



# RESILIENCIA

CAPACIDAD DE LAS PERSONAS DE SOBREPONERSE A PERÍODOS DE DOLOR EMOCIONAL Y SITUACIONES ADVERSAS

Junio -2025 n° 36



Editorial	2
Noticias ASRESOLA	3
Hay que meter en vereda a la institución penitenciaria	4
Cultura, poder y privación de libertad	6
La muerte de una madre	7
Herramientas de reinserción	8
La dificultad de estudiar en prisión	9
La erosión de la soberanía	10
La necesidad de un enfoque integral	11
Entretenimientos	12
Sección jurídica Ficha de situación penal Fernando Oriente	14
La cárcel de la empatía	16
Sucedió así	17
Sección jurídica Expediente de expulsión para extranjeros Pol García	18
Sección psicología Delincuencia y salud mental Javier Moreno	19
Sección psicología Trastorno de bipolaridad Carmen Gómez	20
El arte del ojo	21
Oda a mis visitas a Quatre Camins	22
Justicia para ricos	23

Muy buenas a todos.

Seguimos adelante, cada día con más proyectos, lo que implica ir más de cabeza... pero vamos saliendo. Solo necesitamos que os involucréis más con nosotros. Eso nos da ánimos y nos recarga las pilas.

A veces puede parecer que hacemos las cosas con lentitud, y es cierto. La verdad es que no podemos ir más deprisa debido a la falta de medios, y también porque hay personas que no se atreven a explicar los problemas que sufren los privados de libertad. Muchos se limitan al clásico "si está en la cárcel es que algo ha hecho," pero luego se les llena la boca al hablar de *empatía, rehabilitación, reeducación y reinserción*. Todo esto está muy bien, pero va siendo hora de acompañar a esas palabras de gestos concretos que nos ayuden a seguir ayudando.

Estas cuatro palabras solo son posible con vuestra colaboración. Sin ella, se quedan en meros conceptos vacíos que solo sirven a los intereses de unos pocos, quienes, en realidad, ni conocen la situación ni hacen nada por cambiarla. Es como si vivieran en otro mundo... o simplemente les resulta más cómodo mirar hacia otro lado y no tomar parte en la solución.

El segundo libro, *Víctimas secundarias*, va tomando forma, pero necesitamos que nos hagáis llegar vuestros escritos para incluirlos. Os recordamos que pueden ser anónimos o firmados. En ningún momento es necesario hablar del delito —eso pertenece a cada uno—, pero sí es importante que contéis como creéis cómo afectó vuestra entrada en prisión a vuestra familia, amigos y entorno laboral. A cada familia le impactó de manera distinta, pero sacarlo fuera siempre ayuda. Escribir también puede ser una forma de sanar.

Mucho cuidado y suerte a todos.

Paco Pardo

La vida  
te va a poner piedras en  
tu camino.  
Depende de ti lo que  
haces con ellas, una pared  
o un puente.

Si no eres  
parte de la  
solución, por  
lo menos no  
seas parte del  
problema



Empresa colaboradora



El pasado viernes 30 celebramos la **tercera comida de fraternidad**. Al evento asistimos 26 comensales entre voluntarios, abogados, personas en tercer grado y algún que otro ya liberado. Esta vez éramos más tercergradistas y liberados que voluntarios, señal de que la voz va corriendo y cada vez hay más interés en encontrarse y conectar en un ambiente distendido y amable.

La próxima será **el viernes 27 de junio**. ¡Animaos! Es una iniciativa muy enriquecedora, y siempre se reabre algún antiguo contacto. Además, en esta ocasión surgieron **dos oportunidades de trabajo y una de vivienda**.



Muchos llevabais tiempo pidiéndolo y os dijimos que, con paciencia, todo llegaría... y ya va tomando forma. ¿Qué de qué se trata? Pues del **grupo de trabajo multidisciplinar** que se está constituyendo para hablar con los organismos que sean necesarios sobre cómo afecta, a la vida de las personas privadas de libertad, la impunidad con la que el CIRE actúa a su entera voluntad, tomando decisiones que casi siempre repercuten negativamente en el día a día dentro de prisión y que, por

desgracia, en muchas ocasiones terminan afectando también el momento de vuestra salida en libertad.

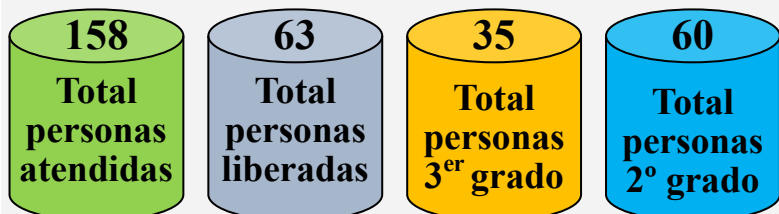
También contaremos con vuestra opinión, consejos, sugerencias, etc. Vosotros, que estáis privados de libertad, podéis estar seguros de que vuestra voz será escuchada. Lo que necesitamos es que nos escribáis sobre **temas razonables**, quejas y demás, pero tened en cuenta que todo ha de ser demostrable, ya que va a ser una batalla difícil.

Por favor, que los escritos sean **claros y concisos**, y si van acompañados de pruebas, **mejor que mejor**.

Os iremos informando de cómo evoluciona este tema. **Gracias de antemano a todos.**

En este número podréis ver que ha desaparecido la sección de direcciones de interés. El motivo es que desde ahora vamos a hacer un suplemento con toda esa información y en un formato mucho más cómodo, vamos que se podrá llevar en el bolsillo. Si alguien nos lo pide se lo haremos llegar, pero nuestros delegados lo tendrán ya el próximo mes. Gracias por entenderlo.

Desde que comenzamos nuestra andadura, ya hemos atendido a 158 personas, contando los que están en segundo y tercer grado y los que han salido en libertad. Cada mes, gracias a Dios, el número de atendidos va increchendo. Este mes hemos aumentado en 11 personas atendidas un 0,7% más que el anterior.



Vinieron por los judíos, pero a mí no me importó, porque yo no era judío.  
Vinieron por los comunistas, pero a mí no me importó, porque yo no era comunista.  
Vinieron por los sindicalistas, pero a mí no me importó, porque yo no era sindicalista.  
Vinieron por mí, y ya no había nadie que hablara en mi apoyo.  
**Martin Niemöller, pastor luterano alemán.**

En 1987, la comisión del Parlamento Europeo en inspección a las cárceles españolas dictaminó con contundencia que “en España la ley se para a las puertas de las prisiones”. Aquella frase, que con los años ha devenido famosa, me temo que apenas ha servido para algo más que indignar a algunos y sembrar alguna esperanza en otros, pues estas inspecciones bianuales y los informes siguen sin ser halagüeños, y, de hecho, me temo que poco ha cambiado desde entonces. Lo que vemos cotidianamente es un desprecio mayúsculo por la legalidad en la institución penitenciaria. Unas veces se omite olímpicamente; otras, se interpreta de forma aberrante y cínica el contenido de artículos esenciales; y algunas veces se miente en un informe diciendo que se ha observado la ley tanto en el procedimiento como en lo que ordena, a sabiendas que no es verdad.



¿Y por qué se ha avanzado poco o nada? Evidentemente, hay de fondo un problema social de gran calado: no se aceptan las finalidades de la pena de prisión. Ninguna de ellas. Ni siquiera la reinserción social. No se acepta con gusto la cesión de la venganza privada al Estado, sino, en el mejor de los casos, con resignación. Este rechazo no solo se ve en la calle; también predomina entre los internos, que frecuentemente piensan u opinan que a otros compañeros les han castigado poco y que, si de ellos dependiera, les habrían dado una lección más contundente, más gravosa y, a ser posible, más violenta. Esta ideología se extiende —no sin ayuda de periodistas y de los medios de comunicación— hasta un extremo que está siendo muy peligroso, pues ya ha dado lugar a ese fétido movimiento demagogo que se ha etiquetado como populismo neopunitivista.

El populismo ha matado la ideología de los partidos, todos ellos convertidos en partidos atrapa-votos. Defender los derechos de los presos resta votos. Por el contrario, incrementar penas se presenta como el

remedio de todos los males que aquejan a nuestra sociedad violenta y, respaldada por periodistas y medios. Esta medida da votos o, al menos, los mantiene. Da igual lo que digan estadísticas, estudios científicos, expertos criminólogos, da igual. Predomina el mito del chivo — del o mono— expiatorio, y el dicho “leña al mono que es de goma”. Predomina la ficción de haber encontrado el remedio tranquilizador, una solución, aunque sea falsa. Aparte de la efímera bajada de algunos supuestos penales entre septiembre de 2022 y abril de 2023, el número de tipos penales y las penas —de nuevos y antiguos delitos— no ha dejado de incrementarse desde que en 1983 se aprobó la Ley Orgánica 8/1983, de 25 de junio, de Reforma Urgente y Parcial del Código Penal, que modificó algunos aspectos del código penal español relativos a drogas y que produjo, como la de septiembre de 2022, algunas excarcelaciones. La reacción social mayoritaria fue tan contraria que puso fin a la serie de modificaciones liberadoras desde la muerte del dictador.

Vamos por un desfiladero en el que la sola mención a los derechos humanos provoca risa. Los derechos identitarios son importantes, pero no lo son todo, y me temo que se está produciendo la ilusión de que, con solo su defensa, se está defendiendo al conjunto. Más bien está pasando lo contrario: que el poder populista —que hoy incluye a todo el espectro parlamentario— está utilizando la defensa de la identidad como coartada para aparentar ser defensores de los derechos humanos.

Pero aparte de este fondo de apoyo social, hay un problema sin duda más grave: el de la perversión del sistema judicial. La democracia representativa nace del hecho de que el pueblo no es de fiar: no sabe gobernar, no tiene suficientes datos ni criterio para hacerlo, una vez que una sociedad adquiere determinado tamaño. Las democracias asamblearias funcionan con cierta dificultad en los cantones suizos y bastante mejor en agrupaciones vecinales, comunidades de vecinos, reuniones de amigos o familias, pero dan resultados lamentables en sociedades complejas. ¿Y quién es de fiar para dirigir al pueblo? Nadie. De la desconfianza sana nacen las constituciones, el instrumento más perfecto hasta ahora para embridar al gobernante y a los demás órganos intervinientes en el funcionamiento de una sociedad a través de unas normas que impidan atropellos, tanto al poderoso, como al débil, tanto frente al poder, como frente a sus congéneres, sus conciudadanos y el resto de la sociedad.

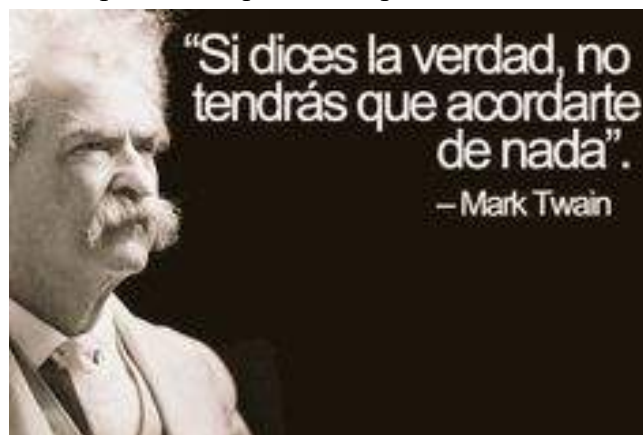
Podemos darnos la constitución que queramos y modificarla cuantas veces haga falta, pero defenderla mientras esté en vigor es el mayor de nuestros deberes cívicos. Porque sin constitución, o con una que no se cumpla, las arbitrariedades están servidas y nadie está exento de ser atropellado un día u otro de forma muy contundente.

Nuestra Constitución pone de árbitros del sistema a los jueces, a quienes dota de los medios necesarios para ser independientes. Pero ¿independientes de qué? Estoy escandalizado de leer constantemente a jueces que proclaman que juzgan de acuerdo con su conciencia. Eso es una gran aberración si significa lo que todos entendemos a primera vista por convicción, y algo distinto al conocimiento de su deber de juzgar con vinculación exclusiva al ordenamiento jurídico. La Constitución Española les obliga a ser independientes de su conciencia, de sus convicciones, de su ideología, de sus gustos y pasiones, de su humanidad... en definitiva, de cualquier vinculación que no sea la de la ley. Y en esto, muchos jueces fracasan. Sobre todo — hasta donde yo he conocido, y he conocido unos cuantos— fracasan todos los jueces y juezas de vigilancia penitenciaria. Un centro penitenciario funciona bien si el titular de vigilancia penitenciaria no le pasa ni una, ya que el gusto y la tendencia obsesiva de la institución es propasarse todo lo que le permitan. Pero si el juzgado —como la sal— se corrompe, ¿con qué se salará? ¿Quién evitará los desmanes de esos servidores públicos que van de chulos y chulas contra aquellos a quienes tienen el deber de servir, para que se reinserten en la sociedad? Los juzgados de vigilancia penitenciaria se instauraron para eso. Pero lo que sospechamos es que están bien están compinchados con el centro penitenciario al que tienen que controlar, o se dejan llevar por las mismas vinculaciones pasionales, neopunitivistas, de la sociedad populista. Dos posicionamientos prohibidos por la Constitución y que, como decía Platón, están en el origen del mal, pues “los males de la república vienen de no hacer cada uno lo suyo”. O los jueces y juezas de VP cumplen con su función, o no hay nada que hacer.

El horizonte no es muy halagüeño. Participé en una reunión en un centro penitenciario con veinticinco jueces que acababan de aprobar la oposición y estaban pendientes de coger plaza. Las opiniones que vertían eran las del populismo más acendrado y trivial. No estaban interesados en los derechos de los presos, sino en cómo se gestionaba su punición para que no dejara de serlo, sin reparar en que su función no era esa, sino la de salvaguardar sus derechos. Un compañero intervino para explicar que la vida del preso no era tan de rosa —escandalizados como estaban de que

tuviéramos lavandería gratis y piscina—El funcionario que velaba por la buena marcha del encuentro le

interrumpió con una bronca descomunal y nos amenazó a todos de forma inespecífica, por si se volvía a producir una intervención crítica con la institución. Entonces, una profesional preguntó quién quería exponer los beneficios que le había supuesto su paso por la prisión. Ante el silencio, nombró a uno para que procediera con su *laudatio*, y después de otro, y a otro más. Todos, discursos sin duda preparados con ella. Mientras tanto, yo me moría por intervenir. Me parecía imposible que veinticinco togables, con formación en derecho constitucional y con la función de fiscalizar la actuación de la administración, no denunciaran el atropello a la libertad de expresión que se acababa de producir delante de sus narices. Si no le habían parado los pies al energúmeno uniformado aquel, que había tratado como a un esclavo a un ciudadano, y eran veinticinco frente a uno, ¿qué podíamos esperar de quien, entre ellos, accediera a un juzgado de vigilancia? Pero es más: si con tanta osadía y vehemencia este funcionario se había pronunciado con tanta extensión, era porque no le cabía ninguna duda de su impunidad, de estar entre colegas. Lo cual me confirmaba la identidad de funciones entre los árbitros y el equipo contrario: hacer que los presos perdamos todos los partidos. En esos pensamientos estaba cuando, de súbito, oigo mi nombre. La profesional me pedía que explicara lo positivo que había sacado de mis largos años de prisión. Cientos de pensamientos contradictorios cruzaron por mi mente en un segundo, produciéndome una tensión enorme. Pensé en mi mujer, en el resto de mi familia y en un primer permiso que esa profesional me había



prometido para el mes siguiente. Lo que salió de mi boca no fue una defensa del compañero maltratado, sino cuatro chorradas sobre el tiempo que había empleado en reflexionar y en hacer cosas que no pude hacer en la calle.

Martin Niemöller pronunció su famosa cita en 1946, durante una gira de conferencias por las zonas occidentales de la Alemania ocupada por los aliados. En este discurso, Niemöller confesó públicamente su falta de acción e indiferencia ante el destino de muchas víctimas del régimen nazi. Yo tampoco hice aquel día lo que pedían mi conciencia y las circunstancias, y el remordimiento por mi silencio no deja de perseguirme, así que aprovecho este artículo para confesarlo.

Un sabio dijo:  
Cuando puedas contar  
tu historia sin derramar  
lágrimas sabrás que por  
dentro ya te curaste.

¿Por qué los sistemas de gobierno autoritarios temen tanto a los escritores, músicos, cineastas, pintores, etc.? ¿Quizás porque son conscientes de que la luz y el conocimiento son sus principales enemigos?

El mundo de la cultura siempre emerge como frente popular y de resistencia ante las dictaduras del tipo que sean, puesto que representa, irremediabilmente, todo lo contrario. Los dirigentes autoritarios basan su poder, y el ejercicio del mismo, en el dominio, por la fuerza y las amenazas a las masas. La falta de libertades, la instalación del pensamiento único, el control de la información, la manipulación del relato histórico, son los medios con los que cuentan los poderes para perpetuarse en sus estancias. Un pueblo analfabeto, sin acceso a la educación y a la cultura, preocupado solo por su supervivencia y su acceso a la libertad, se convierte en el hábitat perfecto y en el medio ambiente adecuado para todos estos regímenes. Pero, inevitablemente, la naturaleza de nuestra especie no nos permite permanecer indefinida y eternamente bajo la pérdida de libertad que oprime nuestro instinto de exploración, evolución y emancipación. En nuestro ADN humano está escrito nuestro camino. Recordemos que, desde el descubrimiento del fuego hasta el día de hoy, ya hemos pasado por la Luna, entre otras muchas cosas no menos alucinantes.

El día en el que el pueblo inicia su revolución, y frente a la marea que se les avecina, los poderes dictatoriales comienzan a perseguir y privar de libertad a intelectuales, poetas, escritores, pintores, artistas de cualquier género. Y no solo les persiguen y les privan de su libertad, también los eliminan sin contemplaciones, muestra del peligro que les supone su influencia sobre la sociedad. La quema de libros, el destroz de obras arquitectónicas y esculturas, murales, secuestro de cuadros y obras de arte, y sobre todo la muerte a los poetas... ¿a los sensibles e inofensivos poetas? ¿Qué poder tiene una simple poesía, un sencillo verso de amor, una estrofa dirigida al corazón? ¿Quizás los dictadores, con estas acciones, pretenden destruir al individuo, convertirlo en un simple animal sin consciencia de su condición? Estas preguntas surgen como resultado de esta reflexión: ¿somos una canción?, ¿la belleza de un paisaje?, ¿un libro de aventuras? Estoy seguro de que cada persona lleva en su historial un momento reprochable —y muchos otros que no lo son— concentrado en alguna emoción causada por alguna experiencia. Bien, como músico, sino como ser humano latente — tengo unas cuantas canciones y nombres de

grupos musicales que forman parte de mí; AC/ DC y su “Cannonball”, Mike Olfield y su disco *Ommadawn*, Led Zeppelin, Cat Stevens, Bob Dylan, Lou Reed, Los Suaves, Extremoduro, Rubén Blades, Pablo Milanés, Silvio Rodríguez, Celia Cruz y su “Cruz de navajas” ... En fin, miles de canciones que conforman mis recuerdos y mi historia, igual que la de cada uno de nosotros.

Cuando cumplí 16 años, llegó a mis manos un libro: *Los Miserables*, del escritor francés, nacido en 1802, Víctor Marie Hugo, conocido como Víctor Hugo. Dos semanas después de leerlo, me piré de mi casa con una mochila y una pasta de dientes. Estuve dando vueltas por ahí casi dos años en plan vagabundo, y la “culpa” de esa experiencia la tuvo la influencia que ejerció sobre mí el simple hecho de leer un libro.

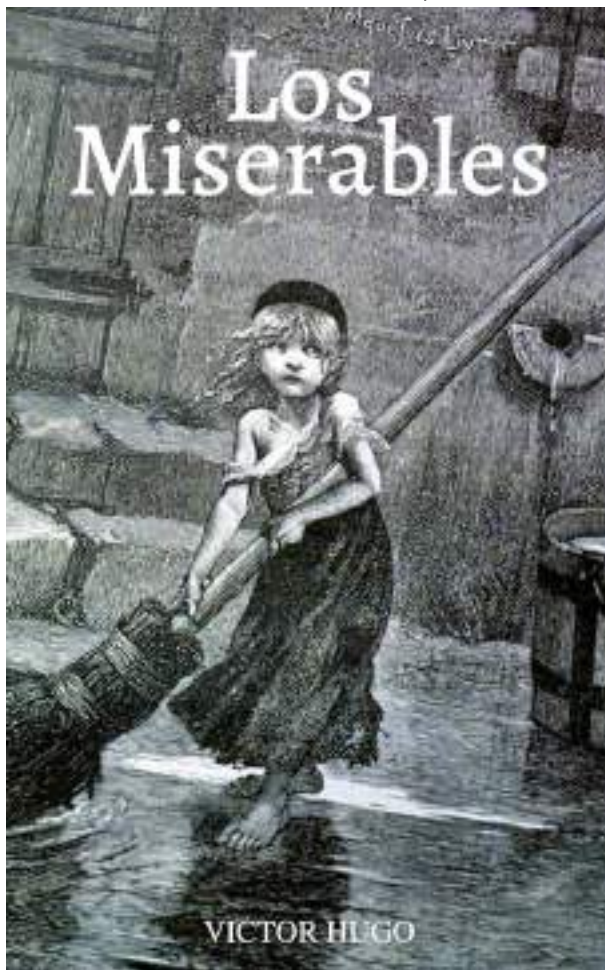
En una de mis visitas obligadas al Museo del Prado, en Madrid, me encontré frente al cuadro *El 3 de mayo de 1808*, de don Francisco de Goya y Lucientes. No puedo más que decir que, después de unos instantes sin saber qué decir, ni qué pensar, sé que esa fugaz visión cambió por completo mi percepción de la humanidad. Y lo más desconcertante es que no puedo explicarme ni el porqué ni el cómo. Puede que a un nivel de consciencia que aún desconozco.

Les propongo a cada uno de ustedes este juego de memoria: hacer un repaso de sus emociones, transformaciones y vivencias más significativas y relacionarlas con alguna melodía, libro, monumento, pintura, etc. El que menos, tendrá alguna canción que apuntarse.

En los tiempos que vivimos, y con el auge de estas tendencias políticas tan “napoleónicas” que comienzan a resurgir — solo hay que visualizar esas imágenes de líderes montados a caballo, subidos a pulpitos y buscando la aclamación de las masas idiotizadas —, no me extrañaría nada que comenzara la persecución y aniquilación descarada de los máximos exponentes de nuestra literatura, pintura, artes escénicas y todo tipo de manifestaciones culturales e intelectuales. Todo aquello cuyo fin sea buscar y encontrar la luz del conocimiento y la verdad, denunciar de las injusticias sociales, reclamar los derechos de todos los seres humanos y manifestar los sentimientos y emociones humanas. En definitiva, todo lo que representan las manifestaciones artísticas.



Santiago Lorenzo Sueiro



En la era de la inteligencia artificial, sería fácil para los intereses del mercado y del sistema capitalista que sustenta al poder utilizar esta nueva herramienta para implantar la creencia de que el ser humano, y su capacidad artística y creativa, pueden ser prescindibles y reemplazables. O sea, que ya no serían necesarias las emociones humanas para componer una canción, dibujar un paisaje o escribir una obra literaria. Y, por tanto, se eliminaría su esencia, privándolo de su libertad como ser sublime, y convirtiéndolo en una subespecie: descendiente de lo que un día fue el culmen de la creación. En consecuencia, los miles de millones de personas que hoy y mañana habitaran el planeta se convertirían en ganado, mano de obra esclava para seguir construyendo sus pirámides. ¿Qué curioso no? Casi, casi ciencia ficción, diríamos hace solo unos años.

Hace unos días, paseando por las Ramblas de Barcelona, me tropecé con un paisano de los de toda la vida. Como siempre, durante la mini tertulia que suele surgir en estos encuentros callejeros espontáneos, llegamos a la conclusión de que había que invertir más en limpieza: muchas cagadas de perros, basura tirada por el suelo, farolas rotas, calles cortadas, rincones llenos de meadas... También había que invertir más en seguridad, llenar las calles de policías, mano dura a la delincuencia y tal. Pero también fabricar más casas, hoteles, apartamentos, hacer avenidas, muelles y ampliar del aeropuerto del Prat. Entonces se me ocurrió apuntarle que, quizás, invirtiendo más en cultura y educación se podrían solucionar muchos de los problemas desde la

base: incluso el racismo, la emigración forzada, la sequía inminente del sur, las muertes en patera, además de las injusticias que sufrimos los habitantes del planeta y nuestras futuras generaciones: la contaminación de los mares, el auge de las dictaduras...

Estoy seguro de que, si todos los gobernantes del mundo que hoy se están bombardeando entre sí e inflamando de odio a todos los seres humanos hubieran leído y se hubieran emocionado alguna vez con Miguel Hernández, Antonio Machado o con García Lorca, Rafael Alberti y otros...



Mi conocido se marchó diciendo: “Tío, estas muy mal de la cabeza”. Y se fue. No hice nada por impedirselo ni por volver a verlo.

## LA MUERTE DE UNA MADRE / Jesús Iglesias

Cuando uno entra en un centro penitenciario o en un preventivo, intenta que su estancia sea lo más tranquila y plana posible. Pero nadie te prepara para los golpes que, al menos en mi caso, me ha dado la vida.

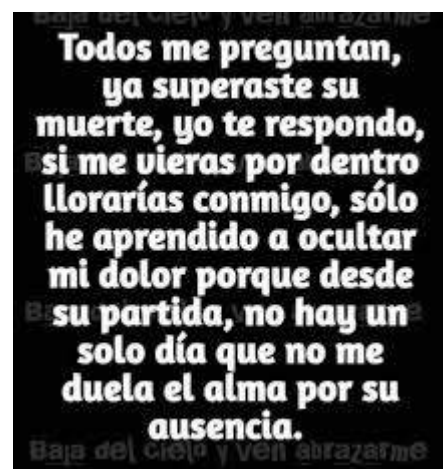
Ya es bastante triste estar aquí dentro, pero imaginen que un día tu esposa, por teléfono, te comunica que tu anciana madre ha muerto. En ese momento solté el teléfono en el acto. No tuve fuerzas para seguir hablando. Me sentí mareado, me apoyé en el teléfono (cabina) y comencé a llorar. Mi madre sufría de demencia senil y no me pude despedir de ella en vida. Pregunté si podría ir al tanatorio y la respuesta fue sí, pero esposado y con escolta. Me imaginé a todos mis familiares venidos de varios puntos de España, algún compañero deportista, incluso político en el tanatorio... y yo apareciendo llevado por dos policías y esposado. No. Creí que eso es lo que le hubiese gustado a mi madre.

Nuestras leyes y esta sociedad son inmisericordes en estos temas tan sensibles. Considero que habría que encontrar una fórmula para que los internos podamos despedirnos de nuestros familiares sin tener que ser una atracción de feria en un tanatorio. En mi caso, con el

agravante de ser un interno preventivo y, por tanto, según entiendo, aún inocente. Pero pase lo que pase en un futuro, mi anciana madre ya no volverá, y yo jamás podré despedirme de ella.

Desde estas líneas realizo una pregunta: ¿esto es justo? Supongo que la respuesta para un juez será Sí, pero desde el punto de vista más humano, la respuesta es NO.

Solo deseo que, cuando las madres o familiares de todos los jueces y legalistas fallezcan, puedan darles el último adiós de una forma digna y humana. Cosa que, a mí, y reitero, sin haber sido juzgado, se me ha negado.



JESÚS IGLESIAS

Desde hace muchos años se viene hablando de los programas de reinserción, así como de los beneficios penitenciarios: permisos y terceros grados o el tan cuestionado artículo 100.2. Pues bien, dado bajo mi humilde opinión, no deberían considerarse “beneficios” como tales, sino más bien derechos sujetos a unas condiciones mínimas.

¿Por qué digo esto? Sencillamente, se trata de una cuestión de enfoque. Mientras se consideren beneficios, uno debe contar con el beneplácito de lo que conocemos como equipo o junta de tratamiento. Sin embargo, bastaría con que se emitiera un informe en el que se explicasen qué actitudes o conductas han cambiado en una persona, así como todas las opciones reales que ha tomado (cualquier programa, herramientas reales, justas y personalizadas).



Desgraciadamente, no es así. Es más: te dicen que es una opción totalmente voluntaria. ¿Realmente lo es? Yo creo que no. Más bien es una opción coercitiva, ya que, si no se ajusta a la realidad de cada una de las personas que están en prisión, probablemente no podrán optar a esos beneficios que, en teoría, deberían aplicar. Eso sí, bajo el prisma subjetivo de quien ostenta el poder.

No importa si eres inocente o culpable. Hay una sentencia, y sobre ella no hay matices. Prima el castigo por encima de todo. Y eso sin hablar de una medida muy extendida: el chantaje emocional, del que casi nunca se habla. “Si quieres salir, debes aceptar que eres culpable”. Incluso cuando no lo eres. Evidentemente, hay personas culpables y seguramente la mayoría lo son, pero incluso si hay un solo caso entre mil que no lo

es, ese caso también se ve sometido a la doctrina de que: “si estás preso, es porque algo has hecho”.

Y ya ni hablemos del acceso a los programas ¿Tienes la mitad de la condena cumplida, si esta es de larga duración? La respuesta habitual es: “Estás para largo, te tienes que esperar”. Pero entonces, ¿no decías que tengo un problema de conducta? ¿Desde el momento en que hay una sentencia firme no deberías empezar a corregir dicha conducta? ¿O todo se reduce a números?

Luego, claro. Se les llena la boca hablando de medidas de reinserción, estadísticas sobre reincidencia o sobre recaídas en la problemática de la toxicomanía. Pero una vez que liquidas tu condena, ya no eres un problema para ellos. Si tienes familia que pueda apoyarte en todos los ámbitos, perfecto. Pero ¿qué pasa con los que no tienen a nadie? Por desgracia, dada la estigmatización social, es muy difícil no acabar en el mismo círculo vicioso. El pez que se muerde la cola.

Es difícil aplicar la teoría, no lo niego. Pero tampoco dudo que se podría hacer más, abordando el tema desde otra perspectiva, desde otra realidad. En demasiadas ocasiones uno tiene la percepción de que debe mentir, decir lo que quieren escuchar para poder salir cuanto antes. Pero eso no significa que la problemática de fondo esté resuelta. Pero lo que realmente no sé hasta qué punto se soluciona la problemática de fondo.

¿Qué solución puede haber? Realmente no lo sé, y quizás no soy la persona más adecuada para cuestionar el sistema. Pero desde una mirada crítica, lo que hay, en muchísimos casos, no funciona. Todo está estereotipado, metido en el mismo saco. Eso sí: si tienes influencias de cualquier tipo, eso no se aplica. Entonces no eres considerado un delincuente. Ni hablemos de las influencias económicas.

¿Qué más puedo añadir? Simplemente que el conformismo de muchos de los que estamos nos aquí, ese: “¡las cosas son así!”, es lo que perpetúa el problema. No vamos a cambiar nada así. Realmente me indigna esta situación, y muchas veces pienso en todas las personas que lucharon para cambiar el curso de la historia... ¿Y si ellos hubieran pensado lo mismo?

Por último, y para concluir esta reflexión introspectiva —que posiblemente caiga en saco roto—, no creo que haya que usar la violencia para conseguir ningún objetivo.

**¡ES REALMENTE MAS PODEROSA LA PLUMA QUE LA ESPADA!**

Pere J

Un sabio dijo:  
La primera oportunidad  
se da, la segunda se gana  
y la tercera no existe.

Desde hace ya tiempo, en los Centros Penitenciarios de todo el Estado se trabaja por ofrecer una enseñanza a los internos que cumplen condena, como ayuda para la reinserción, ya que, según preceptos establecidos por, entre otros, la antigua maestra, abogada y directora general de Prisiones Victoria Kent, la falta de educación básica es como una condena a largo plazo.

Una educación básica, hoy día, es prácticamente obligatoria para poder acceder a un puesto de trabajo y, en vista al programa de reinserción con el que se trabaja en cada Centro Penitenciario, algunos centros educativos colaboran conjuntamente con ellos para ofrecer, de forma gratuita, esa formación.

Alguien se preguntará al leer esto, o simplemente cuando se lo comenten: “¿Para qué quiero yo estudiar ahora?”. Hay muchas respuestas para esto, seguramente una adaptada para cada persona que lo pregunte, pero hay una respuesta universal que se adapta a todos: “¿Y por qué no?”. Independientemente del periodo que tengamos que pasar como internos, hay algo de lo que disponemos aquí en buena medida para ponernos mano a la obra: tiempo. Cuando salgamos, quizá nuestras obligaciones no nos lo permitan, y siempre va bien tener algo de formación extra para poder encontrar trabajo más especializado y mejor remunerado.

Así como la enseñanza obligatoria está accesible para todos en cualquier sitio, en caso de ya tenerla y querer optar a un estudio superior, empezamos a encontrar discrepancias según el centro donde nos encontremos. No todos los centros tienen la misma oferta formativa, y las restricciones de cada una de las cárceles pueden facilitar o dificultar estos estudios, pues no todas (hasta donde llega la información) permiten el uso de elementos electrónicos o tienen acceso a campus online necesarios para ciertas ramas de estudios.

En el caso de las cárceles catalanas, por ejemplo, para estudios universitarios o grados superiores, se tiene el soporte de equipo electrónico disponible (ordenador personal y pendrive donde guardar la información académica para tener acceso a la red bajo la supervisión

de un profesor), que permite al alumno tener la información y el temario necesario no solo durante el tiempo de la escuela, sino también para poder estudiar en la tranquilidad de su celda. Fuera de la comunidad, más al sur, todas esas ventajas quedan suprimidas “por cuestión de seguridad”. Esas medidas quedan sustituidas por el auto estudio tradicional con el apoyo de un profesor un día por semana.



Las horas lectivas en la escuela, bajo la supervisión de un profesor, también varían. De las situaciones conocidas en varios centros, van desde las 4 horas y media (más al sur) hasta las 26 horas semanales, casi lo que sería normal en la enseñanza reglada en el exterior.

En conclusión: merece la pena aprovechar el tiempo que estamos aquí dentro para aumentar nuestros conocimientos y nuestro abanico de posibilidades en el campo laboral, estudiando ya sea una formación básica para quien no pudo terminarla en su día, o ampliando nuestra titulación con estudios superiores. Aquí, en Cataluña, se dispone de recursos más avanzados que en el resto de centros del resto del Estado, si se está dispuesto a hacer el esfuerzo



La gobernanza débil socava el principio de soberanía sobre el que se ha construido el orden mundial. Lo hace porque los problemas que generan los Estados débiles, a sí mismos y a los demás, incrementan enormemente las probabilidades que alguien del exterior o del interior intente, contra la voluntad de estos Estados, intervenir en sus asuntos y solucionar el problema por la fuerza. “Débil,” aquí, no se refiere a alcance, sino a la fuerza estatal, y equivale a la falta de capacidad institucional para poner en marcha y aplicar políticas, lo que con frecuencia deriva de una falta subyacente de legitimidad del instrumento político.

Muchas personas contrarias a la nueva doctrina de anticipación y guerra en Irak, impulsada por Bush, la describen como un giro radical respecto a políticas anteriores que ponían el énfasis en la disuasión y la contención, precisamente porque conlleva la violación periódica de la soberanía. De hecho, las bases de la erosión de la soberanía se sentaron mucho antes, con las llamadas intervenciones humanitarias de los años 90. La experiencia de Somalia, Haití, Camboya, los Balcanes y otros lugares ha generado montañas de bibliografía sobre la intervención externa.

En los debates sobre la intervención humanitaria, predominó el argumento de que el sistema de Westfalia había dejado de contribuir un marco adecuado para las relaciones internacionales. El instrumento de Westfalia se había construido en torno a un agnosticismo

**La economización de la vida y la erosión de las soberanías estatales le quitan a la política la capacidad de resolver problemas y atender demandas.**

deliberado sobre la cuestión de la legitimidad. El final de la Guerra Fría, se afirmaba, favoreció un mayor consenso en la comunidad internacional sobre la legitimidad y los derechos humanos. La soberanía, y por tanto la legitimidad, no podía seguir concediéndose automáticamente al poseedor de facto del poder de un país. La soberanía estatal era una ficción en casos como Somalia o Afganistán, dominados por caudillos militares. Dictadores y violadores de derechos humanos, como Milosevic en Serbia, no podían seguir escudándose en la soberanía mientras cometían crímenes contra la humanidad, especialmente en Estados multiétnicos como la antigua Yugoslavia, donde se disputaban las propias fronteras del estado soberano. En estas circunstancias, los poderes externos, actuando en nombre de los derechos humanos y de la legitimidad democrática, tenían, no ya el derecho, sino la obligación de intervenir.

Las intervenciones humanitarias de los 90 condujeron a una extensión de facto del poder imperial sobre buena parte del mundo de los Estados débiles. Estas intervenciones estaban a menudo encabezadas por

fuerzas militares estadounidenses, pero la parte de la construcción nacional era asumida por grandes coaliciones, fundamentalmente de países europeos, más Australia, Nueva Zelanda y Japón. En Somalia, Camboya, Bosnia, Kosovo, Timor Oriental y ahora en Afganistán, la comunidad internacional dejó de ser un concepto abstracto para convertirse en una presencia tangible al asumir el gobierno efectivo de cada país. En estos casos, la soberanía había desaparecido y las funciones de gobernanza habían sido desplazadas a la ONU o a ONGs, que en el caso de Timor Oriental operaban desde un barco anclado a un puerto exterior a Dili, la capital.

Este imperio internacional tal vez fuera bienintencionado, basado en los derechos humanos y la democracia, pero no dejaba de ser un imperio, y sentó un precedente para la subordinación de la soberanía a la gobernanza internacional.

El problema radica en que el fracaso en la gobernanza puede generar amenazas insoportables para la seguridad, como la proliferación de terroristas armados con armas de destrucción masiva (como ADN).

Algunas personas distinguen entre las intervenciones realizadas para fomentar los derechos humanos y aquellas orientadas a evitar amenazas a la seguridad de otros países. Afirman que solo las primeras tienen legitimidad para violar la soberanía. Esta distinción es discutible, pues presupone que la autodefensa es menos legítima que la defensa de terceros. En la práctica, estos motivos suelen solaparse, porque los gobiernos que violan derechos humanos son a menudo los mismos que amenazan a sus vecinos o que son demasiado débiles para impedir amenazas internas o externas.

Este punto no debe entenderse como una justificación de la fuerza de la acción armada de Bush contra Irak, cuyo caso presenta complejidades específicas. La cuestión es que la existencia de armas de destrucción masiva en manos de actores no estatales representa una amenaza de extrema gravedad, que podría justificar una intervención legítima. La disuasión, por sí sola, no funciona ante amenazas tan probables, y la soberanía estatal, por sí sola, no basta para proteger a un país que ampara esas amenazas.

Por tanto, la solución a este problema nos lleva a la misma conclusión que la intervención humanitaria: es necesaria la entrada en esos países y la asunción de su gobernanza para eliminar las amenazas y evitar que resurjan en el futuro.



## La necesidad de un enfoque integral para la reinserción de las personas liberadas de prisión

La reinserción de las personas liberadas de prisión requiere de un enfoque integral que aborde todos los aspectos de su vida. Es fundamental reconocer que la reintegración exitosa no se limita únicamente a la búsqueda de empleo o la adquisición de habilidades, sino que implica una atención completa a las necesidades de las personas liberadas de prisión.

Un enfoque integral para la reinserción debe abordar tanto los desafíos emocionales y psicológicos como las necesidades de vivienda, apoyo social y comunitario. Es importante brindar a las personas liberadas de prisión programas de apoyo emocional y psicológico que les ayuden a manejar el estrés, la ansiedad y otros problemas de salud mental. Además, se deben proporcionar opciones de vivienda segura y estable para garantizar que las personas liberadas de prisión tengan un entorno adecuado para su reintegración.

Además, se debe fomentar la participación de la comunidad en el proceso de reinserción. La colaboración entre organizaciones gubernamentales, asociaciones, ONG y la sociedad en general es crucial para brindar apoyo, oportunidades y eliminar el estigma asociado a las personas liberadas de prisión. Esto puede incluir programas de mentoría, iniciativas de empleo comunitario y actividades que promuevan la inclusión social.

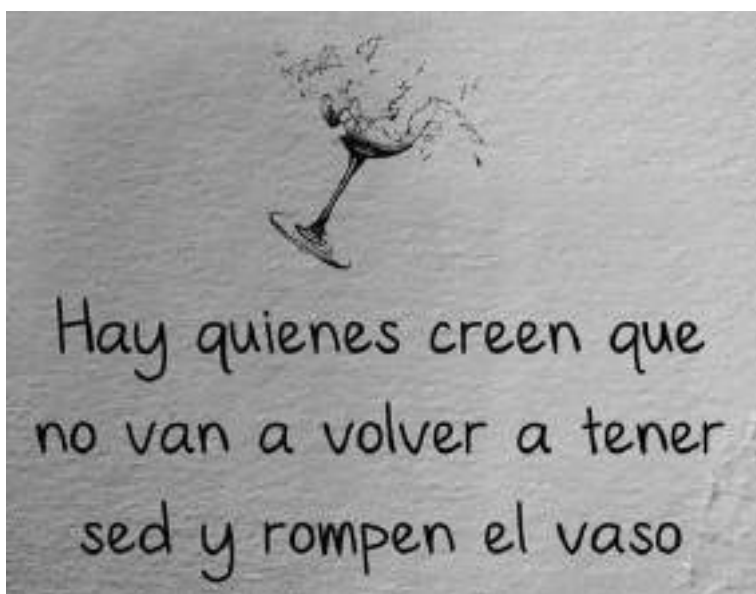
Asimismo, es necesario establecer una coordinación efectiva entre las diferentes instituciones y organizaciones involucradas en el proceso de reinserción. La comunicación y el intercambio de información entre los servicios de justicia penal, los servicios de empleo, los proveedores de vivienda y otros actores clave son fundamentales para garantizar una respuesta coherente y eficiente a las necesidades de las personas liberadas de prisión.

En resumen, la reinserción de las personas liberadas de prisión requiere de un enfoque integral que aborde todas las áreas de su vida. Esto implica brindar apoyo emocional y psicológico, opciones de vivienda adecuadas y oportunidades de empleo, así como promover la participación de la comunidad y la coordinación entre las diferentes instituciones y



organizaciones involucradas. Solo a través de un enfoque integral se puede lograr una reintegración exitosa y sostenible de las personas liberadas de prisión en la sociedad.

La salida de prisión plantea una serie de desafíos para las personas liberadas de prisión, pero también ofrece la oportunidad de un nuevo comienzo y la posibilidad de reintegrarse en la sociedad. Es crucial que se les brinde el apoyo necesario para superar estos desafíos y evitar recaídas en conductas delictivas. La implementación de programas de apoyo y reinserción efectivos, que aborden aspectos como la formación y el empleo, el apoyo emocional y psicológico, la vivienda y la participación de la comunidad, es fundamental para asegurar una reintegración exitosa. La colaboración entre diferentes actores, como las instituciones gubernamentales, las asociaciones, las ONG y la sociedad en general, es esencial para lograr un enfoque integral y holístico que aborde todas las necesidades de las personas liberadas de prisión. Además, es necesario desterrar el estigma y la discriminación asociados a las personas liberadas de prisión, para que puedan tener las mismas oportunidades que cualquier otra persona en su proceso de reintegración. La reinserción exitosa de las personas liberadas de prisión no solo beneficia a los individuos en cuestión, sino también a la sociedad en su conjunto, al reducir los índices de reincidencia y promover una convivencia pacífica y segura. En resumen, la salida de prisión plantea desafíos, pero también oportunidades para la reinserción de las personas liberadas de prisión. Mediante un enfoque integral, que aborde aspectos como la formación, el empleo, el apoyo emocional, la vivienda y la participación comunitaria, se puede garantizar una reintegración exitosa y contribuir a la construcción de una sociedad más inclusiva y justa.



El silencio no siempre es cobardía, a veces es prudencia y otras veces inteligencia.



7	8		5				
1		4	7	9	8	6	
	5		6	8	4		
	4	5			3	1	
6	5		1	9			3
2	6		7				

Sudoku No.: 50814

	2	1	4				9
	4	5	8	3	1		
	5	8		6			
	3		1		2		4
					1		9
	2				1		7
	9					6	2

Sudoku No.: 53231

	5		9		6	4	2
	9	2		4	5		1
	8						
		7		9	1		
	2	4			4		9
	6						
1			8		5		9
					3		7

Sudoku No.: 37002

3			6	5			8
	6						
7		8					3
			7	5	8	1	
		2			2		
	1				7	2	5
	4						3
5	6		1	9	7		

Sudoku No.: 50617

5		8	9	3			
6		3	1		8		
	7	6		7			
3			1	2	8		
						7	9
8		9		6	1	8	4

Sudoku No.: 56285

5	6		7				
8		1		4	9		
					9	2	
			2		4	5	8
	1	7	4				
	5					1	
	7				3		
	9	6				3	2
							7

Sudoku No.: 54054

	9	6			5		
	5		2				
		7					
				8	1	5	
5				6	7	8	
		7			1	4	
	3				1		4
	2						8
9					5	3	

Sudoku No.: 37000

	6	2					
			2	4	1		
3				5	6	1	4
					1	4	8
			4	7			
	7	9	1			3	
	5	3			9		
							4

Sudoku No.: 54092

4		8					
1	3	6		2	7	5	3
6		7	4				
	5						1
2	7						
9	6			2	4		
		4				1	
				9			2
							6

					9	2	
	3	9	6		1		
				3			
				2	1		7
4						8	
	1		6				
5	6						8
		2	8				3
	1	7				2	
							9

8					9	6	
		5			4		
	1	7					
		3	5	2			
4	9						7
	5					1	
	4	1		8			
	5			7	9	2	
	7			2			9

7		3	8				
			5				
	2					1	
	6			2		7	1
5				7	1	6	
	4						3
9						7	6
						8	4
						9	6
						8	7
						9	6



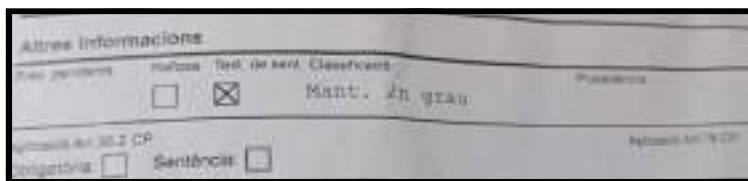
Cuando se requiere la intervención de un abogado en relación a nuestra situación penitenciaria, una herramienta de primer orden para conocer en qué situación nos encontramos, a que podemos aspirar y tenemos derecho y, que debemos hacer para ello, lo constituye la **Ficha de Situación Procesal Penal del Interno** y la **Ficha Resumen del Interno**, documentos al que tenemos derecho a acceder, por el conducto reglamentario adecuado y, que facilitara enormemente el trabajo de todos los intervinientes, empezando por el propio interno, pero también, funcionarios, abogados, procuradores, fiscales y, en última instancia, Jueces, pues nos ahorrara trabajo innecesario, estéril e improductivo, así como solicitar cosas a las que no tenemos derecho o, que de teniéndolos, antes de ellos debemos cumplir unos requisitos previos.

Recordemos que la **Ficha de Situación Procesal Penal del Interno** y la **Ficha Resumen del Interno**, recogen los Datos del Interno, Causas, Abonos de Prisión y Beneficios Penitenciarios, Resumen Penal y Fechas de Cumplimiento, incluyendo las fechas de cumplimiento de  $\frac{1}{4}$ ,  $\frac{1}{2}$ ,  $\frac{2}{3}$ ,  $\frac{3}{4}$ , y la redención definitiva, Arrestos, Clasificación, Permisos, Salidas, Actividades, etc...

Todos los anteriores elementos permiten a los intervinientes conocer la situación del interno y, estudiar y valorar lo que procede hacer y el cómo.

Hoy nos detendremos en el apartado de **“Otras Informaciones”**, que normalmente pasa desapercibido y, cuyo contenido puede tener una importancia muy relevante y condicionar la situación penitenciaria del interno.

Y lo anterior, que nos viene señalado en la ficha si lo es con carácter obligatorio (por Ley) o por Sentencia, es así pues nos remite a artículos del Código Penal, cuyo contenido es desconocido por la mayoría de los internos, que desconocen su alcance e implicaciones y, que pueden condicionar de forma capital la situación penitenciaria y sus expectativas.



### - Aplicación del Art 36.2 del Código Penal.

A los efectos que aquí nos interesan, debemos centrarnos en el contenido del **segundo y tercer párrafo del apartado 2 del citado artículo 36 CP**, que dice:

“Cuando la duración de la pena de prisión impuesta sea superior a cinco años, el juez o tribunal podrá ordenar que la clasificación del condenado en el tercer grado de tratamiento penitenciario no se

efectúe hasta el cumplimiento de la mitad de la pena impuesta”.

“En cualquier caso, cuando la duración de la pena de prisión impuesta sea superior a cinco años y se trate de los delitos enumerados a continuación, la clasificación del condenado en el tercer grado de tratamiento penitenciario no podrá efectuarse hasta el cumplimiento de la mitad de la misma:

- a) Delitos referentes a organizaciones y grupos terroristas y delitos de terrorismo del Capítulo VII del Título XXII del Libro II de este Código.
- b) Delitos cometidos en el seno de una organización o grupo criminal.
- c) Delitos del Título VII bis (De La Trata de Seres Humanos) del Libro II de este Código, cuando la víctima sea una persona menor de edad o persona con discapacidad necesitada de especial protección.
- d) Delitos del artículo 181(actos de carácter sexual con menores de 16 años).
- e) Delitos del Capítulo V (Delitos de Prostitución, Explotación Sexual y Corrupción de Menores) del Título VIII del Libro II de este Código, cuando la víctima sea menor de dieciséis años.”

Es decir, en las penas impuestas superiores a cinco años, sea cual sea el delito, el Juzgador, en la Sentencia podrá señalar expresamente que el acceso al tercer grado no sea posible hasta el cumplimiento efectivo de la mitad de la pena impuesta. Debemos quedarnos pues con el **“podrá”**, pues debe señalarse expresamente, no es automático, salvo para la relación de delitos que se detalla, en cuyo caso, siempre que la pena sea superior a 5 años será sí.

Además, el tercer párrafo del citado apartado 2, del art. 36 CP, en relación a los Delitos de los apartados c), d) y e), de la relación anterior, la calificación en Tercer Grado Penitenciario no podrá realizarse en ningún caso sin valoración e informe específico acerca del aprovechamiento del reo del programa de tratamiento para condenados por agresión sexual.

¿Quiere todo lo anterior decir que no se puede hacer nada?. No, pues no olvidemos que el **artículo 25 de nuestra Constitución contempla que la pena debe estar orientada a la reeducación y la reinserción**, es por ello, que el artículo 36.3 del C.P. contempla:

**“3.** La autoridad judicial de vigilancia penitenciaria, previo pronóstico individualizado y favorable de reinserción social y valorando, en su caso, las

circunstancias personales de la persona condenada y la evolución del tratamiento reeducador, podrá acordar razonadamente, oídos el Ministerio Fiscal, Instituciones Penitenciarias y las demás partes, la aplicación del régimen general de cumplimiento, salvo en los supuestos contenidos en el apartado anterior”.



Es decir, traducido, el Juez de Vigilancia Penitenciaria, previo pronóstico e informes favorables, valorando individualmente al interno, sus circunstancias, evolución, tratamiento, y tras ser oídas las partes, “podrá” acordar la aplicación del Régimen General de cumplimiento (salvo apartados c), d) y e) ya

señalados), es decir, será posible la progresión al tercer grado, con independencia de lo dicho en el artículo 36.2 C.P., antes del cumplimiento de la mitad de la condena.

Tengamos presente que no es un mecanismo automático, ni algo a lo que esté obligado o compelido el Juez de vigilancia Penitenciaria, es solo algo posible, que, de reunirse las notas positivas exigidas, tanto curriculares, como personales, se podrá instar, y ello sin límite de veces, pues las circunstancias del interno son cambiantes en el tiempo.

Consecuentemente, si concurren y nos afectan las circunstancias del 36.2 C.P., no podemos pretender acceder al tercer grado sin cumplir los requisitos exigidos de cumplimiento mínimo, salvo que el Juzgado de vigilancia Penitenciaria nos reconozca y conceda la aplicación del Régimen General.

Recordemos por último que el apartado 4, del citado artículo 36 C.P. contempla:

“4. En todo caso, la autoridad judicial de vigilancia penitenciaria, según corresponda, podrá acordar, previo informe del Ministerio Fiscal, Instituciones Penitenciarias y las demás partes, la progresión a tercer grado por motivos humanitarios y de dignidad personal de las personas condenadas enfermas muy graves con padecimientos incurables y de las personas septuagenarias, valorando, especialmente, su escasa peligrosidad”.

#### **- Aplicación del artículo 78 del Código Penal.**

La aplicación del artículo 78 del Código Penal, caso de afectar al interno, supone unas limitaciones en relación a los beneficios penitenciarios, permisos de salida, Tercer Grado, y acceso y plazo para la libertad condicional. Veamos que dice el artículo 78 del Código Penal:

“1. Si a consecuencia de las limitaciones establecidas en el apartado 1 del artículo 76 la pena a cumplir resultase inferior a la mitad de la suma total de las impuestas, el juez o tribunal sentenciador podrá acordar que los beneficios penitenciarios, los permisos de salida, la clasificación en tercer grado y el cómputo de tiempo para la libertad condicional se refieran a la totalidad de las penas impuestas en las sentencias”.

Pero para interpretar este párrafo necesitamos conocer el contenido del artículo 76 del Código Penal, que a su vez hace referencia al cumplimiento cuando concurren diversas penas por diversas infracciones penales y, no es posible su cumplimiento simultáneo.

“1. No obstante lo dispuesto en el artículo anterior, el máximo de cumplimiento efectivo de la condena del culpable no podrá exceder del triple del tiempo por el que se le imponga la más grave de las penas en que haya incurrido, declarando extinguidas las que procedan desde que las ya impuestas cubran dicho máximo, que no podrá exceder de 20 años. Excepcionalmente, este límite máximo será:”

.....”

Es decir, nos está marcando unos límites de cumplimiento máximo efectivo de pena, que salvo supuestos muy concretos y tipificados, será de 20 años.

Pero dicho límite no es inamovible, pues el propio artículo 78.2 del Código Penal contempla:

“2. En estos casos, el juez de vigilancia, previo pronóstico individualizado y favorable de reinserción social y valorando, en su caso, las circunstancias personales del reo y la evolución del tratamiento reeducador, podrá acordar razonadamente, oídos el Ministerio Fiscal, Instituciones Penitenciarias y las demás partes, la aplicación del régimen general de cumplimiento.



Si se tratase de delitos referentes a organizaciones y grupos terroristas y delitos de terrorismo del Capítulo VII del Título XXII del Libro II de este Código, o cometidos en el seno de organizaciones criminales, y atendiendo a la suma total de las penas impuestas, la anterior posibilidad sólo será aplicable:

a) Al tercer grado penitenciario, cuando quede por cumplir una quinta parte del límite

máximo de cumplimiento de la condena.

- b) A la libertad condicional, cuando quede por cumplir una octava parte del límite máximo de cumplimiento de condena”.

Es decir, que podremos instar al Juez de Vigilancia penitenciaria la revisión de esos límites y, consecuentemente, si resulta procedente y concedido, en virtud del expediente favorable y la evolución personal e individualizada del interno, acceder antes a esos beneficios penitenciarios, pero si el Juez de Vigilancia Penitenciaria no nos concede la aplicación del Régimen

general de cumplimiento, no tiene sentido instar esos beneficios, pues sistemáticamente nos vendrán denegados.

Confiamos que esas notas ayuden a clarificar la importancia, el contenido y alcance de la **Ficha de Situación Personal del Interno**.

**Fernando Oriente Coromina**

Abogado colaborador ASRESOLA.

ICAB nº 16.768

## LA CÁRCEL DE LA EMPATÍA / Anónimo

### **Cuando las personas sienten empatía por los demás, a menudo caen en lo que se llama "cárcel de empatía".**

También en otras esferas, como las de coaching y el liderazgo, el lugar de la empatía es preeminente, puesto que tener empatía es clave para una comunicación más efectiva. Las personas más empáticas son capaces de comprender mejor y más rápido lo que les pasa a los demás y de lograr mejores relaciones sociales, lo que ayuda a que los demás se sientan mejor: más escuchados y respetados, menos solos. Todo esto también produce beneficios para la persona empática, desde luego, quien es respetada y valorada, lo que propicia que aumente su autoestima y su sensación de bienestar.

Desde hace tiempo se destaca, en diversos ámbitos, el valor de la empatía. De manera coloquial, la empatía se puede definir como el sentimiento de identificación con alguien, la capacidad de ponerse en el lugar de otra persona. Como se suele decir, “ponerse en los zapatos del otro”. En términos más precisos se puede afirmar que es “un proceso para comprender las experiencias subjetivas de un individuo al compartir esa experiencia de forma indirecta, mientras se mantiene una postura observadora”, tal como la definió William Zinn, investigador de la Universidad de Harvard.

Otra de las principales herramientas para ponerse en el lugar del otro es tener en cuenta que los mismos hechos afectan de formas distintas a diferentes personas. Algo que es casi intrascendente para alguien puede ocasionar un derrumbe emocional en alguien más. Por eso, cuando se trata de

potenciar la empatía, no tiene mayor importancia saber qué haría uno mismo en una determinada situación: lo que cuenta es tener la capacidad de imaginar y entender cómo vive esa situación la otra persona (en función de su historia,

del contexto que la rodea, etc.) y de qué manera resulta afectada emocionalmente.

En su larga carrera de veinticinco años trabajando con presos violentos cumpliendo condena en las cárceles norteamericanas, el psiquiatra James Gilligan encontró que todos esos crímenes tenían una cosa en común: estaban motivados por un sentimiento de vergüenza y de humillación. El psicólogo Richard Weissbourd recoge esta idea en su libro *The Parents We Mean to Be* para ilustrar los efectos que la persistencia de emociones destructivas y de la falta de estrategias para lidiar con ellas puede tener sobre toda una vida. Especialmente, destaca nuestra responsabilidad como padres, educadores y miembros de la comunidad a la hora de enseñar a los niños a manejar sus emociones negativas hábilmente desde temprana edad.

Por razones similares a las destacadas en el punto anterior, las opiniones o ideas de la persona que escucha en ciertas situaciones pueden ser irrelevantes. Dar opiniones cuando nadie lo pide, “sermonear”, emitir juicios morales o de valor o pretender tener la verdad: todo eso es lo contrario a la empatía. Los resultados de esas reacciones suelen ser contraproducentes, generan una distancia que en muchos casos resulta insalvable. La clave pasa por procurar la tolerancia, aceptar la mirada de los otros, comprender y respetar las diferencias.

Esta información no es muy bien recibida por los racionales, que han desarrollado una “falsa ilusión de control”. Cuando le dices a alguien que está convencido de que toma sus propias decisiones de forma libre, que en realidad no las toma, ¿qué crees que ocurre?

Aunque en teoría esto pueda considerarse sencillo, en la práctica, en la vida real, no lo es tanto, dado que las fronteras son más difusas. De forma genérica, cuando frente a una determinada persona cambiamos nuestros objetivos, renegamos de aquello que en el fondo deseamos, cuando nos sentimos egoístas y mal por perseguir nuestros deseos, cuando nos sentimos faltos de energía o incapaces de reaccionar y rebelarnos frente a lo que el otro nos impone, o cuando nos indican que tal relación o tal cosa no nos conviene y debemos olvidarla, son síntomas que podrían significar que estamos sometidos al chantaje emocional frente a la tiranía de una persona manipuladora. De cualquier modo cada caso es particular y debemos analizarlo serena y objetivamente.



Un cordial saludo a todos.

Tras conocer la publicación *Resiliencia*, quiero expresar mi voluntad de colaborar en todo aquello en lo que pueda ser útil.

En el nº 29 (noviembre de 2024) aparece un artículo titulado “*Trata y miento*” en el que se relata una de las muchas injusticias que se viven en el “Talego”.

Llevo seis años y ocho meses de condena, de lucha, de yihad.

Mi enfrentamiento con el “sistema” y sus defensores ha sido tal, que, a 22 semanas de acabar mi condena, han decidido deshacerse de mí en Puig de les Basses. Una de las principales luchas es contra el CIRE, una banda de depredadores con el mecenazgo de la Generalitat, Instituciones Penitenciarias y demás organismos oficiales.

Cuando llegué (2019), tras nueve meses de preventivo en Brians 1, inicié mi guerra contra la estafa que representa esta empresa de servicios, instalada en un espacio oficial.

Algunos conocemos los requisitos legales exigidos para las concesiones oficiales (aeropuertos, puertos, Ciudad de la Justicia, etc.). La historia empieza con una queja escrita, depositada en el buzón correspondiente. Ocho días después me llaman al despacho de entrevistas. Allí estaban el director, el subdirector, la subdirectora de tratamiento, el jefe de servicios y un fulano de paisano.

Pregunté qué pasaba, y el “dire” me dijo:

—Usted ha escrito una queja muy agresiva contra CIRE.

Yo respondí:

—¿Agresiva? Sarcástica, tal vez. Búsquela.

El civil intervino:

—¿Tiene alguna queja del CIRE?

El director añadió rápidamente:

—Este señor es el responsable del CIRE y está muy ofendido con su tono.

—¿Que si tengo queja? Llame a casa, no va desde hace dos días.

—¡Oiga! ¡No puede hablar así!, exclamó el director.

—Dirá “no debe”, pues ya lo he hecho. Y les voy a decir más: ¿supongo que soy el único con estudios?

—¡No le permito que hable en ese tono! —saltó el jefe de servicios.

—Pues no deberían haberme llamado. Hasta yo, que no tengo ni el certificado de estudios, sé lo que significa “economato”.

—¡Es una botiga! —gritó el civil.

—Sorprende que las personas con estudios digan por megafonía: “economatero al bunker” “economatero a destinos.” ¿Todos están equivocados?

—Modere sus palabras —ordenó el director—. No pienso permitir ninguna falta de respeto.

—Ustedes me han llamado y van a escuchar el motivo de mi queja. He sido sarcástico, irónico y hasta maleducado, lo admito, pero lo veo menos grave que los

“delitos” que sufro dentro del sistema penitenciario catalán. A saber:

Venden productos alimenticios que requieren microondas. ¿Me los van a calentar en el despacho?

Venden jabón para lavar una prenda menos (slips, calcetines) el “Puntomatic” de máquina. No tengo un amigo en Balay, ni en New Pol, ni en Zanussi.



Toman como referencia de precios el “establecimiento más cercano”: una gasolinera. Como si la ciudadanía comprara en gasolineras teniendo un Pryca, un Mercadona o un Carrefour cerca. Por suerte, no han edificado junto a “La Luna” (macroprostíbulo de Girona).

Todos gritaron:

—¡Ya está bien! Usted no sabe lo que dice. Así no va a conseguir nada. Le prohíbo que se dirija a la administración en esos términos.

—No se apuren. En mis denuncias observaré las más estrictas reglas epistolares y seré todo lo políticamente correcto. Pero hoy, aquí, es lo que hay. Hagan lo que tengan que hacer.

Esto dio lugar a que escribiera tres cartas a: al Síndic, al JVP y a la Oficina de derechos humanos de la Unión Europea (Estrasburgo).

Como era de esperar: del Síndic y del JVP nada de nada. Corporativismo total.

Pero (siempre hay un, “pero”), la ODH de la UE no funciona igual.

Epilogo: tres meses después, colocaron microondas en los comedores y yo 7 años sin permisos.

Otro punto fuerte de la condena: la cama.

Tengo tres enfermedades crónicas degenerativas. El servicio médico me “autorizó” un protocolo: dos almohadas y dormir en la litera inferior. Pero lo hago en un trozo de espuma, sin funda y en una cárcel donde he visto casos de sarna, chinches y piojos. Como en la posguerra.

Cualquier funcionario con perro estaría orgulloso del colchón en el que duerme su mascota. Seguro que no le permitiría dormir sobre la porquería de colchón que llevo casi siete años soportando.

## 03. Desenlaces de la orden de expulsión y el CIE

Finalizamos la temática sobre los Expedientes de Expulsión con algunas precisiones importantes. Como decíamos en el último artículo, uno puede (y debe) recurrir la orden de Expulsión:

### 1) ¿Cómo se recurre?

Puedes presentar, o bien:

- Un “recurso de reposición”, ante la propia Policía en el plazo de 1 mes;
- O acudir a un Juez, presentando un recurso contencioso-administrativo en el plazo de 2 meses.

### 2) ¿Qué implica una orden de expulsión?

**Permite a la Policía detenerte y trasladarte a tu país de forma inmediata.** Conlleva además una *prohibición de entrada* tanto en España y en el conjunto de la Unión Europea durante un período de entre 3 y 10 años. Hasta que no transcurra dicho plazo, de prohibición de entrada, **no podrás regularizar tu situación** ni solicitar un permiso de residencia. En ocasiones, la orden de expulsión se sustituye por una **sanción económica**.

### 3) Cuando pagas la sanción de multa del expediente ¿obtienes un permiso de residencia?

**No.** Cuando pagas la sanción de multa sigues estando en situación irregular, pero sí se cierra el expediente de expulsión policial. Sin embargo, al no tener un expediente pendiente, podrás solicitar la regularización cuando cumplas los requisitos. Por eso es muy aconsejable pagar la multa. Si vuelves a ser detenido, se iniciará de nuevo un expediente de expulsión.

### 4) ¿Puedo realizar algún trámite para regularizarme si tengo una orden de expulsión?



No. Con una orden de expulsión vigente no puedes regularizarte. **Deberás pedir primero su anulación** antes de poder

regularizar tu situación.

## EL CIE

Si la Policía te detiene por encontrarte en situación irregular en España (es decir, “sin papeles”), la propia policía puede pedir a un juez tu internamiento en un CIE (Centro de Internamiento de Extranjeros), con el objetivo de proceder a tu expulsión.

### 1) ¿Quién decide que ingreses en el CIE?

Es un juez quien lo decide, tras la solicitud de la Policía. Esta debe hacerlo **dentro de las primeras 72 horas** desde tu detención. No en todos los casos se pide el ingreso. Si la policía lo solicita, deberás comparecer ante el juez, quien valorará si entras o no en el CIE.

Para evitar el internamiento, es crucial que tu abogado pueda demostrar ante el juez que no hay riesgo de fuga. Por lo que en la situación de que te vayan a sancionar con multa o expulsión puedes esperar la decisión final en tu casa, sin

necesidad de que se te prive de libertad. Para ello, es muy importante que colabores con tu abogado dándole, por medio de tus familiares o amigos, documentos que prueben tienes domicilio conocido y que tienes arraigo en España, por ejemplo:



*Empadronamiento y tarjeta sanitaria, Familiares residentes legales, Escolarización de hijos, Alquiler piso, Certificado de que perteneces a alguna Asociación, Cursos realizados, Cualquier papel de haber intentado solicitar la residencia en España o asilo político, Cartilla o cuenta corriente en el banco.*

- Ten siempre esta documentación ordenada y en algún lugar localizable de tu vivienda para que, si te detienen y te llevan ante el juez, un familiar o amigo pueda entregarla rápidamente al abogado.
- Es muy importante que **RECUERDES** el nombre de tu abogado y su teléfono para poder estar en contacto con él.

Tú también puedes declarar ante el juez y es recomendable que lo hagas y le expliques tu situación. Si a pesar de todo, finalmente el juez decide tu ingreso en el CIE, tu abogado podrá recurrir la decisión del juez.

### ¿Cuál es el tiempo máximo que puedes estar en el CIE?

40 días. Aunque la policía intentará expulsarte lo antes posible. Si cumpliste el plazo máximo legal de 40 días en el CIE, y no has sido expulsado, **deben ponerte en libertad** y no pueden volver a internarte por el mismo expediente de expulsión.

Cuando salgas del CIE y si no has sido expulsado, acude inmediatamente a un abogado para presentar un recurso contra la orden de expulsión en un plazo máximo de dos meses desde que te notificaron la expulsión. Transcurridos los 40 días la policía tiene la obligación de ponerte en libertad.

### ¿Qué derechos tienen las personas ingresadas en el CIE?

Al CIE te envía un juez exclusivamente por no tener los papeles en regla y con el objetivo de poder expulsarte a tu país. Mientras estás internado, estás protegido por el juez. La policía únicamente se encarga de tu custodia, te vigila, por lo que dicha policía tiene...e la obligación de comunicar al juez cualquier circunstancia que modifique tu situación (enfermedades graves, castigos, etc.).

**Dentro del CIE tienes derecho a:** 1. Información escrita; 2. Peticiones y quejas; 3. Atención médica especializada; 4. Asistencia social para solucionar problemas surgidos por la situación de internamiento; 5. A recibir ayuda legal de un abogado; 6. A tener una visita al día; 7. Comunicaciones telefónicas; 8. Derecho a la integridad física y salud; 9. Alimentación; 10. Práctica religiosa.

**Obligaciones en el CIE:** 1. Debes respetar las normas de funcionamiento del CIE y las órdenes de los funcionarios siempre que no vulneren tus derechos; 2. Debes mantener una actitud correcta y respetuosa con los funcionarios.

**Pol García i Valls**

Abogado colaborador ASRESOLA.  
ICAB nº 33.671

La delincuencia no es una enfermedad mental. Se trata de un comportamiento o conjunto de acciones que transgreden las normas y leyes establecidas por una sociedad con el fin de mantener la convivencia y el orden.

Este tipo de conducta puede estar influido por múltiples factores interrelacionados que van más allá del plano individual, incluyendo dimensiones sociales, económicas, culturales, familiares, educativas e incluso psicológicas.

En otras palabras, la delincuencia es el resultado de una realidad compleja, en la que confluyen condiciones de vida precarias, desigualdades estructurales, falta de oportunidades, entornos violentos, situaciones de marginación y, en algunos casos, factores personales como el temperamento o una infancia en un entorno familiar disfuncional.

En cambio, las enfermedades mentales son trastornos clínicamente significativos que afectan el pensamiento, las emociones, la percepción de la realidad o el comportamiento de una persona.

Trastornos como la esquizofrenia, el trastorno bipolar, la depresión grave o los trastornos de ansiedad requieren atención profesional y, muchas veces, un tratamiento médico y psicológico continuo.

Es fundamental no confundir la presencia de una enfermedad mental con una tendencia delictiva. Hacerlo puede llevar a ideas equivocadas y a consecuencias muy perjudiciales para millones de personas que viven con estos diagnósticos, y que no representan ningún tipo de amenaza para la sociedad.

Si bien es cierto que existe cierta relación entre salud mental y conducta delictiva, esta es indirecta y no determina el comportamiento.

Algunos estudios indican que un pequeño porcentaje de personas con trastornos mentales graves podrían llegar a cometer actos delictivos, especialmente cuando no han recibido tratamiento o han sido víctimas del abandono institucional. Sin embargo, estos casos son excepcionales.

La inmensa mayoría de las personas con enfermedades mentales no son violentas ni infringen la ley. De hecho, tienen muchas más probabilidades de ser víctimas de violencia que de cometerla. Además, muchos de los delitos que se cometen en la sociedad son perpetrados por personas que no presentan ningún diagnóstico psiquiátrico, lo que demuestra que las raíces de la delincuencia van mucho más allá de lo clínico.

Algunos trastornos, como el trastorno de personalidad antisocial o el trastorno límite de la personalidad, pueden estar asociados a una mayor impulsividad o a dificultades para respetar normas sociales. No obstante, incluso en estos casos, no todas las personas diagnosticadas desarrollan conductas delictivas. Generalizar o asumir que una condición psicológica

determina el comportamiento criminal no solo es un error, sino que alimenta estigmas muy dañinos. Además, desconoce la diversidad de trayectorias personales y las múltiples formas en que cada ser humano enfrenta sus circunstancias.

Confundir delincuencia con enfermedad mental tiene consecuencias sociales y éticas profundas. Por un lado, estigmatiza aún más a quienes conviven con trastornos mentales, colocándolos injustamente como potenciales peligros para la sociedad. Este estigma dificulta su acceso a empleos, educación y servicios de salud, y termina por reforzar su aislamiento.



Fco. Javier Moreno Oliver



Por otro lado, este error conceptual desvía la mirada de los verdaderos factores que alimentan la criminalidad: la pobreza estructural, la falta de oportunidades, la exclusión social, el abandono escolar, el racismo, y la violencia tanto en el hogar como en la comunidad. Además, conduce a respuestas equivocadas, tratando de resolver un problema social desde un enfoque exclusivamente médico, cuando en realidad lo que se necesita son políticas públicas integrales, reformas legales, inclusión social y estrategias de prevención.

Como hemos indicado anteriormente, delinquir no es un síntoma de enfermedad mental. Aunque en algunos casos pueda haber una coincidencia entre ambas situaciones, eso no significa que la delincuencia sea una patología ni que las personas con trastornos mentales deban ser tratadas como si fueran delincuentes. Separar ambos conceptos es esencial para proteger los derechos humanos, combatir la estigmatización y abordar cada problema desde la perspectiva adecuada.

Comprender esta diferencia es clave para construir una sociedad más justa, empática e inteligente, capaz de enfrentar los desafíos de salud y justicia de manera humana y eficaz.

**Francisco Javier Moreno**

Doctor en Psicología colaborador ASRESOLA.  
Primer director del C.P. Brians I

# TRASTORNO DE BIPOLARIDAD

En el anterior número hablamos de la depresión y de sus tipos y como comentamos la bipolaridad es uno de ellos, vamos a desarrollarlo en este artículo.

Es una enfermedad depresiva con episodios de manía sujetos a verborrea, pensamiento acelerado, ideas megalómanas de omnipotencia, (se creen indestructibles, son capaces de todo por conseguir poder incluyendo la manipulación de los demás, al creerse omnipotentes ponen a prueba a los demás para jactarse de ellos) tienen una reducción de las horas del sueño no por insomnio, simplemente no necesitan dormir, son hiperactivos e impulsivos lo que les lleva a tener conductas de riesgo y gastos desorbitados, tienen delirios, alucinaciones y cambios en la alimentación.

Los primeros síntomas cuando se desarrollan en la niñez o adolescencia son la ansiedad, cambios de humor, depresión y ciclotimia.

Las personas bipolares incrementan por tres la posibilidad de suicidio, estas tendencias las suelen tener especialmente durante los episodios mixtos de hipomanía y depresión agresiva.



Dentro de sus estados de ánimo oscilante encontramos:

**Manía:** Es la exaltación y comportamiento intenso fuera de lo normal, este episodio dura una semana.

Los síntomas de la manía son: Mucha felicidad, grandes ideas o planes, se sienten importantes, no comen ni duermen, hablan rápidamente, su razonamiento es ilógico, tienen delirios, alucinaciones y toman decisiones de alto de riesgo, no tienen control del temperamento, en los periodos de manía también puede ocurrir psicosis.

**Hipomanía:** Tiene los mismos síntomas que la manía, pero con menos intensidad y dura cuatro días.

**Depresión:** Sentimientos depresivos que duran como la depresión desde 15 días a meses o años.

**Episodios mixtos:** Tiene síntomas de los anteriores, irritabilidad, agitación, furia, llanto...

**Fases y tipos de trastorno bipolar.**

**Fases comunes en todos los tipos:**

**Temprana:** Antes del inicio de un episodio maníaco o depresivo se pueden apreciar cambios de estado de ánimo o comportamiento (ansiedad, depresión, dificultad para dormir...)

**Aguda:** Es cuando el trastorno explota y hay un episodio de manía, depresión o ambas en conjunto.

**Mantenimiento:** El objetivo es controlar la enfermedad con el tratamiento y que haya una estabilidad.

**Tipos:**

**Bipolar 1:** Se diagnostica cuando la persona ha tenido uno o más episodios depresivos y uno o más episodios maníacos con alucinaciones y delirios, esto puede ocurrir muy rápido, de la noche a la mañana,

después de un episodio depresivo o después de meses o años de un estado normal.

**Bipolar 2:** Tiene episodios depresivos y al menos uno hipomaniaco, son episodios menos pronunciados y a veces ocurren inmediatamente después del episodio depresivo.

**Trastorno ciclotímico:** son numerosos episodios hipomaniacos y depresivos que duran la mitad de los días de un año durante al menos dos años.

**Trastorno bipolar no especificado:** Este se diagnostica cuando no cumple las condiciones de los anteriores respecto a la cantidad de los episodios maníaco y depresivos, pero sus síntomas también son cambios de humor, periodos de hiperactividad, falta de concentración y cambios de patrones de la alimentación como en los anteriores.

**¿Quién es más propenso a desarrollar bipolaridad?**

Personas con antecedentes familiares, con estrés crónico, cambios hormonales o consumidores de sustancias.

Suele desarrollarse a partir de la adolescencia hasta la treintena pero también encontramos casos en la edad adulta y en la vejez, cuando lo encontramos en esta última etapa de la vida suele estar asociado a otras enfermedades como tumores cerebrales, párkinson, insuficiencia renal... los síntomas en la vejez pueden presentarse a consecuencia de la ingesta de fármacos como los antidepresivos, corticoides, benzodiazepinas, etc.

**¿Qué desencadena un episodio?**

Estrés, falta de sueño, cambios hormonales, consumo de sustancias.

**Recaídas:**

Las recaídas son muy frecuentes, incluso estando medicados tienen recaídas, los motivos pueden ser:

Tomar mal las dosis de la medicación o dejarla, tomar menos dosis produce recaída depresiva y aumentarla produce episodios de manía.

Tomar drogas como alcohol, cocaína, anfetaminas, etc., estas empeoran los episodios.

Dormir en exceso o demasiado poco, el exceso lleva a la depresión y poco a los episodios maniáticos.

Tomar caféina, está produce irritabilidad, disforia y manía.

**Tratamiento**

Estabilizantes del estado de ánimo como el litio, pero su inconveniente es que no les hace efecto a todos los pacientes.

Los antiepilépticos funcionan muy bien como estabilizante, los antipsicóticos van bien en periodos de crisis, pero debe limitarse su uso solo para esos periodos y siempre con los estabilizadores porque por si solos tienen un impacto neurocognitivo deteriorante para el paciente. Lo mismo ocurre con los antidepresivos solo deben utilizarse en periodos de crisis asociados a los estabilizadores ya que en pacientes bipolares aumentan la frecuencia del ciclado. Los ansiolíticos funcionan muy bien.

La terapia conductual para aprender el manejo del estrés.

**Pautas**

Mantener un horario, esto ayudará en la calidad del sueño y la estabilidad emocional.

Realizar ejercicio para tener mejor estado de ánimo.

No consumir sustancias ya que pueden desencadenar un brote.

Practicar técnicas de relajación para controlar el estrés ya que es otro desencadenante.



Carmen Gómez

En este humilde artículo escribo sobre las primeras impresiones que el cine causó en distintas partes del mundo, así como las primeras teorías que surgieron, con el propósito de acercarte a ti, espectador, a abrir el párpado y mirar de forma limpia y expectante.

Las teorías psicoanalíticas, la generación de los sucesos mentales, la teoría de la recepción como función estética, y también las distintas dimensiones del cine —con su vocabulario propio, su lenguaje, su síntesis, su gramática— y su peculiaridad única: la declinación del primer plano, quizás, lo mejor del cine. Un colaborador de *The Moving Picture Word* escribió en 1910:

*“La película cinematográfica aporta una nota de simpatía tanto a los cultos como a los incultos, a los privilegiados como a los esforzados. Es literatura para los analfabetos... No reconoce fronteras de raza o nación...El espectador va allí para ver, sentir, simpatizar. Se libera temporalmente de las limitaciones de su entorno, ... pasea por París...Siente la emoción de la simpatía humana junto al miserable o el afligido. ... El artista del cinematógrafo puede pulsar todas las teclas del gran órgano de la humanidad”.*

Una bonita crónica, de las primeras que se escribieron en el mundo, cuando los hermanos Lumière mostraron el cine en los cinco continentes.

Los distintos nombres que surgieron al aparecer el cine hacían referencia a su dimensión visual: era todo embrionario, pero ya daba pistas de lo que acontecería después. Al mismo tiempo que se inventaba el cine y se popularizaba, surgían las primeras reflexiones sobre este nuevo arte.

En árabe el cine se llama *Tura mutaharika*, que significa “imagen en movimiento”; en hebreo, la palabra evolucionó de *reinoa* (“contemplar el movimiento”) a *kolnoa* (“movimiento sonoro”).

Muchos nombres del cine incluían la raíz **-grapho**, del griego *graphein*, que significa “escribir” o “transcribir”.

Verán ustedes ahora los distintos nombres para hacer alusión al cine. Curiosamente, ninguno hacía referencia al sonido, ya que el invento en sus inicios era un arte mudo, hasta que vino Edison y lo bautizó “Fonógrafo Óptico”. También se le empezó a llamar “juego de luz”, “Biograph”, “Animatographe”, “Vitascope”, “Bioscope”, “Cronophotographe”, “Kinetoscope”. Aunque de todas las palabras locas que querían definir el nuevo arte, la que más me gusta es “Cosmorama”, la que definía el cine como un instrumento para la construcción de mundos. También se lo conoció como “Linterna Mágica”, evocando el romanticismo y la ilustración, y aludiendo a la luz del cine como fuente de conocimiento. “Phantasmagoría” era el cine de lo fantástico y maravilloso —lo que después sería el cine de la futura ciencia ficción—. El uso cinematográfico se refería al rodaje, a la cámara como arma agresiva, una idea que acabaría materializándose en los años sesenta como “cine de guerrilla”. Nació la palabra “Mutoscope”, que definía al cine como un dispositivo que hacía visible el cambio, mientras que Phenakistiscope servía para

definir las vistas engañosas. Se habló del cine como registro de la vida misma, de escritura del tiempo o de la luz, como imagen-tiempo y como la observación visual del tiempo. Pero, sobre todo, estas teorías se centraban en el espectador y en su escopofilia (deseo de mirar).

En cuanto a la historia del cine como arte único, esa sinfonía visual que desemboca en un acordeón visual, rítmico, ajeno a las influencias de los demás artes, se ha denominado “cine puro”.

Sin embargo, muchos directores como Griffith o Eisentein estaban de acuerdo en heredar y evocar técnicas paralelas de otras artes como la literatura, el teatro, la arquitectura o la pintura y las vinculaban al cine: “escultura en movimiento” (Vachel Lindsay), “música de luz” (Abel Gance), “pintura en



movimiento” (Leopold Survage), “arquitectura en movimiento” (Élie Faure). Planteaban el cine como una vinculación entre artes, donde ciertas técnicas ajenas podían convertirse en recursos cinematográficos.

Todo lo contrario defendía el manifiesto futurista de 1916: reclamar el cine como arte autónomo y en ningún caso debía copiar el teatro. El cine puro consistía en eliminar de una película los elementos que no fueran puramente cinematográficos. Un ejemplo sería la voz en off de un documental: esto es, la narrativa. Germaine Dulac llegó a acusar a quienes usaban la narrativa en el cine de cometer un “error criminal”. La narrativa, sostenía, era frágil dentro del cine, ya que compartía otros artes incompatibles con el cine puro y su esencia.

En 1911, otro manifiesto, el de Riccioto Canudo titulado “*El manifiesto de un sexto arte*” afirmaba que el cine absorbería las tres artes espaciales (arquitectura, escultura y pintura) y las tres artes temporales (poesía, música y danza): proclamándolo como un “arte plástico en movimiento”.

Después de todas estas teorías, puede alcanzarse la siguiente conclusión personal: el cine es un pacto entre el director y el espectador. El espectador acepta la profundidad de la imagen, a sabiendas de que se trata de un artificio técnico, una mentira quizás, destinada a revelar una verdad.

Recuerda, estimado espectador: la película no sucede en el celuloide, sino en tu mente.



José Antonio López



Teresa Porqueras

## I. Ensoñación

Hoy soñé que yo era presa.  
Culpable de algo, y sin pensar, me  
atravesó la culpa, el dolor y el ma-  
lestar.  
Hoy soñé que yo era presa  
en un mundo sin favores,  
sin aromas,  
sin perdones.  
Sentí la crudeza del abismo,  
la soledad del náufrago,  
la ruindad del carcelero,  
el hedor de la maldad  
en un mundo sin piedad.  
Hoy soñé con mi buena amiga: la  
soledad.  
Me habló sin voz, con susurros de  
escarcha,  
y en sus ojos de sombra vi mi reflejo  
apagado.  
Me tendió su manto frío  
como quien ofrece abrigo  
a quien ya no espera el sol.  
Hoy soñé que el tiempo no pasaba,  
que las horas eran sogas  
y el reloj, un carcelero sin clemen-  
cia.  
Las paredes murmuraban nombres  
que no recordaba haber amado,  
y cada piedra del suelo  
pesaba con recuerdos que dolían.  
Hoy soñé que, pese a todo, aún ardía  
una llama.  
Pequeña,  
terca,  
invencible.  
Y entonces supe  
que también los muros tiemblan  
cuando dentro de una presa  
despierta la libertad.

## II. Privada de libertad

En el fondo de una sala  
vi a una dulce morilla,  
pequeña, huesuda y despeinada.  
—¿Qué haces, mi niña, sola en este  
hogar  
donde no asoma el alba,  
ni cantan las maravillas  
de la vida en libertad?  
Canta, baila, danza sin mirar atrás,  
oh, niña bella,  
que pronto podrás  
volver a tu casa de verdad.  
Morilla, dulce morilla,  
que en la morería cantan  
coplas que llevan tu nombre  
y aromas de azahar.  
Tu risa, si asoma,  
rompe el muro del silencio;  
tu llanto, si brota,  
hace temblar los cimientos  
de esta casa sin alma  
que no supo abrazar.  
Pero tú,  
pétalo de luna,  
canta, baila, sueña  
como si el mundo te esperara,  
porque lo hace.  
Y en algún rincón del aire,  
ya se oye una guitarra  
que entona la libertad.



## II. Ausencia

Hoy no tengo  
perdón,  
no te vine a vi-  
sitar.  
Fui el lastre de  
mí misma  
y actué con la avaricia  
de quien osa aparentar.  
Hoy no tengo perdón,  
no escuché  
tus historias,  
esas crónicas de vida y tesón,  
de quien hizo y deshizo  
sus diabluras y pillerías  
con la nobleza torpe del corazón.  
Hoy no tengo perdón.  
Tachaste mi nombre  
de la cuartilla  
como quien lanza su lanza  
a un vil león,  
no por odio,  
sino por decepción.  
¡No volverá a pasar!  
Mas cuando mi garganta lo grita,  
algo se rompe,  
algo se quiebra  
entre el orgullo y la pena.  
No fui,  
y en mi ausencia  
me visité por dentro:  
vi mis propios barrotes,  
mis miedos, mis silencios,  
la celda sin cerrojo  
donde aún me encierro.  
Y tú,  
sin más abrigo que tu espera,  
contaste los pasos del olvido  
como cuentas los días  
que no caben en una condena.

Soy José Manuel he pagado 2 condenas desde 1998 hasta 1/10/2009 desde que pague la condena hasta pagar esta otra desde el 6/01/ 2010 hasta el 15/10/2025 he sufrido unas graves secuelas personales y psiquiátricas, si he consumido drogas y si algún delito cometí. Pero la verdad no mate a nadie y la justicia es para RICOS nosotros somos la parte más grave para la sociedad ya que no está bien visto por la alarma social que creamos a la sociedad. Pero es más cierto que me he perdido media vida y la suerte que lo puedo contar.

He salido con grandes problemas de salud en la cual una de ellas manías y salud mental ya que tengo paranoias y visiones tengo problemas de la vista ya que estar mucho tiempo recluido te deja muchas secuelas y eso que todo reo tiene derecho a su reinserción la cual no la cumplen. Ya sea por uno u otro de los profesionales como, así les gusta llamarse y los cuales para mí son simples personas para bien o para mal ya que yo he metido la pata muchas veces pero conmigo no han tenido la misma vara de medir como me dijo un coordinador del D.A.E. para los que no lo saben es un módulo aparte de la prisión que es especial para tratar tu adicción dentro de prisión ya que los del C.A.S. son otros perros con distinto collar y cuando me dirijo a ellos ya saben por qué lo digo pues me dejaron salir de 3 grado con destinación Wad-Ras sin cita con mi C.A.S de referencia sin cita médica solo cita con la trabajadora social gracias Dtor John por no hacer bien tu trabajo y las enfermeras de reparto Julia por su gran responsabilidad que me dieron el “suboxone” machacado tu creías que perderías los permisos por sacar las putas pastillas espero que el día de mañana te pague el karma como tú lo has hecho conmigo.

Bueno también recuerdo a esos profesionales que me han tratado qué muchos no sé alegrarán de que me vaya bien y sé que pensáis que hablo desde el odio y la verdad es que no me habéis hecho pasar por todos los estados que una persona humana no debería pasar en su vida, solo deseamos que ojalá lo sufráis en vuestras vidas lo que habéis hecho conmigo y os lo multiplique por  $\times 2$  tan solo le pido a dios que sepáis lo que se pasa. Bien mi vida ha sido una montaña rusa de Estados y emociones he incluso he deseado mi muerte y encima para lo que he quedado aún sigo teniendo mi familia que es lo más importante y lo más maravilloso que uno puede llegar a desear tengo muy mala experiencia al haber pasado por prisión y eso que no he sido una persona que han abusado de ella tan solo he sabido sobrevivir en la jungla de hormigón y acero. que tan simple te pueden herir con un rasguño.

Con la brisa de la mañana rozando tu piel desde una mi triste marcación desde mi único chabolo de la prisión que sólo el cerrar de las puertas tras de ti te embarca la sensación de un pobre al que le falta el cariño de tus seres queridos que se alejan tras de ti con unas lágrimas en los ojos. Te escribo desde el patio de la cárcel



donde me han hecho la persona que soy hoy un pobre de pensamiento y la mirada perdida con la mente en cualquier sitio y en realidad no sé qué hacer en muchos momentos tengo perdidas de memoria esos momentos han pasado una factura que no puedo pagar eso es triste no tengo amigos los he perdido a los que tenía o pensaba que eran mea dejado solo y sin compromiso y tan solo queda medio uno. Espero el instante de encontrar a ese chaval feliz y risueño con el que tanto se reían mis familiares y personas del barrio alas que siempre llamaban para pedirla que le ayudará a subir la compra.

El paso por prisión me han hecho ser un personaje de ficción en la vida real acompañado del papel de su vida. Entre siendo joven y cuerdo y he salido viejo y echo una mierda. Porque ya son 52 para 53 y no han pasado en valde mis padres han envejecido a una velocidad alarmante y yo con mis problemas de salud mental tan solo espero tener una buena vejez.

Me han quitado lo mejor de mi vida como decía la canción y no me consuela empezar de nuevo eso es consuelo para tontos, aunque yo no estoy en mi mejor momento os quiero informar que por mucho que luchéis es para vosotros no para, ellos tenerlo claro. Pues la lucha esta fuera de prisión eso es un tiempo que ya no recuperareis en la vida hay si lo llego a saber antes. Mis padres han luchado y siguen haciendo por mi lo impensable por eso trato de estar ahí para ellos.

Me han quitado parte de mi personalidad, me han doblegado como un junco, pero sigo en pie han hecho un buen trabajo eso seguro que me han dejado tocado, pero no hundido espero poder recomponer parte de lo que fui atentamente José Manuel.



# ASRESOLA

Asociación para la Reinserción Socio Laboral

Inscrita en el **Registro Nacional de Asociaciones:**  
Sección 1ª, Número: **627230** y CIF nº G-67478107  
Inscrita en el **Cens d'Entitats de Voluntariat de Catalunya** con el número **002150 – 000**.

Dirección: A.P.C. 33006 / 08007 Barcelona  
Telf. / WhatsApp - 623 286 304  
gestion@asresola.es

## RESILIENCIA

Deposito Legal: B 18140-2022

ISSN: 2938-1606

ISSN-e: 2938-320X

El Real Decreto 2063/2008 de 12 de Diciembre, por el que se desarrolla la Ley 10/2007, de 22 de junio, establece en su Anexo I, que las Publicaciones Gratuitas, no han de llevar código ISBN.

## CONSTITUCIÓN ESPAÑOLA

### Artículo 20.

- Se reconocen y protegen los derechos:
  - A expresar y difundir libremente los pensamientos, ideas y opiniones mediante la palabra, el escrito o cualquier otro medio de reproducción.
  - A la producción y creación literaria, artística, científica y técnica.
  - A comunicar o recibir libremente información veraz por cualquier medio de difusión. La ley regulará el derecho a la cláusula de conciencia y al secreto profesional en el ejercicio de estas libertades.
- El ejercicio de estos derechos no puede restringirse mediante ningún tipo de censura previa.
- Sólo podrá acordarse el secuestro de publicaciones, grabaciones y otros medios de información en virtud de resolución judicial.

### LEY ORGÁNICA 1/1979, de 26 de septiembre, General Penitenciaria.

#### Artículo cincuenta y ocho.

Los internos tienen derecho a disponer de libros, periódicos y revistas de libre circulación en el exterior, con las limitaciones que, en casos concretos, aconsejen las exigencias del tratamiento individualizado, previa resolución motivada del equipo de observación y tratamiento del establecimiento. Asimismo estarán informados a través de audiciones radiofónicas, televisivas y otras análogas.

Sección	Nombre	eMail	Especialidad
Voluntariado	Montse Barcelona	montsebarcelona@asresola.es	
Dirección	Paco Pardo	pacopardo@asresola.es	
Comunicación	Santiago Lorenzo	comunicacion@asresola.es	
Jurídica	Fernando Oriente	gestion@asresola.es	Penal - Penitenciario
	Pol García		Laboral - Extranjería
	José Luis Solsona		Penal - Penitenciario
Psicología	Francisco Javier Moreno		
	Carmen Gómez		
Trabajo Social	Andrea Llanos		

### Delegados en los Centros Penitenciarios:

Brians I:		Brians II:	<b>Pedro Javier Rubio - MR14 -</b>
Quatre Camins.	<b>José Morilla - MR6 - Pedro Jiménez - MR6 - Gerard García - MR1 -</b>	Lledoners:	<b>Manel Pérez</b>
		Mas Enric	<b>José María Llevat – MR7 -</b>
Puig de les Basses	<b>Sergio Prieto</b>	Trinidad	<b>Félix Gil</b>

La Junta Directiva de ASRESOLA y los delegados de la misma, no comparten necesariamente el contenido de los escritos enviados por los colaboradores, siendo ellos los únicos responsables de tales contenidos.