



TABOR MAGAZIN

Briefe durch die Mauer



**Der Mensch braucht Regeln!
Auch die Zehn Gebote?**

Strafgefangene und Entlassene schreiben über ihr Leben



**Liebe Freunde, Mitglieder
und Förderer des Tabor e.V.,
besonders liebe Freunde
in den Gefängnissen!**

Regeln, Gebote, Gesetze... Sie treffen uns alle und hören sich als Thema erstmal unangenehm an. Wenn wir an Regeln denken fühlen wir uns gleich schon eingeschränkt.

Die 10 Gebote – Sind sie eine Einschränkung oder eine Hilfe zum Leben? In diesem Magazin gibt es einige Stellungnahmen dazu und zu den einzelnen Geboten. Aus meiner Sicht sind sie eine Hilfe, ein Lebensschutz und auch Naturschutz.

Die Natur hat auch ihre Gesetze. Es gibt Regeln, nach denen alles abläuft: Tag und Nacht unterscheiden sich voneinander und geben einen Rhythmus vor. Unterbrechen wir diesen Rhythmus zu oft, schadet es unserer Gesundheit. Die Nacht ist eigentlich zur Erholung und für den Schlaf da.

Je mehr wir die Regeln der Natur missachten, desto kränker werden wir. Manche Menschen machen das bewusst, weil sie Herrscher über alles sein wollen, sogar Herrscher über unsere natürlichen Wi-

derstände. Menschen nehmen Drogen, die sie wach machen, die sie müde machen, fit oder ruhig, je nach Wunsch – zunächst. Menschen überwinden den Tag/Nacht-Rhythmus bewusst, weil sie darüber herrschen wollen. Die Folgen sind gravierend.

Für uns alle ist es gravierend, wie wir die Grenzen und den Aufschrei der Natur missachten. Kürzlich war ich auf dem Parteitag der ÖDP Bayerns. Dort wurde viel über das Bienen-, Schmetterlings- und Insektensterben gesprochen. Wir übergehen unseren natürlichen Rhythmus genauso, wie den der Natur. Wir behandeln die Natur mit Pestiziden und töten dabei ganze Arten, die auch für unser Überleben wichtig sind. Insekten verschwinden, der Boden wird sauer, geht kaputt.

Die Wirtschaft und Politik wollen Wachstum. Egal, ob wir die Dinge brauchen oder nicht, sie müssen hergestellt werden. Koste es, was es wolle. Und wenn es unsere Zukunft ist! Selbst Tiere werden „hergestellt“ - produziert, ihre toten Leiber werden verbrannt, weggeschmissen, entsorgt.

Flüge werden immer billiger. Wir fliegen mal schnell zum Kaffeetrinken oder für irgendwelche Kurzurlaube billigst um die Welt. Der Wahnsinns-CO2-Ausstoß interessiert uns dabei nicht. Wir denken nur an uns und nicht an die nachfolgenden Generationen.

Wie wird es weitergehen, wenn wir alle Regeln der Natur missachten und mit den Füßen treten? Sollen wir uns wehren gegen Wachstum um jeden Preis? Sollen wir alles den Politikern überlassen? Nein, die Politik wird das nicht in die Hand nehmen, wir müssen das schon selber tun. Wir müssen Lebensgewohnheiten ändern, „Verzichten“ modern machen, positiv belegen.

Oder soll dieser Witz zur Wirklichkeit werden?: *Treffen sich zwei Planeten. Sagt der eine zum anderen 'Du siehst aber krank aus, was fehlt Dir denn?' - Der andere, schon ganz grün im Gesicht: 'Ich habe Homo sapiens' (1). Darauf der erste: 'Ach, das hatte ich auch schon, das geht vorbei.'*

Damit wir uns nicht selbst vernichten und unsere Lebensgrundlage, die Mutter Erde und das ökologische System zerstören, sind wir aufgerufen, die Regeln und Gesetze der Natur und des Zusammenlebens zu achten und zu befolgen. Andernfalls wird sich unser Planet einmal kräftig schütteln und uns abwerfen. Doch was werden unsere Kinder und Enkel dazu sagen?

Papst Franziskus hat in seiner Enzyklika *„Laudato si“* ein großartiges Plädoyer für den Erhalt und die Bewahrung der Schöpfung abgegeben. Ein Auszug:

„Diese Schwester (die Erde) schreit auf wegen des Schadens, den wir ihr aufgrund des unverantwortlichen Gebrauchs und des Missbrauchs der Güter zufügen, die Gott in sie hineingelegt hat. Wir sind in dem Gedanken aufgewachsen, dass wir ihre Eigentümer und Herrscher seien, berechtigt, sie auszuplündern. Die Gewalt des von der Sünde verletzten menschlichen Herzens wird auch in den Krankheitssymptomen deutlich, die wir im Boden, im Wasser, in der Luft und in den Lebewesen bemerken. Darum befindet sich unter den am meisten verwahrlosten und misshandelten Armen diese unsere unterdrückte und verwüstete Erde Wir vergessen, dass wir selber Erde sind (vgl. Gen 2,7). Unser eigener Körper ist aus den Elementen des Planeten gebildet ...“

(Papst Franziskus, laudato si (2))

**Liebe Grüße Ingrid
Vorsitzende des Tabor e.V.**

(1) homo sapiens meint den Menschen

Gebet für unsere Erde

*von Papst Franziskus
in seiner Enzyklika „Laudato si“*

Allmächtiger Gott,
der du in der Weite des Alls
gegenwärtig bist
und im kleinsten deiner Geschöpfe,
der du alles, was existiert,
mit deiner Zärtlichkeit umschließt,
gieße uns die Kraft deiner Liebe ein,
damit wir das Leben
und die Schönheit hüten.
Überflute uns mit Frieden,
damit wir als Brüder und Schwestern
leben und niemandem schaden.

Gott der Armen, hilf uns,
die Verlassenen und Vergessenen
dieser Erde, die so wertvoll sind
in deinen Augen, zu retten.
Heile unser Leben,
damit wir Beschützer der Welt sind
und nicht Räuber,
damit wir Schönheit säen
und nicht Verseuchung und Zerstörung.
Rühre die Herzen derer an,
die nur Gewinn suchen
auf Kosten der Armen und der Erde.

Lehre uns, den Wert von allen Dingen
zu entdecken und voll Bewunderung zu betrachten;

zu erkennen, dass wir zutiefst verbunden
sind mit allen Geschöpfen auf
unserem Weg zu deinem unendlichen
Licht.

Danke, dass du alle Tage bei uns bist.
Ermutige uns bitte in unserem Kampf
für Gerechtigkeit, Liebe und Frieden.

Die ZEHN GEBOTE

Das erste Gebot

**Ich bin der Herr, dein Gott. Du sollst
keine anderen Götter haben neben mir.**

Das zweite Gebot

**Du sollst den Namen des Herrn,
deines Gottes, nicht missbrauchen.**

Das dritte Gebot

Du sollst den Feiertag heiligen.

Das vierte Gebot

**Du sollst deinen Vater
und deine Mutter ehren.**

Das fünfte Gebot

Du sollst nicht töten.

Das sechste Gebot

Du sollst nicht ehebrechen.

Das siebte Gebot

Du sollst nicht stehlen.

Das achte Gebot

**Du sollst nicht falsch Zeugnis reden
wider deinen Nächsten.**

Das neunte Gebot

**Du sollst nicht begehren
deines Nächsten Haus.**

Das zehnte Gebot

**Du sollst nicht begehren
deines Nächsten Weib, Knecht,
Magd, Vieh noch alles,
was dein Nächster hat.**

Du sollst ...

Du sollst nicht ...

Du ...

Zehn Verhaltensvorschriften, als ob ich ein kleines Kind wäre, das alles falsch macht und ständig kontrolliert werden muss! Ich bin doch ein erwachsener Mensch, frei und für mich und mein Handeln selbst verantwortlich! -

Doch wenn ich ehrlich über mein Leben nachdenke, muss ich zugeben, dass ich doch häufig in diese Fallen tappe:

Was sind meine ‚Götzen‘: Geld? Macht? Lust? Karriere? Ich selbst?

Den Sonntag heiligen?

Da könnte ich so vieles erledigen!

Außerdem steh' ich oft im Ausflugsstau!

Mit meinen Eltern habe ich mich bis heute innerlich nicht wirklich ausgesöhnt.

Mit einer kleinen ‚Notlüge‘ kann ich mich leicht aus der Affäre ziehen.

Wenn ich glaube, nicht erwischt zu werden, nehme ich mir schon mal, was mir nicht gehört.

Meine letzte Steuererklärung war auch nicht nur wahrhaftig.

Und meine Gedanken, wenn ich meine adrette Sekretärin ansehe!

Und mein schlechtes Reden über die Nachbarin? Ist das nicht Mobbing und Rufmord?

Wie oft schon habe ich meine Chefin in meiner Wut im Geiste erschlagen!

Und mein Neid auf die anderen: die Ausländer und Flüchtlinge, die alles vom Staat umsonst bekommen! Und ich ...?

Du sollst/Ihr sollt miteinander ein gutes und sinnerfülltes Leben führen!

Das ist Gottes Wille für uns. Dazu brauche ich manchmal auch Gebote und Regeln, an die ich mich halten kann, die mir helfen, das zu tun, was dem Leben dient. Sie lassen mich reifen und das Gute in mir wachsen.

(nach einer Vorlage von Johannes van Kruijsbergen)



DU SOLLST LEBEN!



Was sollten wir wissen und bedenken, um die 10 Gebote besser zu verstehen?

(Buch Exodus 20,1-21)

Das wichtigste zuerst: Die Überschrift.

Gott, der Verfasser der 10 Gebote, stellt sich vor als der Befreier seines Volkes Israel. Er hat sein Volk aus dem Sklaven-Dasein in Ägypten befreit. Er will nun, dass dieses Volk seine Freiheit bewahrt und sich nicht wieder unfrei macht, weder durch Unterwerfung unter andere Götter noch durch Vergehen am eigenen Leben oder am Leben Anderer. - Vor jedes einzelne Gebot müssten wir also in Gedanken setzen: "Wenn ich, Gott, dein Befreier bin, dann wirst du doch nicht ... !" Die Verpflichtung ergibt sich nicht aus einem Zwang, den Gott ausüben will, sondern aus seiner Sorge, dass wir Menschen und Unfreiheit geraten, wenn wir diese Gebote missachten. Gott will, dass wir Menschen frei sind und frei bleiben!

1. Gebot: Keine anderen Götter!

Damals war es die Sorge, dass das Volk Israel zurückfallen könnte in die Abhängigkeit von anderen Gottheiten, die ringsherum noch angebetet wurden. - Heute will uns dieses Gebot davor bewahren, dass wir anderen mächtigen Einflüssen auf unser Leben verfallen: Geld, Macht, Gier

usw., die uns süchtig und abhängig machen wollen.

2. Gebot: Den Namen Gottes nicht missbrauchen!

Gottes Name für sein Volk Israel ist: Jahwe, d.h. "Ich bin da für euch!" Wer das vergisst, wer das umdeutet, schadet sich selbst. - Heute könnte das heißen: Wer Gott selbst klein redet, wer ihn verflucht, wer ihn als schädlich darstellt, der schadet sich selbst, weil er sich von seinem höchsten erbarmenden Helfer abschneidet.

3. Gebot: Halte den Sabbat heilig!

Die Erfahrung des Volkes Israel war: Es tut uns gut, dass wir einen Tag der Woche frei halten von aller Arbeit. Wir brauchen wenigstens diesen einen Tag, um unseren Befreier Gott zu ehren. Und anders als bei anderen antiken Völkern kamen alle sozialen Schichten - also auch die niedrigen - in den Genuss des freien Tages. - Heute weh-

ren sich Kirchen (zusammen mit den Gewerkschaften) mit Recht gegen die Auflösung des arbeitsfreien Sonntags. Betriebe bedrängen die Politik, immer mehr Ausnahmen zu genehmigen, weil der arbeitsfreie Sonntag die Gewinne schmälere. Aber auch viele Christen selbst machen den Sonntag zu ihrem Arbeitstag - zu ihrem eigenen Schaden.

4. Gebot: Ehre deinen Vater und deine Mutter, damit du lange lebst in dem Land ...!

In alten Kulturen, auch im alten Israel, war der Gedanke lebendig, dass die Älteren Lebenswissen und Erfahrung verkörpern, die man ehren soll. Auch die Verpflichtung zur sozialen Versorgung der Eltern wird eine Rolle gespielt haben. - Das gegenteilige Verhalten ist, wie der Text sagt, kurzlebig gedacht und gehandelt. - Nicht alles, was ein Vater oder eine Mutter an uns getan hat, verdient es, dass wir ihn oder sie ehren, beileibe nicht! Und doch wird uns manches Gute, das wir ihnen verdanken, erst im Laufe des Lebens klar.

5. Gebot: Du sollst nicht morden!

Das gewalttätige, schuldhafte Töten ist hier gemeint. Das hohe Gut des Lebens muss unbedingt geschützt werden. - Heute dürfen wir dabei auch an alle unguten Versuche denken, das Leben Anderer zu schmälern oder zu behindern, im großen Maßstab oder im persönlichen Umfeld.

6. Gebot: Du sollst nicht die Ehe brechen!

Für die patriarchalische (Männer-zentrierte) Gesellschaft im damaligen Israel war es wichtig: Der rechtliche Vater muss auch der biologische Vater sein! Die Familie als Keimzelle des Volkes ist zu schützen! Dabei konnte nur die Ehefrau die Ehe brechen, da sie Besitz des Mannes war. - Heute wird Ehebruch häufig kleingeredet; doch

die Langzeit-Folgen für Partner und vor allem Kinder sind erheblich.

7. Gebot: Du sollst nicht stehlen!

Gott will Israel einschärfen, dass es im Volk, das er befreit hat, kein Recht von Einzelnen oder Gruppen gibt, das Eigentum Anderer zu missachten. - Heute gilt darüber hinaus in der christlichen Soziallehre: Eigentum ist immer sozialpflichtig. Und: Wasser und der Genuss der Natur darf nicht in die Verfügung Einzelner geraten. Und: Weder Staat noch Banken usw. dürfen stehlen, was ihnen nicht zusteht!

8. Gebot: Du sollst nicht falsch gegen deinen Nächsten aussagen!

Das Gebot bzw. Verbot wendet sich gegen einen falschen Zeugen, der durch lügenhafte Aussagen vor Gericht das Recht eines Anderen beugt, ihn benachteiligt oder seine Würde verletzt. - Menschen können sich durch fortgesetztes Lügen ihr Leben und das Leben Anderer zerstören. Im gesellschaftlichen Leben ist eine genaue Rechtsprechung und eine unbeugsame Presse wichtig, um die Verdrehung von Wahrheit oder die Ausbreitung von "fake news" zu verhindern.

9. / 10. Gebot: Du sollst nicht begehren, was deinem Nächsten gehört!

Der Mitmensch soll geschützt werden, dass ihm jemand mit legalen Mitteln oder durch Machenschaften, die ein Gesetz nicht erfassen kann, die Lebensgrundlage entzieht, z.B. durch Ausnützen einer Notlage, Vorteilsnahme usw. Nicht das Begehren als Wunsch ist schon gegen das Gebot, sondern das Ziel des Begehrens (s.o.) - Heute wären z.B. die Folgen von Neid oder Habsucht zu bedenken, für den Einzelnen, aber auch für die Gesellschaft.

Josef Six

Zum 5. Gebot: Du sollst nicht töten
Du sollst dich nicht
selbst zerstören!
Du sollst leben!



Hallo zusammen,
ich bin David und seit kurzem hier in der
Tabor-Wohngemeinschaft angekommen.
Und will immer mehr hier ankommen.

Als meine Mutter mich auf die Welt brachte,
war sie schon drei Jahre heroinabhängig.
Auch mein Vater war Junkie. Die beiden
trennten sich nach meiner Geburt, und ich
kam zu meinen Großeltern mütterlicher-
seits. Mein Opa war ein starker Alkoholiker,
meine Oma starke Raucherin. Beide waren
Flüchtlinge während des zweiten Welt-
kriegs. Von beiden wurde ich jahrelang als
Kind missbraucht.

Ich suchte früh den Kontakt zu meiner
Mutter. Als Kind glaubte ich, Schuld daran
zu sein, dass meine Eltern nicht zusammen
lebten, wie das Eltern eigentlich sonst tun.

Mit dreizehn Jahren besuchte ich mal wie-
der meine Mutter. Ich weiß es noch, wie
wenn es erst gestern gewesen wäre. Die
Wohnungstüre war angelehnt, ich kam in
die Wohnung, schloss die Tür, ging ins
Wohnzimmer und sah, wie meine Mutter
und ihr damaliger Freund auf dem Sofa
saßen und sich einen Schuss setzten. Von
diesem Moment war ich nicht abge-
schreckt, nein, sondern fasziniert. Ich fing
in diesem Alter an zu trinken und zu kif-
fen. Zu Hause war ich immer seltener, mein
Zuhause war die Drogenszene. Zumindest
suchte ich dort nach einem Zuhause.

Mit 15 lebte ich mehr auf der Straße als
irgendwo sonst. In dieser Zeit lernte ich
Bruder Jan von der Emmaus-Bewegung
kennen. Er lud mich auf ein Emmaustreffen
ein. Ich folgte dieser Einladung. Und lernte
dort IHN kennen. Meinen Freund. Jesus.

Wir beteten dort. Wir sprachen über das
Gleichnis vom Sämann, der guten Samen
auf verschiedenen Boden aussät (Mk 4,1-9).

Ich hatte ein inneres Bild, in dem ich mich
als Samen sah, der in die Erde fiel und als
junge Pflanze aufging und dann von Dor-
nen zerfetzt wurde. Das war mir zu viel. Ich
rannte raus. Und hinter mir her eine alte
Frau aus München. Sie fragte mich, ob sie
für mich beten dürfte. Ich sagte: ‚Schaden
kann’s ja nicht!‘ Und sie betete.

Da begegnete ich IHM. Oder ER mir. Ich
kann das schwer mit Worten beschreiben.
Ich sah Jesus vor meinem inneren Auge,
wie ER auf mich zuging und in den Arm
nahm. In mir drin fühlte ich mich ganz und
gar angefüllt mit dieser Liebe, totale An-
nahme. Diese Begegnung hat mich bis
heute nie mehr losgelassen. ER hat mich
bis heute nie losgelassen. ER ist mir nach-
gegangen.

Nach diesem Treffen ging ich zurück in
meine Stadt. Ca. eine Woche später ließ

ich mich von einem amerikanischen Junkiepärchen in einer öffentlichen Toilette anfixen. Von diesem Moment an folgten Jahre des Getrieben-Seins von meiner Sucht.

Mitte zwanzig lernte ich meine Ex-Frau kennen. Meine erste große Liebe. Ich versuchte ein normales Leben aufzubauen und zu führen. Es gelang mir nicht. Die Erfahrung des Eingesperrt-Seins, im Knast zu sein, habe ich nie gemacht. Doch auch ich kenne es, gefangen zu sein. Gefangen in meinem Inneren. Nicht raus zu können aus meinem Verhalten, aus meiner Sucht. Ich lernte bis zur Perfektion, mich selbst zu zerstören, alles um mich herum immer wieder mühsam Aufgebaute. Ich lebte die Selbstzerstörung. Doch es gab und gibt diesen winzig kleinen Teil in mir, der leben will.

Letztes Jahr im Oktober entschied ich mich, mit der Selbstzerstörung zu brechen... und zu leben. Ich ging nach München. Wollte auf 'ne Drogentherapie. Ich hab 25 Jahre Drogen konsumiert. Mir reicht's. Ich ging nach Grafrath auf Therapie. Hat mir überhaupt nicht getaugt. Nach weiteren Umwegen (Von denen gibt es so viele in meinem Leben!) bin ich dann hier in der Tabor-WG angekommen. Mir ist die geistliche Gemeinschaft hier wichtig. Ich kann alleine nicht leben. Und will es im Moment auch nicht.

Was ich Euch mitgeben und sagen will, ist dies: Dass ER - Jesus - immer bei mir war. Bei all meinem Scheitern und all dem durchlebten Schmerz. In all meiner Verzweiflung, die ich so oft erlebt habe ... ER ist da! Auch für Dich. Und ER liebt Dich. Ohne Maß. Ich weiß, das klingt oft abgedroschen. Doch ich habe es erlebt und erfahren, dass Jesus mich liebt. Und eben-

so liebt ER auch Dich. Ein neues, anderes Leben ist möglich. Mit IHM. Setz Dich hin! Knie Dich hin! Wie auch immer. Und rufe, schreie nach IHM. ER wird Dir antworten. Ich wünsche Euch allen diese Begegnung mit Jesus.

SEIN Friede sei mit Euch.

David

Die fünf Freiheiten

(anstelle von fünf Geboten)

1. Die Freiheit, das zu sehen und zu hören, was im Moment wirklich da ist, anstatt was sein sollte, gewesen ist oder erst da sein wird.
2. Die Freiheit, das auszusprechen, was ich wirklich fühle und denke, und nicht das, was von mir erwartet wird.
3. Die Freiheit, zu meinen Gefühlen zu stehen, und nicht etwas anderes vorzutäuschen.
4. Die Freiheit, um das zu bitten, was ich brauche, anstatt immer erst auf Erlaubnis zu warten.
5. Die Freiheit, in eigener Verantwortung Risiken einzugehen, anstatt immer nur auf Nummer sicher zu gehen und nichts Neues zu wagen.

Virginia Satir

Amerikanische Familientherapeutin 1916 - 1988

Du sollst nicht töten!

Das 5. Gebot

Drei winzige Körper treiben im Mittelmeer: Es sind Babys. Sie sind tot – ertrunken. Alle an einem einzigen Tag. Der Grund: **Europäische Regierungen halten Seenotretter vom Retten ab.** Insgesamt starben in den letzten zwei Wochen (bis 06.07.2018) mindestens 483 Menschen im Mittelmeer. Malta und Italien erlauben den Booten der Hilfsorganisationen nicht mehr, den Hafen zu verlassen. Seit vorgestern darf auch das Flugzeug von Sea-Watch nicht starten – die Besatzung muss dem Sterben tatenlos zusehen.

„Es ist zum Verzweifeln. Dort draußen sterben Menschen. Wir haben alles da, um sie zu retten. Doch wir dürfen nicht.“ Ruben Neugebauer kann es nicht fassen. Als Co-Pilot navigierte er immer wieder das kleine Such-Flugzeug – die Moonbird – über das Mittelmeer. Schon 20.000 Menschen in Seenot hat die Moonbird aufgespürt und 1.000 vor dem sicheren Tod gerettet. Jetzt bleibt sie am Boden. „Weil Europas radikale Rechte die Regierungen vor sich her treibt und keine Zeugen für das Sterben will“, sagt Neugebauer. **Europas radikale Rechte hat die Debatte im Griff. Regierungen opfern für sie Menschenrechte. Das eiskalte Kalkül: Wenn Flüchtende bei der Überfahrt zu**



Hundertern sterben, schreckt das weitere ab, Schutz vor Krieg und Verfolgung in Europa zu suchen. Sie ertrinken zu lassen, ist abscheulich.

Das Recht auf Asyl wird in diesen Wochen und Monaten quer durch Europa ausgehöhlt. Ein Recht, das unser Land sehr bewusst nach den Gräueltaten der Nationalsozialisten einführte. Denn damals fanden viele Menschen keinen Schutz. **Jetzt erstarkt die Rechte erneut** – und verunsichert Bürger/innen, die sich fragen, wie Europa mit Flüchtenden umgehen soll. Es ist ein schwieriges Thema, einfache Antworten gibt es nicht. Doch eins ist klar: Bis eine politische Lösung steht, müssen Ruben Neugebauer und die anderen Helfer/innen weiter Menschenleben retten dürfen.

In diesen Tagen müssen wir alle beweisen, dass wir noch auf der Seite der Menschenrechte stehen. Allen voran die SPD, die die Debatte um „Transitzentren“ und Abschottung nicht allein CSU-Innenminister Horst Seehofer überlassen darf. Für SPD-Außenminister Maas gilt eine klare Botschaft: Lassen Sie die Retterinnen und Retter weiter helfen! **Du sollst nicht töten!**

Ruben Neugebauer, Sea-Watch

„Wenn ich von folgenden Generationen gefragt werde, was ich getan habe, als die EU wissentlich und willentlich tausende Menschen im Mittelmeer ertrinken ließ, dann möchte ich eine Antwort parat haben“, sagt Ruben Neugebauer.

Wer wegsieht
und schweigt,
macht sich
mitschuldig!

* * * * *

O Herr, nimm unsre Schuld,
mit der wir uns belasten,
und führe selbst die Hand,
mit der wir nach dir tasten.

Wir trauen deiner Macht
und sind doch oft in Sorgen.
Wir glauben deinem Wort
und fürchten doch das Morgen.

Wir kennen dein Gebot,
dem Nächsten beizustehen,
und können oft nur uns
und unsre Nöte sehen.

O Herr, nimm unsre Schuld,
die Dinge, die uns binden,
und hilf, dass wir durch dich
den Weg zum andern finden.

Hans-Georg Lotz (1964)
Lied Nr. 273 im kath. "Gotteslob"

Ein weiser Richter

An einem Wintertag führte man einem weisen Polizeirichter einen alten, vor Kälte zitternden Mann vor. Man hatte ihn in einem Laden beim Diebstahl eines Brotes ertappt. Sein Hunger trieb ihn einfach dazu. La Guardia sah sich an das Gesetz gebunden, das keine Ausnahme duldet. Deshalb verurteilte er den Mann zu einer Geldstrafe von zehn Dollar. Dann aber griff er in die eigene Tasche und bezahlte den Betrag an Stelle des Angeklagten. Er warf die Zehndollarnote in seinen grauen Filzhut. Daraufhin wandte er sich an die Anwesenden im Gerichtssaal und bestrafte jeden einzelnen von ihnen mit einem Bußgeld von fünfzig Cent und begründete die Strafe mit dem Hinweis, dass sie in einer Stadt leben würden, wo sich ein Mensch zum Brotdiebstahl genötigt sieht, um nicht zu verhungern. Die Geldstrafe wurde sofort vom Gerichtsdieners mit dem grauen Filzhut kassiert und dem Angeklagten übergeben. Dieser traute seinen Augen nicht: Er verließ den Gerichtssaal mit 47 Dollar und 50 Cent.

Sigismund von Radecki

**Gesetze sind für das
Zusammenleben wichtig,
ebenso die gerechte Prüfung
ihrer Einhaltung, gegebenen-
falls auch eine Bestrafung.
Aber über allem muss
die Barmherzigkeit stehen.**

„Wer die Fenster putzt, kommt wieder!“

Dieser Spruch erschreckte mich damals zutiefst im Inneren. Dabei wollte ich nur nach der ersten Schockstarre mehr Licht in die düstere enge Zweierzelle bringen, das sich durch das

Kohlenkeller-Guckloch einzudringen bemühte. Eine furchtbare Welt, von der ich bis dahin keine Ahnung hatte! Für die erste Briefmarke putzte ich meinem Zellengenossen die Zelle. Eingequetscht mit Furcht einflößenden Gestalten und Beamte, die mich körperlich weitergeschoben und mein bisschen Eigentum wie

Müll behandelten. Im Unrecht, ohne Wert! Nichts zählt, was mal war. Schwer, mich reinzufinden. Atmen - schauen - irgendetwas!

Seltsam! In tiefer Bedrängnis lernte ich wieder zu beten, wie als Kind! Und Freude, wenn ich Sonne oder Regen über meinem Kopf erleben durfte. „Gott sieht alles!“ Hoffentlich stimmt das!



Im TV lief am ersten Tag nach meiner Verhaftung eine Verhandlung. Richter: „Wir geben ihnen Zeit, über ihre Tat in Ruhe nachzudenken!“ - Hä? Hier? „Am Leben bleiben“ und „Angehörige“ - das hielt meinen Verstand gefangen, gequält durch Ungewissheit, ob Briefe nach Wochen ankommen oder nicht. Nachdenken? Wann denn?

Was ich getan hatte, interessierte niemanden; alle wussten es besser, auch Anwalt und Richter.

„Abgeurteilt!“ Ins nächste Loch! Später kam der Satz: „Er hat sich die Strafe nicht zur Warnung genommen.“ Hä?

Hätte ich das? Warum sagt mir das keiner? Erklärt mir irgendetwas! Keiner!

Verwirrt und verloren! Man hört viel! Dass es nach zehn Jahren schwer ist, aber nach meiner kurzen Haftzeit? -

Die Entlassung war ein Schock, fast mehr als die Verhaftung.

Im ersten Supermarkt kam eine Verkäuferin auf mich zu und fragte freundlich, was ich suche. Mich hat es so gerissen, den Umgangston war ich nicht mehr gewohnt. In eine Kirche ging ich, dann vergaß ich das Beten. Ich vergaß alles! Das Thema ‚Knast‘ rutschte tief in diesen dunklen Topf voll Schmerz und Verlust, der Deckel schloss sich.

Warum kommen so viele wieder? Ganz einfach: Als ich mich draußen bemühte, anständig zu bleiben (mit Erfolg!), kümmerte sich keine Sau um mich. Vielleicht so genannte Helfer, welche immer vom Allerschlimmsten reden und es vorhersagen wie das Wetter. Keiner feierte mit mir, dass ich tadellos blieb, kein Glückwunsch von der Staatsanwaltschaft. Öde für einen Punk und Rebell wie mich! Kaum hatte ich ein Verbrechen begangen, kümmerten sich plötzlich eine Menge hochstudierter Leute um mich. Hey! Auch im schwarzen BMW mit Blaulicht durch die Fußgängerzone kutschiert zu werden wie ein Präsident, hat was! Und viel Post mit Staatswappen! Und neue Freunde! Und hinter den Gittern hatte ich plötzlich wieder Freiheit: ich war diesen Stress von draußen los. Weg von der Straße, aber sicher! Diese Ruhe!

Um aus der Zelle zu kommen, ging ich in die Kirche und zum Kirchenchor. Mit dem Singen kam Gott wieder. Ich meldete mich für Emmaus. Fand etwas seltenes: Frauen, die zuhören können! Wieso reden und beten die mit so einem wir mir? Langsam dämmerte es mir: Hatte ich in Religion etwas verpasst? Ja! In der Bibel sind sogar viele Frauen aktiv. Wie z.B. die Apostolin Maria aus Magdala, die später mit Petrus auf Malta war und viele Klöster in Südfrankreich gründete. Ich entdeckte, dass der Begriff ‚Jünger Jesu‘ auch die vielen Frauen einschließt (Lk 8,1-3), dass ‚Brüder‘ auch ‚Schwestern‘ bedeutet.

Die Bibel, spannender als ein Krimi! Ich besorgte mir eine Bibel mit Erklärungen und einem guten Anhang! Hoppla! Als Kind wurden mir die Zehn Gebote ja völlig entstellt beigebracht, besonders das 6. und 9. Gebot! Verzerrt! Damals!

Als kleines Kind rannte ich oft ohne Windeln rum, nackt, weil's egal war. Das mit

Gott kannte ich von zu Hause. Aber Hölle, Fegefeuer? Hände über die Bettdecke?

Dem Pfarrer beichten? Was? - Wegen Anzug, Kerze, Hostie und Torte quälte ich mich da durch.

Dann tat ich etwas völlig Verwerfliches: Ich küsste meine liebste Mitschülerin auf dem Schulweg, die Sonne strahlte, der Himmel war blau, die Wiese voller Blumen. Ich meinte, Gott gefällt das. Ihr gefiel es. Ich bekam fürchterliche Prügel. Seitdem war ich mit Kirche und Welt überkreuz. Protest!

... Später. Ich flog aus meiner Dachkammer, weil die Freundin nachts da war. „So nicht! Nicht in unserem Haus!“ - Jetzt erst recht! Wir waren viele. Liebten uns öffentlich. Alle zusammen! Machten uns über Spießbürger lustig, fielen durch Kleidung, Musik, Frisur und Gehabe überall auf, mit Absicht. Aufmüpfig!

... Heute. Heute würde ich sagen, dass der zwanghafte Wunsch, frei zu sein, direkt ins Gefängnis führt, so oder so, auch ohne Kräuter, Chemie oder Geld. Oder ‚bloß‘ als Journalist in der Türkei. Es ist eine Falle.

Durch meine Knastkarriere habe ich viele Psychologen und Pfarrer verschlissen, viele Bücher gelesen, auch Buddha und den Koran, Moses und Hammurabi, aber auch Anselm von Feuerbach, der 1813 die Peitsche, die Stockschläge u.a. im Zuchthaus abschaffte (Bayern hatte damals einen modernen Strafvollzug!).

Irgendwo musste doch die Antwort auf meine Fragen sein!

Den Psychologen hatte ich schon gesagt, dass sie alle nett sind, aber keine Ahnung haben. Die seltsamen Vorstellungen der Juristen hatte ich alle durchgekaut. Ich musste wirklich noch einmal verhaftet wer-

den und wieder eine Bibel in die Finger bekommen.

Jetzt will ich's wissen, oder ... Ich hatte etliche Selbstmorde mitbekommen, einer hing bleich in der Zelle gegenüber. „Lieber Gott, zeig's mir!“ Ich las. Mir fiel ein katholisches Handlexikon aus der Bücherei auf. Es erinnerte mich etwas an die Worte meiner letzten Freundin: Untreue! „Ja“, dachte ich damals, „die ist bloß eifersüchtig!“ Jetzt überlegte ich, was ich getan hatte. Zwischen den Worten in der Bibel war das Papier weiß. Irgendwo musste es doch stehen. Ich fand es. Gebote sechs und neun. Da ist alles drin, auch das mit der Selbstbestimmung. Ohne zu viele Worte. Es stimmt! Lest im Buch Exodus Kap. 20-23 (bes. Ex 22,1-17)/ Dtn 5,1-22/ Mt 5,28/ 1Kor 7/ 1Petr 3 u.a.

Alles fiel wie Blei von mir. Ich habe Frieden geschlossen mit mir, mit Gott, mit meinen Religionslehrern, mit Sigmund Freud samt Kollegen, mit der Justiz. Meine Richter interessiert das vielleicht nicht - ist mir egal. Das Leben wartet!

K.(Theo) B., JVA München-Stadelheim



Jesus

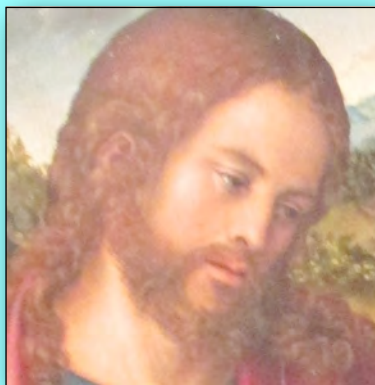
bei einer Gerichtsverhandlung

In diesen Tagen war Jesus
bei einer Gerichtsverhandlung.
Da stand ein Mann vor Gericht,
ein Heimkind.

Als der Richter das Urteil sprach -
Zwei Jahre im Namen des Volkes -,
da widersprach ihm Jesus heftig:

Nicht in meinem Namen!
Ihr wisst doch, dass dieser
junge Mann um sein Leben
betrogen wurde.
Und ihr verurteilt ihn wegen
ein paar ungedeckter Schecks.

Euer Leben ist ein ungedeckter
Scheck. Ihr seht den Splitter
in den Augen der anderen,
aber den Balken in euren Augen
seht ihr nicht!



Petrus Ceelen

in: Mein neues Testament, Düsseldorf, 1989

Gott ist eher ein Verb

- ein Tätigkeitswort -

Regeln und Gebote waren ja nicht immer grad mein Fall im Leben. Ob in der Schule früher oder mit Drogen: das Grenzüberschreiten war mein Alltag. Irgendwie brauchte ich das sogar, um mich lebendig zu fühlen und nicht im Alltagstrott aus ‚Du musst!‘ und ‚Du sollst!‘ zu versinken. Mein Herz strebte schon immer nach absoluter Freiheit - nur auf dem falschen Weg. Ich dachte mir früher immer, wenn ich mich ausgetobt habe, dann werde ich irgendwann clean und brav. Solange es mir Spass macht, konsumiere ich. Und sobald es aufgrund der ganzen Konsequenzen unbequem werden könnte, höre ich einfach vorher auf. Mein Selbstbetrug schuf von falschen Himmelszeichen durch Rausch bis zur Hölle auf Erden eine komplette eigene Dimension, in der es keinen wahren Frieden gab. In meinen Therapien und Haftzeiten kam ich das erste Mal zum Nachdenken und zur Selbsterkenntnis.

Ich konsumierte seit meinem 15. Lebensjahr exzessiv Drogen - nicht aus Lust und Spass, sondern ich deckte damit hauptsächlich viel Leid, Schmerz und Liebesmangel zu. Noch mehr als der Familienstress aus jungen Tagen machte mir der kollektive Weltschmerz zu schaffen (Mir tat und tut es wirklich im Herzen weh, was Menschen einander, anderen Lebewesen und der Natur antun). Und dann noch der ganze Gesellschaftsstress mit seinen ganzen Gesetzen und Regeln, an die sich sowieso kaum jemand hält. Und von den Zehn Geboten weiß die Menschheit in ihrem unbewussten Geisteszustand, in dem sie gefangen ist, anscheinend auch nur sehr wenig.

Wie sollte ich nüchtern, komplett ungeschützt, feinfühlig, sensibel und empathisch, wie ich schon immer war, nur meinen Platz in diesem Wirrwarr finden, um mich einzubringen? Und wollte ich das überhaupt? Ich spürte immer mehr, etwas in mir schreit danach: ‚Ja, ich will das! Ich will leben, lieben, Frieden!‘

Der Weg dorthin ist lang, steil und schwer. Ich bin jetzt zum zweiten Mal in Haft. Meine innere Gefangenheit hat sich schonungslos und knallhart in meine äußere Lebenssituation verwandelt, mal wieder. Trotz allem erkenne ich in solchen krassen Situationen erschrocken immer wieder, wie schlecht es eigentlich innerlich um mich steht. Ich werde wieder wach, denn die Welt ist eigentlich ein Spiegel des inneren Befindens. Geht's einem innerlich gut (z.B. wenn man liebt), ist die Welt wunderschön, komme, was wolle. Geht's einem schlecht, fühlt man sich einsam, wirkt sie kalt und gemein.

Also fang ich bei mir an, anstatt über meine Lebenssituation zu klagen. Ich gehe in mich, und wen finde ich da immer wieder?

Gott, das eine ewige Leben, das sowohl in mir ist, aber auch um mich herum, ja selbst hier im Gefängnis. Wenn ich es in mir spüre, spüre ich es auch um mich herum. Und da ich ja eh nicht raus kann, gehe ich halt noch tiefer in mich und schaue, was passiert. Es gibt definitiv mehr, als es den äußeren Anschein macht. Nichts ist, wie es scheint. In Wahrheit ist diese heilige Essenz allen Seins Gott, alles, was wirklich existiert. Denn alle Äußerlichkeiten (Materie) sind vergänglich im Gegensatz zum unantastbaren, lebendigen, liebenden, heiligen Kern, der in allen und um alle Lebewesen und Dingen ist, die es gibt.

Regeln und Gebote stur befolgen, um allein dadurch, darin in Gott zu leben und zu ru-

hen - hm, schwierig! Zum Scheitern verurteilt! So funktioniert das alles mit der Menschlichkeit und Erlösung bestimmt nicht. Im Gegenteil! Irgendwie muss es doch einen anderen Weg dahin geben.

Der einzige Mensch, der mir dazu einfällt, der diese Gebote wirklich erfüllen konnte, ist Jesus. Und das machte er automatisch, von sich aus, so einfach mal nebenbei. Er hielt sich nicht an die Gebote, er lebte sie, er war sie. Und durch ihn bekommen sie einen noch tieferen, wirklichen, greifbaren Sinn. Und er tat sich schwer, die Gebote nur dem Buchstaben nach einzuhalten, was man an den Heilungen am Sabbat sehen kann. Aber mit göttlicher Menschlichkeit konnte er was anfangen, und das macht ihn nur noch sympathischer. Denn wenn man wie er für das Leben, die Liebe und das (heilige) Sein selber lebt, verkörpert man als Mensch diese Wahrheit, die Wahrheit überhaupt, und dann braucht man gar keine Regeln und Gebote. Sondern vielleicht höchstens mal Vereinbarungen. Er zeigte uns einen Weg, einfach das Leben, die Liebe und die Wahrheit zu sein und sie nicht nur oberflächlich zu praktizieren, wenn man grad denkt, es sei angebracht. Auf diese Weise bringt man als Mensch Gottes Licht in diese Welt und erfüllt seine wahre Aufgabe, nämlich Mensch zu sein. Das können auch wir auf unsere einzigartige Weise und jeder für sich auf seine ganz besondere Art. Und ein Mensch ist ein Mensch, weil er Fehler haben und machen darf und trotzdem leuchten kann. Denn irren ist menschlich, aber vergeben ist göttlich (und das können wir!). So kann auf dieser unserer Erde ein neues Bewusstsein erwachen, entzündet und wachsend durch leuchtende Menschen, mit Liebe, Güte und Vergebung in den Herzen. Ein langer, dunkler und schmerzvoller Alb-

traum der Menschheit, der durch so viele Regeln und Gebote unkontrollierbar blieb, vielmehr durch das Verurteilen von Regelverstößen am Leben erhalten wurde, würde so beendet.

Wir würden in einer neuen Welt erwachen. Das ist die einzige Chance für die Menschheit. Und jeder würde dazu beitragen, ist dafür ganz wichtig, indem er aufwacht, wach bleibt, leuchtet und somit ein Licht dieser Welt ist. Klingt das nicht sinnvoll und toll? So wertvoll ist jeder für uns und für das große Ganze.

Für mich ist demnach das einzig wichtige Gebot: **„Liebe und tue, was du willst!“**

(Hl. Augustinus)

Glaube daran, dass DU die Realität erschaffst.

Ich werde immer noch weiter Grenzen überschreiten, nur sind es andere, auf die ich es abgesehen habe. Denn Gott ist und bleibt mit Worten unbeschreiblich, aber wenn, dann ist Gott eher ein Verb: Lieben, leben, vergeben (auch einem selbst)! Und jeder/m von uns fallen da bestimmt noch viele ein, an denen man Gottes Wirken erkennen kann!

Eure Jasmin , JVA München-Schwarzenberg



WER NICHT KÄMPFT, HAT SCHON VERLOREN!



Bei allen Lebenskämpfen bedarf es Regeln, die zu gegenseitigem Respekt und zur Achtung gehören. Da ich 23 Jahre im Milieu gelebt habe, davon 15 Jahre in Haft, achtete

ich keine Regeln, hatte keine Liebe und keinerlei Respekt gegenüber meinen Mitmenschen. Ich sah nur mich und meine Vorteile und Bedürfnisse. Ich war ein purer Egoist.

Während meiner letzten Strafzeit von vier Jahren (von 1984-1988 in der JVA Nürnberg) habe ich mir mit Hilfe der Anonymen Alkoholiker und der Emmausgruppe die erste Regel auferlegt: Ich wollte straf- und drogenfrei leben, was mir inzwischen seit 29 Jahren gelungen ist: Dank sei Gott!!!

Im Laufe der regelmäßigen Gruppenbesuche änderte sich mein Denken, Fühlen und Handeln grundlegend. Es wurde mir immer mehr wichtig, meinen Mitmenschen mit Achtung und Respekt zu begegnen und ich befasste mich auch mit den Zehn Geboten, sowie den Zwölf Schritten der Anonymen Alkoholiker.

Wenn ich mich ernsthaft bemühe, nach christlichen und bürgerlichen Wertvorstellungen zu leben, dann gelingt es mir auch - selbst wenn es manchmal schwer fällt - die Regeln im Miteinander einzuhalten. Zugegeben, es kommt immer wieder mal vor, dass ich zum Beispiel in gewissen Si-

tuationen aggressiv reagiere, jedoch bin ich immer bereit, meinen Fehler einzusehen und entschuldige mich. Auch dies ist eine wichtige Regel.

Verändern möchte ich keine Regel, denn:

**ICH WOLLTE DIE WELT VERÄNDERN
ES ÄNDERTE SICH NICHTS
ICH ÄNDERTE MICH
UND ES VERÄNDERTE SICH DIE WELT**

In diesem Sinne, liebe Freunde, seid gut zu euch und besonders im Umgang mit euren Mitmenschen.

*In treuer Verbundenheit
euer "Diplomknacki" Herbert*

Das Einfache einfach tun

Das hab ich mir schon so oft gewünscht:
einfach gut zu sein.
Vor allen durchdachten Plänen und Zielen
einfach gut zu sein.
entgegen der üblichen Vorsicht,
Berechnung, Prüfung
einfach gut zu sein.
Die unerwünschte Begegnung
anzunehmen,
einfach gut zu sein.
Die sattsam bekannten Geschichten
geduldig anzuhören,
einfach gut zu sein.
Verletzende Worte nicht zurück zu zielen,
einfach gut zu sein.
Die zitternde, schwitzende Hand
zu umschließen,
einfach gut zu sein.

Das Einfache zu tun fällt mir
meistens so schwer.

Wenn ich dich darum bitte, gütiger Gott,
gelingt es mir, hoffe ich,
ab und zu, mehr und mehr,
einfach gut zu sein.

Christa Peikert-Flaspöhler

Heute berichten wir
vom selbstlosen
Opfer eines fran-
zösischen Polizisten
bei einer Geisel-
nahme.



Er hat es freiwillig getan, und keiner hätte es ihm befehlen können: Der 44-jährige französische Polizei-Offizier Arnaud Beltrame ließ sich bei einer Geiselnahme gegen eine Geisel austauschen und verlor dabei sein Leben. Am 24. März 2018 tötete der 26-jährige Islamist R. L. drei Menschen und nahm Geiseln in einem Supermarkt im französischen Trèbes. Beltrame bot sich als Austausch für die letzte verbliebene Geisel an. Er ließ sein Telefon mit stehender Verbindung im Supermarkt liegen und blieb allein mit dem Geiselnehmer zurück. Gegen Mittag schoss L. auf den Polizisten, die Polizei stürmte den Supermarkt und fand Beltrame lebensgefährlich mit einem Messer an der Kehle verletzt. Er starb wenig später im Krankenhaus.

Die französische Politik und Öffentlichkeit würdigte Beltrame als einen Helden. Die ihn näher kannten, berichteten, dass seine selbstlose Tat auch gespeist war von seiner christlichen Grundüberzeugung. Seine Mutter schilderte ihn als

mutiges und uneigennütziges Kind. Erst als Erwachsener praktizierte B. dann seinen katholischen Glauben; im Juni wollte er kirchlich heiraten. Er habe, so sagten Bekannte aus, seinen Glauben nicht verheimlicht, sondern mutig ausgestrahlt.

"Allahu Akbar! - Gott ist groß!", soll der Attentäter geschrien haben. In seinem Hass meinte er, mit Mord das durchzusetzen, was aus seiner Sicht der Wille Gottes war: der Tod der "Ungläubigen". Ganz anders war die Überzeugung Beltrames. Es ist die Haltung unzähliger christlicher Bekenner und Märtyrer vor ihm, etwa eines Maximilian Kolbe, der 1941 anstelle eines Mithäftlings, eines Familienvaters, im KZ Auschwitz freiwillig in den Hungerbunker ging und dort starb. Sie alle waren geprägt vom Vorbild Jesu, der im Johannesevangelium sagt: "Es gibt keine größere Liebe, als wenn einer sein Leben für seine Freunde hingibt" (Joh 15,13). Seine Mutter sagte noch: Sie wolle, dass die Tat ihres Sohnes „dazu führt, dass wir etwas menschlicher, etwas toleranter werden; für eine bessere Welt ..."

(Josef, Six, nach wikipedia und
"Christ in der Gegenwart" 14/2018)

Der Teller Suppe

Sie kaufte sich im Schnellrestaurant einen Teller Suppe. Behutsam trug sie die dampfende Köstlichkeit an einen Stehtisch und hängte ihre Handtasche darunter. Dann ging sie noch einmal zur Theke: Sie hatte den Löffel vergessen. Als sie zum Tisch zurückkehrte, stand dort tatsächlich ein Afrikaner - schwarz, Kraushaar, bunt wie ein Paradiesvogel - und löffelte die Suppe. Zuerst schaute sie ganz verdutzt; dann aber besann sie sich, lächelte ihn an und begann, ihren Löffel zu dem seinen in den Teller zu tauchen. Sie aßen gemeinsam. Nach der Mahlzeit - unterhalten konnten sie sich kaum - spendierte der junge Mann ihr noch einen Kaffee. Er verabschiedete sich höflich. Als sie gehen will und unter dem Tisch zur Handtasche greifen will, findet sie nichts - alles weg. Also doch ein Betrüger! Ich hätte es mir gleich denken können! Enttäuscht sieht sie sich um. Er ist spurlos verschwunden. Aber am Nachbartisch sieht sie einen Teller Suppe, inzwischen kalt geworden. Drunter hängt ihre Handtasche.

nach: Manfred Zacher

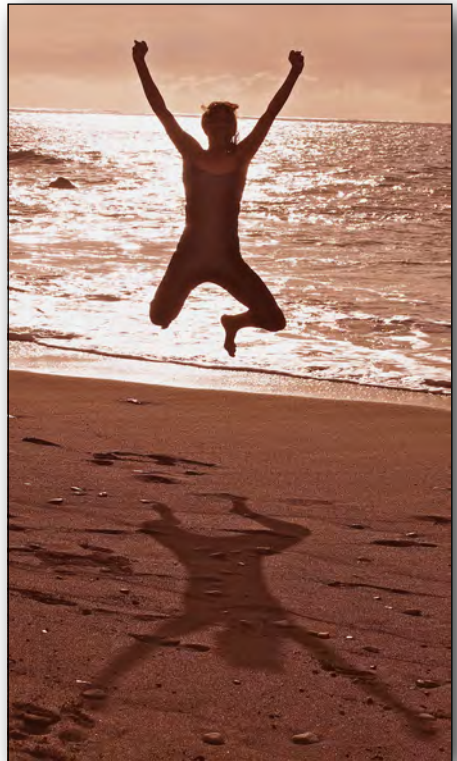
„Die 10 Gebote machen mich frei“

Als ich im letzten Tabor Magazin das Thema für dieses Heft las „Der Mensch braucht Regeln! – Auch die 10 Gebote?“, dachte ich mir, das ist nicht meins und wollte mich dazu nicht äußern. Aber heute morgen, als ich wahllos ein T-Shirt aus meinem Schrank zog, habe ich meine Meinung geändert. Ich hatte dieses T-Shirt vor 4-5 Jahren gekauft und darauf steht: „*Stop Rules!*“ Ich erinnerte mich daran, dass ich es aus einer inneren Protesthaltung gegenüber diversen Leuten gekauft und auch in ihrer Gegenwart getragen hatte. Diese Leute stellten seltsame Regeln für mich auf: Ich dürfte mir die Haare nicht färben, dürfte keinen Lippenstift tragen, müsste nur noch Röcke anziehen usw. Lauter so dummes Zeug! Und die Krönung war es, dass sie mir eines Tages eine DIN-A4 Seite gaben, auf der stand, was ich alles zu beichten hätte.

Das Ergebnis dieser ganzen „Stop-Rules“-Aktion war, dass ich all diese Leute in die Wüste schickte, sie waren unbelehrbar und wollten einfach nicht verstehen, dass es sie nichts angehe, ob ich Lippenstift oder Hosen trage. Auch heute versuchen sie immer wieder mal bei mir zu landen, aber Fehlanzeige. Soviel zu „Stop Rules“.

Ich habe überhaupt kein Problem mit Regeln, die Sinn machen. Aber mit Schwachsinn und Dummheit habe ich ein großes Problem, vor allem wenn sie in einer Vorschrift oder Regel liegen. Und ich habe ein noch größeres Problem mit dem Gehorsam um des Gehorchens willen. Das war schon immer so und ist es bis heute geblieben. Und dabei denke ich an meine Mutter. Mit

welcher Genugtuung sie mir immer das 4. Gebot an den Kopf geworfen hat: „Du sollst Vater und Mutter ehren!“ (auf dass es dir wohl ergehe ein Leben lang!). Mit „ehren“ meinte sie absoluten Gehorsam um des Gehorsams willen. Und das war ganz schrecklich für mich, weil sich alles in mir dagegen sträubte. Wir hatten erbitterte Streitereien darüber mit dem Ergebnis, dass ich wieder mal der „boshafte Teufel“ war: Meine Mutter war zutiefst beleidigt und ich zutiefst verletzt.



Dabei liebe ich dieses Gebot: Vater und Mutter ehren bedeutet ja auch, seine Herkunft zu ehren. Aus der Familie – väterlicher- und mütterlicherseits – aus der ich stamme, habe ich ja auch alle meine Erb-

anlagen. Und ich fühle mich in meinen Ahnen verwurzelt.

Ja, nun bin ich auch schon beim Thema: Ich liebe die Zehn Gebote und ich sage oft, sie müssten Pflichtfach an jeder Schule sein! Würde sich jeder Mensch an die Zehn Gebote halten, wir hätten schon jetzt das Paradies auf Erden!!!

Im Gegensatz zu den Menschen, die einem immer sagen: „Du musst“ und „du darfst nicht“ sagt Gott: „Du sollst“. Das bedeutet, ER schreibt einem nichts vor und verbietet einem auch nichts. ER sagt nur, wenn du das tust, ist es gut für dich. Mehr nicht! Und das finde ich sehr schön. ER lässt mir die Freiheit, mich für das Gute oder Böse zu entscheiden. Wenn ich mich allerdings an die Gebote halte, entscheide ich mich immer für das Gute. Und das macht mich insoweit frei, weil es mich frei von Schuld macht. Jeder von uns weiß doch, wie schlecht es sich anfühlt, wenn man Schuld auf sich geladen hat. Egal ob Christ oder Atheist. Jeder Mensch hat diese von Gott gegebene Instanz in sich, die ihm sagt, was richtig und falsch ist. Bei einem ist sie sehr fein gestimmt und beim anderen völlig abgestumpft oder sogar falsch gestimmt. Aber jeder Mensch hat es: das Gewissen!

Und die Gebote zu halten, empfinde ich als einfach, wenn ich daran denke, wie sie mein Leben erleichtern. Das 8. Gebot z. B.: „Du sollst nicht lügen“. Wie einfach ist das Leben, wenn ich ehrlich bin und wie anstrengend ist es, wenn es von Lügen beherrscht ist. Da brauche ich nur an meine Zeit in der Drogen- und Alkoholsucht zurück denken. Wie schrecklich waren dieses Jahre!

Oder das 6. Gebot: „Du sollst nicht ehebrechen“. Wie viel Leid und Elend kommt über die Menschen und ihre Familien, die untreu

sind?! - Oder das 7. Gebot: „Du sollst nicht stehlen“, das 9. „Du sollst nicht begehren deines Nächsten Frau“ und das 10. „Du sollst nicht begehren deines nächsten Hab und Gut“. Der heilige Paulus hat schon geschrieben, dass die Wurzel allen Übels die Habgier ist. Auch eine der sieben Todsünden. Etwas haben wollen, was einem anderen gehört oder auch nur auf etwas neidisch/eifersüchtig sein, was ein anderer hat, das sind typisch menschliche Begierden. Der erste Mord – ein Brudermord – in der Bibel geschah aus Eifersucht. Kain erschlug seinen Bruder Abel, weil dessen Opfer Gott mehr gefiel als seines.

Nicht nur Beispiele aus der Bibel, noch mehr Beispiele aus unserem Leben sollten uns zeigen, dass es gut für uns ist, sich an die Gebote zu halten. Gott hat sie für uns gemacht, damit unser Zusammenleben besser gelingt. Sie sind ein Wegweiser in die Freiheit, in die Freiheit der Kinder Gottes, die wir sind. Und wenn wir doch mal dagegen verstoßen, haben wir einen Fürsprecher bei Gott: Jesus Christus. Das Sakrament der Versöhnung hat er uns deshalb geschenkt, weil er weiß, dass wir schwache Menschen sind. Doch Jesus Christus ist unsere Stärke und sein Tod am Kreuz hat uns vom Tod und der Sünde befreit.

Darum: Sich an Gottes Gebote zu halten, macht das Leben frei und schön.

Sophia, ehem JVA München

**Freiheit ist der Zweck des Zwanges!
Wie man eine Rebe bindet, dass sie,
statt im Staub zu kriechen,
froh sich in die Lüfte windet.**

Friedrich Wilhelm Weber

Zum 6. Gebot

Gott und Sexualität

tragisch

"Du sollst nicht ehebrechen!", lautet das sechste der Zehn Gebote in der Bibel. Als ich vor einigen Jahrzehnten die Volksschule besuchte, lernten wir im Religionsunterricht das sechste Gebot so: "Du sollst nicht Unkeuschheit treiben!" Als unkeusch galt damals eigentlich alles, was mit dem Geschlechtlichen zu tun hatte. Religion und Sexualität waren für uns scharfe Gegensätze. Das eine gehörte zu Gott, das andere zum Teufel. So einfach war das. Und so falsch.

Wir Kinder übernahmen, ohne es zu wissen, sexualfeindliche Vorstellungen und Gefühle, die vor vielen Jahrhunderten ins Christentum eingedrungen sind und die kirchliche Moral stark beeinflusst haben.



"Ein besonders tragisches und dunkles Kapitel in der Geschichte des christlichen Denkens." (Kardinal Ratzinger) "Eine Quelle vieler Leiden." (Andreas Laun) Das letzte Konzil leitete dann eine neue Entwicklung

ein. Sexualität wurde in der Kirche zunehmend positiver gesehen.

wunderbar

Heute ist der Großteil der Christinnen und Christen überzeugt: Sexualität ist nichts Düsteres, Dunkles oder Schlechtes, sondern ein wunderbares Geschenk Gottes. Mit Recht beruft man sich dabei auf die Heilige Schrift, in der es z.B. ein Lied gibt, das unbefangen und in poetischen Bildern die erotische Liebe preist: "Mit Küssen seines Mundes bedecke er mich. Süßer als Wein ist deine Liebe..." (Das Hohelied). Mehrmals wird die Liebe zwischen Mann und Frau in der Bibel positiv gewürdigt. Die Propheten nehmen sie als Gleichnis für die leidenschaftliche Liebe Gottes zu den Menschen. Im Neuen Testament wird sie sogar zum Sakrament erhoben. Gott ist kein Gegner unserer Lebenslust und Vitalität; ganz im Gegenteil: Gott will, dass wir in der Liebe glücklich werden.

"Ich bin gekommen, damit sie das Leben haben und es in Fülle haben", sagt Jesus Christus (Johannes 10,10)

verantwortungsvoll

Wer Gott von ganzem Herzen dankbar ist für das Geschenk der Sexualität, der wird mit diesem Geschenk auch verantwortungsvoll umgehen (=Keuschheit). Er wird sich immer wieder fragen: Wohin ist meine Sexualität unterwegs? Läuft sie irgendwo in dunklen Kanälen neben mir her oder ist sie in mein Leben

integriert? Bin ich in geschlechtlichen Dingen ehrlich zu mir selber und zu meinem Partner? Nütze ich den Körper und die Gefühle eines Anderen aus? Habe ich die

nötige Selbstachtung? Ergehe ich mich in Illusionen oder bin ich bereit, realistisch die Konsequenzen meines sexuellen Wünschens und Handelns zu sehen und gegebenenfalls auch zu tragen? Ist für mich Sexualität ein Konsumartikel oder ist es ein ehrlicher Ausdruck meiner Liebe zu einer Person, die ich immer besser verstehen will? (In der Bibel wird für die sexuelle Vereinigung das Wort "erkennen" gebraucht!)

anspruchsvoll

Es stimmt, wenn manche darauf hinweisen, dass die Kirche zu Einzelfragen der Sexualmoral nie Dogmen im strengen Sinn erlassen hat. Es galt aber in der christlichen Tradition immer der Grundsatz, dass sexuelle Intimität einen Raum gegenseitiger Liebe und verlässlichen Vertrauens braucht. Bischof Homeyer (Hildesheim) gibt in einer Jugendzeitschrift die klassische Lehre der Kirche so wieder: "Erst wo zwei Menschen einander ein absolutes Ja-Wort gegeben haben und ihre Zuneigung und Vertrautheit vor Gott und ihren Mitmenschen besiegelt haben, ist der rechte Ort, sich einander auch leiblich ganz hinzugeben." Viele, vor allem junge Menschen folgen dem Lehramt der Kirche in diesem Punkt nicht mehr. Kirchliche Sexuallehre und Leben der Menschen klaffen aber auch in anderen Punkten oft weit auseinander. Soll man diese Tatsache schweigend hinnehmen? Ich persönlich wünsche mir, dass darüber viele ehrliche Gespräche geführt werden, in denen sowohl die Lebensprobleme der Menschen als auch die Anliegen, die in den katholischen Normen zum Ausdruck kommen, ernst genommen werden.

umfassend

Es wäre sicher eine Engführung, in der Ehe vorrangig die "Erlaubnis zum Geschlechtsverkehr" zu sehen. Ehe ist eine umfassen-

de Liebes - und Lebensgemeinschaft. Und wenn Gott sagt: "Du sollst nicht ehebrechen!", dann sagt er damit auch: "Ich will, dass Ehen gelingen. Zerstöre weder in dir noch in anderen die Kraft der Liebe, sondern kultiviere und erneuere immer wieder alles, was dich und andere zu einer dauerhaften Liebes - und Lebensgemeinschaft befähigt!" Im Anschluss an Jesus Christus glaubt die Kirche daran, dass Eheleute dazu berufen sind, durch alle Krisen hindurch einander zu achten und in Treue zu lieben, "bis der Tod euch scheidet". Andererseits weiß sie aber auch, dass in einer Ehe ein "unheilbarer Bruch" (*Johannes Paul II*) eintreten kann. Was dann? - Es ist die Aufgabe der Seelsorger und Mitchristen, Menschen auch in dieser Situation beizustehen - ganz im Sinne Jesu, der gesagt hat: "Richtet nicht!" und: "Seid barmherzig, wie es auch euer Vater ist!" (*Lukas 6,36-37*)

Karl Veitschegger, kath. Theologe, Graz



Süchtig nach Pornographie

*Frauen waren für Sebastian nur noch
Sexobjekte. Um seine Beziehung
zu retten, will er raus aus der Sucht.*

Ich war gerade sechs Jahre alt, als ich das erste Mal mit pornographischem Material in Berührung kam. Es war eine Zeitschrift in einem Mülleimer auf unserem Spielplatz hinter dem Haus. Ich konnte damals noch nicht sagen warum, aber die Bilder faszinierten mich und öffneten in mir einen Raum für Gedanken, die ich eigentlich noch gar nicht hätte haben sollen. Mein erster Kontakt zur Sexualität geschah also über Pornos, bevor meine Eltern überhaupt die Chance hatten, mir ein gutes Bild von Sexualität zu vermitteln.

Viele Jahre lang war ich süchtig nach Pornographie. Es begann scheinbar harmlos mit der Suche nach Zeitschriften im Mülleimer oder dem Durchstöbern des Unterwäschekatalogs, wurde aber durch das Internet zu einem massiven Problem. Es gab Zeiten, in denen ich zwei bis dreimal täglich ‚Pornos‘ konsumierte und mich dabei nicht einmal schlecht fühlte. Es war schließlich normal in unserer Gesellschaft, und die meisten Christen sprachen nicht darüber. Ich hatte sehr viele Rechtfertigungen parat, um mir als gläubigem Menschen einzureden, dass es in Ordnung sei. Ich erkannte aber nicht, dass ich immer tiefer in einen Abgrund rutschte.

Ein verheimlichtes Problem

Mit meinem Problem bin ich nicht allein: Laut einer Statistik des Weißen Kreuzes konsumieren fast zwei von drei Männern sehr regelmäßig Pornos – also mindestens

einmal monatlich. Nur 3% der Männer konsumieren nie Pornographie.

Pornographie hat eine unglaubliche Macht, die viele Menschen unterschätzen. Immer mehr Studien, vor allem aus Amerika, belegen die zerstörerische Auswirkung von regelmäßigem Pornographiekonsum auf das menschliche Gehirn. Forscher sprechen von ähnlichen Auswirkungen wie beim Konsum von Heroin. Darüber hinaus löst Pornographie in manchen Fällen sogar Potenz- und Erektionsstörungen aus.

Der Kampf mit der Sucht

Mein Pornokonsum belastete meine damalige Beziehung sehr stark. Wir gerieten deshalb immer wieder in heftigen Streit. Auch meine Sicht auf Frauen hatte sich in den zehn Jahren meiner Abhängigkeit unbewusst verändert. Eine hübsche Frau in der Stadt zu sehen, bedeutete automatisch, zu denken, dass ich sie auch „besitzen“ könnte. Frauen waren in meinen Gedanken reine Sexobjekte – so brutal das klingt. Ich hatte ständig pornografische Fantasien mit wildfremden Frauen, die ich unterwegs traf. Das alles löste in mir aber noch nicht den Wunsch aus, mit Pornokonsum aufhören zu wollen. Heute glaube ich, dass es Gott war, der mir immer mehr deutlich machte, wie gefangen ich war. Plötzlich wollte ich das nicht mehr. Allerdings wusste ich nicht, wie ich es alleine schaffen sollte. Leider fehlten mir damals starke Vorbilder.

In all den Jahren meiner Abhängigkeit von Pornographie traf ich nicht einen Mann, der mir versichern konnte, dass er davon vollständig losgekommen wäre. Alle, die ich dazu befragte, sagten, sie hätten damit zu kämpfen und dass es auch bis an mein Lebensende so bleiben würde. Niemand machte mir Hoffnung.

Eines Abends lag ich im Bett und schrie zu Gott und sagte ihm, dass ich nicht aus dem Bett aufstehen würde, bevor ich nicht frei von meiner Sucht wäre. Am nächsten Morgen spürte ich, dass etwas anders war. Das Verlangen war nicht einfach weg, aber ich bemerkte eine Veränderung in mir. Der zwanghafte Drang nach Pornokonsum verschwand, allerdings musste ich noch lernen, meine Gewohnheiten zu verändern.

Gott deckte nach und nach die Auslöser für mein Verlangen auf. Ich begriff, dass mein Pornokonsum Ausdruck eines tiefen Mangels und einer Unzufriedenheit mit mir selbst war. Ich konsumierte immer dann Pornos, wenn ich mich einsam, wütend, traurig oder gelangweilt fühlte. Ich musste nun damit kämpfen in diesen Situationen nicht mehr in meine alten Gewohnheiten zurückzufallen, sondern meine Aufmerksamkeit stattdessen auf Gott zu richten.

Der Kampf gegen die Abhängigkeit dauerte etwa drei Jahre und war sehr schwer für mich, da Pornokonsum vorher ganz selbstverständlich in meinen Alltag gehört hatte. Ich musste lernen, die Zeiten, in denen ich vorher Pornos geschaut hatte, anders zu füllen. Ich las viel in der Bibel und erkannte, dass ich für Gott

wertvoll bin und er mich bedingungslos liebt. Statt im Internet zu surfen, betete ich sehr lange und erlebte jedes Mal, wie Gott mir neue Kraft gab. Seit mehr als zwei Jahren bin ich völlig frei von meiner Pornosucht – und auch mein Blick auf Frauen hat sich radikal verändert. Heute muss ich nicht mehr gegen zwanghafte sexuelle Fantasien mit ihnen ankämpfen.

Wirklich frei

Im Dezember 2016 gründete ich mit drei anderen Männern, die einen ähnlichen Weg hinter sich hatten, den Verein freeIndeed e.V. Dieser hilft Männern (und Frauen) auf biblischen Grundlagen, sich aus den Fängen der Abhängigkeit von Pornographie zu befreien. Angeboten werden Onlinekurse mit Tipps zum Umgang mit der Versuchung nach Pornokonsum, Erfahrungsberichte von Betroffenen und Seminartage.

Oft begegnen mir Männer, die aufgeben wollen, weil der Kampf gegen die Sucht so schwierig ist. Ich kann

sie gut verstehen, aber ich habe selbst erlebt, dass es möglich ist, davon loszukommen - mit Gottes Hilfe. Heute kann ich aus voller Überzeugung sagen: „Wenn der Sohn euch frei macht, seid ihr wirklich frei!“ (Joh 8,34-36).

Sebastian H.



**Du sollst nicht begehren:
Gier und Neid**

Die Gier

Was ist das für ein Tier, die Gier?
Es frisst an mir,
Es frisst in dir,
Will mehr und mehr
Und frisst uns leer.

Wo kommt das her,
Das Tier, und wer
Erschuf sie nur,
Die Kreatur?

Wo ist das finstre Höllenloch,
Aus dem die Teufelsbestie kroch,
Die sich allein dadurch vermehrt,
In dem sie dich und mich verzehrt?

Und wann fängt dieses Elend an,
Dass man genug nicht kriegen kann
Und plötzlich einfach so vergisst,
Dass man doch längst gesättigt ist
Und weiter frisst und frisst und frisst?

Und trifft dann so ein Nimmersatt
Auf jemanden, der etwas hat,
Was er nicht hat und gar nicht braucht,
Dann will er's auch.

Wie? Das soll's schon gewesen sein?
Nein, einer geht bestimmt noch rein!
Und überhaupt – da ist doch wer,
Der frisst tatsächlich noch viel mehr.
Und plötzlich sind sie dann zu zweit:
Die Gier und ihre Brut: der Neid.

Das bringt mich noch einmal ins Grab,
Dass der was hat, das ich nicht hab,
Dass der wo ist, wo ich nicht bin,
Das will ich auch, da muss ich hin!

Warum denn der?
Warum nicht ich?
Was der für sich,
Will ich für mich!
Der lebt in Saus
Und lebt in Braus
Mit Frau und Hund und Geld und Haus
Und hängt den coolen Großkotz raus.

Wahrscheinlich alles auf Kredit,
Und unsereiner kommt nicht mit.
Der protzt und prahlt
Und stotzt und strahlt.
Wie der schon geht.
Wie der schon steht.
Wie der sich um sich selber dreht.

Und wie der aus dem Auto steigt
Und aller Welt den Hintern zeigt.

Blasierte Sau!
Und seine Frau
Ist ganz genau
So arrogant
Und degoutant! (*widerlich*)

Und diese Blagen,
Die es wagen
Die Nasen so unendlich hoch zu tragen!

Dann hört er aber auf, der Spaß! –
So kommt zu Neid und Gier der Hass

Und sind die erst einmal zu dritt,
Fehlt nur noch ein ganz kleiner Schritt,
Bis dass der Mensch komplett verroht
Und schlägt den anderen halbtot.

Und wenn ihr fragt:

Wer hat ihn bloß so weit gebracht?
Das hat allein die Gier gemacht!

*(Entnommen aus Wilfried Schmickler,
„Es war nicht alles schlecht“. Erschienen bei WortArt)*

Vom Neidpinkel zum Mitmensch



Neid und Missgunst sind in meinem Leben häufig vorgekommen. Als Kind wuchs ich als verwöhntes Einzelkind auf, war aber noch nicht besonders neidisch. Umso mehr dann im Teenageralter. Ich war damals vor allem auf die coolen Typen neidisch, die von den Mädels begehrt wurden und überall beliebt waren. Ich hingegen war eher ein schüchterner Aussenseiter, der ich aber gar nicht sein wollte, sah aber keine Möglichkeit, es zu ändern. Ich kam mir so klein, hässlich und minderwertig vor, mein Selbstbewusstsein war quasi nicht vorhanden! Als ich persönlichen Erfolg benötigte, bekam ich keinen. Das hat mich mein ganzes weiteres Leben geprägt.

Einerseits zog ich mich zurück, flüchtete in eine Art Traumwelt und versuchte mir Anerkennung und Wertigkeit zu erkaufen. Das tat ich in der Form von Markenklamotten, Uhren und einer Militariasammlung. Ich wollte etwas besitzen, was die anderen nicht hatten. Wenn ich schon nicht schön und nichts wert bin, die Rolex am Handgelenk ist es dafür umso mehr, die anderen sollten mich beneiden.

Das zog sich über Jahre hin und als ich auch noch ein erhebliches Vermögen geerbt hatte, begann ich erst recht zu 'leben'. Und endlich war ich wer, so dass die tollen Typen mich beneiden mussten. Ich spielte eine Art Privatier. Ich hatte es nie mit harter Arbeit gehabt. Ich bewunderte und beneidete stets die Lebemänner, denen scheinbar alles in den Schoß fiel, und die das Leben in vollen Zügen genossen!

Jetzt hatte ich die Möglichkeiten dazu, und niemand redete mir mehr drein. Meine Eltern waren tot und insbesondere die Mutter hatte zeitlebens auf mich doch immer grossen Einfluss ausgeübt.

Ich baute einen Militaria-Laden auf, machte das Hobby zum Beruf, was ich zuvor schon immer bei anderen beneidet hatte, wo ich meine Sachen für die Sammlung kaufte.

Ich prasste, kokste und verzockte alles, was ich hatte. Als das Geld ausging, kam ich auf die Idee, eben die zu betrügen, die eh genug hatten: meine Kunden! Ich begann immer mehr Uniformen, Dolche, Orden zu fälschen bzw. falsche als echt zu verkaufen, zuerst im kleinen und dann im grossen Stil. Ich kam mir dabei sogar noch richtig gut vor, bis ich 2007 auf den Boden der Realität knallte und in den Knast kam.

Ab da änderte sich mein Leben, nicht zuletzt dank der Tabor-Wohngemeinschaft: ich war war nicht mehr alleine. Ich weiss dass Einsamkeit nicht gut für mich ist, ich suchte im Grunde immer nach Anerkennung, Aufmerksamkeit und Liebe. Das war es, was ich wollte und worauf ich neidisch war. Materielle Dinge konnte ich mir kaufen, die anderen, die ich beneidete, konnte ich nachäffen und übertrumpfen in der Annahme „der ärgert sich bestimmt, dass ich eine goldene Rolex habe“. Doch niemand war auf mich neidisch. Ich provozierte

zwar, aber der gewünschte Effekt blieb aus. Ich bekam nicht, was ich suchte.

Heute gehe ich auf die 50 zu und natürlich habe ich dazu gelernt, auch was meinen Neid anbelangt. Ich selbst war vor allem auf die persönlichen Erfolge Anderer neidisch, diese wollte ich auch, darum ging es mir. Ich fühlte mich da schon vom Schicksal betrogen, wäre gern ein "cooler Typ" gewesen. Ich frage mich heute oft, ob das alles so gekommen wäre, wenn ich als Teenager mehr persönlichen Erfolg gehabt hätte? Hätte ich die Straftaten dann auch begangen? Hätte ich auch dann Drogen genommen und alles verprasst? Ich weiss es nicht. Vielleicht wäre mein Leben anders gewesen.

In den letzten Jahren - nach meiner Entlassung aus der Haft und nach meiner Drogentherapie - habe ich gelernt, dass ich etwas kann. In der Wohngemeinschaft musste ich wie alle anderen auch kochen, was ich bis dahin nicht konnte. Ich traute es mir zu und heute brate ich für die WG die Weihnachtsgans. Ich entdeckte meine Vorliebe für Handwerkliches und Gartenarbeit. Meine Aufgabe ist es, den Rasen zu mähen, und in einer Gartenbaufirma arbeite ich jetzt in Teilzeit mit. Ich traute mich plötzlich, vor Jugendlichen in Schulklassen und Firmgruppen von meinem Leben zu erzählen. Ich merkte, ich habe etwas zu sagen und zu geben. All dies stärkt mein Selbstwertgefühl, und im Gegenzug lässt mein Neid immer mehr nach.

Meine Mitbewohner in der WG nehmen mich meist so an wie ich bin. Ich fühle mich immer mehr anerkannt. Ich erfahre Heimat und Geborgenheit, endlich das, was ich mein Leben lang suchte.

Stefan , Tabor WG

»An mir geht immer das Glück vorbei.«
»Immer gerate ich ins Hintertreffen.« »Ich komme im Leben immer zu kurz.«

Der Neider leidet. Es schmerzt ihn, wenn andere mehr besitzen als er. Wir leben in einer Neidgesellschaft. Das besonders Schlimme daran ist, der Neider wird niemals zugeben, dass er neidisch ist. Nein, er spricht von Pflicht, von gerechtem Ausgleich, ist von politischer Korrektheit oder anderem Sendungsbewusstsein beseelt, schwätzt über gesellschaftliche Solidarität oder behauptet, ihm sei großes Unrecht widerfahren. Der Neid ist wohl schlimmer als der Hass, denn Letzterer wird wenigstens zugegeben. Psychologen sprechen übrigens vor allem Ich-schwachen Menschen den Neid zu. Er gilt als Symptom eines unreifen Narzissmus.

Neider sind getriebene Leute, sie müssen den Scharlatanen des Erfolgs das Handwerk legen, für universelle Gerechtigkeit sorgen, dem Erfolgreichen nachweisen, dass sein Erfolg auf unredliche Art und Weise zustande gekommen sein muss. Psychologen glauben, dass der Neid nicht zu den ursprünglichen Begabungen der Menschen gehört. Menschen, die neidisch sind, müssen in ihrer frühen Liebe zu ihren Bezugspersonen einmal schwer enttäuscht worden sein.

*Neidische Menschen sind unfähig, eine stabile Freundschaft oder Kameradschaft aufzubauen. Der neidische Mensch sucht Beziehungen über den Besitz, den er anderen nicht gönnt. Intrigen, Mobbing, gemeine Gerüchte – alle finden im Neid ihre Ursache. Beseitigen wir den Neid nicht, werden wir auch die Konfliktherde Mobbing und Intrigen kaum beseitigen können. **Der einzige Ausweg ist die Liebe.** (Norbert)*

Zum 4. Gebot:

**Du sollst Vater und Mutter ehren,
auf dass es Dir wohl ergehe**

Dieses Gebot wird wohl von allen Familientherapeuten als richtig und sinnvoll erachtet werden. Denn wie viel Last liegt auf dem Leben eines Menschen, der böse auf seine Eltern (oder einen Elternteil) ist und ihnen/ ihm (noch) nicht vergeben kann. Wie lange dauert oft der Prozess der Loslösung von den Eltern. Auch Wut und Unversöhnlichkeit bindet an die Eltern und du kommst innerlich nicht los von ihnen. Manch eine/r will seine Eltern für zu viel Strenge, erlittene Misshandlung oder zu wenig Liebe bestrafen, indem er sich selbst zerstört.

Vergebung ist oft ein langer Weg und funktioniert nicht einfach auf Kommando. Aber dieser Weg führt dich in die Freiheit und ins Leben. Und wenn du es schaffst, deine Eltern zu achten und zu ehren, dann kann die Kraft der Familie bis hin zu deinen Ahnen dir zufließen.

*Manchmal ist es ein guter Anfang, dem Vater oder der Mutter (oder beiden) einen Brief zu schreiben (**ohne diesen abzuschicken**). Darin kannst du alles, was Dich an Gefühlen ihnen gegenüber bewegt, niederschreiben. Gefühle dürfen und müssen gelebt werden, auch wenn sie schmerzen. Du wirst spüren, dass es dich ein wenig befreit, wenn Du sie raus lässt. Du kannst diesen Brief selbst dann schreiben, wenn deine Eltern schon gestorben sind.*

Liebe Mama, lieber Papa,

nun ist es schon mehr als zehn Jahre her, dass ihr gestorben seid. Und dennoch möchte ich Euch heute einen Brief schreiben. Es gibt da vieles, was ich euch noch sagen muss.

Als erstes muss ich euch gestehen, dass ich sehr froh bin, dass ich Eltern hatte und habe. Viele meiner Bekannten und Freunde sind elternlos oder nur bei der Mutter, im Heim oder in einer Pflegefamilie aufgewachsen. Ich hatte euch beide, das war super, auch wenn ihr oft nicht da wart.



Und als nächstes muss ich gestehen, dass ich sehr dankbar dafür bin, dass gerade **ihr** meine Eltern wart/seid. Ich hätte keine anderen gewollt. Denn auch durch euch bin ich der, der ich heute bin. Und ich bin damit zufrieden.

Auch wenn nicht alles rosig und eitel Sonnenschein war in meiner Kindheit. Auch wenn ihr mich oft behandelt habt wie ein Dummchen oder einen geistig minder bemittelten Sohn.

Auch wenn ich für euch oft so etwas wie der Blitzableiter, der Sündenbock der Familie war. Wenn irgend-
etwas nicht passte, dann bekam ich den ganzen Unmut ab. Ich konnte kaum etwas recht machen, bekam selten Lob und Ermutigung und musste mich so durchbeißen. In der Kindheit und Jugend litt ich sehr darunter. Ich habe euch damals abgelehnt und regelrecht gehasst. Ich habe euch damals verachtet.

Jahre später erst, als ich erwachsen wurde und mich in zahlreichen Therapiegesprächen und Selbsthilfegruppen mit meiner Geschichte und meiner Person auseinandersetzte, ist es mir dann möglich gewesen, meiner Wut Raum zu geben. Ich durfte schimpfen, schreien, dreinschlagen ... Es tat so gut, diese Gefühle rauslassen zu können.

Und mir wurde klar, dass ihr auch nur Opfer eurer eigenen Kindheit wart. Und ihr habt mir weitergegeben, was in euch steckte. Ihr habt mir an Gutem mitgegeben, was ihr halt gerade geben konntet.

Nachdem ich das verstanden hatte, fand ich einen neuen Zugang zu euch. Ich lernte, euch wieder gern zu haben und Achtung vor euch zu empfinden. Ihr seid meine Eltern. Ich bin euer Sohn. Und das ist gut so.

Wenn ich heute an euch zurückdenke, dann fallen mir die vielen guten Erlebnisse ein, die wir miteinander hatten. Ich erinnere mich an harmonische Weihnachtsabende, aufregende Urlaubszeiten auf dem Bauernhof, lustige Kindergeburtstage, Trost in deinen Armen, Mutter, gelegentliche Gespräche, von Mann zu Mann' mit dir, Vater! Und vor allem spüre ich eines: Die Liebe fließt wieder von mir

zu euch und von euch zu mir. Diese Liebe ist meine Lebenskraft und ich fühle mich stark und getragen.

Eine große Dankbarkeit macht sich in mir breit: Danke, dass ihr mir das Leben geschenkt habt. Danke für alles, was ihr mir mit auf meinen Lebensweg gegeben habt, auch für die Schmerzen.
Euer Sohn Franz



Vielleicht sagst Du, wenn Du diesen Brief gelesen hast: „Das ist mir zu billig! So einfach geht das nicht. Ich bin zu tief verletzt von meiner Mutter/ Vater/ Stiefvater ..., dass ich das nicht mit so einem einfachen Brief bewältigen kann.“

Du hast recht! Viele Verletzungen zwischen Eltern und Kindern haben sich so tief in die Kinderseele eingegraben und schmerzen so stark, dass sie nicht einfach mit einem Brief weggeschrieben werden können.

Aber der Zielpunkt jeglicher diesbezüglichen Therapie ist es, dass Du Deine Verletzung erkennst und zulässt, dass Deine Gefühle Raum bekommen, dass Du Deine Eltern in ihrer eigenen Geschichte wahrnehmen und verstehen lernst und es irgendwann schaffst, Dich mit ihnen zu versöhnen (vertöcklern). Wenn das gelingt, kann die Liebe zwischen Dir und Deinen Eltern fließen, welches die Lebenskraft ist, die Du brauchst.
Norbert

Wie ich meinen Vater verlor und wieder fand

Lange Zeit meines Lebens war meine Beziehung zu meinem Vater vor allem durch eines gekennzeichnet: Hass! Immer wieder wurde mein kleines Herz von ihm gebrochen, und ich wusste nicht, wie ich diesen Schmerz ertragen konnte.

Er hat uns verlassen - er hat mich verlassen. Meine Mutter war alleine überfordert mit meinen Tränen, und so schluckte ich sie bitter runter.

Doch sie sammelten sich in meinem Herzen und machten mir mein Leben immer schwerer. Wie sollte ich meine Eltern ehren und respektieren?

Sie konnten mich nicht verstehen. Ich fühlte mich allein gelassen, abgelehnt und war voller Wut. Ständig rastete ich aus und konnte mich nicht mehr kontrollieren. Ich drehte mich in meinem Gefühlskarussell aus Wut,

Hass, Zorn, Trauer und Sehnsucht

- und an all dem war nur mein Vater Schuld. Eines Weihnachtsabends rief ich ihn voll im Drogenrausch an und bombardierte ihn mit Vorwürfen. Ich gab ihm die Schuld an meinem kaputten Leben, meinen gescheiterten Beziehungen und wollte dann von all dem und vor allem von ihm nichts mehr wissen. Ich nahm immer mehr

Drogen und verstand mich selbst immer weniger.

Doch als ich eingesperrt wurde, war alles wieder da, alles, was sich die Jahre über angestaut hatte. Diesmal konnte ich aber nicht weglaufen und ich wollte es auch nicht mehr. In vielen Gesprächen lernte ich, meine Gefühle zuzulassen und auszuhalten. Das war und ist nicht immer einfach, aber es lohnt sich! Das Bild, das ich von meinem Vater hatte, veränderte sich dadurch. Es war, als wäre die ganze Zeit eine dicke graue Regenwolke um mich herum

gehangen, durch die ich nur das Schlechte sehen konnte. Jetzt, wo all die angestauten Gefühle endlich abregneten, sehe ich wieder klar. Ich merkte, dass er mir die ganze Zeit die Hand entgegenstreckte. Ich nahm allen Mut zusammen und wollte diese Chance ergreifen und aufhören, weiter meine alten Wunden zu lecken. Im Hier und Jetzt konnte ich dann meinem Vater begegnen und ihn

kennen lernen. Anfangs waren wir beide noch unbeholfen und unsicher, doch mit der Zeit wurde unser Band immer stärker. Oft kamen bei mir Ängste hoch, wieder verlassen zu werden. Ich wurde mit all diesen Schmerzen in mir konfrontiert und spürte, dass ich nur in der Beziehung mit ihm heil werden kann. Wir sprachen viel



über die Vergangenheit, über unsere Verletzungen und verstanden uns. Mein Hass und mein Zorn verschwanden langsam, sie wichen der Liebe, die ich für meinen Vater empfinde.

Anfänglich konnte ich nicht genug Zeit mit ihm verbringen und wollte die alte Sehnsucht damit befriedigen. Es dauerte, bis ich begriff, dass dies nicht möglich ist, ich jetzt erwachsen bin und mich um mich selbst kümmern muss. Was war, lässt sich nicht mehr ändern, wird mich begleiten und schmerzt oft. Jedoch ist es *meine* Aufgabe, jetzt für mich zu sorgen und nicht die meiner Eltern. (siehe Gedicht: Selbstfürsorge)

Ich bin überglücklich, jetzt meinen Vater in meinem Leben zu wissen, seine Liebe gibt mir Kraft und begleitet mich. Wir wachsen immer mehr zusammen, und wenn ich ihn sehe oder von ihm rede, dann strahle ich vor Glück.

Danke, Papa, für alles, was Du für mich getan hast, dass Du mich getragen hast und Deinen Blick nie von mir abgewendet hast. Alles, was Du bist, hast Du versucht, mir zu geben, und heute kann ich es annehmen. DANKE!

Ich möchte Euch ermutigen, den Kontakt zu Euren Eltern (wo möglich) zu pflegen. Das ist Eure Quelle, an der Ihr Kraft, Liebe und Energie tanken könnt. Sie sind Euer Ursprung!

Dass ihr diese Liebe auch empfinden dürft, wünsche ich Euch von ganzem Herzen, denn sie ist immer da, und es liegt an Euch, sie anzunehmen!

*In Liebe
N, Taufkirchen*

SELBSTFÜRSORGE

Mein Gefühl ist
hinter dicken Glasscheiben gefangen,
so massiv,
dass ich sie nicht eintreten kann.
Gemacht aus den Ängsten der Vergangenheit,
um mich zu schützen.

Das Mädchen drin ist ganz allein.
Ich sehe sie,
wie sie leidet.
Gefangen.

In meinen Augen brennt es.
Zwischen ihr und meinen Tränen
dickes Glas.
Es zittert in mir.
Hilflos versuch ich, sie zu erreichen,
sie hört mich nicht.

Ich komme nicht durch,
kämpfe und kämpfe,
doch die Angst ist hart.
Ich schneide mich an ihr.

Spüre alte Schmerzen,
sie hat mich gewarnt.
Weggesperrt, was zu viel für mich war.
Jetzt ist sie allein.

Wie kann ich sie erreichen?
Meine Hände schlagen aufs Glas,
ich schreie mit voller Kraft.
Die Angst wird dünner.

Sie hört ein Flüstern:
„Es ist vorbei“

**Im Zusammenleben sind Regeln
sicher gut. Meine Freiheit endet
an der Grenze meines Nächsten.**

Blinder Gehorsam, eingefordert ohne Liebe von dem Stärkeren, erweckt Widerstand, und es folgt oft Misstrauen, Rückzug, Kapitulation oder/und auch offene Rebellion.

Ich bin eine Gewaltüberlebende, im letzten Krieg geboren. Russische Soldaten hatten unser kleines Häuschen besetzt, im Vorort von Wien. Nach Deutschland geflüchtet waren wir heimatlos.

„Zu Hause war es schön“, pflegte meine Mutter zu sagen. Demnach war, wo wir jetzt lebten, kein Zuhause. So dachte ich als Kind. Für mich gab es viele Ungereimtheiten in unserer kleinen Familie, Familiengeheimnisse, aber nach außen waren wir eine heile, gutbürgerliche Familie. Meine Mutter erzog mich sehr streng ... ‚ABER GE-RECHT‘ - betonte sie uns Kindern gegenüber (Ich habe eine jüngere Schwester, wir sind ohne Vater aufgewachsen.). Ich erlebte in einem kaputten Familiensystem völlige Unterordnung.

Für mich begann nach und nach ein neues Leben, als ich mit Neugier auf die Suche ging nach dem wahren Leben ging. Und auf der Suche entdeckte ich Gott, der die Menschen liebt, der ein volles JA auch für mich hat. Ein Jesus, der die 99 Schafe zurücklässt, um das *eine* Schaf, das sich verirrt hat, zu suchen und ihm nachzugehen. Das wollte ich wissen, diesen Gott und Jesus wollte ich kennen lernen.



In einem Gottesdienst öffnete ich mein Herz und bat diesen Jesus, zu mir zu kommen, Er möge mir helfen, Ihm zu vertrauen, dass Er es gut mit mir meint und speziell mich gesucht und gefunden hätte.

Dieser Jesus ist der Weg, die Wahrheit und das Leben und hat mich damals auf einen völlig neuen Weg geführt. Ich bekam neue Freunde und Freundinnen, die mir dabei halfen, Ordnung und Klarheit in mein Leben zu bringen, z.B. in der Bibel zu lesen und zu verstehen, was ich da las. Ich konnte Altlasten, Ausgedientes ablegen und entdeckte neue Gaben und Stärken in mir. Mein Leben wurde heller, und ich begann, dankbarer für mein Leben zu sein, so wie es verlaufen war.

Mit den Frauen in den Emmausgruppen in der JVA singen wir immer wieder: *„Vergiss es nicht, dass du lebst war keine eigene Idee ... du bist du, das ist der Clou!“*

Ja, „Leben ist eines der Schwersten“. Aber mit

dem zu leben, der ein volles JA für mich hat, da bin ich auf der Siegerseite.

In allem Auf und Ab meines Lebens schaue ich dankbar zurück und freue mich, weil ich gerne lebe.

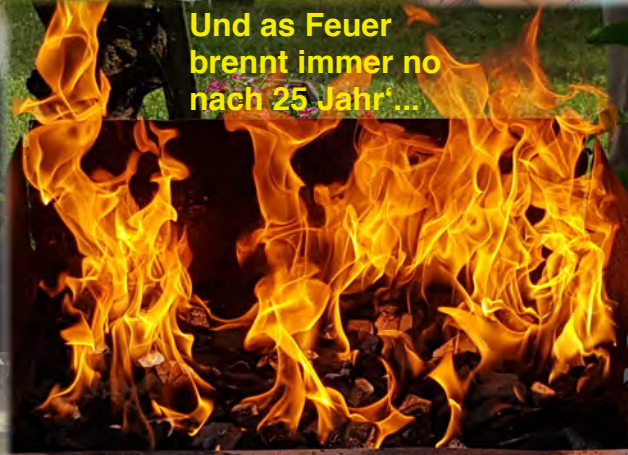
Eine große Hilfe: Ich bin unterwegs im Schutz und der Führung des dreieinigen Gottes, auch Elohim genannt, und bin unterwegs mit Gleichgesinnten, die zu Freunden werden (drinnen und draußen).

Ja, so grüße ich Euch mit einem dicken Segen vom Himmelvater.

Uli, Emmausgruppe JVA München



Wir feiern: 25 Jahre Tabor e.V.



Regeln sind nicht alles

Für Regeln bin ich im **Straßenverkehr** sehr dankbar. Als Radfahrerin brauche ich sie genauso wie die Autofahrer und die Fußgänger. Ich fühle mich richtig gut darin, dass ich manche Verkehrsteilnehmer durch die Fahrradklingel bzw. durch ein Wort schnell auf Fehler hinweise. Auch zeige ich Dankbarkeit, wenn ein Auto anhält und mir Vorfahrt gibt. Hier in Halle ist es manchmal gefährlich, da oft nicht angezeigt wird, wenn jemand abbiegt. Man muss sozusagen im Straßenverkehr alle im Blick haben. Deswegen bin ich manchmal dankbar, wenn sich der Andere an die Regeln hält. Das ist nicht selbstverständlich, obwohl es selbstverständlich wäre. Ich liebe die Regeln im Straßenverkehr, weil alle gleich sind, die gleichen Rechte und Pflichten haben, egal ob Mann oder Frau, schwarz oder weiß, reich oder arm. Das ist wie im Reich Gottes, denk ich gerade.

Anders ist es bei **Spiele**n, z.B. Gesellschaftsspielen. Da gibt es auch Regeln, die für alle Teilnehmer gelten. Doch es gibt Gewinner und Verlierer. Das finde ich unfair. Ich selbst kann nicht gut mit ‚Verlieren‘ umgehen. Dabei werde ich weniger aggressiv, als dass ich dann keine Lust mehr habe. Allerdings, wenn ich einige Male gewonnen habe, dann kann ich auch mal verlieren.

Die **Zehn Gebote** sind auch eine Art von Regeln, damit das Leben gut gelingt. Sie sind zu verstehen, doch nicht immer leicht einzuhalten. Das erste Gebot: ‚Du sollst den Herrn, deinen Gott lieben aus ganzem Herzen, mit all deiner Kraft ...!‘ Ich kann so was nicht: Jemanden mit ganzem Herzen und mit ganzer Kraft zu lieben. Und Gott, den ich nicht sehen und nicht anfassen

kann ... wie geht das? Da braucht es oft und immer wieder Hilfe, die Anweisung Gottes ins praktische Leben umzusetzen. Allerdings sind manche Gebote einfacher für mich: z.B. ‚Du sollst nicht stehlen!‘ Ich hab schon gestohlen, doch ich war nie glücklich damit. Das ist mir eine Erfahrung, die hilft.

In der Bibel ist auch von Menschen die Rede, die sich genau an die Regeln hielten. Sie wurden als Pharisäer bezeichnet. Sie lebten streng nach den Geboten, doch sie machten keinen glücklichen Eindruck. Es kommt mir so vor, als ob Regeln doch nicht alles sind. Jetzt - beim Schreiben - merke ich, dass es um die Liebe geht. Die Liebe zu finden - dazu wollen Gottes Regeln und Gebote eine Hilfe sein.

Emmauspilgerin, Maria-Anna Rees

Jesus durchbricht die Mauer von Geboten

Vor der Mauer bleibt er nicht stehen.

Er geht ohne Vorbehalt
auf den Außenseiter zu.

Die Mauer gerät aus den Fugen.

Er setzt sich mit den
Ausgestoßenen an einen Tisch
und durchbricht die Mauer.

Er legt sich mit den Gesetzestreuen an
und springt über die Mauer.

Vor der Mauer bleibt er nicht stehen.

Er sprengt sie mit einem Satz:

Liebe.

Petrus Ceelen

in: Mein neues Testament, Düsseldorf, 1989



„Zu dir rufen wir verbannte Kinder
in diesem Tal der Tränen“

Daniela, JVA München

Ich wollte nur mal DANKE sagen

Viele von Euch kennen mich, ich bin der Aki, der ‚kleine Grieche‘ aus Allach/Aubing, der hier leider Dauergast sein darf. Ich möchte mich auf diesem Weg beim Norbert und der Seelsorge bedanken. Danke, Norbert, dass es Dich gibt, du hast meinen Glauben an Gott manifestiert, und ich übertreibe ganz und gar nicht. Danke für die vielen schönen Momente, die ich mit Dir und allen anderen erleben durfte.

Zu meinem Glauben möchte ich etwas erzählen, Zeugnis geben, wie ich überhaupt anfang, an Gott zu glauben.

Als ich noch ein Kind gewesen bin, hatte ich kaum Sympathie oder Interesse für die Kirche und Gott. Es war für mich sozusagen ein Mussprogramm! Ich wurde orthodox erzogen. Jeder, der in einer orthodoxen Kirche war, weiß, wie zeitaufwendig orthodoxe Liturgien sind und aus diesem Grund alleine schon damals unmöglich für mich.

Als ich dann älter wurde und selbst entscheiden konnte, ging ich nur noch Weihnachten, Ostern, bei Hochzeiten oder Beerdigungen in die Kirche. Mit Anfang 20 drohte mir ein Haft-Aufenthalt, und ich flüchtete für eine Zeit nach Griechenland zu meinem Cousin in Thessaloniki. Zu dieser besagten Zeit war ich extrem drogenabhängig (polytox), genauso wie mein Cousin. Wir waren ständig auf Achse, unterwegs, um Drogen zu besorgen, oder um Geld aufzustellen, um Drogen zu kaufen.

Eines Tages wurden wir abgezogen von irgendeinem Zigeuner. Für unser letztes Geld gab er uns Suppenwürfel von Maggi, gut verpackt ... bis es aufgefallen ist, war er

weg! Ich nahm dann Valium und bin während der Fahrt eingepennt. Als ich wach wurde, bewegte sich das Auto nicht mehr, und ich sah meinen Cousin vor einer Kapelle, wie er versuchte, mit einem großen Schraubenzieher die Tür aufzubrechen.

Jeder normal denkende Mensch würde jetzt schimpfen, weil er in ein Haus Gottes einbrechen will ... doch ich habe mich darüber aufgeregt, weil er keinen Plan hatte, wie man so eine Tür aufbricht. Ich habe es dann schließlich selbst getan. Wir haben über 300.- € mitgenommen und haben uns für das Geld natürlich Drogen gekauft, so dass wir genug für die nächsten paar Tage hatten.

Am nächsten Morgen genoss ich mit meinem Cousin zusammen meinen Frappé auf unserer Terrasse - bis meine Tante kam. Dazu muss ich sagen, dass meine Tante Maria extrem gläubig ist. Sie geht täglich in die Kirche und erzählte uns oft von Erscheinungen, die sie im Traum hatte. Blödsinn! dachte ich immer, ich nahm sie nie ernst. Bis zu diesem Tag. Meine Tante Maria hat sich zu uns gesetzt, uns gegenüber, und sagte: „Aki, Panapioti, meine Kinder, ich habe etwas in meinem Traum gesehen, was mich beunruhigt!!

„Was denn, Tante?“, fragte ich. Mein Cousin sagte nichts. Er wurde plötzlich blass.

„Mir ist im Traum der heilige Dimitrios erschienen“ sagte meine Tante.

„Ja, und?“ fragte ich.

„Er sagte mir, dass er euch beiden verzeiht, ich solle mehr auf euch aufpassen, ihr seid Kinder Gottes! Was habt ihr getan, ihr zwei?“

Ich sagte: „Nichts, Tante Maria!“ Auch mein Cousin leugnete: „Nichts, Mama!“

Uns beiden war klar, wir fahren zu dieser Kapelle nochmals hin. Ich wurde auch total

blass, sah meinen Cousin an. Wir sind ins Auto gestiegen, ohne etwas zu sagen. Auf der Fahrt hat es uns die Sprache verschla-



gen, wir waren beide in Gedanken. Ich selbst dachte die ganze Fahrt über: ‚Aki, Scheisse, Alter, du wirst in der Hölle brennen, meine Tante kann es doch gar nicht wissen, sie war ja nicht dabei, also was geht ab? Woher weiß sie, dass wir Mist gebaut haben? Was passiert da gerade?‘

Die Fahrt hat ewig gedauert, obwohl es nur ein paar Kilometer waren. Als wir endlich dort waren, konnte ich es nicht fassen, was ich sah: Die Kapelle, die wir beklaut hatten, war dem heiligen Dimitrius geweiht. Mir wurde ganz heiß, ich stieg aus und ging hinein, um zu beten ... was total untypisch für mich war. Ich zündete eine Kerze an und betete, dass uns verziehen wird.

Nach diesem Tag fing ich an, den Kontakt zu Gott zu suchen. Ich redete zu ihm, und es war von Anfang an überhaupt nicht komisch, im Gegenteil. Ich befand mich plötzlich in einer total ungewohnten Situation, hatte viele Fragen. Ich sprach zu Gott auf

meine eigene Art und Weise und nicht, wie es mir immer vorgemacht worden war. Ich fing an, über Gott und meinen Glauben in meinen RAP-Texten zu schreiben. Gott war plötzlich fester Bestandteil in meinen Texten (z.B. ‚Herzblutmusik‘).

Irgendwann saß ich diese Strafe in Deutschland schließlich ab, und es folgten auch viele weitere. Ich lernte den Norbert kennen, kann nicht mehr genau sagen wann. Es ist schon eine Weile her. Es war auf jeden Fall eine Zeit, die mich sehr geprägt hat. Ich nahm an der Emmausgruppe teil, wo ich viele herzensgute Menschen kennen lernen durfte: die Ingrid, die ein sehr besonderer Mensch für mich ist. Dann den Pedro: Hey, Pedro, ich weiß, du liest das. Ich freue mich sehr für dich! Den Lothar, der Lehrer in der Berufsschule war, die ich 1993 besucht habe. Die Uli, die immer mit Herz und Seele für uns Knackis betet. Die Vlatka, die immer ein offenes Ohr für jeden hat und uns ihre Brüder nennt. Den Kuno, der den Absprung von der Kriminalität und der Sucht geschafft hat. Den Hans-Martin, der aus den verschiedensten Knackis einen professionell klingenden Chor zaubert, weil er es mit Herzblut macht und sehr viel Geduld mitbringt. Viele Menschen, die sehr unterschiedliche Erfahrungen gemacht haben, Menschen wie du und ich.

Um auf den Punkt zu kommen: Wir sind zwar alle unterschiedlich, doch eins haben wir gemeinsam, was uns alle verbindet: Gott! ...Unser Glaube!

DANKE, Norbert, DANKE, Seelsorge, DANKE, Chor, ihr habt alle dazu beigetragen, dass ich den Glauben nicht verliere, den Glauben an Gott und auch den Glauben an mich selbst.

Heute kann ich sagen, ich bin freier Christ und ich bin geliebt, so wie ich bin, denn ich bin ein Kind Gottes.

DANKE

Euer Aki



P.S.: „HERZBLUTMUSIK“, der Text von mir im letzten Tabor-Magazin, ist in einem Zeitraum von 2008 bis 2018 entstanden. Ich hab immer wieder daran gefeilt. Er musste reif werden wie ein guter Wein, der braucht auch viele Jahre, um zu reifen. Er konnte nur reifen, weil ich gelernt habe zu verzeihen (besonders mir selbst) und weil ich den Glauben nie verloren habe: an Gott und an mich selbst.

*„Es gibt nur einen Weg zum Licht, Homie
ganz tief in dir drin*

*Lass deine Gedanken frei, Bruder
und du findest dort hin“*

(Zitat by „Katara“)

"Dies ist mein Gebot: Liebt einander, wie ich euch geliebt habe!"

(Joh 15,12)

„Wenn ich etwas am Christentum bewundere, oder vielleicht sollte ich sagen: an den Christen, deren Glaube mich mehr als nur über-zeugte, nämlich bezwang, aller Einwände beraubte, wenn ich nur einen Aspekt, eine Eigenschaft zum Vorbild nehme, zur Leitschnur auch für mich, dann ist es nicht etwa nur die geliebte Kunst, nicht die Zivilisation mitsamt der Musik und Architektur, nicht dieser oder jener Ritus, so reich er auch sein mag. Es ist die spezifisch christliche Liebe, insofern sie sich nicht nur auf den Nächsten bezieht.

In anderen Religionen wird ebenfalls geliebt, es wird zur Barmherzigkeit, zur Nachsicht, zur Mildtätigkeit angehalten. Aber die Liebe, die ich bei vielen Christen und am häufigsten bei jenen wahrnehme, die ihr Leben Jesus verschrieben haben, den Mönchen und Nonnen, geht über das Maß hinaus, auf das ein Mensch auch ohne Gott kommen könnte: Ihre Liebe macht keinen Unterschied.“

Navid Kermani

*in: "Ungläubiges Staunen. Über das Christentum";
München, 2015, S. 169*

N.K. ist Publizist und Orientalist, 1967 in Siegen als Sohn iranischer Einwanderer geboren; Friedenspreisträger des Deutschen Buchhandels 2015.

Die „Goldene Regel“ in den Weltreligionen

						
HINDUISMUS	JAINISMUS	CHINESISCHE RELIGION	BUDDHISMUS	JUDENTUM	CHRISTENTUM	ISLAM
Man sollte sich gegenüber anderen nicht in einer Weise benehmen, die für einen selbst unangenehm ist; das ist das Wesen der Moral.	Gleichgültig gegenüber weltlichen Dingen sollte der Mensch wandeln und alle Geschöpfe in der Welt behandeln, wie er selbst behandelt sein möchte.	Was du selbst nicht wünschst, das tue auch nicht anderen Menschen an.	Ein Zustand, der nicht angenehm oder erfreulich für mich ist, soll es auch nicht für ihn sein; und ein Zustand, der nicht angenehm oder erfreulich für mich ist, wie kann ich ihn einem anderen zumuten?	Tue nicht anderen, was du nicht willst, dass sie dir tun.	Alles, was ihr wollt, dass euch die Menschen tun, das tut auch ihr ihnen ebenso.	Keiner von euch ist ein Gläubiger, solange er nicht seinem Bruder wünscht, was er sich selber wünscht.
Mahabharata XIII, 114,8	Sutrakritanga I, 11,33	Konfuzius, Gespräche 15,23	Samyutta Nikaya V. 353,35 / 354,2	Rabbi Hillel, Sabbat 31a	Matthäus 7,12 Lukas 6,31	40 Hadithe (Sprüche Muhammads) von an-Nawawi, 13

Die 10 Gebote der Leistungs-Gesellschaft

1. Du sollst dem Gott „Leistung“ dienen!
2. Du sollst ihm alles opfern, was er verlangt!
3. Du sollst dich mit deinen Chefs gut stellen; denn sie können Leistungen teilweise oder ganz erlassen!
4. Deine Leistung ist deine Würde!
5. Du sollst nicht krank sein!
6. Du sollst nicht behindert sein!
7. Du sollst nicht alt sein!
8. Du sollst dich bereichern, wo du nur kannst!
9. Du sollst dabei deine Zunge und deine Ellbogen gebrauchen!
10. Du sollst nicht nach deinen Mitmenschen fragen!

nach: Christa Peikert-Flaspöhler



Lange erwartete Nachricht

Endlich einer, der sagt:
„Selig die Armen!“

und nicht:

Wer Geld hat, ist glücklich!

Endlich einer, der sagt:
„Liebe deine Feinde!“

und nicht:

Nieder mit den Konkurrenten!

Endlich einer, der sagt:
„Selig, wenn man euch verfolgt!“
und nicht:

Passt euch jeder Lage an!

Endlich einer, der sagt:
„Was nützt es dem Menschen,
wenn er die ganze Welt gewinnt!“
und nicht:

Hauptsache, vorwärts kommen!

Endlich einer, der sagt:
„Wer an mich glaubt,
wird leben in Ewigkeit!“
und nicht:
Was tot ist, ist tot!

Martin Gutl



Psalm

Ich verstieß gegen jedes Gebot
Schöpfer im Himmel, du weißt Bescheid
Nichtmal begangen aus tiefer Not
Herr, du weißt auch, es tut mir sehr leid

Die Seele nur mir etwas erleichtern
Gewiss ist, dass ich zutiefst bereue
Mein Antlitz wieder hellauf könnt' leuchten
Gelobe ich dir ewige Treue

Du wirst befrei'n mich von meiner Schuld
Einzig, wahrlich mir vergeben
Vertraue auf dich, übe Geduld
Nur durch Gott kann ich wieder leben

E, JVA Gablingen

Dämon

Den Dämon niederringen
Seine Macht endlich bezwingen

von den Schultern ihn abschmeissen
Die bösen Bande zerreißen

Wahrlich wieder frei durchschnaufen
Den geraden Weg langlaufen

Nie mehr möchte ich ihn sehen
Der Liebe gar entgegengehen

E, JVA Gablingen



Hauptgebot der Christen (Mk 12, 28-31)

Du sollst den Herr, deinen Gott, lieben mit ganzem Herzen
und ganzer Seele, mit all deinen Gedanken
und all deiner Kraft. (Dtn 6,5) Und:

Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst.

Wenn ich erlebe, dass ich von Gott bedingungslos geliebt bin, wächst in mir ein Selbstvertrauen, das Basis für gelungene Nächstenliebe ist. Wer sich von Gott geliebt weiß, kann sich selber in seiner Begrenztheit und Fehlerhaftigkeit annehmen. Nur wer sich selbst in rechter Weise liebt, kann andere Menschen lieben.

darum:

Liebe und tu, was du willst!

Hl. Augustinus



Die Gebote sind Orientierungshilfe auf diesem Weg!

Briefkontakte

So wie a Auterl sei Benzin
und der Kranke sei Medizin,
so wie a Fliagn braucht ihre Flügl
und seine Stacheln braucht der Igel,
so wie vier Wänd' braucht jede Stub'n
und de Zahnpasta a Tub'n,
so wia jed's Schifferl braucht an See
und jeda Schifahrer an Schnee,
so wie a Drach'n braucht an Wind
und a Spuizeug bracht as Kind,
so wie da Fußballclub an Ball
und a Pferd'l braucht an Stall.

Genau so, glaub ma's, brauch i di,
weil ohne di i gar nix bin,
Des wollt i eigentlich scho lang,
jemand'n endlich oamal sag'n.

I sag Dankscheen dafür heit,
dass du für mi nimmst dir heit Zeit,
und a Vergelt's Gott a dafür,
dass i dann schreib'n derf mit dir,
wenn mir was schwer am Herz'n liegt,
i find's so pfundig, dass di gibt.
So wie a Liad durch die Melodie
bin i durch dein Brief erst richtig i.
Komm, schreib'n ma zamma mia zwoa
i brauch a Brieffreundin,
lass mi ned alloa.

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Empfänger des Tabor-Magazins,

ab dem 25. Mai 2018 gilt das **neue Europäische Datenschutzgesetz** (EU-DSGVO). Damit sollen unsere persönlichen Daten geschützt werden. Auch bei uns sind persönliche Daten von Euch gespeichert, damit wir Euch über Aktivitäten des Tabor e.V. informieren können. Wir möchten auch gerne weiterhin so mit Euch in Verbindung bleiben. Dazu benötigen wir nun nach der neuen Datenschutzverordnung Eure Zustimmung. Diese gebt Ihr uns, indem Ihr **nicht** auf dieses Anschreiben hier reagiert oder antwortet.

Möchtet Ihr allerdings, dass wir Eure Adresse aus dem Verteiler löschen, antwortet bitte auf dieses Anschreiben mit dem Betreff:

"Bitte löscht mich aus dem Verteiler".

(Per Post oder per E-Mail)

Erhalten wir keine Rückmeldung von Euch, gehen wir davon aus, dass wir Euch auch weiterhin mit dem Tabor-Magazin informieren dürfen.

Danke für Euer Engagement für die Menschen im Gefängnis und nach der Entlassung. **Der Vorstand des Tabor e.V.**

Wer oder was ist TABOR e.V.

Im Juristendeutsch sind wir ein Verein zur ganzheitlichen Unterstützung strafentlassener und anderweitig sozial belasteter Menschen. Im normalen Sprachgebrauch sind wir eine Gemeinschaft von Christen, die sich ein wenig um Menschen in Not, insbesondere aber um strafgefangene und strafentlassene Menschen annehmen will.

„Hilfe zur Selbsthilfe“ ist unser Prinzip. Einige von uns (z.Zt. sind wir 17 Leute) wohnen in einer Wohngemeinschaft außerhalb von München (Moosach bei Glonn) zusammen. Dort versuchen wir uns gegenseitig Stütze auf dem manchmal beschwerlichen Weg ins und durchs Leben zu sein. Wer nach der Haft oder aus einer anderen sozialen Notlage heraus neu anfangen will, sein Leben **ohne** Alkohol, Drogen und Kriminalität zu gestalten, der kann sich, wenn er/sie bei uns leben will, bewerben. Wir sind eine christlich-katholische Gemeinschaft. Wir versuchen darauf zu vertrauen, dass ER, Jesus Christus, der Weg zum Leben ist. Zum täglichen Abendgebet und zur Frühmesse laden wir unsere Bewohner ein; der Besuch ist aber freiwillig!

Einige Male im Jahr besuchen wir Gefängnisse, um den Menschen dort im Gottes-

dienst mit Liedern und persönlichen Lebenszeugnissen und in einer anschließenden Gesprächsrunde Mut zu machen.

In manchen Gefängnissen bieten wir wöchentliche Gesprächsgruppen an. Auch in Pfarrgemeinden gestalten wir schon mal den Gottesdienst mit, um so die Christen dort auf manche Not in unserem Land hinzuweisen und Vorurteile und Berührungängste abzubauen.

Manchmal besuchen uns in unserer Wohngemeinschaft Jugend- oder Firmgruppen, um zu sehen, wie wir miteinander leben.

Wir besuchen auch im (Religions-)Unterricht Schüler/innen ab dem 9. Jahrgang, um von Knast, Drogen, Kriminalität, Neuanfang und beginnender Heilung zu erzählen. Das sind oft tiefe Begegnungen.

Alle Leute in unserer Tabor-Gemeinschaft und im Verein arbeiten ehrenamtlich und ohne Bezahlung. Unser Verein erhält keinerlei staatliche oder kirchliche finanzielle Unterstützung und trägt sich weitgehend aus Eigenleistungen und Spenden.

Wenn Du Interesse hast, melde dich, mach' mit, leb' mit oder besuch uns! -

Vorstand: Ingrid Trischler, Josef Six,
Konrad Brand

Hausleitung: Norbert Trischler

Das Thema des nächsten Tabor-Magazins (69) wird heißen:

„GOTT vergibt - Django nie!“

Rache kühlt, aber vergeben heilt.

Jede/r braucht Vergebung, um wirklich leben zu können.

Aber auch anderen vergeben zu können, befreit von Wut und Hass.

Wenn Du von Deinen Erfahrungen etwas dazu schreiben willst, ein gemaltes Bild oder ein Gedicht hast, dann schick es uns, und wir werden es - wenn möglich - drucken.

Einsendeschluss: 04.November 2018: Redaktion Tabor-Magazin, Altenburg 33, 85665 Moosach; oder bei Norbert Trischler in Stadelheim/Schwarzenberg abgeben!

DU SUCHST NACH DEINER HAFTENTLASSUNG WEITERHIN ANSCHLUSS?

Dann bist Du
herzlich eingeladen zur

EMMAUS-GRUPPE

- sozial-christliche Lebensgesprächsgruppe -

TREFFEN:

jeden Montag Abend, 19.30 Uhr
in München, Maßmannstraße 2
(Hintereingang)



Wegbeschreibung:

U1 bis Stiglmaierplatz, von da aus
stadtauswärts auf der rechten Straßen-
seite bis zur Maßmannstraße laufen!
Oder: direkt mit den Straßenbahnlinien
20/21/22 bis zur Sandstraße fahren, die
Straße in Fahrtrichtung rechts überque-
ren. Die Maßmannstr. 2 ist das erste
Haus auf der rechten Straßenseite.
Davor biegst Du rechts ab zur Tiefgara-
ge hinunter. Vor der Tiefgarage links
bitte bei der Glastüre läuten.

Ingrid Trischler

IMPRESSUM

Herausgeber:

Redaktion:

Anschrift:

Telefon:

E-Mail:

Homepage:

Druck:

Auflage:

Fotos:

Erscheinungsdatum:

TABOR e.V.

Josef Six, Norbert Trischler

Altenburg 33, 85665 Moosach

08091-558615

info@tabor-ev.de

www.tabor-ev.de

Jugendwerk Birkeneck

1600 Stück

N. Trischler, M. May

August 2018

An diesem Heft haben mitgearbeitet: Aki, Sophia B., Natascha, Sebastian H., Herbert M., Erkan, K.Theo, David P., Maria-Anna, Daniela, Josef Six, Stefan S., Jasmin, Franz, Ingrid und Norbert Trischler, Uli Zimmermann,

Die Artikel geben grundsätzlich die Meinung der Verfasser wieder, was nicht unbedingt der Meinung des Tabor e.V. entspricht. Wir konnten nicht alle uns zugesandten Beiträge ins Heft aufnehmen und bitten um Verständnis.

- o Ich unterstütze TABOR e.V. als Förderer mit einer einmaligen Spende von €
einer monatlichen Spende von €
- o Ich möchte **aktiv** mitarbeiten & bitte um Aufnahme als Vereinsmitglied (Jahresbeitrag 30.-€)
Tabor e.V.: Liga Bank eG München
IBAN: DE 81 7509 0300 0002 3114 37, BIC: GENODEF1M05

