

Griera, Mar (2021), “Masculinidades, yoga y espiritualidad en la cárcel. Un estudio cualitativo sobre la práctica del yoga en centros penitenciarios masculinos”, *Sociologia: Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto*, Número Temático - Instituições e atores religiosos: contextos de diversificação, pp. 11-32.
DOI: <https://doi.org/10.21747/08723419/soctem2021a1>

Masculinidades, yoga y espiritualidad en la cárcel. Un estudio cualitativo sobre la práctica del yoga en centros penitenciarios masculinos

Mar Griera

Universitat Autònoma de Barcelona

Resumen

En los últimos años el yoga ha ganado popularidad como práctica orientada a la búsqueda del bienestar personal, espiritual y físico. El perfil dominante de la persona practicante de yoga se ha definido, mayoritariamente, como mujer, de clase media y que vive en ciudades del mundo occidental. Sin embargo, investigaciones recientes, ponen de manifiesto que el yoga, así como otras prácticas vinculadas a la espiritualidad holística, van ganando terreno también entre la población masculina. Ahora bien, son casi inexistentes los estudios que se centren en investigar la intersección entre masculinidad y espiritualidad holística. Este artículo es un primer paso para llenar este vacío. El objetivo es comprender sociológicamente los procesos de popularización del yoga en un contexto con una mayoría de presencia de hombres de clase trabajadora -las instituciones penitenciarias-, y analizar el impacto de la práctica del yoga en la transformación de las concepciones sobre la masculinidad.

Palabras clave: espiritualidad, cárcel, masculinidad, yoga, género.

Masculinidades e espiritualidade na penitenciária. Um estudo etnográfico sobre a prática do yoga nas prisões

Resumo

Nos últimos anos, o yoga ganhou popularidade como uma prática orientada para a procura de bem-estar pessoal, espiritual e físico. O perfil dominante do praticante de yoga foi definido, na sua maioria, como uma mulher, de classe média e que vive em cidades do mundo ocidental. Contudo, pesquisas recentes mostram que o yoga, assim como outras práticas ligadas à espiritualidade holística, estão também a ganhar terreno entre a população masculina. Contudo, quase não há estudos que se concentrem na investigação da

Griera, Mar (2021), “Masculinidades, yoga y espiritualidad en la cárcel. Un estudio cualitativo sobre la práctica del yoga en centros penitenciarios masculinos”, *Sociologia: Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto*, Número Temático - Instituições e atores religiosos: contextos de diversificação, pp. 11-32.

intersecção entre a masculinidade e a espiritualidade holística. Este artigo é um primeiro passo para preencher esta lacuna. O objectivo é compreender sociologicamente os processos de popularização do yoga num contexto com uma presença maioritária de homens da classe trabalhadora - instituições prisionais -, e analisar o impacto da prática do yoga na transformação das concepções de masculinidade.

Palavras-chave: espiritualidade; prisão; masculinidade; yoga; género.

Masculinités et spiritualité en milieu carcéral. Une étude ethnographique sur la pratique du yoga en prison

Résumée

Ces dernières années, le yoga a gagné en popularité en tant que pratique orientée vers la recherche du bien-être personnel, spirituel et physique. Le profil dominant du pratiquant de yoga a généralement été défini comme une femme, de classe moyenne et vivant dans les cités du monde occidental. Cependant, des recherches récentes montrent que le yoga, ainsi que d'autres pratiques liées à la spiritualité holistique, gagnent également du terrain parmi la population masculine. Mais les études qui s'intéressent à l'intersection entre la masculinité et la spiritualité holistique sont quasiment inexistantes. Cet article est un premier pas pour combler cette lacune. L'objectif est de comprendre sociologiquement les processus de popularisation du yoga dans un contexte où la présence d'hommes de la classe ouvrière est majoritaire - les institutions pénitentiaires - et d'analyser l'impact de la pratique du yoga sur l'émergence de conceptions alternatives de la masculinité.

Mots-clés: spiritualité; yoga; institutions pénitentiaires; masculinités.

Masculinities and spirituality in penitentiary centres. An ethnographic study on the practice of yoga in prisons

Summary

In recent years, yoga has gained popularity as a practice oriented to the search for personal, spiritual and physical well-being. The dominant profile of the yoga practitioner has been defined, mostly, as a woman, middle class and living in cities of the western world. However, recent research shows that yoga, as well as other practices from holistic spirituality, are also gaining ground among the male population. Nonetheless, there are almost no studies that focus on investigating the intersection between masculinity and holistic spirituality. This article is a first step to fill this gap. The objective is to understand sociologically the processes of popularization of yoga in a context with a majority presence of working class men -prison institutions-, and to analyze the impact of the practice of yoga in the emergence of alternative conceptions of masculinity.

Key words: spirituality, prison, masculinity, yoga, gender.

Introducción¹

La investigación empírica sobre 'espiritualidad holística' (Heelas y Woodhead 2005) se ha focalizado, mayoritariamente, en investigar un perfil de mujer, blanca, de clase media y que vive en ciudades del mundo occidental. Esto no es una coincidencia. Según la literatura (Fedele y Knibbe 2013, Houtman y Aupers 2000), el crecimiento y la expansión de la espiritualidad holística ha sido especialmente relevante entre mujeres de mediana edad que viven en áreas urbanas de clase media alta. Los hombres parecen haberse visto menos afectados por la "revolución espiritual" y son casi inexistentes los estudios centrados en masculinidad y espiritualidad holística. Sin embargo, en los últimos años la espiritualidad holística ha ganado presencia entre la población masculina. Por este motivo, y como enfatiza la socióloga británica Linda Woodhead (2007), es imprescindible fomentar la investigación centrada en analizar la relación entre espiritualidad y masculinidad con tal de comprender la complejidad de los procesos contemporáneos de cambio religioso. Este artículo es un primer paso para llenar este vacío.

El objetivo es comprender sociológicamente los procesos de popularización de una práctica como el yoga en un contexto dominado por hombres de clase trabajadora –las cárceles– y analizar cuál es el papel de estas prácticas en la transformación de las concepciones hegemónicas de masculinidad. Basado en un extenso trabajo de campo entre practicantes de yoga en dos instituciones penitenciarias masculinas en el área de Barcelona, el artículo se estructura alrededor de tres preguntas: ¿Cómo se legitima el yoga y se hace popular entre los internos de instituciones penitenciarias? ¿En qué medida la práctica del yoga tiene implicaciones espirituales en el contexto de la prisión y cómo se articula con las otras dimensiones de la institución como son la seguridad, el ámbito terapéutico o el ocio? Y, finalmente, el artículo se pregunta: ¿de qué manera la espiritualidad puede contribuir a fomentar nuevas concepciones de masculinidad?

Como exploraré más a fondo en las siguientes páginas, el cuerpo físico y el trabajo sobre el cuerpo son los medios principales a través de los cuales el yoga se vuelve significativo y se convierte en una práctica legítima ante los ojos de los reclusos en el contexto de una prisión. Sin embargo, el impacto de la práctica del yoga va más allá de sus efectos físicos. La práctica regular del yoga, y la posterior participación del practicante en el medio holístico, conlleva la adquisición de nuevos lenguajes relacionados con el cuidado de uno mismo y los demás y la atención a las

¹ Una versión previa de este artículo fue publicada en inglés en el libro "Religion and gender: on defensive and reflexive developments in religious contexts"(2015) editado por Kim Knibbe y Anna Fedele (Routledge). Quiero agradecer a Rosa Martínez-Cuadros su revisión de la versión castellana. También quiero agradecer a Anna Tragner su ayuda en todo el proceso de investigación, y su incansable trabajo en este ámbito.

emociones lo cual cuestiona los modelos tradicionales de masculinidad hegemónica. De esta forma, la práctica del yoga puede generar concepciones alternativas de masculinidad. En el contexto de la prisión, el yoga se describe como una "práctica secular" sin relación con la religión sino con la espiritualidad, y se articula con un discurso terapéutico. El artículo explora estas nuevas narrativas y prácticas de masculinidad que, a su vez, desempeñan un papel estratégico en la prisión, ya que mantienen espacios de afinidad con una cultura terapéutica-espiritual que está ganando credibilidad entre las autoridades penitenciarias y el personal de la cárcel.

Como ya he mencionado, este artículo se basa en un amplio trabajo de campo llevado a cabo en dos centros penitenciarios, una prisión de alta seguridad (en dos etapas) y una institución penitenciaria de cumplimiento preventivo. El trabajo de campo no se diseñó inicialmente enfocado en cuestiones de masculinidad sino en la comprensión de la experiencia fenomenológica de practicar yoga en la cárcel (Griera, 2017), y en el análisis de las oportunidades y limitaciones institucionales relativas a la puesta en marcha de "actividades espirituales" en una "institución total" (Goffman 1970). Sin embargo, los datos empíricos recopilados se han reexaminado con el objetivo de analizar las dinámicas de género y poder, y reflexionar sobre la transformación de las concepciones de masculinidad en el contexto penitenciario.

Masculinidades, espiritualidad e instituciones penitenciarias: marco teórico

El marco teórico de este artículo deriva de la fertilización cruzada entre tres subcampos de investigación diferentes: a) masculinidades en prisión, b) género y religión, y c) espiritualidad en instituciones penitenciarias. A continuación, expondré brevemente los elementos clave de estos tres subcampos, así como formularé las preguntas de investigación principales que surgen de cada uno de estos subcampos en relación con la temática principal del artículo.

Masculinidades en prisión: estado del arte

La mayor parte de la literatura reciente sobre masculinidades en prisión "ha llamado la atención sobre la relación entre género y crimen, concluyendo más específicamente que las construcciones culturales de masculinidad están correlacionadas con el crimen y que la cultura penitenciaria masculina refleja una *hipermasculinidad*" (Karp, 2010, 63). Existe consenso académico en identificar las culturas penitenciarias como espacios donde se privilegian las formas tradicionales de masculinidad hegemónica, y como un terreno fértil para la reproducción y el mantenimiento de formas agresivas de masculinidad.

Esto se explica principalmente por dos factores. Primero, los hombres que ingresan en prisión son completamente desposeídos de las formas de poder socialmente aceptadas, como el dinero, la educación o el estatus (Evans y Wallace, 2008). En cierto modo, este despojo extremo los hace más receptivos a la utilización de repertorios de hipermasculinidad tales como comportamientos agresivos o intimidantes, el uso (y abuso) de la fuerza física como formas alternativas de expresar la masculinidad. En segundo lugar, lo que se ha llamado el "código penitenciario" históricamente arraigado en concepciones hegemónicas (y agresivas) de masculinidad, dificulta seriamente la aparición de nuevos modelos de masculinidad. Además, el hecho de que el temor por la seguridad personal se convierta en uno de los principales "males" asociados con el encarcelamiento y que este temor generalmente se evite buscando el respeto del grupo de iguales (Evans y Wallace, 2008; Jewkes, 2005) hace especialmente difícil que el modelo de masculinidad agresiva pierda influencia. Como señalan Evans y Wallace en su investigación sobre masculinidades en prisión "incluso cuando su punto de vista personal se ha transformado verdaderamente, la vigilancia social de los códigos masculinos es lo suficientemente fuerte como para que [el recluso] mantenga estos puntos de vista en secreto la mayor parte del tiempo" (Evans y Wallace 2008, pp. 502). En definitiva, la literatura académica deja claro que las instituciones penitenciarias no son contextos favorables para la transformación de las formas tradicionales de masculinidad sino todo lo contrario. Por esta razón, la popularidad del yoga en el contexto de la prisión se vuelve aún más interesante a nivel sociológico, y surgen varias cuestiones: ¿Cómo perciben los reclusos la práctica del yoga y su compatibilidad (o no) con los regímenes de masculinidad de las cárceles? ¿Cómo se hacen plausibles en el contexto de la prisión prácticas tales como cantar mantras o acostarse en el suelo con los ojos cerrados? ¿En qué medida la práctica del yoga moldea nuevas concepciones de la masculinidad y la virilidad?

Religión y género: ¿qué pasa con la masculinidad?

Paul Heelas y Linda Woodhead en su investigación en Kendal (Reino Unido) encontraron que alrededor del 80% de los practicantes, miembros y clientes del llamado "ambiente holístico" eran mujeres. Años después, Woodhead observó que este era "uno de los hallazgos más sorprendentes de la investigación" y agregó: "tuvimos dificultades para explicar este hallazgo (...) nos sentimos como exploradores que andan en pasos lentos y tentativos en un territorio relativamente inexplorado" (Woodhead 2007a, pp. 115). Heelas y Woodhead no fueron los primeros en enfatizar la presencia abrumadora de la mujer en el movimiento holístico y tampoco fueron los últimos. Sin embargo, ellos, y especialmente Woodhead en sus artículos posteriores (2007a, 2007b), señalan claramente la necesidad de tener en cuenta las cuestiones relacionadas con el género al investigar las transformaciones de la religión y la espiritualidad en la sociedad

contemporánea. Ahora bien, y como la profesora en estudios sobre la religión Ursula King enfatiza, en los últimos años "se ha producido un cambio de paradigma notable, especialmente entre los estudiosos de la religión más jóvenes, y los análisis críticos sobre las cuestiones de género han generado la emergencia de una amplia gama de nuevas investigaciones en un tiempo relativamente corto" (2008, 120). Dos áreas distintas han sido especialmente fértiles en la producción de trabajos innovadores sobre religión y género: la investigación sobre espiritualidades holísticas y los estudios sobre el pentecostalismo. Esto no es casual, ambos movimientos religiosos/espirituales han sufrido un proceso importante de feminización en términos cuantitativos pero también cualitativos. En ambos movimientos, las mujeres han desempeñado un papel clave como portadoras culturales principales del "espíritu" en un sentido weberiano, y como catalizadoras de la expansión del movimiento. La mayor parte de investigaciones iniciales sobre el tema se focalizaron en analizar, y querer determinar la capacidad de empoderamiento o desempoderamiento en términos de género de estos movimientos. Sin embargo, las investigaciones más recientes han partido desde otra perspectiva, y han mostrado la compleja interacción entre religión, género y poder en las sociedades contemporáneas (Fedele y Knibbe 2013; Burchardt 2017, Cazarín y Griera 2018). Nuevos estudios han mostrado que la religión y el género no operan en abstracto sino en medio de una densa red de relaciones de poder y configuraciones sociales, lo que hace necesario discutir críticamente los procesos de construcción social del género en relación con los contextos en los que se desarrolla. Estas conclusiones cobran especial relevancia cuando se investiga la espiritualidad en la prisión, ya que ponen de relieve la importancia de tener en cuenta la singularidad del contexto penitenciario al considerar el papel de la espiritualidad en la transformación de las concepciones dominantes de la masculinidad. ¿Hasta qué punto, la investigación en el entorno carcelario puede ser como una "lupa" (Beckford y Gilliat-Ray 1998) o un espejo que refleje de forma clara desarrollos que se están produciendo en la sociedad en general en relación con la espiritualidad y la masculinidad? ¿O cómo evitar que las dinámicas de género se enmascaren cuando se hace una investigación en el entorno hipermasculinizado de la "institución total" de la prisión? Estas consideraciones son especialmente relevantes si tenemos en cuenta que la escasez de investigaciones previas sobre espiritualidad y masculinidad², que complica la comparación entre el mundo dentro y fuera de la prisión.

² En cierto modo, mientras las investigaciones sobre masculinidad y pentecostalismo se han desarrollado notablemente en los últimos años (Van Klinken 2011, Burchardt 2017), los estudios sobre nuevas espiritualidades y masculinidad son casi inexistentes.

Lo religioso, lo secular y lo espiritual en las instituciones penitenciarias

En los últimos años, ha habido un interés creciente en investigar el papel de la religión en las instituciones públicas (Cadge *et al*, 2018), y especialmente en las prisiones (Beckford y Gilliat-Ray, 1999; Griera and Martínez Ariño, 2018; Galembert *et al.*, 2015). Las instituciones públicas han sido identificadas como espacios estratégicos para explorar la transformación de la religión en las sociedades contemporáneas. La investigación en instituciones públicas no solo nos ofrece información interesante sobre el despliegue y el impacto de los procesos de secularización, sino también sobre las consecuencias y desafíos que presentan los procesos de diversificación religiosa. Los procesos de pérdida de relevancia de las iglesias tradicionales y de diversificación religiosa son las principales transformaciones en términos religiosos a las cuales se enfrentan las instituciones públicas en Europa en la actualidad y la mayor parte de la investigación se ha dedicado a estos dos temas (Beckford y Gilliat-Ray 1999, Michalowski 2015, Furseth y Kuhle 2011, Furseth 2003). Sin embargo, hay un número creciente de publicaciones que mencionan la aparición y la creciente relevancia de la espiritualidad en las instituciones públicas. En este sentido, Becci y Knobel (2013) muestran el surgimiento de lo que ellas llaman "zonas grises" en las cárceles, que se caracterizan por la aparición de expresiones religiosas que van más allá de religiosidad institucional formal y que están ubicadas en los márgenes de las expresiones oficiales de religiosidad.

La mayoría de estas expresiones religiosas "liminales" se leen y expresan, en términos de espiritualidad y no de religión. Wendy Cadge (2012) en su investigación sobre hospitales de EE. UU. también señala la creciente relevancia de las prácticas espirituales que se resisten a ser consideradas como expresiones religiosas tradicionales. De manera similar, en algunos países europeos y norte americanos se profesionalizan los "consultores espirituales" en contextos hospitalarios y carcelarios que no se identifican con la tradición religiosa oficial y que consideran que su trabajo está más allá del modelo tradicional (De Groot 2010, Cadge 2012). Dos de los elementos más interesantes que emergen de esta área de investigación son los siguientes: primero, parece haber una irrupción silenciosa de actividades espirituales en las instituciones públicas. Un crecimiento que es en gran parte ignorado, o que pasa desapercibido tanto por los científicos sociales como por los administradores de las instituciones. Esta invisibilidad institucional está relacionada con el hecho de que, por lo general, el avance de estas actividades espirituales en las instituciones públicas sigue un camino de abajo hacia arriba (*bottom-up*), y se difunde a través de trabajadores de perfil medio, como enfermeras en hospitales o educadores sociales en prisiones (Griera y Clot-Garrell 2015; Griera, 2017). Segundo, en términos de regulación, estas actividades usualmente se encuentran en tierra de nadie, y no se inscriben en el aparato legal-burocrático que regula la religión ni tampoco en el que regula el tratamiento. En este contexto, se vuelve

Griera, Mar (2021), "Masculinidades, yoga y espiritualidad en la cárcel. Un estudio cualitativo sobre la práctica del yoga en centros penitenciarios masculinos", *Sociologia: Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto*, Número Temático - Instituições e atores religiosos: contextos de diversificação, pp. 11-32.

especialmente relevante preguntar si la práctica del yoga podría considerarse como parte del "campo espiritual" en la prisión, y comprender cómo la perciben los diferentes actores involucrados.

Estudio de caso: masculinidades, yoga y espiritualidad en entornos penitenciarios

Consideraciones contextuales y metodológicas.

En el otoño de 2011 fui a un centro penitenciario, ubicado en la ciudad de Barcelona, para entrevistar a un educador social que trabajaba allí. En ese momento, yo estaba implicada en un proyecto de investigación centrado en analizar cómo se gestionaba el incremento de la diversidad religiosa en las cárceles y hospitales (Griera et al., 2015). Mientras caminaba por la prisión, vi un cartel que anunciaba clases de yoga para los reclusos. Le pregunté al educador social sobre las clases y me dijo que el yoga era una actividad muy popular en el contexto de la prisión. Intenté investigar un poco más, pero él solo me dijo que esta era una actividad organizada por voluntarios y que no tenía relación alguna con mi investigación sobre religión. Algunos meses después, una de mis compañeras, Anna Clot-Garrell, fue a hacer trabajo de campo en otra institución penitenciaria en las afueras de Barcelona. Allí también descubrió que el yoga era una actividad popular entre los reclusos y que los profesores eran voluntarios que venían de fuera la prisión. Además, también comprobó que el yoga no era la única actividad holística que se ofrecía a los reclusos, sino también reiki, sofrología, tai chi y Ho'oponopono, entre otras. Más tarde, descubrimos que el surgimiento y la popularidad de las "actividades espirituales" no era un fenómeno limitado a estos dos casos, sino una tendencia más general (Griera y Clot-Garrell 2015; Becci y Knobel 2014). Estos hallazgos iniciales nos llevaron a explorar de manera más sistemática el crecimiento de las espiritualidades holísticas en los entornos penitenciarios en Cataluña. Entrevistamos a varios voluntarios, educadores sociales y psicólogos de cinco prisiones diferentes de Cataluña y confirmamos que la espiritualidad holística estaba aumentando en las instituciones públicas. Identificamos el reiki y el yoga como las prácticas más extendidas e institucionalizadas -había otras, pero tenían unos caracteres más marginales. Descubrimos que estas prácticas generalmente eran ofrecidas por voluntarios -la mayoría eran profesionales de estas materias- que querían "devolver" a la sociedad lo que ellos habían aprendido en su "viaje espiritual". Estas prácticas contaban, en la mayoría de los casos, con un fuerte apoyo del personal, especialmente del personal "social" (psicólogos, educadores sociales, instructores de ocio). En la mayoría de instituciones estudiadas, estas prácticas se consideraban como pertenecientes al dominio "secular"; por lo tanto, no estaban reguladas por las reglas (estrictas) que rigen la presencia de representantes de las organizaciones religiosas en las cárceles (Griera y Clot-Garrell, 2014). Sin

embargo, de una manera más o menos abierta, la mayoría del personal de la prisión entrevistado reconoció la dimensión espiritual de estas actividades. Incluso, en varios casos, los entrevistados utilizaron un lenguaje espiritual holístico altamente connotado que hablaba de "energía", ángeles, karma o sincronicidad al describir estas prácticas y justificar su importancia en el contexto de la prisión. También descubrimos que algunos educadores sociales y psicólogos llevaban a cabo ellos mismos "prácticas holísticas" con los reclusos, como un educador social que organizaba un ritual del solsticio, otro instructor de deporte que enseñaba reiki a los reclusos y muchos otros que utilizaban técnicas de meditación o yoga en sus sesiones terapéuticas. En ningún caso el carácter espiritual de estas prácticas fue problematizado por nuestros interlocutores. El personal de prisiones entrevistado marcó claramente el límite entre el ámbito espiritual y el religioso. En su discurso, enfatizaron enérgicamente la diferencia entre ambas cuestiones y señalaron que estas prácticas no podían considerarse, en ningún modo, como religiosas. Sin embargo, los ejemplos empíricos que encontramos ofrecen una visión ligeramente diferente: en este sentido, por ejemplo, eran numerosas las actividades espirituales ofrecidas por miembros del grupo Brahma Kumaris (que está registrado como grupo religioso), o la participación de lamas budistas en charlas abiertas a todos los reclusos de "crecimiento personal". Para comprender esta cuestión, es importante tener en cuenta que la categorización de ciertas prácticas como religiosas o seculares tiene implicaciones legales y reglamentarias. Si estas mismas actividades hubieran sido etiquetadas como "religiosas", habría sido más difícil llevarlas a cabo en prisión, incluirlas en los programas de ocio o dejarlas abiertas a todos los internos. De manera similar, nuestros interlocutores discursivamente identificaron la espiritualidad como compatible con el régimen secular que gobierna la prisión mientras evaluaban los beneficios de estas prácticas en términos terapéuticos mediante el uso de argumentos "científicos". Hablaban de manera muy diferente sobre la religión, y especialmente sobre las religiones minoritarias, que en muchos casos se consideraban como una presencia "sospechosa" que tenía que ser estrictamente regulada y vigilada. La creciente presencia de minorías religiosas fue problematizada por nuestros entrevistados, mientras que las actividades de tipo holístico (yoga, meditación, reiki...) no fueron cuestionadas (Griera y Clot-Garrell, 2015) ya que, y en palabras de Goffman (1971), conseguían encajar en la apariencia de normalidad.

Por razones metodológicas y comparativas (Griera 2017), al diseñar el estudio, decidimos centrar el análisis en la popularidad de las actividades de yoga en el contexto de las instituciones penitenciarias. El proyecto de investigación se diseñó con tres objetivos principales. Primero, examinar el papel, la importancia y los efectos del yoga para los reclusos que lo practican. En segundo lugar, analizar las condiciones que permitieron el surgimiento, la legitimidad y la difusión del yoga en los entornos penitenciarios. En tercer lugar, centrarse en los voluntarios de yoga y analizar la creciente relevancia de lo que Anne Koch llama la "*culture of giving back*"

(Koch, 2015) en el medio holístico. El trabajo de campo se organizó en tres fases: primero, se realizó trabajo de campo exploratorio en una prisión de alta seguridad donde los voluntarios habían organizado una cuarentena de yoga que consistía en 40 días de práctica de yoga (2 horas por día) con un grupo de 15 reclusos (Julio-agosto 2013). En segundo lugar, junto con otras dos investigadoras, hicimos trabajo de campo en un curso de yoga intensivo de tres meses organizado por una ONG de yoga en una prisión preventiva (junio a julio de 2014)³. En tercer lugar, realicé trabajo de campo intensivo en la segunda cuarentena de yoga que se organizó en la primera prisión (junio-julio de 2015). El trabajo de campo consistió en observación participante, entrevistas informales y formales con internos, personal y voluntarios de yoga y encuestas con internos. Además, se realizaron entrevistas de seguimiento y observaciones durante 2016, 2017 y 2018. Los reclusos participaron en los cursos de yoga de forma voluntaria y el seguimiento de los cursos no tuvo beneficios penitenciarios directos⁴. La selección de los internos fue realizada por los educadores sociales de la prisión siguiendo diferentes criterios: comportamiento en la cárcel, conocimientos previos de yoga, compatibilidad con otras actividades de ocio y compatibilidad con los demás internos que participan en el grupo. En los tres casos, hubo lista de espera ya que los voluntarios y el personal penitenciario decidieron limitar el número máximo de participantes. En la cuarentena, el grupo fue mixto en términos de género (70% hombres, 30% mujeres), en el caso del curso organizado en la prisión preventiva solo eran hombres. Los cursos fueron organizados por una ONG de yoga dedicada a promover el yoga entre personas excluidas socialmente. La mayoría de los voluntarios eran expertos en kundalini yoga -si bien en las cuarentenas se combinaban diferentes estilos de yoga, mayoritariamente vinyasa, ashtanga y kundalini- y hubo una distribución casi igual entre voluntarios hombres y mujeres.

La mayoría de los internos que participaron en la investigación tenían un conocimiento previo de yoga. Además de estos cursos intensivos, todas las cárceles catalanas ofrecen cursos semanales de yoga para internos, también impartidos por voluntarios. Así, la mayoría de los internos que participaron en los cursos intensivos ya estaban participando en estas clases semanales. Por lo tanto, la mayoría de ellos, especialmente en la prisión de alta seguridad, ya tenían un buen dominio del yoga y, en algunos casos, eran estudiantes avanzados con años de práctica por delante. El yoga practicado en prisión pertenece a lo que De Michelis identifica como yoga moderno, que abarca “aquellas disciplinas y escuelas que, en mayor o menor medida, están

³ Esta parte de la investigación fue realizada gracias a una beca del Centro de Estudios Jurídicos de la Generalitat de Catalunya. Los resultados fueron publicados en este informe:
https://ddd.uab.cat/pub/worpaper/2015/165882/prayogcenpencat_a2015_cas.pdf

⁴ Los reclusos participaron en la investigación de forma voluntaria. Inicialmente yo les expuse los objetivos de la investigación y firmamos una carta de consentimiento. Los internos interesados, recibieron un resumen de los principales resultados de la investigación. El proyecto también fue presentado al Comité de Ética de la Universidad Autónoma de Barcelona y fue aprobado.

arraigadas en contextos culturales del sur de Asia y más específicamente se inspiran en ciertas filosofías, enseñanzas y prácticas del hinduismo. Estas enseñanzas y prácticas, en virtud de la exportación, la asimilación sincrética y los procesos de aculturación subsiguientes, se han convertido en una parte integral de (principalmente) las culturas urbanas en todo el mundo" (De Michelis 2008: 19). De esta forma, en este contexto, la práctica del yoga no puede considerarse como una práctica directamente trasplantada del hinduismo o el sijismo. Es más bien un fenómeno global concebido como una expresión secular, aunque, simultáneamente, existe un reconocimiento tácito, y a veces explícito, de su carácter espiritual (Smith, 2007). Este carácter espiritual es especialmente visible en el yoga Kundalini.

El yoga, los hombres y el cuerpo en el contexto penitenciario

En mi primera entrevista con una de las profesoras voluntarias de yoga, Amaya, ella expresó lo que muchos otros manifestaron más tarde: el yoga era una actividad muy popular entre los hombres en prisión, en oposición a la norma fuera de los muros de la prisión donde la mayoría de asistentes en clase son mujeres. Simultáneamente, en la misma entrevista, Amaya mostró su frustración porque un curso de yoga que se planeaba desarrollar en una unidad de atención materna en una prisión para mujeres fue cancelado debido a la falta de interés de las reclusas en participar. Ella se mostró sorprendida y dijo: "Antes, nunca hubiera imaginado que el yoga hubiera sido más atractivo para los hombres encarcelados que para las madres. Es impactante. Realmente no lo puedo explicar". En conversaciones posteriores, Amaya y otros voluntarios de yoga ofrecieron diferentes explicaciones para dar sentido al fracaso de los cursos de yoga en la unidad de atención materna penitenciaria. Desde un punto de vista sociológico, no puedo dar una respuesta al rompecabezas de Amaya, pero es interesante resaltar las concepciones implícitas sobre quién debería ser el objetivo "natural" de los cursos de yoga. Como otra voluntaria de yoga, Joana, me dijo una vez: "Sabes, es muy impactante ver a todos estos hombres grandes con todos estos tatuajes y sus antecedentes criminales en una posición de oración cantando mantras: nunca hubiera imaginado esto antes". Para Joana, que trabaja como profesora de yoga en gimnasios "solo para mujeres", fue una sorpresa, pero también un desafío, enseñar yoga a los reclusos en prisión. Sin embargo, al mismo tiempo, en otra entrevista me señaló "también es muy gratificante, ya sabes, toda esta energía masculina es muy poderosa y puedes sentir esto en la clase". Al abordar las cuestiones de género, la mayoría de los voluntarios dejaban entrever en su discurso nociones espirituales preconcebidas de lo "masculino" y lo "femenino" y los asociaron con nociones de fuerte/suave, sol/luna, rigidez/fluidez entre otras. Lo masculino y lo femenino se construyen como tipos ideales, que están presentes (pero en diferentes proporciones) en hombres y mujeres. Desde su punto de vista, la energía masculina y femenina puede ser una fuente creativa para el yo pero,

si no se la trata y cultiva adecuadamente, también puede ser destructiva. La prisión es percibida por los voluntarios de yoga como un espacio "saturado" de energía masculina que necesita "curación y equilibrio".

Sin embargo, no solo los voluntarios hicieron comentarios relativos al género. Miguel, un preso que ha estado practicando yoga en la cárcel durante más de seis años, justo al comienzo de la entrevista me dijo lo siguiente: "Ten en cuenta que estamos donde estamos y para muchos [la práctica del yoga] es una tontería, o algo para las señoritas ... ". Miguel no fue el único interno que enfatizo que el ambiente de la prisión no era propicio para actividades como el yoga, y que su practica implicaba superar muchas "resistencias". Las "resistencias" de los reclusos se expresan a través de la producción de sentimientos de vergüenza. Manel, otro recluso comentó: "En las primeras lecciones, el canto de mantras me hizo reír y me sentí muy estúpido". Como argumenta Thomas Scheff (1988), los sentimientos de vergüenza o pudor funcionan como mecanismos de conformidad social y como emociones reguladoras para disciplinar el yo. En este caso, el sentimiento de vergüenza cuando se practica yoga surge porque desafía el código de comportamiento "normal" en una prisión masculina, y la práctica de yoga se percibe como susceptible de ser sancionada por los compañeros masculinos. Sin embargo, la mayoría de los entrevistados coinciden en afirmar que estos sentimientos de vergüenza generalmente desaparecen, y como Manel también expresó, "después de un tiempo, no te importa".

El primer y más básico mecanismo que utilizan los reclusos para enfrentar la vergüenza es buscar explicaciones "racionales" que encajen y no contradigan los códigos de masculinidad en la cárcel. Es muy clarificativo de esta estrategia, este fragmento de la entrevista con Miguel donde él enfatiza: "mientras trabajo, en la cocina, a veces hago ejercicios de yoga en el receso, ya que necesito estirar mi cuerpo y sentirme mejor de nuevo ... al principio, muchos de mis compañeros se reían y se burlaban de mí. Sin embargo, entonces, decidí apostarles a que estuvieran en posición de tabla por un tiempo. Gané. Luego, les aposté de nuevo con otras muchas asanas, siempre gané. Entonces, pararon de burlarse". De esta forma, el yoga adquiere legitimidad a partir de mostrar que contribuye a construir la fuerza física. Tal y como atestiguan diversos investigadores, el cuerpo físico tiene una relevancia crucial en el contexto de la prisión. El trabajo sobre el cuerpo ayuda a construir una apariencia de dureza que puede ser crucial para la supervivencia de los internos. Como Martos et al. afirman "la destreza física y la capacidad de lucha proporcionan una forma de capital físico que puede convertirse en capital social y cultural dentro del entorno penitenciario" (2009, 80). Pero también, mantener el cuerpo en forma puede ser una estrategia para combatir los males del encarcelamiento y, especialmente, para suavizar los efectos negativos que el encarcelamiento inscribe en el cuerpo de los reclusos (Wahidin, 2002). Muchos de los participantes en los cursos de yoga, y especialmente aquellos con largas condenas,

expresaron sus temores sobre el impacto negativo que la prisión podría tener en sus cuerpos y su percepción de que el yoga podía ser una herramienta para contrarrestarlos. Esto también puede explicar, aunque no del todo, por qué el yoga es mucho más popular que la meditación en el contexto de la prisión. Sin embargo, la mayoría de los reclusos entrevistados afirman que a través del yoga también han aprendido sobre la importancia de mejorar la fuerza interior, no solo la fuerza física. Como afirmó un recluso en una entrevista: "Al principio pensé que el yoga era muy fácil, pero luego comencé a comprender que esto no solo requiere fuerza física sino, sobre todo, fuerza mental e interior. Poco a poco fui aprendiendo a usar esta fuerza que tengo en mi interior y a poder controlarla. Entonces, gané en serenidad".

Buscando la libertad: espiritualidad, trascendencia y yoga.

Juan, otro preso, cuando se le preguntó cómo lidiar con la vergüenza, dijo: "bueno, cuando sientes que esto realmente funciona para ti, olvidas estos temores y dejas de sentirte ridículo". Como en muchas otras prácticas espirituales holísticas (Fedele y Knibbe 2013, Cornejo 2012), la razón final que utilizan los practicantes para explicar su participación en la práctica es que "funciona para ellos". Cuando se les interroga más específicamente, esto generalmente se elabora en términos de bienestar. El yoga es considerado un vehículo para producir bienestar en tres niveles diferentes: físico (reduce los dolores corporales), psicológico (mitiga la ansiedad y el estrés) y espiritual (fomenta la trascendencia y la plenitud). La mayoría de los internos reconocen que la mejora del bienestar físico fue el principal beneficio percibido cuando comenzaron a aprender yoga. Sin embargo, las entrevistas también muestran que los reclusos correlacionan positivamente el aprendizaje corporal y el bienestar psicológico expresado en términos de paz interior, mejor autocontrol, reducción de la ansiedad o estabilidad emocional. Estos resultados concuerdan con la mayoría de las investigaciones sobre yoga realizadas desde una perspectiva de ciencia experimental (Bilderbeck *et al.* 2013, Rocha *et al.* 2012). Sin embargo, desde una perspectiva sociológica, es interesante examinar cómo se conceptualiza, produce y experimenta el bienestar en el contexto específico de la prisión, y cómo esta producción se relaciona con procesos políticos, sociales y religiosos más amplios.

Como Erving Goffman expuso hace décadas en su libro *Internados* (1961), las cárceles son instituciones totales, formas sociales híbridas, donde "un gran número de individuos en la misma situación, aislados de la sociedad durante un período apreciable de tiempo, comparten una rutina diaria en su confinamiento" (Goffman, 1970 pp. 64). Al ingresar a una institución total, el individuo es sometido a procesos de auto mortificación, como el aislamiento del mundo exterior, la limitación de su autonomía, los procedimientos de despersonalización y, especialmente, la pérdida del control sobre su privacidad e intimidad (Goffman 1971, Nizet y Rigaux, 2014). Hasta

cierto punto, el "éxito" del yoga en la cárcel está estrechamente relacionado con el hecho de que puede servir para contrarrestar el impacto de los procesos de auto-mortificación en diferentes niveles. Por un lado, el yoga crea espacios de calma en medio del ambiente caótico, sucio y ruidoso de la prisión. La estética de la clase de yoga, la música, las esterillas, el incienso y el hecho que las sesiones sean impartidas por personal voluntario vestido mayoritariamente de blanco (y algunos con turban) crean una atmósfera que se percibe como una transgresión simbólica del orden "normal" de la prisión. La transgresión se elabora en los siguientes términos: mientras que los espacios de la prisión se perciben como amenazantes y llenos de agresividad, la clase de yoga se ve como un espacio tranquilo y seguro donde se pueden mostrar emociones y gestos de amistad (entre los internos pero también, especialmente, entre voluntarios y presos). Un ambiente que ayuda a poner momentáneamente, durante la duración de la clase, la realidad de la prisión entre paréntesis. No es por casualidad que el tiempo dedicado a la relajación y la meditación sea uno de los momentos más valiosos para los internos, ya que les ofrece una oportunidad para la introspección: encontrar contextos "seguros" y silenciosos donde uno puede sentir intimidad con uno mismo o "conectar con la paz interior"—, lo cual no es fácil de hallar en el ambiente abarrotado, ruidoso y agresivo de la cárcel.

En la literatura académica sobre prisiones, varios autores han identificado la existencia de "zonas emocionales" (Crewe 2014) o "santuarios" (Johnson 1987) que se consideran "espacios protegidos" entre lo que Goffman llama "frontstage" (escenario) y "backstage" (vestuarios) (Goffman 1971). Las clases de yoga también podrían interpretarse a través de este prisma, como "santuarios" o "zonas emocionales" especiales. Estos espacios protegidos permiten el uso de repertorios emocionales más amplios y son percibidos por los internos como "lugares seguros" donde, en palabras de un interno, "pueden quitarse la máscara". A través de la práctica del yoga, los participantes recuperan el control sobre su espacio privado, y sobre lo que Goffman (1971) denominó como "territorios del yo". De esta forma, obtienen acceso a lo que se percibe, y ellos mismos describen, como el "yo auténtico". En este sentido, otro recluso en la encuesta final después de la segunda cuarentena escribió: "lo que más me sorprendió es cómo mostramos nuestra vulnerabilidad y cómo fuimos receptivos al amor". Esta atmósfera ofrece un contrapunto al espacio generalmente hipermasculinizado de la prisión, y abre la puerta a la expresión de un registro más amplio de emociones que van más allá de los repertorios masculinos tradicionales.

Por otro lado, el yoga es percibido por los reclusos como un vehículo para experimentar la trascendencia y la plenitud. La escenografía y el orden simbólico "alterado" de la clase de yoga parecen contribuir a crear un contexto emocional y sensorial que facilita las experiencias de trascendencia. Tal y como desarrollé en otro artículo (Griera 2017), el concepto de "ámbito finito de significación" (Schütz, 1973) es apropiado para explicar las experiencias de los reclusos

cuando hacen yoga. Desde una perspectiva socio-fenomenológica, en algunos momentos de la vida podemos experimentar que trascendemos la realidad ordinaria y entramos en un espacio diferente de realidad que se rige por otro orden temporal, involucra una tensión específica de conciencia y está imbuida por una tonalidad emocional particular. Esto marca la entrada a un ámbito finito de significación, y la práctica del yoga, junto con la meditación y el canto de mantras, puede desencadenar el salto a este nuevo espacio de realidad. Este concepto tiene algunas similitudes con lo que Csikszentmihalyi (2000) identificó como "experiencias de flujo" o Smith denominó como experiencias de "conexión con uno mismo" (Smith 2007). En muchos casos, estas experiencias se interpretan como "espacios de libertad", que se vuelven especialmente significativos en el contexto de la prisión. Hasta cierto punto, el alivio del estrés carcelario que produce la realización de los ejercicios físicos, junto con la confianza en sí mismos que ganan los internos cuando aprenden a dominar su propio cuerpo y a acallar la angustia, es lo que les ofrece oportunidades para experimentar la trascendencia y, en palabras de un entrevistado: "ser libres a pesar de estar en prisión".

Buscando el sentido: masculinidad, espiritualidad holística y narrativas de esperanza.

Empezar a practicar yoga no solo consiste en aprender a ejecutar un grupo de *asanas* (posturas de yoga), sino también en adquirir cierto conocimiento y vocabulario. Las clases de yoga suponen, también, la transmisión de ciertas ideas que, poco a poco, van ganando terreno en la vida de los internos. Mi descubrimiento inicial más sorprendente fue darme cuenta de que los internos usaban un lenguaje altamente espiritual al expresar lo que el yoga significaba para ellos. Incluso aquellos que pertenecían a otras religiones empleaban una narrativa impregnada de nociones como energía, karma o sincronicidad. También fue interesante descubrir que en los corros que se formaban al comenzar y terminar las clases la mayoría de conversaciones versaban sobre cuestiones espirituales. A veces, la clase servía como un espacio para hablar de libros o películas espirituales (desde Paulo Coelho, hasta el Bagavad Gita o la película Phi) y otras veces era un comentario hecho por el instructor durante la clase sobre un tema espiritual lo que fomentaba comentarios y reflexiones después. Asimismo, en la encuesta escrita, un recluso escribió "antes, cuando escuchaba la palabra yoga, lo que me venía a la mente era relajación, ahora es conocimiento", lo que revela que su concepción del yoga va más allá de considerarlo sólo como un tipo particular de deporte.

Hasta cierto punto, y utilizando nuevamente un enfoque socio-fenomenológico, podríamos decir que la práctica del yoga puede llevar consigo la adquisición de un "repositorio de conocimiento disponible" [*stock of knowledge*] espiritual (Schütz 1973). Este repositorio de conocimiento puede contribuir a generar una nueva mirada sobre uno mismo y, también, algunas

reglas concretas sobre cómo orientar la propia conducta. Hay un lado pragmático del conocimiento adquirido, que puede ayudar a los internos en la organización concreta de la vida en prisión, pero también uno más religioso-filosófico que les proporciona nuevos recursos simbólicos para narrar y dar sentido a sus vidas. El siguiente extracto de una entrevista a un interno expresa muy bien esta versatilidad del yoga: "El yoga me conecta con la divinidad. Hace años fumé marihuana, también tomé drogas (...) y con el yoga sentí sensaciones similares. Sin embargo, esto no es una droga, esto no es falso, esto no es hipócrita, y esto no está sucediendo porque alguien me está dando drogas. Esto no viene de afuera. Esto viene de dentro de mí, viene de mi propia serenidad, y me siento feliz conmigo mismo (...) Me siento feliz, y puedo entender mi contexto, veo cómo son realmente las cosas (...) y me digo a mí mismo. . ¡Me siento tan bien!". La práctica del yoga puede fomentar la trascendencia, pero también puede convertirse en una herramienta para reinterpretar la vida a través del "repositorio de conocimiento disponible" (Schütz 1973) espiritual que se va adquiriendo gradualmente. En las entrevistas, fue fácil captar cómo sus propias trayectorias personales se reinterpretaban a través de las lentes de la espiritualidad holística. Muchos internos hacían referencia al karma para explicar sus decisiones o circunstancias anteriores (las que los llevaron a la cárcel), mientras que el sufrimiento era narrado como una condición necesaria para adquirir sabiduría, y promover la transformación personal. Incluso, en algunos casos, los internos hicieron un paralelismo entre la prisión y un templo, dando así un nuevo significado a su encarcelamiento: "Estar aquí también puede ser una oportunidad. Esto es como un templo y necesitas ser fuerte, entrenar y disciplinar tu cuerpo, tu mente y tu alma".

En cierto modo, el sufrimiento que produce la cárcel es reinterpretado a través de una narrativa de esperanza que, en su mayoría de veces y según se desprende de las entrevistas y encuestas, se estructura alrededor del siguiente razonamiento: la vida anterior -previa a la cárcel- estaba guiada por un "yo sufriente y confuso" que fue el que le hizo equivocarse y/o ponerse en problemas. La cárcel puede ser una oportunidad para descubrir su interioridad, y su yo auténtico, y adquirir la sabiduría necesaria para vivir en armonía con el universo. Las dificultades son percibidas como "pruebas" en el camino hacia el equilibrio y la sabiduría. En cierto modo, hay un proceso de reinterpretación de sus propias biografías, que también puede tener un impacto en la transformación de su concepción de la masculinidad. Cuatro elementos emergen como claves en la redefinición de lo que significa ser un hombre en este contexto: primero, hay un proceso de reinterpretación de lo que significa ser un "hombre fuerte". Como ya mencioné, la práctica de yoga puede fomentar una nueva comprensión del significado de la fuerza al poner la atención en la fuerza "interior". Por lo tanto, no hay una ruptura completa con las concepciones hegemónicas de la masculinidad, ya que la idea de ser fuerte todavía juega un papel importante en la definición

de lo que debe ser un hombre. Sin embargo, desde esta perspectiva, lo que es especialmente valioso, y difícil de obtener, es la fuerza interior. En segundo lugar, a través de su participación en el universo espiritual, la idea de que existe un "yo interno" al que uno puede acceder si se libera del sufrimiento y la confusión, también podría tener un impacto en la noción de masculinidad. Desde esta perspectiva, la agresividad y las actitudes de abuso físico se leen como signos de debilidad y como "máscaras" que ocultan el "yo verdadero". Ser capaz de quitarse la máscara (o, al menos, saber que hay una máscara que esconde algo más valioso) se considera una señal de sabiduría y valor. En muchas de las entrevistas, las actitudes violentas se interpretaron como parte del yo "falso", mientras que las actitudes más positivas y conciliatorias se consideraron como "signos" de su auténtico yo interior. No tengo suficientes datos para confirmar si efectivamente su comportamiento cambió en su vida cotidiana en prisión. Sin embargo, lo que observamos es que, al menos, la clase de yoga les ofrece un escenario donde expresar emociones de calma, amabilidad... Tercero, y relacionado con lo que acabo de decir, es importante tener en cuenta que la clase de yoga puede funcionar como un "santuario" (Johnson 1987) o como una "zona emocional" donde los reclusos pueden desempeñarse de manera diferente, utilizando registros emocionales no habituales en el espacio de la cárcel, sin el riesgo de ser sancionados. Algunos días, en la clase de yoga, y especialmente en la prisión de alta seguridad, algunos presos lloraron o mostraron/expresaron sus emociones mientras practicaban. Este tipo de expresiones emocionales generaron rápidamente signos de solidaridad y amistad (palmadas en el hombro, abrazos, escucha...), y la mayoría de los entrevistados expresaron que, en un momento u otro, también tuvieron una "crisis" en alguna clase de yoga. Sin embargo, también quedó claro que fuera de la clase de yoga los reclusos pueden ser sancionados si expresan sus emociones en público. Un día, un recluso comenzó a llorar en voz alta, otro recluso fue allí para consolarlo y le dijo: "Llora. Llora tanto como puedas aquí. Desahógate. Pero después, respira, detente y no permitas que [los demás, los que no pertenecen a la clase] te vean llorar". Como también muestra Karp (2010) en su investigación sobre terapias sobre la masculinidad en la prisión, la existencia de un "espacio seguro", donde se permiten diferentes registros emocionales, es crucial para comenzar a desarrollar una comprensión más positiva de la virilidad.

Finalmente, también es interesante ver cómo la adquisición de una narrativa espiritual puede proporcionar nuevas esperanzas para el futuro. Esto puede ser a nivel filosófico, dando sentido a su situación de prisión como un punto de aprendizaje en su viaje espiritual, pero también en algunos casos en términos más prácticos. Muchos de los internos, y especialmente en la prisión de alta seguridad, expresaron la voluntad de convertirse en maestros de yoga cuando estuvieran fuera de la prisión o incluso ya se convirtieron en maestros de yoga dentro de misma prisión - dando clase a los internos que no pueden salir de los módulos para participar en actividades

comunes. A través del yoga, entonces, comienzan un proceso de auto-reinvención, que también suele conllevar algunos cambios en la forma de vestirse, caminar y actuar. Es ilustrativo de esto lo que sucedió durante la primera cuarentena cuando un grupo de reclusos le preguntó a la maestra de yoga si podía llevarles ropa de yoga. Ella les dijo que no hay un único tipo de prenda de yoga, y que el yoga se puede hacer con todo tipo de ropa, pero los internos no se quedaron satisfechos y pidieron ropa de yoga "real" y que pudiera ser identificada como tal. Para algunos de ellos, y especialmente para aquellos con más de años de práctica por delante, su participación en la clase de yoga puede ser una oportunidad para transformar su identidad. Hasta cierto punto, la escasez de recursos simbólicos y de identidad para distinguirse en el contexto de la prisión hace que los reclusos sean más proclives a utilizar los pocos recursos disponibles, en este caso el yoga, como una forma de distinción de otros reclusos, y también de su yo anterior.

Apuntes finales

La investigación sobre nuevas espiritualidades en el entorno carcelario desafía las representaciones sociológicas tradicionales sobre la espiritualidad holística: principalmente orientada a mujeres, de clase media, fomentando solo la autorrealización y difundándose a través del mercado y la esfera privada. El caso del yoga en prisión muestra cómo la espiritualidad holística también penetra en las instituciones públicas y está ganando terreno en los ambientes dominados por hombres de la clase trabajadora. Los "portadores" [träger, cf. Weber] de estas prácticas son voluntarios holísticos con el objetivo de "devolver" a la sociedad lo que a ellos les ha "traído" la práctica del yoga, y que van más allá del estereotipo clásico del "new ager" como un individuo narcisista y hedonista. En términos institucionales, hay varias razones que explican el éxito del yoga en prisión (Griera y Clot Garrell 2015), pero en este artículo es particularmente relevante enfatizar la afinidad entre la importancia que adquiere la dimensión terapéutica en los nuevos dispositivos de rehabilitación y las espiritualidades holísticas. Actualmente, los entornos penitenciarios también se encuentran en medio de un cambio con respecto a las filosofías de rehabilitación y terapia (Crewe 2011, Garreaud y Malventi 2008), que se alinean con la creciente hegemonía de los discursos terapéuticos (Illouz 2008). En este contexto, el éxito de la espiritualidad holística podría explicarse por el hecho de que funciona en consonancia y refuerza lo que Rieff (1966) denominó el "triunfo de la terapéutica" o lo que Illouz ha llamado el "lenguaje transnacional de la individualidad" (2008). Como señalan Sherry y Kozinets (2007), la difusión de la "cultura de la autenticidad" coincide con el auge del individualismo expresivo y la difusión del espíritu terapéutico y de la "espiritualidad reflexiva".

La institucionalización de actividades espirituales holísticas en las prisiones sigue un enfoque de abajo hacia arriba: surge de la iniciativa de los voluntarios, es promovida por los trabajadores y es tolerada por las autoridades penitenciarias. En la mayoría de los casos, el personal penitenciario que promueve estas prácticas también son practicantes, clientes o miembros del entorno espiritual holístico, y comparten una afinidad social y cultural con los voluntarios de yoga. Al justificar el papel de estas actividades en prisión, su carácter religioso es totalmente negado. Sus promotores pueden movilizar un marco no religioso para justificar su presencia en instituciones públicas, y tienen éxito en hacerlo porque la espiritualidad holística está inscrita en la normatividad secular y está ganando hegemonía como una tecnología "secular" del yo (Foucault, 1988). La práctica del yoga también ofrece a los reclusos una versión encarnada del lenguaje terapéutico y facilita nuevos dispositivos discursivos para remodelar la narrativa de sus trayectorias biográficas. El yoga les da acceso a un conjunto particular de conocimientos basados en espiritualidades orientales, psicología positiva y elementos sincréticos que les ofrecen recursos para adaptar la presentación de sus biografías a las concepciones hegemónicas contemporáneas sobre el yo rehabilitado. La adquisición de estos repertorios narrativos se convierte en una herramienta poderosa para reinventar sus biografías y enfrentar el futuro, pero también para generar proximidad con el personal de la cárcel (psicólogos, educadores sociales, instructores). A través del yoga y su participación en el universo holístico, estos internos adoptan un lenguaje terapéutico/espiritual de clase media, que les ayuda a desempeñar mejor el papel del yo 'rehabilitado' en el contexto de la prisión. Hasta cierto punto, el estudio muestra que la práctica del yoga puede lograr resultados similares a los de la religión en la prisión (Johnson 2002), a saber, la transformación, la autodisciplina y el significado. Sin embargo, la principal diferencia entre el campo religioso y el espiritual en la prisión es que, si bien la religión se percibe como un área separada y claramente demarcada, la espiritualidad aparece inscrita dentro del ámbito secular.

Bibliografía

- BECKFORD, James; GILLIAT-RAY, Sophie (1998), *Religion in Prison. Equal rites in a multi-faith society*, Cambridge: Cambridge University Press.
- BECCI, Irene; Knobel, Brigitte (2013), "La diversité religieuse en prison: entre modèles de régulation et émergence de zones grises (Suisse, Italie et Allemagne)", en *Quand le religieux fait conflit*.

Griera, Mar (2021), "Masculinidades, yoga y espiritualidad en la cárcel. Un estudio cualitativo sobre la práctica del yoga en centros penitenciarios masculinos", *Sociologia: Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto*, Número Temático - Instituições e atores religiosos: contextos de diversificação, pp. 11-32.

Désaccords, négociations ou arrangements editado por A. S. Lamine and N. Luca, Paris: La Découverte.

BILDERBECK, A.C. et al. (2013) "Participation in a 10-week Course of Yoga Improves Behavioural Control and Decreases Psychological Distress in a Prison Population". *Journal of psychiatric research*, 47/10, 1438-1445.

BURCHARDT, Marian. (2017), "Saved from hegemonic masculinity? Charismatic Christianity and men's responsabilization in South Africa." *Current Sociology*: 0011392117702429.

CADGE, Wendy (2012), *Paging God: Religion in the halls of medicine*. Chicago: University of Chicago Press.

CAZARIN, R. y GRIERA, M. (2018). Born a pastor, being a woman: biographical accounts on gendered religious gifts in the Diaspora. *Culture and Religion*, 19(4), 451-470.

CORNEJO, M. (2012). Religión y espiritualidad, ¿dos modelos enfrentados?. Trayectorias poscatólicas entre budistas Soka Gakkai. *Revista Internacional de Sociología*, 70(2), 327-346.

CSIKSZENTMIHALYI, M. (2000), *Beyond Boredom and Anxiety*. San Francisco: Josey-Bass

CREWE, BEN. (2011a) "Depth, weight, tightness: Revisiting the pains of imprisonment." *Punishment & Society* 13.5: 509-529.

CREWE, BEN. (2011b) "Soft power in prison: Implications for staff-prisoner relationships, liberty and legitimacy." *European Journal of Criminology* 8.6: 455-468.

CREWE, BEN, et al. (2014) "The emotional geography of prison life." *Theoretical Criminology* 18.1: 56-74

DE MICHELIS, E. (2011), "Modern Yoga: History and Forms". In *Yoga in the Modern World: Contemporary Perspectives* edited by Singleton, M. & Byrne, J., 17-35. New York: Routledge.

DE GROOT, Kees, (2010), The institutional dynamics of spiritual care. *Revista de estudos da Religião - Rever* 10 (1) (2010):21-28.

EVANS, Tony; WALLACE, Evans, (2008) "A prison within a prison? The masculinity narratives of male prisoners." *Men and Masculinities* 10.4 (2008): 484-507.

FEDELE, Anna; KNIBBE, Kim, *Gender and Power in Contemporary Spirituality: Ethnographic Approaches* (Vol. 26). New York: Routledge, 2013.

FURSETH, Inger, (2003). "Secularization and the role of religion in state institutions." *Social compass* 50.2: 191-202.

FOUCAULT, Michel (1988), "Technologies of the self." *Technologies of the self: A seminar with Michel Foucault*. Paris.

FURSETH, Inger; KÜHLE, Lene (2011), "Prison chaplaincy from a Scandinavian perspective." *Archives de sciences sociales des religions* 153: 123-141.

GOFFMAN, Erving (1961), *Asylums: essays on the social situation of mental patients and other inmates*. England: Penguin.

GOFFMAN, Erving (1971) *Relations in Public: Microstudies of the Social Order*. London: Allen Lane.

Griera, Mar (2021), "Masculinidades, yoga y espiritualidad en la cárcel. Un estudio cualitativo sobre la práctica del yoga en centros penitenciarios masculinos", *Sociologia: Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto*, Número Temático - Instituições e atores religiosos: contextos de diversificação, pp. 11-32.

GRIERA, Mar; CLOT-GARRELL, Anna (2015), "Doing yoga behind bars: A sociological study of the growth of holistic spirituality in penitentiary institutions", in *Religious Diversity in European Prisons*, editado por BECCI, I and ROY, O. 141-157. The Netherlands: Springer International Publishing.

GRIERA, Mar; CLOT-GARRELL, Anna (2015), "Banal is not Trivial: Visibility, Recognition, and Inequalities between Religious Groups in Prison." *Journal of Contemporary Religion* 30.1: 23-37.

GRIERA, Mar. "Yoga in Penitentiary Settings: Transcendence, Spirituality, and Self-Improvement." *Human Studies* 40.1 (2017): 77-100.

HEELAS, P., WOODHEAD, L., SEEL, B., SZERSZYNSKI, B., & TUSTING, K. (2005) *The Spiritual Revolution: Why Religion is Giving Way to Spirituality*. London: Blackwell.

HOUTMAN, D.; AUPERS, S. (2007). "The Spiritual Turn and the Decline of Tradition: The Spread of Post-Christian Spirituality in 14 Western Countries, 1981–2000." *Journal for the Scientific Study of religion* 46.3: 305-320.

ILLOUZ, Eva. *Saving the modern soul: Therapy, emotions, and the culture of self-help*. California: University of California Press, 2008.

JEWKES, Yvonne (2005), "Men Behind Bars: "Doing" Masculinity as an Adaptation to Imprisonment." *Men and Masculinities* 8.1: 44-63.

JOHNSON, R. (1987), *Hard time: Understanding and reforming the prison*. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole Publishing.

JOHNSON, B. R. (2002). Assessing the impact of religious programs and prison industry on recidivism: An exploratory study. *Texas Journal of Corrections*, 28, 7–11.

KARP, David R. (2010), "Unlocking men, unmasking masculinities: Doing men's work in prison." *The Journal of Men's Studies* 18.1: 63-83.

KING, Ursula (2008), "Spirituality and gender viewed through a global lens" in *Religion, spirituality and the social sciences: Challenging marginalization*, edited by Basia Spalek and Alia Imtoul. Bristol: Policy Press, 119-136.

KOCH, Anne. (2015), "Competitive Charity: A Neoliberal Culture of 'Giving Back' in Global Yoga." *Journal of Contemporary Religion* 30.1: 73-88.

MARTÍNEZ-ARIÑO, Julia et al. (2015), "Demonopolisation and dislocation:(Re-) negotiating the place and role of religion in Spanish prisons". *Social compass*, 62(1): 3-21.

MARTOS-GARCIA, DANIEL, JOSÉ DEVÍS-DEVÍS, AND ANDREW C. SPARKES. (2009), "Sport and physical activity in a high security Spanish prison: an ethnographic study of multiple meanings." *Sport, Education and Society* 14.1: 77-96.

MICHALOWSKI, Ines, (2015) "What is at stake when Muslims join the ranks? An international comparison of military chaplaincy." *Religion, State & Society* 43.1: 41-58.

NIZET, J.; RIGAUX, N. (2005), *La Sociologie de Erving Goffman*. Paris: La Découverte.

PAGIS, Michael (2010), "From Abstract Concepts to Experiential Knowledge: Embodying Enlightenment in a Meditation Center". *Qualitative Sociology* 33/4: 469–489.

Griera, Mar (2021), "Masculinidades, yoga y espiritualidad en la cárcel. Un estudio cualitativo sobre la práctica del yoga en centros penitenciarios masculinos", *Sociologia: Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto*, Número Temático - Instituições e atores religiosos: contextos de diversificação, pp. 11-32.

ROCHA, K. K. F., et al. (2012), "Improvement in physiological and psychological parameters after 6 months of yoga practice." *Consciousness and cognition* 21.2: 843-850.

SCHUTZ, Alfred. *Collected papers I: The problem of social reality*. Edited by M. Natanson. The Hague: Martinus Nijhoff, 1973.

SCHEFF, Thomas J. "Shame and conformity: The deference-emotion system." *American sociological review* (1988): 395-406.

SMITH, B. R. "Body, Mind and Spirit? Towards an Analysis of the Practice of Yoga". *Body & Society*, 13/2, (2007): 25-46.

VAN KLINKEN, Adriaan S. "Male headship as male agency: an alternative understanding of a 'patriarchal' African Pentecostal discourse on masculinity." *Religion and Gender* 1.1 (2011): 104-124.

WAHIDIN, Azrini (2002), "Reconfiguring older bodies in the prison time machine." *Journal of Aging and Identity* 7.3: 177-193.

WOODHEAD, Linda (2007a), "Why So Many Women in Holistic Spirituality?", in *The Sociology of Spirituality*, edited by Flanagan, K. & Jupp, P., 115-125. Aldershot: Ashgate.

WOODHEAD, Linda (2007b) "Gender Differences in Religious Practice and Significance", in *The Sage Handbook of the Sociology of Religion*, 550-570. Los Angeles: Sage.

Mar Griera. Universitat Autònoma de Barcelona. Direcció: B3b-197 Departament de Sociologia. Facultat de Ciències Polítiques i Sociologia. Universitat Autònoma de Barcelona. 08193 – Barcelona (Espanya). Email: Mariadelmar.griera@uab.cat

Artigo recebido em 13 de maio de 2021. Aprovado para publicação em 7 outubro de 2021.