Mili. No quiero perderme la novedad. Mientras practicamos, un hombre se pasea alrededor del círculo con una cámara en el hombro. Mili les dice a los chicos que no le presten atención, que hagan como si no estuviese allí. El hombre se detiene de vez en cuando para filmar la postura de algún interno. (Bitácora 19)*

Para cerrar la clase, se realiza una relajación. Los practicantes quedan tendidos en el suelo boca arriba por varios minutos, a fin de descansar el *cuerpo*. Terminan generalmente exhaustos. Esto dura varios minutos. En general, resulta un momento de mucha gratificación. El descanso al sol y en silencio fomenta enormemente esta experiencia de distanciamiento de la realidad de la vida cotidiana. Luego, todos vuelven a sentarse para compartir una oración de despedida. Al final, todos aplaudimos y agradecemos mientras los profesores toman lista de presencia.

*Me entrego a la clase. Observo de a ratos lo que sucede sin mucho esfuerzo. Me cuesta creer que estoy acá. Cierro los ojos. Terminamos la práctica con minutos de relajación, todos tirados en el suelo con la cara al cielo. Nos invade el silencio. (Bitácora 3)*

Esta lista comenzó a tomarse en los últimos meses de mi asistencia. Al comienzo de mi proyecto, Damián me mencionó que la mayoría de los hombres practicaban porque la asistencia les retribuía buena conducta, posible de ser presentada frente al juez de turno para obtener distintos beneficios.

*Cuando imaginé una potencial tesina sobre la experiencia de Moksha en la Unidad 48, o un ensayo loco sobre cuerpo y encierro, imaginé al yoga inserto de un modo bastante ¿idílico? ¿místico? Algo así como los internos haciendo su práctica, convencidos de que así amortizan la condena, la suavizan, se conectan, se elevan. No, me dice Damián, la mayoría toma estas clases porque les convienen. Ojo dice, esto no quiere decir que no les gusten o que a la larga no terminen enganchándose. (Bitácora I)*

Luego, por Milagros me entero que no, que los profesores de Moksha no tomaban presencia hasta la fecha de mi ingreso por lo cual no había posible comprobante que presentar ni beneficio que obtener. Es decir, al comienzo los chicos asistían a las clases pero no obtenían nada a cambio. Nada por fuera de la clase. Iban porque sí. Con el transcurso de las clases adoptaron dicha modalidad para poder brindarles un diploma a fin de año. Los practicantes/internos son muy agradecidos con las personas que deciden ir a brindarles algo, *los de la calle* como nos llaman. La cárcel establece una diferenciación clara entre el adentro y el afuera. Esto condiciona fuertemente la relación entre profesores y alumnos. Siempre *el de afuera* pareciera empezar bajo sospecha. Los internos no regalan, devuelven, en caso de recibir algo genuino. Se acercan con sigilo. Al principio, desconfían de los motivos que traen a las personas a ingresar a la cárcel a brindar algún conocimiento a personas “que se mandaron una cagada”. Con el tiempo, y al ganar confianza, perciben este hecho altruista con mucho agradecimiento. Vincularse con personas por fuera de los roles institucionales les brinda un espacio de pares. El *clima* siempre es de alegría o al menos curiosidad. *Van aflojando*. Se acostumbran a la presencia de Moksha cada semana. Los jueves sucede algo diferente. Va Moksha al pabellón y algo del paisaje se transforma.

*Le preguntan a Mili sobre su viaje. Acaba de volver de la India. Es la primera vez que la ven desde que volvió. Nos convidan con sándwiches de milanesa y embutidos. Agradezco y paso la bandeja. (Bitácora 3)*

*Entramos al 8. Vicky saluda. A ella también la estiman mucho. Apenas entramos se siente la buena onda, la alegría de que vengamos. Algunos comienzan a preguntar alguna cosa, otros cuentan otras, los del fondo preparan el patio para la práctica. Percibo que abrazan el proyecto de modo generalizado. A todos los profesores los reciben con efusividad. Siempre hay reacción positiva al vernos entrar, al pasar por las puertas, al cruzarnos en alguno de los pasillos. Saludo a todos. (Bitácora 6)*

*En el camino de salida del penal llama mi atención un interno. Camina con un mat de yoga cruzado en la espalda y un libro, también sobre Yoga. Nos habla en el pasillo. Su nombre es Luis. Él pertenece a algún otro pabellón pero tiene permitido dar vueltas por el penal. Ya le queda poco tiempo dentro. Dice que su objetivo es ser profesor de Yoga. Isa le cuenta que tiene como meta empezar a dar clases en el otro ala de la Unidad, los otros pabellones del 1 al 6. Le dice que quiere que un interno de los pabellones que actualmente toman clases la acompañe. Luisito, como le dicen a este chico, se entusiasma. Dice que eso lo va a ayudar a cumplir su objetivo, que con gusto lo hará. (Bitácora 10)*

*Uno de ellos le dice a Vicky, ya por irnos, que gracias por la clase, que ha estado muy linda, que cada vez son más los que se suman, que quiere que ella y Moksha lo sepan. (Bitácora 13).*

Por último los mates religiosos, ese momento después de la práctica y antes de la despedida. El momento del mate puede pensarse también como una instancia interesante para vislumbrar lógicas alternativas a la institucional. “La cultura de la mateada. La pava y el mate son los objetos queridos del encierro. Se cumple un ritual para tomarlo en grupo” dice Alfredo Moffat, vinculado a los manicomios, otra institución total.<sup>37</sup> “Los grupos estables de mateadas arman un inesperado espacio sin vigilancias. Hablan entre ellos fuera de la mirada de una autoridad. Modos callados de decir: alguien reclama que lo saltaron, otro toma despacio, algunos hacen sonar la bombilla... de pronto, comentan sus vidas. Hacen bromas, juegan con el humor, los cuerpos tienen otra expresión”.<sup>38</sup> Es el momento que tenemos para charlar y conocernos. Durante la clase, en general se potencia el silencio, algo prácticamente imposible de conseguir dentro de los muros de la prisión. La falta de intimidad y los espacios de expresión personal no abundan en dicha institución. El espacio de clase y los mates posteriores representan, de cierta manera, una trasgresión con orden simbólico cotidiano. Durante los

---

<sup>37</sup> Artículo en la web: <https://www.elsigma.com/historia-viva/moffat-la-experiencia-renegada-orillas-de-los-manicomios/3977>

<sup>38</sup> Idem

mates, los alumnos expresan cómo se sienten. Como veremos en los extractos a continuación, todo intercambio se construye siempre en la confrontación, tanteando cuáles son los límites, cuáles los posibles intercambios.

*Otro chico me pide mi nombre para buscar mi perfil de facebook. No había previsto esta situación. Nadie se había animado, todavía. Me pregunta si me molesta. Le digo que no, pero que probablemente no me encuentre. Me busca incansablemente. No me encuentra. Repito: no había previsto esto. No se lo quiero pasar ni ayudarlo a encontrarme. Mili me cuenta luego que el proyecto Moksha no permite el pase de esta información. Es un modo de ellos de resguardarse un poco. Me amparo en esto. Él me dice que seguro me hago la boluda, que no quiero pasárselo. La situación se pone un poco tensa. Tengo ganas de irme. A los dos minutos Isa me dice que es hora de partir. Me quedo callada hasta que esto suceda. Salimos. (Bitácora 8)*

*Los chicos se acercan a preguntar ¿vos también sos profe de yoga?, ¿trabajás con Mili? ¿Cómo te llamás?-. No soy profe, no. Tampoco trabajo con Mili, nos conocemos, me invitó a presenciar las clases. Me gustaría hacer un trabajo- respondo, a cuenta gotas. Algún día, más adelante, les contaré, pienso. La información en este espacio es un bien preciado, estratégico. La fusión entre mi rol como investigadora y como compañera de yoga no está del todo delimitado. Todavía no sé hacerlo y por el momento considero que ahí habita la magia. Chau hermosa- me dice Nacho cuando nos despedimos. Espero verte de nuevo. La experiencia comienza a complejizarse. Comienzo a entrever los desafíos de esta tesina. (Bitácora 4)*

*Accedemos a tomar unos mates adentro, en la sala. Pipi, el limpieza del pabellón, nos cuenta que están trabajando, junto a asistentes sociales, en un proyecto para hacer juguetes para “niños carenciados”. Otro proyecto que él tiene, y que no entiendo cómo lleva adelante, es uno en el que consigue apoyo de ciertas empresas para garantizar trabajo a los internos que terminan su condena. Pipi dice que “cuando uno sale, es tan fuerte la desesperación por conseguir dinero para subsistir, que, de no encontrar trabajo, no queda otra que agarrar el caño”. (Bitácora 12)*

### ***Cuerpo de la resocialización***

Entendemos que el objetivo resocializante del sistema carcelario no se lleva adelante. Es decir, de las dos misiones que promulga la prisión a nivel conceptual, la punitiva y la resocializante, sólo prevalece la primera. Los internos son constantemente castigados por su condición. En relación a la segunda, no sólo no se visibilizan políticas públicas de resocialización y seguimiento de dichas personas, sino siquiera se subsanan las necesidades básicas para pensar esta segunda instancia como algo posible. ¿Cuáles son las formas de

respuesta de estos individuos/internos al encierro y al aislamiento? ¿Qué herramientas tienen para crear espacios de socialización dentro de una institución total? ¿Qué podemos elaborar a partir de esta experiencia en la 48? Muchas son las veces que nos hemos quedado hablando con los internos, una vez finalizada la clase, sobre sus recorridos en contexto de encierro. Muchos de ellos han ido cambiando de penal a lo largo de su condena, ya sea como forma de castigo por parte de la institución o por un pedido de su parte. Algunos llaman a la Unidad n°48 la “disneylandia” de los penales. Esto debido a las condiciones en las que se encuentra, nada que luzca muy confortable, claro, pero, aparentemente, bastante mejor que algunas otras. Gabriel, capitán de Los Espartanos, me dice que la cárcel de Olmos era de terror “¿Viste *El Marginal*, la serie de televisión? Bueno, así”. “De terror, gente amontonada, la comida un asco, no sabías si estabas comiendo perro o que, cero atención médica, el personal del penal era muy violento”. En esta unidad, los internos reciben un plato de comida todos los mediodías. El mismo es provisto por un servicio externo al penal, y arriba a sus manos en forma de envase descartable. Lo que ellos hacen es mezclar todos los paquetes individuales nuevamente en una olla y agregarle carne o verduras provistas por sus familiares a fin de *hacerlos durar*. Cuentan con duchas calientes, abrigo, heladeras, etc. Que se entienda: el penal no escapa a la sobrepoblación generalizada en las prisiones, nacionales y latinoamericanas, ni a los graves problemas sanitarios, sociales, educacionales y de violencia que todas ellas conllevan. Así y todo, podría decirse que en esta unidad, por lo visto en mi tiempo de asistencia, dichas necesidades se encuentran precariamente cubiertas. Lo suficiente, por lo menos, para que puedan recibir un grupo de voluntarios y realizar una clase, compartir un mate y bizcochos posteriores.

*La profesora se pone la remera de Los Espartanos. Anoche, en un espacio para eventos dentro del hipódromo de San Isidro se organizó una cena benéfica a cargo de la Fundación Los Espartanos. Fue con el fin de juntar fondos para expandir el proyecto de rugby a otros penales del país. Por lo que cuenta, Vicky fue voluntaria. (Bitácora 6)*

En cuanto a las actividades resocializadoras, vemos que en ningún caso es la misma prisión la que las promueve en su génesis. En nuestro contexto, el Estado, a través del Sistema Penitenciario, delega, conceptual y prácticamente, parte de sus obligaciones positivas, no represivas y punitivas, en manos de organizaciones no gubernamentales y de la sociedad civil, limitando su función al control del mantenimiento, la administración y el encierro propiamente dicho. Podemos, a través de los autores elegidos, pensar el sistema penitenciario como un edificio gris, grande y viejo, rígido en estructura e implacable con el comportamiento allí dentro. Tanto para Goffman (2001) como para Foucault (2008) la cárcel es una institución total con el control absoluto del interno. El tiempo de encierro mortifica al interno antes que resocializarlo. Globalmente, y más en latinoamérica, el proyecto penitenciario y su gestión positiva del interno dejan mucho que desear. Si nos acercamos lo suficiente a las paredes que sostienen este edificio gris, habrá grietas por doquier. Por ellas se escabulle este tercer sector, deseante de tomar/cubrir vacíos olvidados o nunca vistos de resocialización. Como vemos en nuestra Unidad, dicho sector busca configurarse como agente activo en las relaciones intercarcelarias. Es un ejercicio constante de luchas simbólicas de poder para intervenir y transformar, mediante lógicas distintas a las carcelarias, la realidad de dichos internos. Establecemos entonces que algunos de los procesos de resocialización se encuentran *tercerizados*. Al respecto, el Estado se nos aparece como *incompleto*. El mismo se vale de organizaciones del tercer sector para llevar adelante dichas funciones. En este caso, el SPB cede cierto control sobre la gestión de dicha misión a cambio de no responsabilizarse por dicho objetivo o siquiera contemplarlo como propio. El yoga actúa aquí como una actividad institucional, facilitadora incluso del control de los internos, al mantenerlos por un rato ocupados y tranquilos. Actúa como buen *guardián de la cárcel*, como elemento pacificador en

el marco carcelario a pesar de que no sea éste el propósito inicial de los voluntarios que lo ofrecen. Me detengo en esta tesina en el CUSAM porque, aunque dicha institución académica no tenga relación formal o informal con el proyecto de yoga de Moksha, también brinda prácticas novedosas en la Unidad n°48. Moksha y el CUSAM trabajan en la misma unidad alterando de alguna manera su acontecer. Tanto el CUSAM y Moksha, como la Fundación Espartanos, son externos al SPB. No pertenecen a dicha estructura estatal ni programa punitivo. Las diferentes actividades que los internos de la Unidad n°48 atienden (rugby, yoga, la universidad) son impartidas por distintos agentes, como Moksha, quienes crean, proponen y llevan adelante de principio a fin la actividad, avalados, en última instancia, por la institución penitenciaria quien brinda los permisos pertinentes. De hecho, fueron ellos quienes facilitaron mi entrada al campo. En el tiempo que duraron mis visitas nunca me vinculé con personal penitenciario. Como se dijo, fue a través del vínculo entablado con estos proyectos que pude gestionar mi entrada y permanencia. Este acercamiento fue de carácter informal. Compartí el proyecto y me invitaron a sumarme, tanto al centro de estudios como con Moksha cada jueves. También fue este modo que Moksha gestionó su entrada, a través de la Fundación de rugby. Nada más que el DNI en la puerta de entrada alcanzaba para que pudiésemos ingresar por varios meses a dicho penal. Ésto no está exento de conflicto. Nuestras visitas no estuvieron exentas de obstáculos: desentendidos entre los agentes penitenciarios y el grupo asistente o dificultades para adquirir permisos para realizar distintas actividades (o nuestra entrada no estaba registrada en una lista dudosa, o el guardia cárcel era nuevo y se oponía a nuestro ingreso aduciendo razones administrativas y morales o Moksha encontraba dificultades a la hora de requerir usar la cancha de rugby).

*Cuando llegamos a la entrada de la Unidad 48, nos enteramos que hay un nuevo guardia cárcel. Él dice que no puede dejarnos entrar “así nomás”, que es nuevo y que es su responsabilidad, que es “un desastre cómo se maneja la unidad”, que él viene de la 39 en donde “para todo se necesita un permiso anticipado”, “que cómo*

*puede ser que ingrese y egrese cualquiera, así como así”, “que cómo puede ser que para entrar a un barrio privado te pidan huella digital y aquí, en el penal, anoten tu nombre con lapiz negro en la parte de atrás de una pizarra”. El hombre comienza a alterarse. Le pregunta a Vicky si los internos disfrutan de las clases de yoga. Puedo encontrar un tono de sorna en su comentario. No la deja comenzar a responder que, desinteresado, empieza: “que acá en la cárcel son todos chorros”, “que la pasan mejor que nosotros”, “que somos nosotros (guardiacárceles) los que estamos 24h despiertos y luego nos vamos y tenemos una familia”, “que el sistema penitenciario es una joda”. Nos quedamos cuarenta minutos en la entrada esperando que nos dejen ingresar. (Bitácora 17)*

*Cuando salimos de la Unidad, Mili, Isa y Rodri se van a entrevistar con Benitez, director del Penal. Quieren pedirle algunos permisos como por ejemplo la posibilidad de realizar las clases de yoga en la cancha de rugby. Yo me quedo con Justina esperando cerca de la casilla de control. Me pregunta quién soy y qué vengo a hacer acá. (Bitácora 10)*

Por otro lado, proponemos pensar a las prácticas de yoga como “de resistencia u opuestas al sistema carcelario, aún siendo la misma institución la que habilita su inserció. De Certeau (1990) establece que el consumidor también es productor de aquello que le es dado y que, sin embargo, no se distingue casi nada por productos propios, sino más bien, por el arte de utilizar los que le son impuestos. Esta forma de reapropiación es de carácter táctico, se utilizan formas sutiles e invisibles para el poder dominante, se trata de conseguir beneficios propios dentro del marco institucional pero ajenos a los objetivos de éste. Dado que estas prácticas no cuentan con un lugar propio para actuar, se valen de las oportunidades que surgen y dependen más bien del tiempo, azaroso y circunstancial, del cual se aprovechan. Es mediante tácticas que los sujetos consumidores pueden volverse a las vez productores y fabricar, desde las prácticas cotidianas, ahora sí, una cultura propia (Leal Zurita, González Gil y Quirarte Martínez, 2015). Si las dinámicas y existencias dentro de una cárcel tienen una configuración social (intercambios, diálogos, narrativas, memorias, identidades), el desarrollo de una “vida” en dicha “nueva sociedad” también comprenderá la emergencia de actores, formas de relacionarse que no están “del todo” reglamentadas por la institución y configuran, a veces sin querer, nuevos espacios de sociabilización cuyas consecuencias no fueron necesariamente previstas por la política carcelaria. Entonces, si el cuerpo funciona como soporte de toda una institución total,

que lo vigila, lo obliga a producir, lo encierra, lo alimenta, etc, también funciona como soporte de ciertas prácticas resistentes, contestatarias, “un devenir de lo distinto y lo oscuro en lo que todo, cuerpos, gestos, ideas, marcas, cicatrices, tatuajes, afirman su voluntad de ser signos” (Garreaud, 2014: 139). De algún modo, estas propuestas académicas o físico-espirituales contrarrestan las lógicas carcelarias, transformando las relaciones entre los internos, y entre ellos y el personal del SPB. Imparten recursos que colaboran con el bienestar físico y emocional y el proceso de resocialización que la prisión enarbola como objetivo propio. Este proceso de resocialización se nos presenta como opuesto a la mortificación generada aquí dentro. Como establecen Zurita, González Gil y Quirarte Martínez (2015) comprender la cotidianeidad penal es fundamental para vislumbrar resistencias que las personas privadas de libertad realizan ante las condiciones impuestas institucionalmente: mortificación, exclusión y desculturación, específicamente. Lo paradójico es que:

mientras las estrategias de la institución (exclusión, control de los cuerpos y sujeción de individualidades) no favorecen al discurso de reinserción por su carácter mortificante, irónicamente es mediante las resistencias donde (los internos) producen un espacio momentáneo de resignificación que termina apegándose más al discurso que pretende la futura inserción de la persona en la sociedad, debido a que dichas prácticas de resistencia se alejan de aquellos elementos desocializantes institucionales, y al hacerlo, encuentran más consonancia con las dinámicas de la vida social del exterior (2015:111).

“Pensar la prisión es *medirse* con el dolor, sentir las heridas, mutilaciones y marcas corporales en las que es posible discernir los gestos de las resistencias, de las luchas, de las victorias y derrotas cotidianas, de la guerra que atraviesa lo que conocemos como institución carcelaria”, señala Garreaud (2014:138). Pensamos que el yoga como disciplina escapa a la

lógica carcelaria de amedrentamiento físico y psíquico, siendo que, paradójicamente, implica todo lo opuesto. Este autor se pregunta de qué es capaz un cuerpo, qué se puede esperar de un cuerpo y, finalmente, si se puede hacer una historia de la prisión a través de los cuerpos de los presos. Aquí, y mediante la actividad resocializante pensamos que los internos recuperan algo de la soberanía sobre su cuerpo en encierro, descartando a la vigilancia como única lógica relacional posible. Se produce una *adaptación corporal* que usualmente funciona como garante de sociabilidad en esta población. En nuestro caso, pareciera ser que los internos/practicantes se apoderan por un rato de las decisiones que toman sobre su cuerpo. La práctica individual de yoga se presenta como un quiebre al esgrimir la posibilidad de un control sobre los cuerpos, más allá de las razones que los internos esgrimen para atender las clases. Algunos alumnos practican hace tiempo y demuestran interés por la disciplina. Otros se contentan con pasar un rato compartido y tirarse al suelo cuando la actividad cansa. Algunos responden con desinterés, *haciéndose los cancheros*, usando el celular en clase, rechazando el intento. Estas actitudes varían pero se repiten en los diferentes pabellones. Esta libertad de movimiento se propone como un desvío de dicho control incluso para los que se desentienden de la clase. El cuerpo se propone como un signo en disputa entre los vínculos que lo instituyen. El *cuerpo* se convierte en un instrumento de *resistencia*. Una rebelión, al nivel de los cuerpos, contra el cuerpo mismo de la prisión. “El acto de golpearse (o quererse) a sí mismo evidencia el hecho de que el amo es superfluo”, dice Zizek (2002).

Este escenario muestra una coexistencia entre dos lógicas diferentes: la del sistema penitenciario y las propias de la práctica de yoga en relación al cuerpo. ¿En dónde se asientan las afirmaciones que establecen que las lógicas carcelarias se ven distorsionadas por las prácticas? Posiblemente, en las diferencias entre lo que los autores establecen de las prisiones, su funcionamiento y lo que efectivamente sucede en la Unidad n°48 en la hora y media que

practican yoga con Moksha. Entramos entonces en una zona gris en donde la práctica es a la vez resistencia, liberación del penal, y resocialización dentro de éste, y también una dimensión más de una forma de dominación y control por parte de la institución. El yoga constituye una forma de resocialización a la cárcel, a la vez que una grieta por la cual desentenderse por un periodo de tiempo de ella. Goffman (2001) refiere al trabajo en penales, como a islas de vida en un océano muerto, la institución total. ¿Es el yoga una isla de reposo momentánea?

*Nos invitan unos mates. Dario, uno de los chicos, me pregunta dónde da clases Mili en la calle. Me cuenta que termina con su condena en Agosto y quiere continuarlas afuera. Mili promete traerle los horarios de las clases que brinda cada profesor particular el jueves que viene. Todos son muy habladores. (Bitácora 3)*

La sociedad moderna, en donde nace este modelo de prisión, se sustenta en una forma de gobernabilidad sobre los cuerpos y sus actitudes, sobre el tiempo, el espacio y el trabajo. Se define como una sociedad disciplinaria pues la disciplina no se identifica con una institución sino que corre transversalmente a instituciones y aparatos: familia, escuela, fábrica, etc. En este contexto, el castigo afecta al cuerpo de manera radical. Sin embargo, son esas mismas disposiciones o afecciones corporales las que nos abren la posibilidad de “conocer” la subjetividad en el espacio carcelario, es decir, a las formas en que los sujetos se des-identifican, se doblan y se pliega, como sujetos producidos por el poder carcelario. “Así, los mecanismos, reglas y contenidos institucionales adquieren las singularidades de aquellos por los que son interiorizadas, de manera que permanentemente se están produciendo nuevos lugares como espacios ocupados, incorporados y simbolizados”, señala Garreaud (2014: 158). En este sentido, las clases de yoga se disponen a proveer a los internos de un acercamiento radical y novedoso en relación a su propio cuerpo. Son dueños de su cuerpo. No ya desde el cúmulo de hábitos penitenciarios, sino más bien con la oferta de nuevos hábitos disruptivos. No prestar

atención a estas cotidianidades conlleva a crear las unidades penitenciarias como espacios cerrados, completos, sin grietas, en dónde discurso y prácticas se ejecutan sin fisuras, sin interrupciones, aboliendo cualquiera capacidad de acción de las personas allí inmersas, asumiendo formas unidireccionales de poder, en donde no hay lugar para estas resistencias, paradójicamente favorables para algún tipo de acercamiento a la reinserción. Como diría Michel De Certeau (1990), pensar las unidades penitenciarias de este modo, sería como ignorar las tácticas re-apropiativas que los consumidores elaboran frente a determinado producto. Estas tácticas se suceden de maneras muy sutiles, casi invisibles para el poder dominante. Se trata de conseguir beneficios propios dentro del marco institucional, pero ajenos al objetivo de éste (Zurita, González Gil y Quirarte Martínez, 2015). Llevar adelante una práctica individual corporal en el encierro es ir a contracorriente de toda aquella estructura que rige el sistema moderno de privación de la libertad de los *cuerpos*. Si, por un lado, sabemos sobre tecnología de prisiones y panópticos, emergidos para controlar nuestro tiempo, las posibilidades y la privacidad, nuestras más profundas voluntades, *nuestro alma*, debilitados incansablemente por la repetición, el yoga habilita un espacio, invisible para aquel que encierra, pero sumamente revolucionario para el que se sumerge. ¿Qué forma de resistencia es esta? ¿Cuáles son las lógicas invisibles que se juegan? Resistir es encontrar una herramienta genuina de resocialización dentro del entorno carcelario. El yoga se convierte acá en una herramienta de resistencia pues, frente a la alienación, mortificación, humillación y descuido de la institución penitenciaria, provee al interno una posibilidad genuina de re-pensarse, de reconstruir su identidad por fuera de la que lo construye como *interno*.

## 6. CONCLUSIÓN/ apuntes de cierre

Llegado este punto, podemos reconstruir resumidamente algunas cuestiones. El fenómeno de yoga en la cárcel es reciente. Existen algunas experiencias en distintos países y trabajos que las sistematizan. Entre ellos se inserta éste, una propuesta de aproximación a dicho fenómeno desde una experiencia en la Unidad n°48. Para ello, hemos hecho interactuar los registros de dichas visitas con un marco teórico que nos permita bosquejar algunas líneas de interpretación. Autores como Foucault o Goffman nos han servido para caracterizar la prisión como espacio de encierro del cuerpo, y en base a dicha descripción, evaluar si existe, y en qué grado, alguna correspondencia con una unidad penitenciaria concreta en la provincia de Buenos Aires. Por lo expuesto en las crónicas, podemos observar que, por un lado, la cárcel cuenta con todos los dispositivos de control enumerados en la teoría. La Unidad n°48 cuenta con varias instancias de control antes del ingreso, los candados correspondientes, así como también espacios y horarios limitados de circulación y contacto, incontables privaciones y castigos, tanto psíquicos como físicos. Los internos padecen dolores varios de su paso por este espacio. Sus cuerpos están *golpeados*. Además, las celdas son precarias y están superpobladas, hay insuficiencia de recursos básicos así como también nula provisión de elementos necesarios para las distintas actividades, tanto mats para la práctica como cuadernos para estudio. Por otro lado, sabemos que la trama de lógicas que conviven en un espacio de encierro no se corresponden con una linealidad de poder carcelario sobre el cuerpo de los detenidos. En estas experiencias confluyen elementos de la vida *en la calle* con cuestiones específicas de la cárcel. Los internos, en su mayoría de sectores populares, son atravesados por múltiples violencias pero, a la par, la privación de la libertad pone a esos cuerpos en un lugar incesante de encuentros y resistencias para, en última instancia, sobrevivir a dicho espacio. Observamos que los internos *se las*

*arreglan* para estar comunicados, escuchar música, mirar televisión o comer algo que no sea la comida penitenciaria. Además, muchos de ellos acuden a la universidad, practican yoga o rugby, cortando por momentos con este *tiempo muerto* en su tiempo de reclusión. En este sentido, el encierro de los internos de la 48 no se agota en los mecanismos punitivos sino que encuentra dispositivos alternativos para atravesar su tiempo de prisión. Como vimos, dichos elementos son provistos por agentes externos que construyen relaciones de otra índole con las personas privadas de su libertad a fin de potenciar su resocialización. En el caso del yoga, podemos pensar en un corrimiento de dichas lógicas carcelarias puesto que los internos/practicantes afirman olvidarse por un rato de dónde se encuentran, hallar un espacio de paz, llevarse mejor con los compañeros, disfrutar de la interacción con la gente que acude de visita, sentirse mejor físicamente e incluso querer dedicarse a ello una vez *fuera*. En este sentido, resocializar pareciera tener que ver con contrarrestar las secuelas impresas en el tiempo en prisión. Si la prisión ataca el cuerpo, pareciera ser aquel al que hay que resocializar. La privación de la libertad no tiene sentido si el Estado, a la vez que castigar, no aprovecha el tiempo del sujeto en prisión para potenciar su transformación (Latorre Pérez, 2015). ¿Cómo es posible resocializar este cuerpo *foucaultiano*? ¿Qué herramientas existen hoy en día para afrontar el tiempo de encierro y la salida *a la calle*? Mejor aún, ¿cuáles son los objetivos que subyacen en el modo de castigar moderno? ¿Nos importa realmente lograr dicha resocialización? Este trabajo se presenta como una pequeña propuesta para seguir pensando qué herramientas resultan más eficaces para ello.

## 7. BIBLIOGRAFÍA

Ángel, Luis Alberto (2015). *La política acá la hacemos nosotros*. Relaciones de gobernabilidad y jerarquización en una cárcel Bonaerense, CUSAM.

Álvarez Uriá, F (1979). *De la policía de la pobreza a las cárceles del alma*. Revista El Basilisco. Madrid.

Artiles A.M, de Alós Moner, R, Miguélez Lobo, F y Badia F, G (2009). *¿Sirve el trabajo penitenciario para la reinserción? Un estudio a partir de las opiniones de los presos de las cárceles de Cataluña*. Revista Española de Investigaciones Sociológicas, número 127.

Bacci, M. C (2012). *Cárceles, un mundo adentro: La representación de la vida carcelaria y sus contradicciones*, UBA.

Baratta, A. (1990). *Resocialización o control social. Por un concepto crítico de "reintegración social" del condenado*. \*Ponencia presentada en el seminario "Criminología crítica y sistema penal", organizado por Comisión Andina Juristas y la Comisión Episcopal de Acción Social, en Lima, del 17 al 21 de Septiembre de 1990.

Bilderbeck, A., Farías, M., Brazil, I., et al (2013). *Participation in a 10-week course of yoga improves behavioural control and decreases psychological distress in a prison population* en: Journal of Psychiatric Research, Vol. 47, N°10, Octubre del 2013 pp 1438-1445.

Boullant, Francois (2004). *Michae Foucault y las prisiones*, Nueva Visión, COLECC. Claves, Buenos Aires, pp 111.

Bourdieu, P. (2010). *El sentido práctico*. Siglo XXI editores: Buenos Aires.

Bravo, O.A. (2017). *La cárcel como institución social límite*, Colombia.

Brubaker, R. y Cooper, F. (2001). *Más allá de "identidad"*, en: Apuntes de Investigación N° 7, CECYP: Buenos Aires.

Calveiro, P (2010) *El tratamiento penitenciario de los cuerpos*. Cuadernos de antropología social, núm 32, pp.57-74, UBA, Buenos Aires.

Campo Aguzzi, S, Cobbe Peregrín, J. M, Cuadra, G, Fanton, M, Ollinger, I. P, Zicarelli, J.P (2019). *Reinserción laboral de ex-reclusos: Caso "Espartanos". Deporte, espiritualidad y educación entre las claves del éxito para la reinserción laboral de ex reclusos en Provincia de buenos aires*. UADE.

Castillo Algaras, J (2010). *Deporte y reeducación de conductas antisociales en prisión: principales experiencias*.

Castoriadis, C. (1997). *Un mundo fragmentado*, Buenos Aires, Altamira 1 Poder, política, autonomía.

Córdova Sánchez, C.A (2016). *Política de reinserción social en México: La cárcel y su potencial para la reincorporación de los delincuentes en la sociedad*. Revista Legislativa de Estudios Sociales y de Opinión Pública, volumen 9, número 18.

Crewe, Ben (2006). *Power, adaptation and resistance in a late-modern men's prison*, Oxford University.

Deleuze, G (2006). *Post-scriptum sobre las sociedades de control*. POLIS Revista Académica de la Universidad Bolivariana de Chile. Volumen 5, número 13.

Delfabro, M. (2011). *El yoga como elemento de identidad y recurso adaptativo en la cárcel de Atlacholoaya, estado de Morelos*, Tesis para optar por el título de licenciada en etnología. DF, México.

De Certeau, M. (1990). *L'invention du quotidien*. Gallimard, París.

De la Garza, Enrique (2001). *Subjetividad, cultura y estructura*. En: Iztapalapa N°50. México.

Dragonetti C. y Tola F. (2014) *Dhammapada, la esencia de la sabiduría budista*, Argentina.

Dumas Candia, Teresita, *Cuerpo encerrado en tensión con un cuerpo expresivo en taller de teatro en cárcel de Colina I*.

Elias, N y Scotson, J. L. (2016). *Establecidos y marginados. Una investigación sociológica sobre problemas comunitarios*. FCE, México.

Escobar Á.C (2011). *Rutas de exilio en el Archipiélago Gulag*. Revista de Filología Románica. Universidad complutense de Madrid.

Fernández Ortiz, J.A. (2008). *Nada tan corporal como el ejercicio del poder*. Colombia

Foucault, M. (1993). *Microfísica del poder*, Ediciones La Piqueta, Madrid

(2003). *Hay que Defender la sociedad: Curso en el Collège de France (1975-1976)*, Fondo de Cultura Económica: Buenos Aires

(2005). *Historia de la sexualidad*. Vol. I. La voluntad de saber, Madrid: Siglo XXI

(2008). *Vigilar y Castigar*. Siglo XXI Editores: Buenos Aires

(2008). *Nacimiento de la biopolítica: Curso del Collège de France (1978-1979)*, Fondo de Cultura Económica: Buenos Aires

Franz Kafka (1919). *La Colonia Penitenciaria*.

Fraser T (2002). *Yoga, ejercicios e inspiraciones para tu bienestar*, Viena.

Garreaud Á (2014). “...Era la sangre de la prisión...” *Biopolítica, cuerpos y anarquía tras las rejas*.

Griera, M. (2016). *Yoga entre rejas: una aproximación etnográfica a las prácticas holísticas en los centros penitenciarios* en: XII Congreso Español de Sociología, 30 de junio del 2016

Griera, M., Clot, A., & Puig, M. (2015). *Las prácticas del yoga en centros penitenciarios de Cataluña*. Estudio de caso en el CP de Hombres de Barcelona. Centro de estudios jurídicos y de formación especializada. Universidad Autónoma de Barcelona.

Goffman, E. (2001). *Internados. Ensayos sobre la situación social de los enfermos mentales*. Amorrortu Editores: Buenos Aires.

González Carman, A. (2013). *Desde adentro: Una experiencia comunicacional para analizar el entramado de poder en el Servicio Penitenciario Bonaerense*. Tesina de grado en Ciencias de la Comunicación, UBA

- Hincapié-García, A., y Escobar-García, B. (2017). *El encierro del cuerpo. Lecturas en torno a la maternidad en la prisión*, Rev, CES Psico, 11 (1), pp.26-38.
- Iyengar, B.K.S (1971). *El árbol del yoga*, Editorial Kairós.
- Jesús Rosas, D (2015 ). *El mundo evangélico en la cárcel. Un estudio etnográfico sobre un pabellón evangélico de la Unidad Penitenciaria N°48 de San Martín*, CUSAM.
- Kerekes, N., Fielding, C., & Apelqvist, S. (2017). *Yoga in Correctional Settings: A Randomized Controlled Study*.
- Laqueur, Thomas (1994). *La construcción del sexo. Cuerpo y género desde los griegos hasta Freud*. Ediciones Cátedra, Madrid, España.
- Latorre Pérez (2015). *La reinserción y reeducación en centros penitenciarios ¿es posible?*, Universitat Jaume-I, España.
- Leal Zurita, S, González Gil, L.J y Quirarte Martínez, R (2015). *El devenir penal: Formas de resistir en un centro femenino mexicano*, Athenea Digital, Revista de pensamiento e Investigación Social, vol. 15, núm. 1, Marzo, pp.111-138. Universitat Autònoma de Barcelona, Bellaterra, España.
- Liebling, A. (2011). *Moral performance, inhuman and degrading treatment and prison pain*”, *Punishment and Society*.
- Lloyd W. McCorkle y Korn. R (1954). *Resocialization within Walls*. The Annals of the American Academy of Political And Social Science, Vol. 293. Prisons in transformation, pp 88-98. Estados Unidos.
- López, M.D (2008). *La educación en las cárceles de la provincia de Buenos Aires: Entre una legislación incluyente y su violación permanente. ¿Ejercicio de un derecho?* Universidad Nacional de La Plata.
- López Medrano, D.D (2012). *Discurso y espacio carcelario*. Multidisciplina, número 13.
- Maduri, M.A. (2015). *Sin berretines: Sociabilidad y movilidad intramuros. Una mirada etnográfica al interior de la prisión*, UNSAM.
- Makowski Muchnik, S (1996). *Identidad y subjetividad en cárceles de mujeres*. El colegio de México.
- Martinez Blanch, Patricia (2013/2014). *La resocialización del delincuente*. Trabajo final de grado: Grado en Criminología y Seguridad. Universitat Jaume-I, Facultad de Ciencias Jurídicas y Económicas.
- Martinson, Robert (2001). *What works? Questions and answers about prison reform*.
- Merleau-Ponty, M (1993). *Fenomenología de la percepción*. Editorial Planeta, Buenos Aires, Argentina.
- Montesinos, J. (2015) *Yoga en prisión: una herramienta restaurativa* en: Criminología y Sociedad Vol. 4 N°5, Año 2015-2016, pp.193-209.
- Mouzo, Karina (2014). *Actualidad del discurso resocializador en Argentina*. Revista Crítica Penal y Poder, N°6, Marzo, pp. 178-193. Observatorio del Sistema Penal y los Derechos Humanos Universidad de Barcelona.
- Murillo J. y Martínez C. (2010). *Investigación etnográfica*, Métodos de investigación educativa en Ed. Especial.

Nieto Castillo, H.M (2014). “*No bastan muros de piedra para hacer una prisión*”. *La vida cotidiana de los internos de la cárcel Villahermosa*. Artículo de Investigación. Cali, Colombia.

Núñez Vega, J (2007). *Las cárceles en la época del narcotráfico: una mirada etnográfica*. Tema central Nueva sociedad N° 208 / Marzo- Abril, Ecuador.

Ojeda Velásquez, J (2012). *Reinserción social y función de la pena*. Instituto de Investigaciones jurídicas de la UNAM.

Oleastro, I (2018). *¿Qué nos dice un cuerpo? Cuerpo y sexualidades en la cárcel de varones*. Universidad Nacional de La Plata

Oliveira Silva C.L y Silva Saraiva L.A (2016). *Alienación, segregación y resocialización: significados del trabajo penitenciario*. Brasil.

Patanjali, Y (1992). *Los yogas sutras de Patanjali*. Editorial Humanitas S.L.

Pincheira Torres, I (2006). *Cuerpo, poder y resistencia*. Tesis para optar al grado de Magíster en Estudios Latinoamericanos. Universidad de Chile

Pickett, Brent. L (1996). *Foucault and the Politics of Resistance*, University of Colorado.

Racca, I (2014). *La resocialización como fin de la pena privativa de la libertad: análisis del último legado del positivismo criminológico*. Versión escrita de la ponencia presentada en el Congreso de Derecho de Ejecución Penal, que tuvo lugar los días 9 y 10 del mes de junio de 2014 en la Facultad de Derecho de la Universidad de Buenos Aires; dentro del marco del concurso abierto de ponencias de la referida materia.

Rangel, H (2013). *Educación contra Corriente en las Cárceles Latinoamericanas: la enseñanza vs el castigo*. *Educación y Realidad*, Porto Alegre.

Rizo García, M. (2015). *Comunicación, cuerpo y subjetividad en Merleau-Ponty*. Universidad Autónoma de la Ciudad de México. Historias y aportes sociales de la investigación de la Comunicación en México. Encuentro Nacional Querétaro.

Rodríguez, G (2009). *Las marcas de la ley en el cuerpo*. I Congreso Internacional de Investigación y Práctica profesionales en Psicología XVI Jornadas de Investigación Quinto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología. Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

Rodríguez, M.G (2009). *Sociedad, Cultura y poder: la versión de Michel de Certeau*. Papeles de trabajo. Revista electrónica del Instituto de Altos Estudios Sociales de la Universidad Nacional de General San Martín, año 2, número 5.

Rosas, D (2015). *El mundo evangélico en la cárcel*. Un estudio etnográfico sobre un pabellón evangélico de la Unidad Penitenciaria N° 48 de San Martín. Tesina para obtener el título de Licenciado en Sociología. Carrera de Sociología. Instituto de Altos Estudios Sociales, CUSAM.

Sat Bir Singh Khalsa PhD y Jodie Gould (2012). *Your Brain on Yoga (Harvard Medical School Guide)*, RosettaBooks.

Saizar, M. M; Sarudiansky, M (2008.) *El Yoga como terapia complementaria en pacientes con estrés en Buenos Aires* (Argentina) Mitológicas; Lugar: Buenos Aires; vol. 22 pp. 69-83.

Sanguino Cuéllar, K.D y Baene Angarita, E.M (2015). *La resocialización del individuo como función de la pena*. Artículo de investigación e innovación. Artículo de reflexión. Producto resultado investigación independiente del autor.

Schlosser, Jennifer. A (2013). *Bourdieu and Foucault: A conceptual Integration Toward an Empirical Sociology of Prisons*, Department of Sociology and Political Science, Tennessee Technological University, Matthews.Daniel Hall, Cookeville, USA.

Shammas, Victor, L (2015). *Habitus, capital, and conflict: Bringing Bourdieusian field theory to criminology*, Department of Sociology and Human Geography, University of Oslo, Norway.

Tejerina, Diego (2016). *Estudiar en la cárcel. Lógicas y sentidos de la vida universitaria en el CUSAM*. Tesina de grado de la carrera de Sociología. Instituto de Altos Estudios Sociales, CUSAM.

Turón, D (2012). *Vivir y convivir en paz: aprender a vivir con uno mismo y con el entorno*, Barcelona.

Viegas Barriga, F. (2011). *Sigo siendo un preso. Análisis del estudio casos sobre jóvenes liberados de cárceles bonaerenses*. Congreso: XXVIII Congreso Alas, Recife.

(2012). “Desorientados. Modos de circulación y apropiación espacial de liberados de cárceles bonaerenses (2009-2012)”, en: Revista Question (Dossier), Vol 1, N° 36, La Plata.

Vila Merino E.S y Martín Solbes V.M (2013). *Presentación. Reflexiones en torno a los procesos educativos en centros penitenciarios*. Revista de Educación, número 360.

Wacquant, L. (2011). *Forjando el Estado Neoliberal. Workfare, Prisonfare e Inseguridad Social*. París

Zizek, S (2002). *El club de la lucha: ¿verdadera o falsa transgresión?* Archipiélago, 53 (1), pp, 47-51.

Zurita, S, González Gil, L.J y Quirarte Martínez. R (2015). *El devenir penal: formas de resistir en un centro femenino mexicano*. Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente. Athenea Digital - 15(1): pp. 111-138.

## Links de consulta

Uruguay

<http://www.elobservador.com.uy/el-yoga-alimenta-la-isla-la-utopia-la-carcel-n984221>

Valencia

<http://www.institutodeindologia.com/index.php/articulos/sociologia/53-el-yoga-en-la-prision>

México

<http://www.animalpolitico.com/2012/08/yoga-para-rehabilitarse-en-la-carcel/>

Kenia

<http://www.emol.com/noticias/Tendencias/2016/11/02/829249/Reclusos-de-carceles-kenianas-aprenden-yoga-para-facilitar-su-reinsercion-en-la-sociedad.html>

Prison Yoga Project

<https://prisonyoga.org/>

Vice Prison Yoga

[https://www.vice.com/en\\_us/article/shavasana-behind-bars-962](https://www.vice.com/en_us/article/shavasana-behind-bars-962)

Liberation Prison Yoga

<http://www.liberationprisonyoga.com/>

Parinaama - Yoga en penales

<http://annmoxey.blogs.com/>

Servicio Penitenciario Federal

<https://www.spf.gob.ar/www/mision-y-objetivos>

Universidad Nacional de San Martín

<http://www.unsam.edu.ar/cusam/historia.asp>

## Moksha en la Unidad 48

Respirar y dar de nuevo, yoga en cárceles y villas

Revista Brando

<http://www.conexionbrando.com/2023175-respirar-y-dar-de-nuevo-yoga-en-carceles-y-villas>

Yoga en la cárcel: una receta para reducir el estrés y sumar armonía

La Nación digital

<https://www.lanacion.com.ar/2088168-yoga-en-la-carcel-una-receta-para-reducir-el-estres-y-sumar-armonia>

La cárcel en la que los presos no pelean sino que practican yoga

El tiempo digital (Colombia)

<https://www.eltiempo.com/colombia/otras-ciudades/el-yoga-logro-acabar-con-los-niveles-de-violencia-en-las-carceles-argentinas-231120>

Yoga en la cárcel: "Cuando estás encerrado tu corazón es un quilombo y acá nos sentimos libres"

Infobae digital

<https://www.infobae.com/sociedad/2019/06/30/yoga-en-la-carcel-cuando-estas-encerrado-tu-corazon-es-un-quilombo-y-aca-nos-sentimos-libres/>

Yoga que libera: la práctica de los presos del penal de San Martín

Telefe noticias digital

<https://telefenoticias.telefe.com/actualidad/yoga-que-libera-la-practica-de-los-presos-del-penal-de-san-martin/>

## 8. CRÓNICAS o *yoga en la 48*/bitácora carcelera

La habilidad de los antropólogos (o los etnógrafos) para que creamos que realmente han estado en el lugar de los hechos, no son tanto la enumeración de estos últimos, sino, más bien, su capacidad para convencernos de que han estado allí, y han sido *penetrados* por otra forma de vida. Esta capacidad, se encuentra anclada en la escritura (Geertz, 1989).

### 1

18 de Mayo

Luego del trabajo, me tomo el tren Mitre ramal José León Suárez hasta la estación Migueletes, lindante con el campus de la Universidad de San Martín (UNSAM). Allí me encuentro con Damián, uno de los primeros sociólogos recibidos en el CUSAM, Centro de estudios de la Universidad de San Martín en el penal. Él me espera para introducirme un poco en el mundo carcelario. Damián termina su condena definitivamente en tres meses. Es decir, *sale a la calle*. Por ahora, cuenta con salidas laborales. Trabaja en el área de Criminología de la Universidad. De noche, vuelve a dormir al pabellón. Ha obtenido dicho trabajo una vez recibido. Damián me espera con una credencial en la mano. Es mi pase de entrada al Penal 48, unidad de alta seguridad del Partido de San Martín. El cartón dice “docente”. Así te van a hacer menos preguntas, me dice. Me invita a charlar. Ninguno de los dos tiene apuro.

Charlamos dos horas. Me cuenta que el penal está dividido en 12 pabellones. Por una decisión federal, me dice, se han comenzado a aglutinar en esta unidad todos aquellos procesados o condenados por abuso sexual. Pienso en las clases de yoga, en hacer yoga con ellos, en compartir posturas, miradas. Casi el setenta por ciento de los habitantes del penal han abusado, o están procesados por ello, me dice Damián. Habitan los pabellones del 1 al 6. Los seis restantes se dividen generalmente por las prácticas que realizan no por el delito cometido. Se reparten entre “los yoguis” en el pabellón 7, los Espartanos, equipo de rugby perteneciente a la unidad, en el pabellón 8, los del 9 prontos a irse, los trabajadores en el 10, los del 11 ahora también jugadores de rugby, universitarios en el 12. Todos están procesados o condenados por homicidio, droga o robo.

En cuanto al yoga, él me cuenta cómo es ahora y cómo era cuando se encontraba “El arte de vivir”, otro proyecto de yoga. En ese momento, los internos que practicaban habitaban el pabellón 7. Eran muy pocos quienes elegían el pabellón porque les entusiasmara la práctica, sino más bien, porque ésta les brindaba buena conducta, beneficiándose a la hora de presentar el informe ante los jueces. Cuando imaginé una potencial tesina sobre la experiencia de Moksha en la Unidad 48, sobre cuerpo y encierro, imaginé al yoga inserto de un modo bastante idílico? ¿místico? Algo así como los internos haciendo su práctica, convencidos de que así amortizan la condena, la suavizan, se *conectan*, se *elevan*. No, me dice Damián, la mayoría toma estas clases porque les convienen. Ojo dice, esto no quiere decir que no les gusten o que a la larga no terminen enganchándose. Dentro del pabellón están los que no practican yoga (no aparecen en el momento del encuentro, no presencian las clases), los que lo hacen a veces, los que se suman siempre pero no les interesa demasiado (hacen ruidos, se distraen, interrumpen), los que se suman, prestan atención y apuestan regularmente, incluso expresando querer dedicarse a eso una vez *fuera*. Estos últimos, según Damián, se cuentan con una sola mano. También me cuenta de Ismael, antiguo frente de “El Arte de vivir”, y de cómo desde el servicio penitenciario le cedieron de algún modo el control del pabellón 7, logrando, incluso instalarse tres días, con dos de sus colegas, a dormir en una celda y practicar como cualquiera de los internos. Según Damián, dicho proyecto ya no se encuentra ahí debido a problemas de violencia dentro del pabellón. Por lo que entiendo hasta el momento, ahora las prácticas de yoga que brinda Moksha son en pabellones variados. La práctica se expande.

En otro momento de la conversación, y respondiendo algunas de mis preguntas, Damián me cuenta cómo comenzaron las transformaciones en el penal, una vez inserto el CUSAM como espacio. El mismo es autónomo dentro del penal, por lo que no está permitida la presencia de personal del Servicio Penitenciario como tal allí dentro. Asisten como estudiantes, Me dice que es el único centro universitario dentro de un penal en el cual estudian guardiacárceles e internos juntos, no como lógicas opuestas sino homogeneizados como alumnos. Digamos: el tipo que en su turno de guardia cárcel se encarga de aplacar situaciones utilizando la fuerza, es luego el estudiante del pupitre contiguo. Me dice que todo es diferente. Que el trato es otro. Con el tiempo, el vínculo entre guardiacárceles e internos se ha ido transformando. Como me cuenta mi interlocutor, los del servicio penitenciario han comenzado a demostrar respeto por los internos al descubrirse compartiendo una actividad lateral dentro de la Unidad. Puede suceder que unos y otros se encuentren trabajando conjuntamente en cada carrera. El CUSAM se convierte, aparentemente, en un espacio donde pierden poder las lógicas que estructuran las dinámicas el resto del tiempo en el penal, creando nuevas formas que se desarrollan, se incrementan y transforman de, algún modo, las otras. Por último, hablamos de un pedido del penal mixto lindante, la Unidad 46, para sumar mujeres a dicho centro de estudios. Terminada la charla, Damián me acompaña a buscar el colectivo de vuelta a casa. Me subo pensando en todo lo que acaba de pasar.

Me encuentro por primera vez en la Unidad 48 de San Martín. Voy a conocer el centro de estudios junto a Luciana Strauss, coordinadora del IDAES de la Facultad de Ciencias Sociales de la UNSAM. Está soleado. Menos mal. Imagino que el día gris haría la visita más hostil. Vengo albergando un nudo de nervios ante el primer ingreso al penal: es tranquilo. Llegamos a un espacio abierto. Me dicen que estamos “entrando por atrás”. Veo un pequeño alambrado, un sol brillante, un viento tibio. Estacionamos el auto. Algunas personas cortan el pasto. Detrás, una edificación y dos guardiacárceles. Un gran muro gris con alambre de púa arriba y un portón pequeño en el centro con una sola traba. Una entrada donde nada más que la credencial hace falta. Dos barreras ante las cuales “CUSAM” alcanza.

Dentro, de mano izquierda, una cancha de rugby a medio hacer, haciéndose ahora. De mano derecha, una huerta al sol. A lo lejos, hombres caminando en varios sentidos, mirando el celular, sin tiempo. ¿Por qué supuse que aquí dentro no había celulares? En un costado, el espacio del CUSAM. Allí todos tienen entrada. Adentro, una universidad como cualquier otra, más pequeña. Aulas, carteleras, biblioteca, estudiantes, centro de estudiantes. Todo muy prolijo. La sala del Centro de estudios alberga los recursos necesarios y también y al final, los que se pudieron conseguir. El sol se cuele por la ventana. Suena música en la computadora mientras un mate gira. “Alfabetización un despertar de conciencia” reza un cartel en el centro de la biblioteca. Diego es el bibliotecario. Él es uno de los seis sociólogos recibidos del Centro. Todavía cumple condena. Me ofrece un mate tras otro. Me mira. Estoy esperando que me diga lo que creo me va a decir: “que ellos no son animales de zoológico”, que tenga respeto, que “tenga intenciones de sumergirme realmente en el penal”, que observe lo que ahí sucede. Eso me dice. Yo escucho. Juro que lo vi venir. Aquí todos están distendidos. Luciana y la nueva docente, Diego, alguna que otra persona que entra, charlan de algo que desconozco y luego salen. El trato es cordial. Son compañeros de trabajo. Erigen en fuerza conjunta el espacio. Después de un rato abandono la biblioteca. Paseo en los metros cercanos. Me paro en la puerta del centro educativo a ver cómo entrenan Los Espartanos, el equipo de Rugby del penal. Se me acerca un chico. Me cuenta que las chicas que dan clases de yoga comenzaron a darlas también ahí, en el centro de estudiantes de la Universidad. “También” porque se da en algunos de los pabellones.

Me relajo. El tiempo pasa rápido y de pronto se me hace tarde. No sé cómo salir del penal y llegar a horario al trabajo. Hablo con Diego, el bibliotecario. Me dice, ah, asique ya te querés ir. Le digo que no quiero irme pero tengo que hacerlo, que si no no llego a tiempo al trabajo. Me entiende, se preocupa. Me cuenta que funciona una remisería a la salida del penal, que puedo caminar tranquila por ahí, que tengo como ocho cuadras hasta la entrada donde veré la casilla de autos. Justo en ese momento llega Damián, el que me hizo la credencial de acceso, el de la crónica anterior, el que me contó todo lo que hasta ahora sé del penal. Viene con Natalia Ojeda, directora del CUSAM. Traen de vuelta una perra que han llevado a castrar. Me ofrece alcanzarme a algún lado. Me subiré a su auto. Abrazo a Diego. Cuando atravieso el portón, veo que han pinchado una rueda. Llego tarde al trabajo. Tardísimo. Los próximos treinta minutos observo a todos ir y venir en conjunto. Damián, Natalia, Diego y los guardias intentan en conjunto resolver el inconveniente. Eso ya es otra historia.

Sensaciones del penal: creo haber presenciado una habitualidad bastante más conocida de lo que esperaba. La imagen que albergamos sobre una prisión difiere bastante de lo que encontramos cuando ingresamos. Por lo menos acá. Algo muy parecido a lo de afuera, con las lógicas imaginadas, las rejas, el encierro, la soledad, pero también algunas otras más conocidas, como el mate, el uso del celular, las preguntas, las jodas, la argentinidad. Todo lleno de grises en sus formas. Ha resultado de lo más distendido. Otra: la primera carrera propuesta es Sociología. No es arbitrario, pienso. Una herramienta que habilite a los sujetos *sujetados* a desnaturalizar los procesos dentro de los cuáles se encuentran inmersos. Lo observé encarnado en un estudiante. Lo escuché a Diego hablar de la educación como el acto más rebelde. Los conceptos aprehendidos y expresados por los estudiantes me asombraron. El modo que tienen de narrar qué les ha sucedido, cómo llegan hasta acá y cómo han mutado dentro del penal pareciera haberlos movido de lugar. Pareciera imposible volver a estar donde ya lo han hecho. Parecieran ser otros.

Hoy entro a un pabellón por primera vez. Estoy nerviosa. No sé realmente qué esperar. Milagros Colombo, profesora del proyecto Moksha, me espera en su casa para ir juntas. Moksha es un grupo de profesores de yoga que hace dos años ha comenzado a compartir voluntariamente sus prácticas con internos de la Unidad 48 del Sistema Penitenciario de San Martín. Nos busca Francisco “pigna” Pignataro, un amigo de Milagros que realiza un proyecto de fotografía dentro del penal. Hace un año y monedas que asiste al penal y dice estar “conflictuado emocionalmente”. Los límites, según él, se han difuminado demasiado. El vínculo que creó con los internos es complejo y se siente un tanto atosigado. Me cuenta que comenzó yendo al penal sin la cámara a fin de ganarse la confianza de los internos pero que “se fue para el otro lado”. Ahora muchos tienen su número celular, le regalan o piden cosas, comparten *porros*. La situación se le ha ido de las manos, dice. Es por eso que dejó de venir un tiempo. Hoy regresa. Pensó que un poco de distancia le serviría para configurar la dinámica de otra manera.

Llegamos al penal. Distinto al primer día que entré. Entramos por la entrada principal. Primero, una barrera de control donde revisan el auto y preguntan el motivo de la visita. Ya estamos dentro del Complejo Penitenciario de San Martín. Luego un camino de pavimento largo, varias cuerdas. Pasamos por las Unidades 46 y 47. Llegamos a la segunda barrera, ubicada en la entrada de la Unidad 48. Diremos nuevamente que somos de Moksha, “el grupo que viene a dar clases de yoga”. Por fin la puerta central que buscamos. Está nublado. A un costado, una pequeña casilla donde nos piden los documentos. No preguntan demasiado. Nos abren. Caminamos por el pasillo circular que une a los pabellones. Es un gran panóptico: una casilla de control en el centro y pasillos que se disparan hacia los 12 pabellones formando un círculo perfecto. Giramos a la derecha. Allí se encuentran los pabellones del 7 al 12. Se me acercan otros integrantes de Moksha que aún no conozco. Me expresan cuán entusiasmados están con el proyecto que planeo llevar adelante. Vienen dos guardiacárceles y abren la puerta del pabellón 7, al que iremos con Mili el día de hoy. Justo en ese momento, Mili se acerca a la ventana de la puerta del 8 para saludar a los que asoman por una pequeña rendija. El guardiacárcel me dice que entre al 7. Siento nervios. Mili está a tres metros y a mí me dicen que entre sola. Dudo un instante. Justo después Mili se despide, se acerca y entramos. Acto seguido, me encuentro con muchos hombres. Todos nos miran. Saludo con soltura diciendo mi nombre: -hola, María- ¿cómo estás? ¿bien?-. Ya estoy adentro.

Decido hacer la clase con ellos. Es la primera vez que vengo. Con que me vean y me vayan conociendo me alcanza. Mili me presta un mat, colchoneta para hacer yoga. Me dice que los de los chicos “tienen mucho olor a pata”. Empezamos. Armamos una ronda. Los chicos, en general, se ríen frente a las posturas más exigentes. Algunos las evitan. Les parecen raras, graciosas, nuevas. Se burlan amistosamente o con vergüenza si son corregidos. Mili me cuenta que todavía no está formalizado ningún reconocimiento a los chicos por su asistencia a la clase. Es decir, y esto me lo dice charlando sobre mi tema de tesina, todavía a los internos estas clases no les sirven para justificar buena conducta pues todavía no registran su asistencia a las mismas. En otras palabras, vienen porque sí, porque les gusta, porque alguna otra cosa. Pienso que Damián debe haber creído que sucedía lo mismo que con “El arte de vivir” en relación a esto. Algunos ejercicios los hacemos de a dos. Me toca hacerlo con Carlos. No me mira a los ojos. Mientras tanto, otra persona entra en escena con tachos de pintura y retira a dos o tres de los chicos de la clase. Pintan algunas palabras en colores en las paredes del patio exterior del pabellón donde practicamos. Me entrego a la clase. Observo de a ratos lo que sucede sin mucho esfuerzo. Me cuesta creer que estoy acá. Cierro los ojos. Terminamos la práctica con minutos de relajación, todos tirados en el suelo con la cara al cielo. Nos invade el silencio.

Nos invitan unos mates. Dario, uno de los chicos, me pregunta dónde da clases Mili *en la calle*. Me cuenta que termina con su condena en agosto y quiere continuarlas afuera. Mili promete traerle los horarios de las clases que brinda cada profesor particular el jueves que viene. Todos son muy habladores. Le preguntan a Mili sobre su viaje. Acaba de volver de la India. Es la primera vez que la ven desde que volvió. Nos convidan con sándwiches de milanesa y embutidos. Agradezco y paso la bandeja. Mili les propone ir pensando, para la semana que viene, qué significan para ellos las clases de yoga. Moksha quiere hacer un logo para el proyecto y que el mismo diseño provenga de ellos, de su experiencia. Algunos me charlan. Me cuentan que las clases los mantienen despejados, que a algunos se les han apaciguado dolores de espalda. Son muy agradecidos. Les agradezco haberme recibido y les digo que voy a volver.

Hoy acompaño nuevamente a Milagros, esta vez al pabellón 8. Los profesores de Moksha no tienen pabellón fijo para dar clases. Deciden al momento de entrar quién va con quién y a cuál. Esto se comienza a debatir como un inconveniente. Por lo que entiendo, depende de quién pueda ir cada jueves. En base al número se reparten. Me preguntan antes de entrar si me es útil ir alternando los grupos. Digo que sí. Nos dividimos entre el 7, el 8 y el 11.

En el pabellón 8 me encuentro con Los Espartanos, equipo de rugby del penal, reconocido a esta altura fuera de prisión. Por doquier, un stencil repetido con el logo del equipo. ¿Ustedes juegan para Los Espartanos? pregunto. Nosotros somos Los Espartanos, responden. *Evidentemente*. Algunos de los internos del pabellón no se encuentran. Están trabajando en la construcción de una cancha sintética en la parte trasera de la Unidad. El cielo amaga con llover y el patio ya está mojado. Se decide colectivamente hacer la clase en el pasillo. Otra historia diferente a la de la crónica anterior. Todos más cerca, entramos en calor rápidamente. Yo tengo puesto un jogging que me queda grande y un buzo de polar aún más. Empiezo a transpirar pero elijo no sacarme el abrigo. Hacerlo sería quedarme en remera de manga larga, un poco de piel a la vista y un poco más de miradas. Prefiero evitarlo. Somos pocas en un espacio de muchos. Me adentro en la clase. Este trabajo todavía no tiene un norte y para mí ir mezclándome con ellos hará la diferencia. Nacho, el chico que practica al lado mío, me mira. Llama mi atención. En general, muchos internos provienen de los estratos bajos de la sociedad. Éste pareciera que no. Es *blanco*. Pienso qué habrá hecho, de dónde proviene. Los pabellones no están poblados en general por *Nachos*. La víctima siempre es la misma en este mundo desigual. ¿A dónde me llevan estas ideas? Intento identificar estereotipos. Los que practican hace más tiempo parecen más respetuosos. Ya practican hace tiempo con estos profesores. Vienen a trabajar con un objetivo más claro. Los veo esforzarse por lograr las posturas. Los nuevos lucen un poco desencajados con la propuesta. Nacho *se me hace el lindo*. No me había sucedido hasta el momento. Me mira, me habla, me pregunta. Me da pereza la situación. Mili propone una postura compartida y él me invita a unirme a su grupo de tres. Debo meter mi cabeza entre sus piernas, agarrarme de sus tobillos y subir en vertical mientras él yace en el piso con las rodillas levantadas y los pies suela al piso. Subo. Los otros dos controlan el movimiento. Nos dan seguridad, parados a ambos costados, listos por si caigo. Mili me agarra. Muy bien, bajá despacito- me dice. Volvemos a nuestros lugares. La clase avanza camino a su fin. Respiramos, descansamos, agradecemos, nos ponemos las medias y las zapatillas.

Inhalo, exhalo. Abro los ojos. Giro la cabeza hacia la derecha. Un insecto marrón claro, del tamaño de una uña mediana, camina hacia mí. Soplo. Lo alejo. Se escabulle por debajo de la rendija de la puerta a la que me encuentro pegada. Por ahí también se cuela la luz de afuera. Yo estoy tirada en el suelo, con el pecho apuntando al techo. Estoy en un pasillo. En fila, todos los presentes nos encontramos acostados en un momento de relajación. Estamos en el pasillo del pabellón 8 de la Unidad 48 de San Martín. La puerta al lado mío corresponde a una celda. La clase de yoga está llegando a su fin. Los chicos se acercan a preguntar, ¿vos también sos profe de yoga? ¿Trabajás con Mili? ¿Cómo te llamás?- No soy profe, no. Tampoco trabajo con Mili, nos conocemos, me invitó a presenciar las clases. Me gustaría hacer un trabajo- respondo, a cuenta gotas. Algún día, más adelante, les contaré, pienso. La información en este espacio es un bien preciado, estratégico. La fusión entre mi rol como investigadora y como compañera de yoga no está del todo delimitado. Todavía no sé hacerlo y por el momento considero que ahí habita la magia. Chau hermosa- me dice Nacho cuando nos despedimos. Espero verte de nuevo. La experiencia comienza a complejizarse. Comienzo a entrever los desafíos de esta tesina.

Francisco y Milagros me esperan en una esquina de Victoria. Mili está acompañada. Belén, su amiga, es diseñadora gráfica y fue convocada para colaborar con el proyecto Moksha. El grupo quiere diseñar un logo y se les ha ocurrido que se origine en conversación con los internos, parte fundamental de la experiencia. Hoy somos muchos: Isabel, Antonio, Rodrigo y Milagros como Moksha. Pigna y yo como anexos. Fernanda, otra profe, para evaluar qué tanto puede participar, que tanto quiere hacerlo. Charlamos en el muro de entrada mientras esperamos que lleguen los últimos. Entregamos los DNI en la casilla. Belén, Rodri, Mili y yo iremos al pabellón 7. Los demás se reparten: Pigna y Toni al 11, Isa, Vicky y Fer al 8. Estos tres pabellones son los que se cubren los jueves. Los lunes se da yoga en la Unidad 47, de mujeres, y, según entiendo, los miércoles se da en el 9 y el 10. El 12 es el de los universitarios.

Tomamos la clase en el patio aunque esté húmedo, casi mojado. A todos les complace la decisión. Me prestan un mat. Se lo pido a “Pipi”, el *limpieza*<sup>39</sup> de este pabellón. Por lo que entiendo, el *limpieza* es un interno elegido por los demás, encargado de mantener el orden dentro del recinto y de gestionar los permisos, las obligaciones o deberes con los guardiacárceles. Mili y Rodri dan clases juntos. Está bueno que sean dos, dirán ellos después. Están más relajados porque se reparten el dictado de la práctica. Pienso que los alumnos son muchos, muchos hombres. No debe ser fácil convocar tal atención y, de hacerlo, mantenerla sobre uno mismo tanto tiempo. La clase transcurre como las pasadas. Algunos se ríen de sus propias posturas o de las ajenas. Por momentos se concentran todos y reina el silencio. Otros, nuevos, parecen mirar con desconfianza. Los que practican yoga hace más tiempo lo defienden con la acción, con la dedicación a las posturas propuestas. Podríamos pensar que comienzan a encontrarle los beneficios, sea eso estar entretenidos, sentirse mejor, encontrarse con gente.

Luego y por último, los mates en el pabellón, sentados a conversar y proponer algunas ideas para el logo. La actividad consiste en compartir entre todos qué significan las clases de yoga, qué conceptos se les vienen a la cabeza y cómo puede expresarse eso en forma o imagen. Algunas de las palabras que aparecen son: paz, tranquilidad, relajación, bienestar, actividad física, concentración. Mili cuenta una idea. “Podemos utilizar la K de la palabra MoKsha como central y a partir de ahí elaborar un posible logo”. Darío, uno de los chicos, dice que “la parte de arriba de la forma de letra puede ser “lo que se recibe”, en el medio “lo que se transforma” y lo de abajo “lo que se despiden”. Yo me lo imagino así:



Le pregunto a los chicos si para ellos, como grupo, la práctica significa o modifica algo. Martín, uno de los más charlatanes, me dice que “aunque no lo creamos los de afuera”, “los de la calle”, ellos dejan de hacer algunas actividades particulares, como estudio o trabajo dentro del penal, para estar todos juntos y practicar a la mañana junto a Moksha. Afirma que se llevan muy bien en el pabellón y que les gusta hacer juntos la clase. Algunos dicen que podría hacerse un escudo con cuatro recuadros que albergue cuatro imágenes sobre lo que para ellos significa este proyecto: un guerrero, cadenas, un sol, colores de la naturaleza, etc. Belén anota algunas de las ideas y afirma que traerá para la próxima o mandará por alguna vía posibles esbozos para seguir trabajando. Nos despedimos de los chicos. Yo llego tarde al trabajo.

<sup>39</sup> Luis Alberto Ángel analiza la figura del *limpieza* “como regulador en dos sentidos: de la violencia a través de procesos de jerarquización y acceso a los carnet “tumberos” y del sistema de intercambios, es decir, del control de los objetos que circulan” (Ángel, 2015:18).

Rodri, Pigna y Mili quieren hablar con Benitez, el director del penal, para pedirle algunas cosas: mayor flexibilidad para entrada y salida de colaboradores del proyecto; la posibilidad de exponer las fotos de Pigna a fin de año; abrir el penal para que la muestra pueda ser visitada por familiares e interesados. Benitez no se encuentra. Segundo intento fallido. Vuelvo en el auto de Pigna. Estoy justa de tiempo. Salgo algo mareada. Sospecho que algo de toda la experiencia incide en mi fisiología. Por el momento, sin una estructura concreta de proyecto, me dedico a asistir los jueves e incorporar toda la información que pueda por todas las vías, añorando que luego, eso tome un cauce casi sin darme cuenta. Mi asistencia al penal ha modificado sustancialmente mi experiencia personal sensible. La internación en dicho espacio y el vínculo generado con los chicos ha comenzado a incidir en mis sueños. Aprendo a lidiar con el miedo que le genera a mis padres que asista a una cárcel. Miedo que es también de muchos otros, debido al lugar que ocupa en nuestro imaginario dicho espacio de encierro: un lugar peligroso, gente mala que ha hecho cosas malas, cosas peligrosas, personas que han roto esa red que a todos nos une en algún tipo de contrato social. Los jueves es un día especial. Asisto al penal por la mañana con Moksha. Escribo mi experiencia del día una vez fuera. Lo más sensible, certero, no queda del todo plasmado en el papel. No todo puede describirse. Creo que hay partes de la experiencia sensible, concreta, cercana, temporal, atemporal, condicionadas por tantos factores simultáneos, difícilmente traducibles. Son varias prácticas: atender la clase, realizar mi práctica, reaprender, observar los vínculos, sostener la tensión que se produce, entender dónde me ubico en relación a ellos, un otro que descubro ahora para desarmarlo y ver la forma posible de transmitirse. Creo que volcar la experiencia sensible de forma exacta en un papel es en su génesis algo imposible. Siempre será incompleto. Con todo eso, practico elaborar algo que se le parezca. Esto es un intento, en su origen fallido, no por eso menos útil, de retratar mi experiencia. Y es que leo las crónicas y no se parecen, ni de cerca, a la complejidad que me acompaña. ¿Es esa extrañeza inmanente a la experiencia que elijo o es mi propia mente complejizando la experiencia? Por ahí subestime un poco estas palabras. Ojalá resuenen, en el futuro, en algún lado del trabajo.

Son las 8:40 am. Está nublado, como casi todos los jueves, ¿Brinda eso alguna información? ¿Condiciona la mirada? ¿Es todo más nítido cuando el día está gris y opaca la imagen? Me viene a buscar Isabel, una de las fundadoras del proyecto Moksha de yoga en la Unidad. La acompaña Rodrigo, uno de los dos instructores varones del grupo. Milagros no vendrá ni hoy ni el jueves que viene. Mi *mujer escudo* no está. Intuyo que mi entrada al penal está acompañada, protegida, por el cariño que a ella le tienen los internos. Llegamos al penal. El paisaje comienza a ser conocido. El guardia de la primera entrada nos hace un chiste repetido: Somos el grupo de yoga -dice Rodri. ¿El Arte de vivir? - pregunta él, riendo. Dale, abrínos- esgrime el profe de Moksha haciéndose el *mofado*. Esperamos a Victoria y a “la Gorda”, su “amiga artista” (así se presenta). Ella viene a continuar la pintura de un mural que empezó hace un tiempo con algunos de los internos. Atrás de ellas llega Antonio, el otro profesor hombre. Decidimos en el momento a qué pabellón va cada uno: Vicky y yo al 8, *la gorda* e Isa al 7, los dos hombres restantes al 11. A este último pabellón ya *le tengo idea*. Siempre que los escucho hablar del 11, dicha idea se agranda. Aparentemente, *es el más intenso*. Un día de estos seguro entre.

Entramos al 8. Vicky saluda. A ella también la estiman mucho. Apenas entramos se siente la buena onda, la alegría de que vengamos. Algunos comienzan a preguntar alguna cosa, otros cuentan otras, los del fondo preparan el patio para la práctica. Percibo que abrazan el proyecto de modo generalizado. A todos los profesores los reciben con efusividad. Siempre hay reacción positiva al vernos entrar, al pasar por las puertas, al cruzarnos en alguno de los pasillos. Saludo a todos. Decidimos hacer la clase afuera, aunque el piso esté un poco mojado y amague con llover. Me prestan un mat. Gabriel, el capitán del equipo de Rugby Los Espartanos, apura a Vicky: Dale Vicky que tenemos una sola hora. Después tenemos que ir a entrenar- dice riendo, *como si las clases de yoga fueran livianas, fáciles, una papa*. ¿Después? - pregunta ella. ¡Vas a ver cómo vas a entrenar ahora! La profesora se pone la remera de Los Espartanos. Anoche, en un espacio para eventos dentro del hipódromo de San Isidro, se organizó una cena benéfica a cargo de la Fundación Los Espartanos. Fue con el fin de juntar fondos para expandir el proyecto de rugby a otros penales del país. Por lo que cuenta, Vicky fue voluntaria. De ahí la remera. Antes de empezar la clase les cuenta a los chicos de esta cena: “son ustedes el motor de esto, aunque no lo vean. Nosotros ponemos mucho trabajo pero sin ustedes, que estuvieron acá, esto no sería posible”- les dice a los internos, sentados en ronda alrededor suyo.

Comienza la clase. Intensa. Es más movida que la de Mili. Otro ritmo, otra música. Aquí suena música para bailar mientras practicamos. Luego Vicky me dirá que hizo la clase así de movida a propósito para pelear a Gabriel, quien antes la había provocado, dando a entender algo así como que las clases de yoga eran algo fácil. Una vez empezada la clase algunos cansados ruegan: ¡por favor, Vicky, pará! Hay muchos chicos con poco estado físico. Las clases los sorprenden. Los cansan. Muchos han esgrimido que no creían que las clases de yoga fueran tan desafiantes. Imaginaban que las posturas eran tranquilas. En general, lo mencionan los nuevos. Siempre hay nuevos porque dentro del penal los internos están en constante movimiento. Cambio de pabellón, cambio de Unidad. Veo que miran la clase sorprendidos por la presencia de estos profesores y la propuesta que ofrecen. Lucen anonadados. Imagino también la sorpresa ante nosotras, las mujeres. Todas las profesoras tienen mucha presencia. Son mujeres paradas frente a 40, 50, hombres, para enseñarles a mover el cuerpo. Los más antiguos, los que hace tiempo que llevan adelante las clases, parecieran tener más *cancha*. Se encuentran generalmente más concentrados. Esos no me miran tanto, algunos me agradecen. Piensan que yo también soy profesora de yoga. Algunos me hablan, me preguntan qué hago. ¿Sos profe? No. ¿Estás estudiando? mm, no, bueno sí. Ah, ¿Y qué hacés entonces?- Me gustaría hacer un proyecto sobre las clases de yoga en los penales para la facu-. Ah, ¡qué bueno! De a poco voy contándoles por qué es que me aparezco los jueves. Como no voy siempre al mismo pabellón, siempre hay alguno viéndome por primera vez. ¿Hoy es tu primera vez?- me pregunta uno. Percibo un tono canchero en la voz. Le veo la cara de pícaro. No, le digo. ¿No? - pregunta desconcertado. No.

Cuando termina la clase viene a hablarnos Ismael. Estamos en una esquina del patio del pabellón. La mayoría de los internos se han ido para adentro. Ismael es un interno que hoy termina su condena. Diecisiete años preso. Hoy se va. Hoy es el día. Luce en leve estado de shock. Viene a despedirse de Vicky. Dice que está arrepentido, avergonzado. Algo como que les agradece por “animarse a venir acá, con nosotros, que hicimos cosas malas”, sigue. La mira a Victoria. Ella le dice que es un genio, que no decaiga, que va a ser difícil. Él dice que sólo

quiere trabajar, tomar mate con su esposa y su madre, que no sabe cuánto tiempo le queda a ella. “Será lo que Dios decida”, concluye. “Yo sé que cuando todo se vuelva difícil, voy a meditar”- agrega. Hay algo que me hace ruido. ¿Es posible que esto funcione así? Ismael le mira a Vicky las tetas.

Entramos. Me convidan un mate. Me niego, está muy caliente. Vicky me dice que nos vayamos rápido. En el SUM, espacio de visitas de la Unidad, está Camilo, un interno del pabellón 8 junto a su mujer e hijo, nacido hace un mes. Vicky quiere conocerlo. Saludo a algunos de los chicos del 8. Uno me abraza y apoya su mano muy cerca de mi teta izquierda. Es un contacto sutil, casi como quien no quiere la cosa. ¿Fue un saludo atropellado? ¿Un roce intencionado? ¿un gesto torpe? No lo sé. Tomo conciencia de nuestros cuerpos en un espacio compartido. El límite es una línea ilusoria, movable, difícil de ubicar. Entiendo que si alguno *quisiera zarpase*, el gesto no sería muy distinto a éste. Ahora lo sé. Nos esperan Toni y Rodri en la puerta de su pabellón. Vamos todos al SUM. Camilo tiene una mirada hermosa, parece un buen hombre. Ha venido la mujer a visitarlo. El bebe es muy nuevo en esto de ser persona. Los felicitamos. Salimos de la Unidad. Esperamos en el estacionamiento a que salgan la Gorda e Isa de su clase en el 7. Vicky se va en su auto. Aparece en escena Santiago, un chico que trabaja en la Fundación Los Espartanos. Le cuenta a Rodrigo sobre la cena benéfica de anoche. Me llega mucha información. ¿Es relevante todo esto para mi tesina? No lo tengo muy claro. ¿Está vinculado? Claro. Isa dice que sin el rugby no podrían dar yoga. El rugby, según ella, les abrió el camino. Los internos comenzaron las clases de yoga como un refuerzo para su entrenamiento en rugby. Me cuentan que fue el fundador de dicha fundación quien invitó a Moksha a participar. A Santiago lo acompaña Huguito, un ex interno. Dejó el penal hace tres meses. Él también espera a Ismael. Esperan que salga caminando, libre, para irse ambos a una entrevista laboral. Unos amigos de Santiago están por inaugurar un restaurante en San Isidro. Necesitan gente para trabajar. Ya contrataron a dos. Parte del trabajo de Santiago, dentro de la Fundación es trabajar por la reinserción de Los Espartanos en la sociedad, trabajo mediante. Nos subimos al auto. Estoy mareada. Siempre sucede después del penal. Isa me deja nuevamente donde me recogió por la mañana. Estación Beccar del tren línea Mitre.

Hoy, nuevamente gris. Rodrigo e Isabel están engripados. Milagros sigue de viaje. No sé si ir al penal o tomar distancia. ¿Con quién voy? Me comunico con Agustina, otra de las profesoras del proyecto. A ella no la conozco. Da clases los miércoles en el pabellón 9, junto a Paz, otra desconocida. Primera vez que voy en auto. Anoche me dormí nerviosa. Debía manejar, buscar a Agustina e ir al penal, sin casi todos. Seríamos Vicky, la Gorda, Agustina y yo. Nos encontramos con Vicky en la entrada de la Unidad 48. Según ellas, lo conveniente sería ir un rato al pabellón 7 y un rato al 8. Cada rato de 45 minutos. El 11, por el momento, se quedará sin sus clases. Yo arreglo para ir al 7 con las tres, y luego quedarme ahí con la Gorda, mientras las dos profes van un rato al 8.

En el 7 somos veinte aproximadamente. Me saludan con un poco más de confianza. El día está húmedo. Se decide dar y tomar la clase afuera, aunque esta humedad se cuele por la colchoneta y se adhiera a la espalda, la atraviese, congele la columna. Veintinueve de Junio. Me prestan un mat. ¿Cuánto debo concentrarme en mi práctica y cuánto en la de ellos? ¿Se pueden hacer las dos cosas al mismo tiempo? ¿Qué sentido tiene hacer ambas a medias? ¿Puedo entrever algo de lo que sucede compartiendo con ellos la práctica? ¿Adquiero de la observación o de la experiencia? ¿Hay alguna diferencia? Cierro los ojos. Respiro. En un momento de la clase, las prácticas son de a dos. En éstas, siempre me juntan con una de las profesoras. A los hombres les cuesta el contacto. Las profesoras prefieren asistirme. Ellos se ríen. No se miran. Pienso que Moksha propone las dinámicas físicas compartidas pero ignora, lógicamente, los vínculos íntimos entre los internos. Hay comentarios que se nos escapan. Sucesos en los cuáles no estuvimos presentes. No sabemos si los que ahora se encuentran abrazados, en otro tiempo disiden. Eso sólo lo saben los de adentro. Freno. Quiero mirar. No varía mucho de las otras clases. Sé que, en su mayoría, los que practican, deciden dejar de ir a estudiar o a trabajar en los días y horarios de clase. Todos se quedan para practicar. Todos los que siempre practican. Son la mitad. Hay otra mitad metida en las celdas. ¿Cuáles son sus no-motivaciones? Al costado se encuentra la Gorda pintando con su grupo de siempre. El mural es un conjunto de líneas anchas de colores, entrecruzadas, entre las cuales se cuelan palabras como unión, esperanza o respeto.

¿Cómo ordeno todo esto?

¿Cómo estructurar este trabajo?

Siento ansiedad.

Me encuentro con Mili, Isa y Rodrigo en Victoria. Vamos todos juntos al penal. El día está gris como pocas veces antes. Amaga con llover. En la casilla de seguridad nos encontramos con Toni. Él irá solo al pabellón 11. Yo iré con Isa al 8 y Mili irá con Rodri al 7. Al parecer, ya han quedado fijos en los respectivos pabellones. Voy al 8 para que Isa pueda entrar. No puede entrar una mujer sola. Hacemos la clase dentro. Afuera empieza a sentirse frío. La lluvia es un hecho.

Los chicos se acomodan, perpendiculares al pasillo. Isabel prepara la clase en base al espacio con el que contamos. Somos una hilera del largo del pasillo entre celdas. La profe pone música y comenzamos. El comportamiento de los chicos en la clase de hoy es bastante revoltoso. Todos están hablando con alguien. Expresan en voz alta cualquier opinión sobre cualquier postura, y ríen o descansan cuando están doloridos o cuando no tienen ganas de hacerlas. Por momentos es molesto, burlón. Isa los calla de vez en cuando. También se encuentran muy doloridos por los entrenamientos. Se nota que hacen ejercicios de rudeza. Los músculos les quedan rígidos. Cuando se les propone hacer elongaciones se quejan del dolor. El ambiente en este pabellón resulta un poco más ¿intenso? que el del 7. *Ellos son Los Espartanos y como tal, actúan.* Son las estrellas del penal, o así los hacen sentir, y se nota. Su forma de comportarse es extrovertida, desvergonzada, canchera. Eso los diferencia, por el momento, de los chicos del pabellón 7. Durante la práctica, me toca compartir posturas con un chico que se encuentra a mi derecha. No me mira en todo lo que duran los ejercicios. El pibe que la semana pasada me saludó efusiva e incómodamente, no deja de mirarme. Al lado tengo otros hombres. Por todos lados. No sé sus nombres pero me siento tranquila. Hablamos de vez en cuando. El pibe de la mirada me sigue mirando fijo. No frena. Termina la clase. Aplauden. Agradezco y devuelvo el mat que me prestaron.

Me siento a compartir unos mates en la *cocina* del pabellón, mientras hacemos tiempo hasta que Mili y Rodri terminen con su clase en el 7, alrededor de las 12h. Les hago chistes a los chicos porque todos toman mate dulce. Muy dulce. Se me sientan un par de ellos alrededor. Se comportan *intensamente*. Algo de energía condensada alrededor. ¿Cómo explicarlo? Son muchos, muy cerca, preguntándome algo que no logro comprender porque me encuentro queriendo descifrar lo que siento. Uno me ceba mate muy dulce y se fuma un cigarrillo. Me alejo un poco. Me molesta el humo después de haber hecho la clase. Me mira. Tiene una mirada *oscura*. Quiero decir algo en sus ojos, ¿una intención? Otro chico me pide mi nombre para buscar mi *perfil* de facebook. No había previsto esta situación. Nadie se había animado, todavía. Me pregunta si me molesta. Le digo que no, pero que probablemente no me encuentre. Me busca incansablemente. No me encuentra. Repito: no había previsto esto. No se lo quiero pasar ni ayudarlo a encontrarme. Mili me cuenta luego que el proyecto Moksha no permite el pase de esta información. Es un modo de ellos de resguardarse un poco. Me amparo en esto. Él me dice que seguro *me hago la boluda*, que no quiero pasárselo. La situación se pone un poco tensa. Tengo ganas de irme. A los dos minutos Isa me dice que es hora de partir. Me quedo callada hasta que esto suceda. Salimos.

Me encuentro con Pigna y Mili en Victoria. Volvió Pigna. Estamos tarde. Llegamos al penal sobre la hora. En la puerta nos esperan Isa, la Gorda y Rodri. En el camino pienso que por ahí es un buen día para meterme en el pabellón 11. Pigna puede que vaya a ese pabellón, Tengo el registro de que él entra regularmente. Pienso que puede ser un buen compañero para adentrarme en lo desconocido y enfrentar los *cuentos* sobre aquello. Ya nos conocemos. Pero no. Somos pocos y Mili me pide que acompañe a Isa al 8, que sola no puede entrar. *Que alivio*. Otra vez será. La Gorda y Mili van al 7 y Rodri y Pigna al 11.

Entro al pabellón 8 con Isa. Voy saludando a los pibes que se acercan. Todos lo hacen. Son muchos besos recibidos. Pienso que ahí comienza lo que luego sentiré como energía de sobra, un mareo, cansancio. El día está nublado y todo está mojado afuera. Tendremos que hacer la práctica en el pasillo. Pido un mat a uno de los chicos a quien veo llevando varios. Isa me dice que use el que trajo ella. Luego quedará ahí para ellos como donación. Nos acomodamos perpendiculares a la forma del pasillo. Al lado mío se acomodan los chicos de la vez pasada. Acá dentro el aire está caliente. Lo disfruto. Afuera está helado. Isa nos hace utilizar mucho la pared en esta práctica. Le está *dando la vuelta* para utilizar el poco espacio con el que contamos. Luego, hacemos posturas de a dos o de a tres. Verticales, figuras corporales y colectivas, solidarias. Isa nos saca fotos. El chico con el que practico toma un poco más de confianza. Está más desenvuelto que la última vez, cuando no me miraba a los ojos. Me invita a compartir las posturas. Me siento bien con él. Es respetuoso y tímido. Tenemos tamaños parecidos y eso sirve a la práctica. En este pabellón, la práctica es muy hablada. Se ríen fuertemente o hacen chistes con los nombres de las posturas, con las posturas de los demás, con los comentarios de Isabel, con chistes personales, con todo. No paran. Tienen un modo de realizar la práctica, supongo yo, semejante a la forma en que toman las clases de rugby. Se dan valor unos a otros, se desafían, se quejan del dolor en grupo. El entrenamiento de rugby les endurece los músculos. Eso dicen ellos. Las posturas de yoga, más flexibles o elásticas, les duelen a todos. Supongo también que la forma que tiene la profesora de dar la clase se presta para el jolgorio. Ella se ríe con ellos, los desafía, los envalentona. Es difícil lograr nuevamente el silencio. Isabel debe pedirlo muchas veces hasta efectivamente lograrlo. Aparece un cachorro de perro negro caminando por el pasillo. Me cuentan los chicos que convive con los internos en el pabellón. El perrito se cuela entre las piernas y brazos de los que estamos cerca de la abertura que da a la cocina. Me enrosco con él en el suelo. Es muy chiquito. En determinado momento, aparece Boli, el *limpieza* del 8, para avisar que en cinco minutos deben todos partir al entrenamiento de rugby. No se si hoy lo hacen más temprano. Nunca había pasado que se superpongan las clases. Isabel concluye la clase y hacemos una relajación rápida, tirados en el suelo unos minutos boca arriba en silencio. Luego nos dispersamos todos y cada uno vuelve a su celda a cambiarse.

Los chicos usan botines y pantalones cortos. Algunos tienen protectores en los omoplatos, bajo las remeras. Me cuentan que entrenan todos los días, salvo fines de semana. Isa le había pedido a uno, al comienzo de la clase, que la ayude a tomar lista de los que han asistido a practicar yoga. Él está lastimado en el tobillo y no puede hacerla. Cuando terminamos, Isabel corrobora la lista y le propone a los que faltan sacarles una foto para agregarlos luego en la ficha. La misma servirá para tomar asistencia y entregarles certificados, cada determinada cantidad de clases. Aparece el chico de la semana pasada diciéndome que me ha estado buscando sin éxito en facebook. Le digo que no puedo pasarlo, que es una regla general del grupo de yoga. No pienso dárselo. Me dice, con una sonrisa, que “quede entre nosotros”. Me canso de él. Le digo que no. Aprovecho que debe irse a entrenar y me alejo. Salimos con Isa. Vamos a buscar a Mili y a la Gorda a la puerta del pabellón 7. Ellas se despiden y salen. Esperamos que Pigna y a Rodri salgan del pabellón 11 para partir.

Me encuentro con Mili e Isa. Al llegar al penal nos esperan Vicky y Rodri. Este último expresa en el grupo que *no está* para dar la clase, que no tiene energía. Arreglan estos últimos para ir juntos al pabellón 11. Yo quiero ir a ese pero intuyo que no podré por la cantidad que somos. Isa me dice que vaya con ellos, que ella va sola al pabellón 8. Mili irá al 7 con Gonzalo. Éste último les enseña a los mismos profesores de Moksha algunas posturas y pedagogías para implementar en el penal. Hoy quiere conocer a los internos. Por último, Justina, quien empezará a dar clases pronto, también irá al pabellón 7. Cuando llega la hora de entrar, Isa se olvida que quiero ir al pabellón 11 y le dice al guarda que ambas entramos al 8. No me opongo. El día está muy soleado y muy fresco.

Hacemos la clase afuera. Los chicos me prestan un mat. Isa comienza la clase saltando, *desperezándolos*. Caminamos en círculos. Hacemos una serie de posturas movidas con música alta. Luego comenzamos a trabajar posturas de a dos. Comienzo a hacerlas con el chico que tengo a mi lado izquierdo. No sé cómo se llama. Es tímido. Me trata de usted. Los chicos están particularmente alegres. El día está más cálido a medida que el sol alcanza altura. Hoy es el día del amigo. Están cariñosos, habladores. Pienso que no todo pareciera estar tan mal después de todo. Cuando nos vayamos, nos dirán feliz día del amigo a nosotras, agradeciendo que hayamos venido. Al rato, me toca hacer posturas con otro muchacho, a mi lado derecho. Es alto, corpulento. Me hace reír. Es extrovertido y gracioso. Es también muy respetuoso. En determinado momento me pregunta ¿sabés que quiero hacer cuando salga de acá? bailar salsa. Se sonríe. Me río. Pienso que *tiene todo el perfil*. El grupo se entusiasma con las posturas compartidas. A las mismas hay que proponerlas y ejecutarlas rápido, sino se dispersan. Todos se ríen de mi compañero y yo. Él es grande y alto, yo menudita. En algunas figuras físicas que se suponen simétricas y compartidas en esfuerzo, él me sostiene sólo. A mi no me da la fuerza. Por último, realizamos una postura todos juntos. Isa está exaltada porque le han salido todos los ejercicios propuestos. Carlos, un chico con el que compartí las clases los últimos dos jueves, me invita a sumarme a su costado para la última figura colectiva. Luego, al salir, Carlos me mostrará el “gimnasio” que tienen en el pabellón, un cuarto pequeño junto a la puerta de entrada. Aquí decidieron convertirlo en una sala de entrenamiento. Contiene algunos aparatos de gimnasio viejos y artesanales. Salimos rápido. Los chicos deben ir a jugar al rugby.

En el camino de salida del penal llama mi atención un interno. Camina con un mat de yoga cruzado en la espalda y un libro, también sobre Yoga. Nos habla en el pasillo. Su nombre es Luis. Él pertenece a algún otro pabellón pero tiene permitido dar vueltas por el penal. Ya le queda poco tiempo dentro. Dice que su objetivo es ser profesor de Yoga. Isa le cuenta que tiene como meta empezar a dar clases en el otro ala de la Unidad, los otros pabellones del 1 al 6. Le dice que quiere que un interno de los pabellones que actualmente toman clases la acompañe. Luisito, como le dicen a este chico, se entusiasma. Dice que eso lo va a ayudar a cumplir su objetivo, que con gusto lo hará. Al salir, Mili, Isa y Rodri se van a entrevistar con Benitez, director del Penal. Quieren pedirle algunos permisos. Yo me quedo con Justina esperando cerca de la casilla de control. Me pregunta quién soy y qué vengo a hacer acá.

El jueves pasado no asistí al penal. Primer jueves que me ausento desde que comencé con mis visitas. Tenía ganas de hacerlo. Ausentarme. Aproveché un receso inusual del trabajo y me libré lo más que pude de toda rutina. Asistir a la cárcel ahora es una rutina. Hoy, por otro lado, tengo particulares ganas de ir. Me encuentro con Mili en Victoria y vamos en su auto. Allá esperan Rodri, Justina, Toni, Vicky, Isa y otra chica que estuvo de viaje por tiempo largo y ahora se reincorpora, Juana. Ella e Isa irán al pabellón 8, Rodri, Justi y Mili al 7, yo me sumergiré por primera vez en el pabellón 11 junto a Vicky y Toni. El día está radiante, como pocos jueves. Eso significa que realizaremos la actividad en el patio.

Entramos al pabellón 11. Nos encontramos a los chicos en reunión con otras dos personas *de la calle*. Estos hombres, después me contará Vicky, son los que organizan los *rosarios* de los viernes, reuniones religiosas con los internos y sus familiares. Vienen a charlar con ellos, biblia bajo el brazo. Uno de ellos está relatando el gol de Maradona del '86, como lo hizo Victor Hugo Morales.

...la va a tocar para Diego, ahí la tiene Maradona, lo marcan dos,  
pisa la pelota Maradona, arranca por la derecha el genio del fútbol mundial, y  
deja el tercero y va a tocar para Burruchaga...  
¡Siempre Maradona! Genio! Genio! Genio! ta-ta-ta-ta-ta-ta... y  
Goooooooool... Goooooooool...  
¡Quiero llorar! Dios santo! ¡Viva el fútbol! ¡Golazo! Diego! Maradona!  
Es para llorar perdonenme...  
Maradona, en una corrida memorable, en la jugada de todos los tiempos...  
barrilete cósmico... de qué planeta viniste?

Asombroso. El hombre lo imita perfecto. Los chicos del pabellón están extasiados. Una vez que los dos hombres se van, nos acomodamos en círculo en el patio. Las clases de los profesores son muy disímiles. Los modos de estructurar la práctica, los comentarios, las posturas elegidas, los descansos, las propuestas de trabajo en grupo o las prácticas individuales, varían si la clase es provista por Mili, si lo es por Isa o por Toni. Éste último es más bien estructurado, menos extrovertido. La propuesta es, aparentemente, menos tentadora. Los chicos que practican están doloridos. A lo largo de la clase expresan varios malestares. Mientras Toni da la clase, Vicky se dedica a pasear por el patio chequeando las posturas y corrigiéndolas. A algunos les propone ejercicios diferentes, alternativos, en caso de que les cueste mucho el original. Estirar menos la pierna, doblar menos el brazo. La clase parece gustarles. Los del 11, según entiendo, han empezado hace poco. Es visible que, por momentos, no se comprende del todo la propuesta. Como en los otros pabellones, los nuevos miran atónitos, mientras los más antiguos se desenvuelven con cierta soltura.

Venir a este pabellón resultó muy tranquilo. Yo le *tenía idea* por algunos comentarios que me habían hecho o había escuchado. Que era un poco revoltoso, conflictivo. Fue muy relajado. Casi pasé inadvertida, si no fuera porque al comienzo de la clase Toni me mencionó en voz alta, apuntándome con el dedo y pidiéndome que explique qué es lo que hago ahí con ellos. Les comenté que estaba queriendo realizar un trabajo sobre yoga en cárceles y era por eso que las atendía con ellos. Algunos hicieron gestos de aprobación o de saludo. Otros ni se inmutaron. No nos quedamos luego de la clase. Nada de mates o comentarios. Toni no es de muchas palabras y Vicky quiere salir temprano para presenciar el final de la clase del pabellón 8. Isa pidió y consiguió la cancha de rugby para realizar su clase. Queremos, me sumo, ver a los chicos practicar en ese espacio. Yo no conozco la cancha. Isa luego nos dirá que no fue nada sencillo conseguir ese permiso, que cuando nosotros encaramos para el pabellón 11 tuvo una seguidilla de idas y vueltas para que, efectivamente, dejaran salir a los chicos del pabellón. La cancha es increíble. Es la primera vez que la veo y es conmovedor. Más linda que muchas *de la calle*. Un espacio nuevo, verde, enorme. El día está hermoso. El sol brilla pleno en el centro del cielo. Los chicos se encuentran todos acostados en forma de círculo en estado de relajación. Sus ojos están cerrados. La cancha huele a caucho nuevo. Nos quedamos a un costado esperando que terminen. Me tiro a reposar en el pasto. Utilizo mis camperas como almohadas y recibo el sol en la cara. No me quiero ir. Todo es silencio y calor. Al rato,

escuchamos que Isa da por concluida la clase y comienzan todos a pararse, a dispersarse. Ahora sigue el entrenamiento de rugby. Las remeras que utilizarán para entrenar aguardan al sol, igual que yo. Algunos internos me vienen a saludar. Mi compañero de las últimas clases se acerca y me explica un poco qué es lo que van a hacer a continuación. Gabi, otro de los chicos, los entrenará hoy, como todos los días, salvo los martes que vienen los entrenadores *de afuera*. Saludo con la mano en el aire y emprendemos la partida. El día estuvo hermoso. Logré ir al pabellón 11 acompañada de dos profesores, practicar afuera, conocer la cancha y absorber ese sol. Retengo la imagen del círculo.

En Victoria me esperan Mili, Feli y Juani, quien se sumó el jueves pasado. Feli es una mujer de unos cincuenta años, compañera del profesorado de Yoga de los profesores de Moksha. Hoy viene al penal a ver de qué se trata. Allá nos encontramos con los demás como siempre, en la puerta de entrada de la Unidad 48, al lado de la casilla de control. Dejamos allí el DNI. Justi irá con Mili al pabellón 7, Juani con Vicky al 8, y nosotros Toni, Feli y yo, al 11. Despedimos a los demás a medida que van entrando a los respectivos pabellones y seguimos hasta el final del pasillo. No hay nadie a la vista. Ni en la sala, ni en el pasillo que une las celdas. Deben estar todos en la cama tapados hasta la cabeza. El día está horrible. Encontramos a tres chicos en el patio practicando boxeo. Uno de ellos nos dice que en dos minutos reúne a todos los demás. Empiezan a llegar. Expresan en voz alta que el día está muy frío. Yo les pido prestado un mat de yoga y me acomodo. Feli lo hace al lado mio.

Toni comienza la clase contándole a los chicos quién es Feli y qué hace aquí. Él dice que Feli es una persona muy formada, que sabe mucho de las prácticas de yoga, incluso más que él, que viene a acompañar el proyecto, y que, probablemente y con el tiempo, se anime a dar algunas clases. Todos aplauden. Comenzamos. A los tres minutos, Feli agarra el mat y se acomoda en la otra punta, al lado de un chico. Luego nos contará que se dió cuenta que él estaba muy dolorido y que no iba a poder realizar la clase de Toni, por lo que le propuso unas posturas alternativas. La clase es más bien repetitiva. *saludos al sol*, serie de posturas de yoga, una y otra vez. Cuando termina nos despedimos y partimos para el pabellón 7 a buscar a las profesoras. No nos quedamos conversando con los chicos del 11.

En el 7, Mili todavía está dando la clase. Nos sentamos a un costado del patio a mirar. Martín, uno de los internos, nos ofrece mate y torta fritas mientras nos balanceamos cinco personas en un pequeño banco. Toni rechaza el mate diciéndole que sólo queremos presenciar el final de clase con Feli porque es nueva y quiere ver cómo son. Bueno, responde Martín, “yo también daré clases en algún momento”. Cuando la clase termina, los chicos vienen a saludarnos. Accedemos a tomar unos mates adentro, en la sala. Pipi, el *limpieza* del pabellón, nos cuenta que están trabajando, junto a asistentes sociales, en un proyecto para hacer juguetes para “niños carenciados”. Otro proyecto que él tiene, y que no entiendo cómo lleva adelante, es uno en el que consigue apoyo de ciertas empresas para garantizar trabajo a los internos que terminan su condena. Pipi dice que “cuando uno sale, es tan fuerte la desesperación por conseguir dinero para subsistir, que, de no encontrar trabajo, no queda otra que agarrar el *caño*”. También dice que él no va a caer preso nunca más, que se alejará de este ambiente lo más que pueda. Feli lo mira con cara de aprobación y le responde “muy bien”. Terminamos con los mates y partimos. Feli me deja cerca de la estación de tren de Victoria. Pienso que, concluida la tesina, me gustaría seguir viniendo.

Volví al penal luego de dos jueves de ausencia. Me encontré con Mili en Victoria y nos subimos al auto de Isa, quien pasó a buscarnos junto a Juana. Toni y Rodri no vinieron por lo cual fue necesario que acompañe a Vicky al pabellón 11. Al pabellón 8 irían Isa y Juana, y al 7 Mili y Justina, sumada la Gorda, quien sigue pintando el mural en dicho pabellón junto a algunos de los internos.

Cuando entramos al 11 nos encontramos nuevamente con Mariano y otro hombre, los religiosos que vienen a charlar con los internos. Al ingresar nosotras, ellos se encontraban en plena reunión. Mariano tenía un rosario en la mano e iba agarrando los distintos nudos del collar a medida que iban rezando, misma plegaria, una y otra vez. Muchos internos hicieron pedidos en voz alta para incluir en esos rezos. Pidieron por su familia, en especial madre e hijos. Pidieron por salud, y también, sobre todo, por no sentirse “tentados a delinquir nuevamente una vez fuera del penal”. También pidieron por fortaleza para evitar “la mala junta”. Mariano registró que habíamos llegado y le pidió permiso a Vicky dos veces para extender un poco más la reunión. -¿Nos das un poco más de tiempo?- dijo. El tiempo no es mío, pedíselo a ellos- respondió ella, señalando a los chicos. Nos quedamos a presenciar el cierre retomando algunos fragmentos de la biblia. Una vez finalizado, “lo prometido es deuda”, Mariano volvió a relatarles el gol de Maradona a los ingleses, como lo hizo en su momento Víctor Hugo Morales. Lo hizo con un ímpetu y semejanza increíble. Los chicos quedaron fascinados. Incluso, algunos que no estaban presenciando el encuentro se acercaron desde las celdas a escuchar el relato. Concluida la demostración, los hombres procedieron a despedirse para que pudiésemos llevar adelante la clase, ya con poco tiempo. Alguien había previsto la situación y acomodado anteriormente los mats en círculo. Me preparé en uno y a los pocos minutos comenzamos.

La clase que dió Vicky fue hermosa. No logró poner música porque Isa le había prestado su celular pero no recordaba la contraseña y la música propuesta por los chicos, dijo la profesora, no era muy acorde. Algunos querían poner reggaeton. Los chicos llevaron adelante la clase con mucho entusiasmo, la mayoría concentrados en su práctica personal. Puede verse como mengua, a lo largo de la práctica, la excitación que traen. Yo, por mi parte, me encuentro muy cansada. Al final, el sol imponente y el ruido de los pájaros se combinaron perfecto. El penal, al estar un tanto alejada de la zona céntrica, no recibe mucha contaminación sonora. No sucede lo mismo con algunos aromas. El cierre se sintió muy armonioso. Al abrir los ojos, podía verse a la mayoría sonriendo. Muchos expresaron su gratitud. Nos enteramos también que había muchos chicos nuevos en el pabellón. Uno de ellos le dijo a Vicky, ya por irnos, que “gracias por la clase, que ha estado muy linda, que cada vez son más los que se suman, que quiere que ella y Moksha lo sepan”. Nos vamos rápido. Las demás profesoras ya han salido. Necesitan hablar con Benitez, director del penal, para pedirle permiso para grabar un video institucional. No lo encuentran.

Hoy asisto al penal con Feli, una de las últimas profesoras en incorporarse al proyecto Moksha. Luego de algunos mensajes de texto con los integrantes, Mili me dice que no hay problema con que vaya, pero que no iba a poder hacerlo con ella ni con Isa, pues ellas irían más temprano: hoy comienzan con las clases de yoga en uno de los pabellones de mediana seguridad, conformado por internos procesados o condenados en su mayoría por abuso. Nos reunimos con el resto en la puerta de entrada de la Unidad. Isa y Mili han ingresado al pabellón 3 junto con tres internos de los pabellones de máxima seguridad, ya duchos en esto del yoga. Ellos practican hace más de un año y consiguieron el permiso para acompañarlas. Luego escucharé que Isa quiso ingresar al pabellón 6 pero los internos de ahí no quisieron que ingresen los tres chicos que las acompañaban. En el pabellón 3 no tuvieron inconveniente. Me voy al pabellón 8 junto a Isa y a otra profesora que no he visto antes: Mariela. Mili y Justina van al 7. Feli con Vicky y Toni al 11.

La clase tiene lugar afuera, en el patio del pabellón. Yo estoy muy cansada y la clase me resulta ardua en demasía. Todos parecen disfrutar mucho. Realizamos ejercicios en conjunto. Mariela dicta una parte de la clase y todos agradecen mucho la participación y su comienzo a asistir al penal. Luego de la relajación final y el cierre de la clase me encuentro en la cocina del pabellón con “Boli”, el *limpieza* del pabellón 8. Me pregunta, a modo de chiste, cuándo voy a llevar a mi novio para que lo conozcan. Boli es un hombre de unos cuarenta y tantos años, muy afectivo, muy respetado dentro del pabellón. Yo nunca hablé con él sobre alguna pareja, ni siquiera sobre algún otro aspecto personal. Entiendo que siente un poco más de confianza y me pregunta. En ese momento me río y le digo que no sé si traerlo. También le cuento que mi novio es amigo de Mili. Ah, ¡no!- dice. Entonces no traigas a nadie, y se ríe. En ese momento, Mariela, la chica que comenzó hoy, me mira repentinamente, y me dice: ¡vos sos de Sabe la Tierra! La reconozco. Hemos compartido espacio en un proyecto en el que yo solía participar algunos años atrás junto a otra pareja. Es curioso arribar a esta conclusión dentro de un pabellón, en una unidad penitenciaria en el partido de San Martín. Boli, al escuchar lo que ella dice grita: ¡No! ¿Tenés dos novios?- Yo me río.

Al momento de irnos, llegando a la puerta de salida de la Unidad, nos topamos con un hombre alto y rubio que riega algunas de las flores. El hombre le agradece a Isa. “Me gustó mucho la clase que dieron hoy en el pabellón” dice, refiriéndose al 3. Infiero entonces que él está condenado por abuso. Además, el hombre le pregunta a Isa si ella es de zona norte, porque le “suena conocida su cara”. Cuenta que solía tener un acuario en la calle Roca y Av. Maipú. Isa responde que no tiene idea, que puede ser que se hayan cruzado alguna vez. Cuando salimos, Isa me mira y me dice ¡qué loco! ¿y éste que habrá hecho?

Feli ayer me pidió que le haga un archivo excel en la computadora con las fotos que les han sacado a los internos del pabellón 11. Quiere confeccionar la lista de asistencias de las clases de yoga. Me pasa a buscar Rodrigo. Partimos con él al penal. En la puerta nos encontramos con Vicky, Mariela y Justi. Aparentemente Mili e Isa tuvieron inconvenientes para entrar al pabellón 3, por lo que terminaron accediendo muy tarde. Luego no llegaron a tiempo para ingresar al 7 y al 8. Por otro lado, Los Espartanos hoy tienen partido con un equipo armado por “Personal”, la empresa de telefonía móvil. Moksha da por sentado que el pabellón 8 no recibe clases, pero los jugadores dicen que sí, que obvio, que igual quedan muchos chicos en el pabellón esperando ansiosos la clase. Yo decido asistir a la clase del pabellón 7 junto a Justi y a Rodri. Vicky se va con Mariela al pabellón 11. Isa y Mili irán más tarde al 8. En el 7 ya nos esperan todos los chicos más que preparados para hacer la clase.

Es la primera vez que presencio la clase de Justi. Es precisa y constante. Los ejercicios se encadenan unos con otros sin lugar para pausas, quejas o distensión. Los chicos realizaron todos los ejercicios de principio a fin. Luego Justi toma lista de presentes. Nos encontramos con el resto de los profesores en la puerta del pabellón y vamos todos juntos a ver el partido de rugby. Nos ofrecen quedarnos luego a tomar algo pero decidimos irnos. Algunos profesores deben llegar al trabajo a tiempo.

La naturalidad con la que me encuentro caminando por el penal es asombrosa. Debido al evento que estaba teniendo lugar, nos solicitaron entrar por la puerta trasera, donde se encuentra el CUSAM y la cancha de rugby. En el medio, atravesamos una sala de control o vigilancia. Unos ojos miraban a través de las rejas. Mis idas al penal comienzan a tener una entidad separada del proyecto de tesina. Mi concurrencia se mantiene y comienza a crecer una familiaridad con el espacio y las personas. Comienzo a pensar que me gustaría seguir yendo, independientemente del trabajo académico.

Me encuentro con Feli a la hora de siempre. Pasamos a buscar a Mariela por una estación de servicio. Entrar al penal es algo muy sencillo. “Soy de yoga” y levantan una, luego la otra barrera que hace falta para encontrarse de frente con el gran muro de la Unidad 48. Por último, entregar el DNI y dictarle el apellido a un hombre que hace como si escribiese, sin repreguntar nunca ninguna letra de un apellido que no escuchó nunca antes.

Este jueves somos todas mujeres: Feli, Vicky, Mariela, Isa, Justina, Mili y yo. Las primeras dos, destinadas al pabellón 11, las segundas dos al 8, y, por último, nosotras tres al 7. Isa y Mili estuvieron previamente en el pabellón 3. Se llevaron con ellas a Luis y a Gabi, dos internos que practican yoga hace tiempo. Las acompañan, de algún modo *resguardandolas* en el pabellón de abuso. Ellos dictan, incluso, una parte de la clase. En el pabellón 7, los internos se encuentran congregados alrededor de los hombres que traen *la palabra de Dios*. Ellos les piden a los chicos que llenen una pequeña encuesta. Les pregunta a los internos si ellos mismos se sienten valiosos. ¡Si! obvio, dicen al unísono. En general, en este pabellón reina el buen humor. Abunda la risa y la distensión. Los chicos disfrutan mucho de nuestra presencia. Nos preparamos todos con los mats afuera y comenzamos la clase. La imparte Justina ya que Mili dió una clase hace un rato en el pabellón 3. Hay algunos chicos nuevos. Uno, Walter, mira con cara de desconcierto, por un lado a la profesora y a las posturas que ella propone; por el otro, la destreza y aceptación de los demás practicantes. Al final de la clase, Mili se ocupa de tomar lista y agregar a la lista a los chicos nuevos.

Cuando la clase termina, tomamos unos mates con ellos en la sala del pabellón. Nos cuentan que entrenan todo lo que pueden ahí dentro, que a veces algunos les brindan a otros clases de yoga. Pipi, el *limpieza* del 7, brinda una clase semanal al grupo. Él nos muestra que se ha armado una rueda de gimnasio casera para entrenar abdomen, pero que, al ser de madera, se le están resintiendo algunas partes. Nos hace una demostración de cómo funciona, echándose en plancha al suelo. La clave de *adho mukha* (postura de yoga) es llevar la cola bien arriba, al cielo, porque con eso estiras el tronco, dice. Nos reímos un rato. Pipi ha aprendido mucho de las clases. Puede guiar una clase y hasta sabe los nombres de las diferentes posturas. A las 12hs nos buscan por nuestro pabellón las chicas del 11. Salimos en busca de las del 8. Feli me lleva a la estación.

Comencé a escribirles mensajes de texto a algunos de los profesores de Moksha bien temprano en la mañana. Feli me dijo la noche anterior que no iría. Igual Rodrigo. Al final, quedé en encontrarme en la puerta de la casa de Mili, con ella, Toni y Juana. Hoy son pocos profesores. Cuando llegamos a la entrada de la Unidad 48, nos enteramos que hay un nuevo guardiacárcel. Él dice que no puede dejarnos entrar “así nomás”, que es nuevo y que es su responsabilidad, que es “un desastre cómo se maneja la unidad”, que él viene de la 39 en donde “para todo se necesita un permiso anticipado”, “que cómo puede ser que ingrese y egrese cualquiera, así como así”, “que cómo puede ser que para entrar a un barrio privado te pidan huella digital y aquí, en el penal, anoten tu nombre con lapiz negro en la parte de atrás de una pizarra”. El hombre comienza a alterarse. Le pregunta a Vicky si los internos disfrutan de las clases de yoga. Puedo encontrar un tono de sorna en su comentario. No la deja comenzar a responder que, desinteresado, empieza: “que acá en la cárcel son todos chorros”, “que la pasan mejor que nosotros”, “que somos nosotros (guardiacárceles) los que estamos 24hs despiertos y luego nos vamos y tenemos una familia”, “que el sistema penitenciario es una joda”. Nos quedamos cuarenta minutos en la entrada esperando que nos dejen ingresar. Mili e Isa ya están dentro pues aparecieron *milagrosamente* en una lista de entradas permitidas. Han venido más temprano para ir al pabellón 3. No tuvieron nuestro inconveniente. Al final, Vicky decide que lo mejor será ir a hablar con la secretaria del director para ver si ella puede habilitarnos el ingreso. Florencia, dicha secretaria, comienza a buscar un permiso que aparentemente han elaborado hace mucho, para que podamos mostrárselo al guardiacárcel. La oficina es un lío de papeles. No encuentran nada. Al final, ella, luego de hablar con Mili vía celular, llama a la oficina del guardiacárcel y nos habilita la entrada.

Mili e Isa ingresan al 7 y al 8 respectivamente. Juana se va rápido al 8 y yo me dirijo al 7. Tardo nuevamente en entrar. El guardiacárcel se ha quedado hablando con un interno del 8, luego de abrirle el candado a Milagros. Cuando finalmente entro me encuentro con Martín y algunos otros chicos tomando mate. Él se encuentra afligido por nuestra retención. Martín me apura para que me aliste en la clase. La misma acaba de comenzar. *Hay algunos nuevos con cara de nuevos comportándose como nuevos*. Al finalizar, comenzamos la ronda de mate. Nos invitan a almorzar. Decimos que no podemos, pero que el próximo jueves lo haremos sin falta.

Llueve *con pereza*. Feli me busca por el barrio. Me encuentra en una esquina con una botella de gaseosa en cada mano. Anoche hice una torta. Cargo todo en el auto y partimos al penal. Levantamos a Mariela en el camino. En la puerta de la Unidad 48 nos encontramos con Justina. Mili e Isa ya están dentro. Me voy con Feli al pabellón 11. Mili agarra mis bebidas y la torta y se las lleva junto a Justi al 7. Mariela se va con Isa al 8. A mi me da un poco de pudor que alguno de los internos del pabellón 8 vea que trajimos comida, y es que el jueves pasado prometimos quedarnos a comer en el 7 y así lo haremos.

Sigue lloviendo. Debemos hacer la clase en el pasillo que une las celdas. Tengo las medias empapadas pero dentro del pabellón todo es calor. Feli nos guía a través de posturas que nos obligan a utilizar la pared. La clase transcurre con tranquilidad. Luego la profesora me dirá que en días como estos, grises, “mejor no quedar muy excitados luego de la clase”. Pienso que claro, mejor quedar con ganas de dormir una siesta que salir a correr. Hay lugares que tienen más limitaciones que otros. Terminamos la clase. Todos quedamos iguales: somnolientos.

Fuera del pabellón me despido de Feli y le pido al guardiacárcel que me abra la puerta del pabellón 7. “Están los chicos de yoga”, me dice. “Voy a encontrarme con ellos”, respondo. Me abre la puerta. No deja de sorprenderme lo sencillo que resulta entrar. Saludo a los chicos. Mili y Justina se encuentran en la mesa del salón tomando lista. ¡Cumpliste! me dice Martín, haciendo referencia a nuestro almuerzo. Lo prometido es deuda. Antonio, otro de los internos, nos cocinó canelones de verduras caseros. Hizo la salsa de tomate, la salsa blanca, el relleno y la masa. Compartimos la mesa. Algunos van rotando platos y cubiertos. Nos turnamos con las chicas para usar los vasos y tenedores. Somos más personas que utensillos y ellos le dan prioridad a las invitadas. Luego del almuerzo, el postre. Van saliendo algunos internos de las celdas, seducidos por el rumor de lo dulce.



De izquierda a derecha: yo, Pipi (*limpieza* del 7), Justi, Mili, Martín de blanco.

Charlamos. Pipi me cuenta que lo visitan algunas chicas, que las conoce por internet, que ellas se enamoran pero él “no quiere saber nada”, “no quiere que lo molesten”. Comparto un momento con chicos nuevos. Es un pabellón muy ameno. Pipi me dice que “no siempre fue así”, que llevó mucho tiempo pero que lo lograron, que cuando uno entra le prohíben “las pastillas y las facas”, que “algunos se pasan de listos” y los echan, que otros se van “porque quieren tomar”. Pipi me cuenta que es un trabajo constante y conjunto. Este poder se entreteje con el Servicio Penitenciario. Los “limpieza” de los pabellones se ocupan de que su pabellón particular sea tranquilo, de mantenerlo así. A cambio, los guardiacárceles les conceden algunos beneficios. A las dos horas decidimos irnos. Saludamos afectuosamente a todos y partimos.

Me encuentro con Toni y Juana para ir al penal. En el camino, Toni me cuenta que hoy realizarán un festejo con los internos por los dos años de clases que llevan dando en el penal junto a Moksha. Dos años y dos meses precisamente. Me dice que se irá rápido del penal pero que el resto de los profesores va a quedarse luego de las clases.

En el penal hay más gente de la usual. Me encuentro con un grupo de profesores extendido: Vicky, Mariela, Juana, Toni, Mili, Justi, Isa, otra Juana, una Dominic. Las últimas dos luego me contarán que son profesoras de los días miércoles. Nunca nos habíamos visto. Además del festejo, el día de hoy Moksha pactó una entrevista filmada con el programa de televisión ESPN Yoga y con el diario La Nación, en formato gráfico y audiovisual. Mili ya les ha compartido el acontecimiento a los internos, promoviendo su participación. Dice que esto podría ser un buen empujón para el proyecto. Decido ir al pabellón 7 con Justina y Mili. No quiero perderme la novedad. Mientras practicamos, un hombre se pasea alrededor del círculo con una cámara en el hombro. Mili les dice a los chicos que no le presten atención, que hagan como si no estuviese allí. El hombre se detiene de vez en cuando para filmar la postura de algún interno. Al final de la clase, la periodista entrevista a Mili bajo la media sombra del patio. La mujer le pregunta a Mili cuáles son sus motivos para venir al penal a dar clases, qué transformaciones observa si es que lo hace. Mili responde que a ella el yoga le ha cambiado la vida y que se le ocurre que “lo mejor es regalárselo a otra persona a quien pueda serle útil”. Por otro lado, dice que cree que las transformaciones se están dando en este momento presente, señala con el dedo el piso, y que sí, que físicamente son muchos los beneficios y “qué mejor que estos chicos para sembrar esta práctica”. Los chicos, curiosos, se agolpan en la entrada del patio escuchando sus respuestas. Pocos de ellos han conseguido autorización por parte del penal para aparecer en las grabaciones, para ser entrevistados en cámara. El equipo de La Nación, la reportera y el camarógrafo, agradecen la hospitalidad y abandonan el recinto.

Con Mili y Justi nos quedamos un rato tomando unos mates junto a los chicos del pabellón 7, mientras esperamos al guardiacárcel. Luego nos dirigimos a la cancha de rugby. Allí será el festejo de Moksha. Isa ya se encuentra ahí con los chicos del pabellón 8, jugando al rugby y preparando el almuerzo. Parece un día de campo. Juana, otra de las profesoras, corta papas con un cuchillo desafilado en uno de los bancos provistos, mientras charla con un interno que se enjuaga las manos en un balde de agua. Otros practican pases de rugby con una pelota. Algunos charlan entre ellos de a grupos o con alguna de las profes. Yo voy de acá para allá. Cada vez que me registran sola, alguno de los internos se acerca a conversar. Isa es la más enérgica, baila reggaeton en el medio de la sala con algunos chicos, o juega al rugby, o ambas en simultáneo. Yo sigo moviéndome, intentando pasar inadvertida. Quiero observar. Ya van cinco horas aquí dentro. Siento una mezcla de asombro, alegría y claustrofobia. Son muchos hombres. De algún modo siempre siento la atención. En determinado momento se resuelve el almuerzo. Nos acercamos todos a dos bancos dispuestos en el medio del espacio y comemos juntos de las ollas. Ensalada de papas, verduras asadas, empanadas de carne. Isa pide un momento de silencio “para agradecer por la comida, por la vida y por la posibilidad de dar y tomar las clases de yoga”. Aparece nuevamente el camarógrafo y le pregunta a Isa si es posible una demostración de yoga todos juntos para la cámara. El hombre se sube a una de las gradas de la cancha y comienza a filmar. Los profes asienten y se ubican en el césped de espaldas a la cámara. Los internos se ubican de frente a ambos. Yo aprovecho para filmar todo con una tableta que me alcanza Isa. Uno, dos y tres. Hacen todos juntos varios *saludos al sol*. Luego de esta demostración, los internos reproducen el saludo de Los Espartanos en cámara. Tres de la tarde. Los internos ya se encuentran en medio de la cancha bailando reggaeton. Nosotros saludamos y partimos.

Llueve como casi siempre. ¿Mensajes laterales de este acontecer? La cárcel cambia su perfil casi totalmente. Con sol, un día de campo austero. Con lluvia, una película de bajo presupuesto. Me encuentro con Toni, Juana, Feli y Nico en Victoria. Nicolás es nuevo y circunstancial. Se sumó al proyecto para participar por el día de hoy dando clases de acroyoga, mezcla de acrobacia y yoga, o *yoga de a dos*. Me dicen que los internos han tenido alguna que otra clase similar y les ha encantado. Vamos los cinco en el auto. Nicolás va callado en el asiento de adelante. Me pregunto si él es así o está nervioso. Uno como que se acostumbra a ir al penal. La primera vez que vine me sentía muy inquieta. Ahora percibo una especie de familiaridad con el entorno, con los chicos, con los profes. Nicolás después me contará que no es la primera vez que lo hace, que ya ha dado clases de acroyoga en un penal en Neuquén. Pienso que igual siempre es diferente. Llegamos al penal. Toni parte con Vicky y Feli al pabellón 11. Isa se va con Mariela y Juana al 8. Yo con Mili y Nico al 7. Me intriga lo nuevo. Quiero ver qué propone. Esperamos con Nico a que Mili salga del pabellón 3, donde vino a dar clases más temprano. Mientras, charlamos sobre mi tesina y sus clases. Percibo que está intentando concentrarse en lo que viene.

Entramos al pabellón. Los chicos comienzan a alistar los mats a lo largo del pasillo de celdas. Mili y Nico dan una pequeña introducción sobre cómo será la clase. Empezamos con una pequeña meditación. El profesor dice que la clase de acroyoga es siempre de a dos, por lo que él considera pertinente tomarse un momento con *uno mismo*. Miro a todos mientras cierran los ojos. La mayoría lo hace. Son como veinticinco. Luego, el profesor comienza a mostrar algunas posturas para luego ser copiadas. Él y Mili trabajan conjuntamente. En algunos casos, me convocan a mí para mostrar algún ejercicio. Los chicos se agrupan y la clase comienza. Hay mucha distensión y risas. Me sumo a un grupo de internos. Johnny, uno del pabellón 8 se ha mudado al 7. Hago los ejercicios con él y otro chico. Johnny es alto y pesado. Me arrepiento de compartir posturas con él. Lo ideal es realizarlas con alguien de contextura similar. En algunos ejercicios decido quedarme al margen y observar. En general, les gusta el ejercicio físico. Veo que les divierte el acroyoga. Las posturas los hacen trabajar con compañeros. Se agarran entre ellos, frotan, levantan, sostienen. Reciben con jolgorio el ejercicio que sigue. Al rato, y ya por terminar, Nicolás agradece “la clase, el espacio, la buena predisposición” y dice que va a contar un secreto y es que la clase no estaba armada, que la lluvia le jugó una mala pasada con la clase que tenía preparada pero que se decidió a improvisar y está “muy contento con cómo salió”. Promete volver. Salimos. Fuera, él no para de expresar lo mucho que le gustó venir a dar clases, lo sorprendido que quedó por la recepción de los chicos y las ganas que ya tiene de volver. Mili dice que él tiene una forma de expresarse para con ellos simple y sencilla. Lo considera muy compatible. Isa nos devuelve a todos a casa.

Arreglo con Mariela para ir con ella y Dominic al penal. En el camino, Domi pregunta qué es lo que hago yendo todos los jueves. Le cuento sobre la tesis. Cuando llegamos, Dominic se va con Justina al pabellón 7, Vicky va con Mariela al 11, yo con Isa al 8. Mili está de viaje. Percibo que Isa se decepciona sutilmente por que yo sea su compañera. Si hubiese venido Mili, ella no daba la segunda clase. Cuando entramos, los chicos ya están instalados en círculo en el patio. Isa me cuenta que antes dió una clase en el pabellón 3 de mediana seguridad, junto a Gabriel, capitán de Los Espartanos. Algunos de los chicos me preguntan dónde anduve este tiempo, que hace mucho no me ven. Les explico que me turno entre los distintos pabellones.

Hacemos la clase. Isabel está muy enérgica a pesar de ser su segunda hora de práctica. Los chicos se quejan. Le preguntan que qué le pasa, si es que hoy vino enojada. Dicen que los está “castigando mucho”. El chico que tengo a mi derecha está muy disperso. No para de hablarme, de hacer chistes. Yo estoy agotada. Una vez finalizada la clase, Isa les propone conversar un poco sobre las distintas posturas y qué es lo que cada una de ellas “destraba”.

Terminamos. Me vuelvo en el auto con Isabel y Dominic. Me pongo nerviosa. No tengo ganas de que me pregunten lo que ya se que me van a preguntar: que cómo viene la tesis, que cuando la termino. Les digo que en algún momento tendrán novedades. Isabel es la única del grupo que siempre pregunta. Me incomoda. Detentan una presión que yo misma siento para conmigo por lograr algo con estos registros. Lo que sea.

Me encuentro con Feli y Juana en la puerta de la casa de Mili. Ya somos algo así como amigas, compañeras de trabajo. Partimos al penal. Justi irá con Mili al pabellón 7, Juana con Isa al 8, yo junto a Vicky y Feli al 11. Encuentro al pabellón muy cambiado. Son muchos chicos. Todos se encuentran más abiertos y receptivos, menos tímidos. Ya no aparentan estar tan sorprendidos por nuestra presencia o la idea de aprender yoga. De a poco la práctica se cuela entre sus hábitos y se vuelve algo así como cotidiano. Noto, incluso, la distensión para conmigo. Muchos me hablan, me preguntan en dónde estaba o por qué no estaba viniendo.

Hoy es la primera clase de uno de los internos. Lo saludo y me parece percibir que no entiende porque lo hago. Me mira con un aire de incredulidad. Los demás, distendidos. La clase la lleva adelante Vicky. Mientras, Feli elabora una lista actualizada de los practicantes a fin de elaborar diplomas de asistencia para fin de año. Es un día de sol increíble. La relajación, momento donde todos nos tendemos en el suelo boca arriba, deja marcas en la piel. Todos nos *tostamos* un poco luego de esos diez minutos. Termina la clase y me veo roja por el sol. Los chicos se divierten.

Me voy sola al penal. Es la primera vez que lo hago. No sé bien quiénes van hoy ni a qué auto subirme pero no quiero perderme la clase. Sé que va nuevamente Nicolás a brindarles una clase de acro. El calor es fulminante.

Armamos una ronda. Nicolás hace algunos ejercicios de introspección. Dice que luego la práctica de acroyoga demanda mucha energía de a dos, que primero hagamos “las paces con nosotros mismos”. Respiramos unos minutos todos juntos. Luego, comenzamos a hacer ejercicios como si fuéramos un solo organismo. Nos agarramos del hombro del compañero y nos dejamos caer para el otro lado. Hacemos otro ejercicio de concentración, todos dando vueltas por el patio, cambiando de dirección cuando se nos indica. Hacemos grupitos de a dos o tres. En general, observo al grupo muy motivado por la propuesta de práctica compartida. Cuando practican acroyoga, la misma práctica habilita la charla pues es conjunta. Se hacen chistes, bromas. Las clases son más dinámicas pues demandan trabajo en equipo. Muchos se ríen mientras alientan al compañero a lograr la postura propuesta por Nicolás. El profesor dice que se “quedaría todo el día”, que tiene muchos ejercicios que les pueden interesar. Promete nuevamente volver. Yo trabajo con Johnny, Él pareciera llevarse bien con el grupo. ¿Cuántas cosas no sabemos sobre las personas con las que practicamos? Para terminar, Nicolás propone una especie de masaje. Para eso, separa al total de los chicos en dos grupos. Algunos harán masaje, otros los recibirán. Los chicos, a mi entender, reciben sorpresivamente bien la propuesta. Podría uno pensar que entre ellos, todos hombres, el contacto no es bien visto, o no es apetecible, o no es atractivo. Me toca recibir. El chico que me hace masajes le pone mucho empeño. Los disfruto. Se termina la clase con otra meditación. Terminamos todos acalorados y contentos en una ronda de mates. Todos le agradecen mucho a Nico su visita. Le piden que cumpla con su palabra y vuelva pronto. Yo me siento cada vez más cómoda entre internos. Son muy amables.

Nico, una vez fuera, me preguntará cómo vi la clase. Él dice que los percibió un poco distraídos. Compara esta visita con la anterior. Esboza un motivo: “Por ahí la otra vez que vine estaban más atentos porque estábamos adentro en el pasillo. Eso ayuda con la atención y el silencio”.

Hoy es mi cumpleaños. He pensado faltar al penal, aprovechar para descansar. Decido venir. Me dieron ganas de festejar mi cumpleaños con los internos. Además, venía bien mi presencia pues hoy faltan muchos de los profesores. Voy con Justina al pabellón 7. Isa y Vicky trajeron un pequeño árbol de navidad para regalárselo a los internos del pabellón 11. Trajeron también budines. Luego irán al pabellón 8. Apenas entramos, Justi le dice a los chicos que es mi cumpleaños. Una oleada de internos comienzan a acercarse para desearme un lindo día. Son como cincuenta. Algunos me agradecieron por pasar mi cumpleaños allí con ellos. Johnny me da un gran abrazo.

Comenzamos la clase. Le digo a la profesora que vamos a morir de calor. La alta temperatura es infernal. A mitad de la clase debo parar. Me siento mal de la garganta y el calor es terrible. Comienzan a caerme gotas gruesas por la frente. Decido frenar. Me acuesto a un costado. Algunos me observan y me copian. Hacen 30 grados. Damos por finalizada la clase y nos acostamos todos bajo la media sombra, no sin antes mojarnos la cara y la cabeza con las canillas de la pileta del patio.

a Milagros Colombo por el espacio y el cariño  
a los profesores de Moksha por la posibilidad  
al CUSAM por el entusiasmo  
a los internos de los pabellones 7, 8 y 11 de la Unidad 48 por compartir  
a Francisco Pignataro por sus fotos  
a mi familia, mis padres y hermosos hermanos  
a mis amigos por el amor y el aprendizaje  
a urra y nuestro proyecto  
al tutor por la lectura atenta  
a los profesores de la facu por la estimulación y el conocimiento  
a la vida por su locura