



■ Cartel de difusión documental "Internos", 2011. (Centro Universitario de Estudios Cinematográficos «CUEC»)

# I nterno (2010), México



Comisión Nacional de los Derechos Humanos

# Ficha técnica

TÍTULO: Interno/ Within

PAÍS: México

AÑO: 2010

DURACIÓN: 80 minutos

GÉNERO: Documental carcelario

DIRECTORA: Andrea Borbolla

GUIÓN: Juan Pablo Cortés, Andrea Borbolla

MÚSICA: Uriel Villalobos, Abigail Váquez

FOTOGRAFÍA: José Antonio Lendo, Andrea Borbolla

PRODUCTORA: Centro Universitario de Estudios Cinematográficos (CUEC)

REPARTO: Ignacio, Jonathan, Fredy y Jesús

## Sinópsis:

Interno, es un documental que versa sobre una intervención realizada a partir de 2003 por la maestra de yoga, psicóloga y ex corresponsal de guerra Ann Moxey, en el Centro de Reinserción Social de Atlacholoaya, Morelos, un taller de yoga para internos con adicciones, una manera de trabajar su doble prisión, la dependencia de las sustancias y el encierro. Cuatro alumnos, algunos convertido después en maestros, compartiendo su experiencia, y la conciencia que han tomado de sí mismos, punto de partida del cambio para obtener su libertad.

## Análisis:

TEMA	DERECHOS HUMANOS QUE SE ANALIZAN
El yoga como medio de descubrimiento personal	Derecho a la reinserción social efectiva

“En el jardín de mi padre hay dos jaulas. En una está encerrado un león, que los esclavos de mi padre trajeron del desierto de Ninavah; en la otra vive un gorrión que no canta. Al amanecer, todos los días, el gorrión le dice al león: —Buenos días, hermano prisionero”.

Kahlil Gibran

Todo comienza en la noche, en el espacio íntimo y oscuro, los ruidos, la soledad, el pensamiento que se dirige hacia aquello que se ha perdido, los sueños, abrir los ojos y saber que están dentro.

Varias personas vestidas en un amarillo vibrante, se disponen a realizar las actividades diarias, la cotidianidad se construye a partir de las órdenes, mas cuando llega el silencio, son conquistados nuevamente por la nostalgia.

Cuatro hombres son los protagonistas de este documental carcelario que muestra una realidad alterna, que en el encierro viven aquellos que han quebrantado la norma. Esa reclusión se configura como algo distante, una comunidad apartada del espacio que ocupa la sociedad que acata las normas, sus pasos se hayan restringidos y se uniforma su exterioridad.

## Comisión Nacional de los Derechos Humanos

Ignacio, Jonathan, Fredy y Jesús nos sumergen en su intimidad y nos comparten sus vidas, con tal cercanía, que llegamos a entender no sólo la justificación de su encierro, como consecuencia de la comisión de un delito, sino la razón que ellos ahora le encuentran a estar en prisión y la forma en la que ven al mundo a partir del encarcelamiento.

Muchos factores confluyeron para que “cayeran” en la cárcel, es así como lo refieren metafóricamente: en “lo más bajo”, en el infierno.

Su lenguaje verbal y no verbal devela el papel que ha jugado la violencia en su fatídico resultado, ésta ha sido parte de ellos, de la forma en la que se relacionan con otros, de la manera en la que argumentan su comunicación, así es como han aprendido a sobrevivir a “hacerse respetar” o ganarse el respeto a través de los puños.

Con ello se refuerza el estereotipo de género masculino, aquel caracterizado por una violencia activa, generador de dolor, pero al mismo tiempo de necesidad de supervivencia constante: “matar o morir”. Así el reconocimiento del más fuerte, parte de decidir quién queda y quien parte a una mejor vida, al menos mejor de la que les tocó vivir, pero que con uñas y dientes defienden.

¿Qué armas van a utilizar para la siguiente batalla? ¿qué habilidades tendrán que desarrollar que permitan ejercer ese imperio de coerción sobre el otro? En este sentido, la violencia se utiliza como un medio para afianzar la identidad, su identidad masculina, la reconocida, la válida, la necesaria para sobrevivir, sobre todo cuando se habla de contextos de encierro.



■ Banco de imágenes de Fredy Arista protagonista del documental, (2010).

Privados de la libertad, algunos de nuestros protagonistas hablan sobre el “exceso de libertad” del cual gozaron antes de ser sometidos a la acción de la justicia. En contextos familiares, en ocasiones resquebrajados y traspasados durante generaciones por problemas estructurales cotidianos de pobreza, falta de oportunidades y de violencia, que hacían ver que la mejor salida se encontraba en las drogas o el alcohol, esa significaba una vía plausible para huir, escapar de una realidad aberrante, llena de crueldad.

Sin embargo, esa vida cobra factura y los problemas personales se trasladan a la esfera social afectando a otros, esa violencia internalizada, grabada en la memoria, se vuelve parte de la forma en la que conducen su vida, un destino en el que la privación de la libertad dejará de ser una metáfora para convertirse en una realidad, detrás de las rejas.

Comisión Nacional de los Derechos Humanos

## ¿Es posible frenar el ciclo que reproduce la violencia en escenarios penitenciarios, cuya naturaleza es de por sí violenta?

En abril de 2003, Ann Moxey,<sup>31</sup> comenzó en el Centro de Reinserción Social de Atlacholoaya, Morelos, un taller de yoga denominado Parinaama conocido como el yoga de la transformación.<sup>32</sup>

En ese momento su experiencia y conocimientos llegarían a traspasar las rejas del penal para acudir al encuentro con los internos, un encuentro cuyo objetivo era la transformación. Lo que engancharía a las personas privadas de la libertad, ya no al vicio, sino a la virtud sería la frase pronunciada por Moxey: "Aquí les traigo la llave para su libertad".

Cualquier llave en esos contextos es lo suficientemente atractiva y más si se trata de una que viene acompañada de libertad.

Poco a poco se fueron sumando integrantes al grupo, todos estaban interesados en descubrir esa "llave" en el encierro aquella que abriría su perspectiva de la vida transformando no sólo la concepción del mundo que los rodeaba, sino sus propios hábitos a través de un trabajo constante, que les permitieran ejercer su voluntad, esa de la cual no disponían fuera de prisión, pero que vinieron a dominar dentro de ésta.

---

<sup>31</sup> La Fundación Parinaama (Del sánscrito "pari", que significa abrazo, y "nama", que quiere decir ofrenda) fue creada por Ann Moxey, tras certificarse en diferentes tipos de yoga.

<sup>32</sup> China Xinhua News, 23 de junio de 2017, disponible en: <http://annmoxey.blogs.com/yogaprisonproject/>.

## La filosofía del yoga

La palabra *yoga* viene del sánscrito *unión*, el vocablo *yuj* significar mantener unido, ligado, poner bajo el yugo.

Actualmente esta práctica se ha identificado en occidente con la relajación, una especie de enajenación calmada, con los beneficios en salud y estéticos que conlleva.

Existen dos corrientes generales de interpretación del *yoga*: la dualista y la no dualista, en la primera, la persona se encuentra separada de la divinidad primigenia, de su yo trascendente, en tanto que en la segunda, esto siempre se encuentra en su interior como si estuviese dormido, por lo cual necesitamos reconocer y recordar.

En el *Hatha Yoga* por ejemplo, se requiere de un cuerpo diamantino, es decir, un cuerpo fuerte que aguante la verdad, el objetivo será acceder a nuestro yo trascendente. El cuerpo no se niega, se crea una hiperconciencia del cuerpo, de la respiración en el momento adecuado durante las *asanas* (posturas).

El papel del maestro (*yogui*), es también la de un *gurú*, es la persona que se encargará de disipar la oscuridad en nosotros.

- Purusha, el espíritu, la conciencia en sí misma, que se piensa a sí misma, y *prakriti*, la esencia primordial, la materia inmanente, que deviene y contiene la naturaleza.
- *Prakriti* no toca a *purusha*, la contempla, *prakriti* ve lo más real, el movimiento, ya que el sufrimiento proviene de la ilusión de permanencia.

Comisión Nacional de los Derechos Humanos



■ Documental "Interno", (2010).

Este taller, que inicialmente fue pensado como una forma de manejar de estrés, se convirtió en el camino para la internalización de una filosofía, en un tratamiento, al lograr que los protagonistas busquen su paz interior y a la vez permitan generar entornos de paz.

También se configuró como un eje para la reinserción social al capacitar para el trabajo, como se evidencia en el caso de Fredy Alan Díaz Arista ya que al salir de reclusión, Fredy comenzó a buscar formas de compartir con otros lo aprendido.

Al escucharlo comentar la película dentro de la dinámica de cine debate y en una posterior entrevista, me hizo saber el impacto que tuvo el yoga cuando se encontraba en reclusión y el que tiene ahora que ha dejado la prisión, ahora que es verdaderamente libre, sin la opresión que la violencia sometía en su vida.

Fredy pensaba que el yoga era elitista, para gente bonita, con estudios, en lugares bonitos, para mujeres o para homosexuales. Estaba afectado por el prejuicio de una práctica que ignoraba, opinaba sin conocer su referente era lo que otros decían de ella, pero jamás la había ejercido, así poco a poco reconoce que la energía cambia con la humildad, con la fuerza interior, ya que la voluntad es un músculo que debe ser ejercitado.

Él se concebía a sí mismo como un hombre fuerte y fue sorprendido al conocer que el cuerpo de su maestra, en apariencia frágil, era más flexible y podía soportar su propio peso, aparentando poco esfuerzo.

Los dioses son andróginos, combinan la fortaleza, con la sutileza de la respiración, obligan a reconocer el propio cuerpo, ya que con ese cuerpo con el que haces el amor, con el que vas al baño, con el que juegas, con el que ríes, es de uno, de nadie más.

En el plano espiritual el yoga brinda la sensibilidad para perdonar, poder ver con compasión a los otros, por mayor que sea el mal que nos han hecho, aprender a estar en soledad, sin sentirnos solos, ajenos, a recocer la bondad que brinda un baño de naturaleza, de intuición.

El grupo de internos que se encontraban en el grupo de yoga, tenían ante sí la posibilidad de crecer como personas, de retomar las riendas de sus decisiones de desarrollar habilidades para comunicarse de mejor manera con los demás.

Fredy exclama que gracias al yoga sabe quién es, sabe a dónde va, y sabe lo que quiere. Por fin es libre, sus decisiones ya no dependen de un prejuicio, de un destino predeterminado por su condición social, su educación, su historia de vida. Hoy agradece incluso haber estado en prisión, puesto que esto le permitió aprender, reflexionar, y entrar en contacto con cosas que jamás imaginó como el arte, el yoga y así convertirse en instructor en diversos centros penitenciarios del país, incluyendo centros de tratamiento para menores. La pena privativa de libertad entre sus objetivos busca la

Comisión Nacional de los Derechos Humanos

reinserción social y la prevención en un marco de justicia restaurativa aplicando racionalmente la pena de prisión, previniendo conductas delictivas y definitivamente lograr la reinserción social por medio de la educación, trabajo, capacitación para el trabajo, deporte y salud.<sup>33</sup>

En el marco internacional tenemos como referencia la Regla 4 de las Reglas Nelson Mandela que señala:

“Regla 4

1. Los objetivos de las penas y medidas privativas de libertad son principalmente proteger a la sociedad contra el delito y reducir la reincidencia. Esos objetivos solo pueden alcanzarse si se aprovecha el período de privación de libertad para lograr, en lo posible, la reinserción de los exreclusos en la sociedad tras su puesta en libertad, de modo que puedan vivir conforme a la ley y mantenerse con el producto de su trabajo.

2. Para lograr ese propósito, las administraciones penitenciarias y otras autoridades competentes deberán ofrecer educación, formación profesional y trabajo, así como otras formas de asistencia apropiadas y disponibles, incluidas las de carácter recuperativo, moral, espiritual y social y las basadas en la salud y el deporte. Todos esos programas, actividades y servicios se ofrecerán en atención a las necesidades de tratamiento individuales de los reclusos.

Las formas de asistencia con carácter espiritual pueden generar mejoras importantes en todas aquellas personas que se encuentran privadas de la libertad que, en términos de impacto, pueden lograr los objetivos deseados y abordar problemáticas extremas a partir de soluciones creativas.

<sup>33</sup> CNDH, Pronunciamiento Racionalización de la Pena de Prisión, 2016, p. 25.



■ Documental "Interno", (2010).

peor que cómo entró, ya que ofrece la esperanza de que se puede crecer como ser humano en cualquier lugar, incluso en contextos penitenciarios en donde están aquellos que deseamos olvidar por la afrenta que hicieron a la sociedad, pues no son las víctimas que generaron, ya que significan dolor, despojo o muerte, porque sentir compasión sería mal visto, debemos repudiarlos, son la exemplificación de todo lo que nos avergüenza como humanos, de nuestras partes oscuras, son esos a los que se les olvida que son hombre (violento bajo el estereotipo concebido) y son monstruos. Sin embargo, cuando logramos un equilibrio, cuando reconocemos que somos parte de esa sociedad que motivó su delito, debemos identificar también que son personas, igual que nosotros igual que la víctima, ¿por qué no reconocer que pueden transformarse, que pueden describir la llave de la libertad?

Fredy lo hizo y cree que otros pueden hacerlo también, todos tienen la capacidad de lograr esa libertad, aquella que no depende de rejas o muros, de sentencias o beneficios, esa que sólo se descubre en el camino al redescubrimiento interno, ese trayecto que surge cuando los demás a coro como un mantra cantan “no vuelvas”.

**Karen Yololtzy Leyva Martínez**