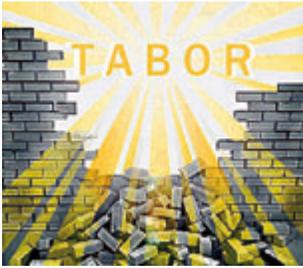




AUSGABE 75

MAUERN ABBAUEN – BRÜCKEN BAUEN !



# TABOR MAGAZIN

*Briefe vom Rand*

Strafgefangene und Entlassene, Menschen ohne Obdach  
und ohne Wohnung schreiben über ihr Leben.



# Abschied

## Gute Nacht, Freunde

Gute Nacht Freunde,  
es wird Zeit für mich zu gehn.  
Was ich noch zu sagen hätte,  
dauert eine Zigarette  
und ein letztes Glas im Stehn.

1. Für den Tag, für die Nacht unter eurem Dach habt Dank!  
Für den Platz an eurem Tisch, für jedes Glas, das ich trank,  
für den Teller, den ihr mir zu den euren stellt,  
als sei selbstverständlicher nichts auf der Welt ...  
Gute Nacht, Freunde ...

2. Habt Dank für die Zeit, die ich mit euch verplaudert hab.  
und für eure Geduld, wenn's mehr als eine Meinung gab,  
dafür, dass ihr nie fragt, wann ich komm oder geh.  
Für die stets offene Tür, in der ich jetzt steh ...  
Gute Nacht, Freunde ...

3. Für die Freiheit, die als steter Gast bei euch wohnt;  
habt Dank, dass ihr nie fragt, was es bringt, ob es lohnt.  
Vielleicht liegt es daran, dass man von draußen meint,  
Dass in euren Fenstern das Licht wärmer scheint ...  
Gute Nacht, Freunde ...

Reinhard Mey



## **Liebe Freunde in und außerhalb der Gefängnisse und auf der Straße, liebe Unterstützer und Förderer des TABOR e.V.**

*Leuchtende Tage -  
Nicht weinen, dass sie vorüber.  
Lächeln, dass sie gewesen!*

(Konfuzius).

Diese wunderbare Lebensweisheit, die uns Konfuzius da vor 2500 Jahren mitgegeben hat, ist wohl die sinnvollste Art und Weise, Abschied zu nehmen: Abschied mit einem dankbaren Blick auf das, was wir geschenkt bekommen haben.

Reinhard Mey drückt es im nebenstehenden Lied ‚Gute Nacht, Freunde‘ auf seine Weise aus: „*Habt Dank für den Platz an Eurem Tisch, für eure Zeit und Geduld, für eure stets offene Tür ...*“

In dankbarer Rückschau kann ich leichter loslassen und das Losgelassene neu im Herzen mit mir tragen. Und: Es geht nichts davon verloren!

Viele Schreiber haben wieder ihre persönlichen Geschichten des Abschied Nehmens mit uns geteilt. Erinnerungen aus langen

Lebensgeschichten tauchen da plötzlich auf. Spannend, ehrlich, berührend, lesenswert.

Ein Gedicht beschreibt sehr schön den Abschied von der Freiheit durch die Inhaftierung und dennoch die neu gewonnene innere Freiheit in der Haft. (S.6)

Ein Freund von der Straße beschreibt seinen Abschied vom bürgerlichen Leben und seinen Weg in ein ‚Leben ofW‘ (ohne festen Wohnsitz). (S.10)

Vielleicht habt Ihr auch bemerkt, dass auf der Titelseite eine Neuerung aufgetreten ist: Nicht mehr: ‚*Briefe durch die Mauer*‘ sondern: ‚**Briefe vom Rand**‘, was keine moralische Wertung darstellen, sondern vielmehr den Standort beschreiben soll, den die Gesellschaft den Armen oft zuweist.

Ausserdem heißt es jetzt: ,

**‚Strafgefangene und Entlassene, Menschen ohne Obdach und ohne Wohnung schreiben über ihr Leben.‘**

Durch meine neue Aufgabe als Seelsorger für obdachlose und wohnungslose Menschen haben wir diesen neuen Schwerpunkt in unser Heft mit aufgenommen: Wir wollen auch die Menschen in Notunterkünften oder auf der Straße zu Wort kommen lassen und ihre Lebensproblematik thematisieren. Wir wollen ihnen zumindest in unserem Magazin einen Platz, ihnen Ansehen geben, sie vom unteren Rand der Gesellschaft in die Mitte holen, wie Jesus auch immer die Armen in die Mitte seiner Aufmerksamkeit gestellt hat.

Ich wünsche Euch ein offenes Herz beim Lesen dieses Magazins.

**Euer Norbert Trischler**  
**Leiter der Tabor-Wohngemeinschaft**

## Abschied vom Leben und Abschied von der Vernunft

Das Dorf, in dem ich aufgewachsen bin, war über Wiesen und Felder mit dem Nachbardorf durch einen schmalen Weg verbunden. Jener führte etwa in der Mitte über eine alte, leicht auffällige hölzerne Brücke. Eine Reihe von Bohlen, links und rechts ein schlichtes Geländer, mehr war das nicht. Im Winter konnte der Übergang schon mal ziemlich glitschig bis spiegelglatt vereist sein. Der kleine Fluß darunter gefror fast nie zu. Als vierjähriges Kind habe ich mit meiner Mutter regelmäßig diese Brücke überquert. Auch in jenem schneereichen Winter, fest an die Hand genommen, blickte ich wieder einmal mit einem unbehaglichen Schaudern hinab auf das schwarze, träge dahinziehende Wasser.

im Dorfe lebte ein alter Mann, ich habe ihn als sehr groß und etwas schwerfällig in Erinnerung. Der Alte ging oft hinüber ins Nachbardorf, wo er in der Gastwirtschaft dem Biere eifrig zusprach. In einer eisig kalten Nacht kehrte er nicht mehr nach Hause zurück.

Das Brückengeländer war an einer Stelle durchgebrochen. Man nahm an, er sei ge-

stürzt und sein schwerer Wintermantel habe ihn in die Tiefe gezogen. Das Wasser hat ihn nicht mehr lebend hergegeben.

Seinerzeit war es noch der Brauch, die Toten in ihren Häusern aufzubahren, wo ihnen das ganze Dorf die letzte Ehre gab. Das ganze Dorf - mit Ausnahme meiner Eltern. Auch mir war dieser Leichengang untersagt. Das hinderte mich natürlich keineswegs daran, in der kleinen Schar der Gleichaltrigen an dem Verstorbenen vorbei zu schreiten. Die Hände auf dem weißen

Bettlaken und ganz bleich lag der Alte da und rührte sich nicht mehr.

So bekam ich als kleiner Bub schon beizeiten die tiefere Einsicht in die Endlichkeit des Daseins. Der Schatten des Todes hat mich fortan nie mehr verlassen. Andererseits habe ich als Student viele Leute sterben gesehen und es hat mir nichts ausgemacht, sie dann auch zu versorgen. Zudem bin ich bis in die heutige Zeit für

meine makabren

Scherze durchaus nicht unbekannt.

In den letzten drei Jahren habe ich täglich einen alten Herren für ein oder zwei Stunden besucht. Ungeachtet seiner anwachsenden Demenz hielt der betagte Mann sich reichlich aufgeweckt und rüstig. Wir hatten viel und ordentlich Spaß miteinander



der. In den letzten Monaten ging es dann immer schneller dem Ende entgegen. Tag für Tag war mit dem Schlimmsten zu rechnen. Der Tod trat dann an einem verregneten, düsteren Tag in der Vorweihnachtszeit an sein Krankenbett. Kurz zuvor war ich noch dort gewesen.

Mittlerweile bin ich selber ein alter Mann geworden. In absehbarer Zeit werde ich selbst an der Reihe sein.

Mit dieser Art Abschied, das fällt mir schon auf, kann ich nicht so recht umgehen.

Es gibt noch eine Art des Abschieds, die mich beschäftigt. Gut sechzig Jahre meines Lebens konnte ich mich bedenkenlos auf ganz selbstverständliche Werte verlassen. Allen voran, die Freiheit, tun und lassen zu können, was mir nur gerade einfiel. Sicher nicht allzu selten eckte ich mehr oder weniger scharf an, wenn die Grenzen meiner Freiheit an die anderer stieß. Und viele Jahre waren angefüllt mit Debatten über Theorie und Praxis dieser Freiheiten. Dafür einzustehen, wenn ich zu weit gegangen bin, hat mir nie viel ausgemacht. Nicht zuletzt, weil ich dies immer als eine Arznei gegen die große Öde empfunden habe, die das Leben durchaus mit sich bringen kann.

Das Auftreten dieses seltsamen Virus, der unser aller Dasein seit nun fast einem Jahr begleitet, hat einem bedeutenden Grundempfinden ein Ende bereitet. Dem Grundempfinden nämlich, in einer Welt, besser gesagt, einer Gesellschaft zu leben, in der man sich im Großen und Ganzen aufeinander verlassen kann, insbesondere wenn es darauf ankommt.

Also war doch unser aller Freiheit eine Geburt aus dem Verstand und der Erkenntnis, dass wir alle - nun ja, fast alle - auf den festen Fundamenten des Verstandes gut

und sicher leben. Das ist von heute auf morgen ganz anders geworden.

Mit einem Mal greift der Irrsinn eines Anspruchs auf Unversehrbarkeit, ja sogar Unsterblichkeit in einem rasenden Tempo um sich und breitet sich aus wie seinerzeit die Beulenpest. Paranoia schwemmt all die schönen, wenn auch gelegentlich illusorischen Sicherheiten davon wie die Welle einer gigantischen Flut.

Der Maler Francisco Goya schuf eine Grafik namens: ‚Der Schlaf der Vernunft gebiert Ungeheuer‘. Wenn mich überhaupt etwas ängstigt, dann sind es diese Monster, nicht ein winziges Virus.

Der Abschied von der Vernunft ist etwas, mit dem ich noch weniger klar komme, als mit dem Abschied vom Leben.

*Rudolf*



# Der Stille folgt das wahre Leben!

*Abschied von der Hetze des Alltags, Ruhe im Knast*

Gehetzt von Erfolg  
und materieller Gier,  
getrieben von der Angst,  
dass ich Erreichtes verlier,  
rast das Leben an mir  
haltlos vorbei,  
drängt mich ins  
gesellschaftliche Einerlei.

Einhalt und Ruhe waren mir  
fremd geworden.  
Begann ich doch, mein  
wahres ICH zu ermorden.  
Vergaß mich umzusehen,  
die Welt zu erkennen,  
verlernte den wirklichen  
Lebenssinn zu nennen.

Nun bin ich gezwungen,  
mich zurück zu nehmen,  
nachzudenken über manch  
vergessene Themen.  
Lerne, der Natur zu lauschen  
und in mich zu gehen,  
Kleinigkeiten und  
wahrlich Schönes zu sehen.

Hatte ich anfangs Angst  
vor der Stille im Raum,  
in mich zu lauschen,  
wagte ich kaum.  
Hielt Stillstand für Verlust  
von Lebenszeit,  
erkannte nicht, dass Stille  
von Angst befreit.

Dachte, Ruhe und Einhalt  
seien unproduktiv  
und erkannte nicht, wie ich  
am Leben vorüber lief.  
Wurde älter, grauer  
und gezeichnet von Falten.  
Erreichte nichts,  
was es wert war zu erhalten.

Nun fühle ich die Kraft,  
die mir die Stille schenkt,  
bemerke wachsende Energie,  
die mich richtig lenkt.  
Sehe Ziele, die es wert sind,  
danach zu streben  
und eine Stimme sagt:  
'Der Stille folgt  
das wahre Leben!'

*(Herbert, JVA München)*





## Hallo, ihr Lieben!

Wenn man **Abschied** nimmt, verliert man einen Teil seiner eigenen persönlichen Identität und den Sinn für

Beständigkeit. Die tiefen Gedanken über meinen eigenen Abschied von dieser Welt sind wie lange Schatten. Sie sind sehr oft da. Sie geben mir Zeichen, dass ich gehen kann. Wenn ich morgen gehen müsste, würdet Ihr Euch noch an mich erinnern, würde sich überhaupt jemand an mich erinnern, vielleicht um mich weinen?

Eines Tages kommen wir alle an Brücken, über die wir gehen, die wir eventuell sogar niederbrennen müssen. Es bleiben dann die Erinnerung an Rauch und an unsere brennenden Augen.

In unruhigen Träumen fühlen wir uns allein gelassen, doch wir wurden mit so vielen besonderen Fähigkeiten und Eigenschaften geboren, von denen etliche uns verborgen geblieben sind, bis wir unsere eigene Reise antreten müssen. Alle Reisen haben einen Anfang, und jeder Anfang hat ein Ende. Welche Art von Ende hängt davon ab, ob wir den uns von Gott aufgezeigten Weg erkennen und gehen können, denn in Wirklichkeit sind wir nie allein.

Als eine zum Tode verurteilte Frau, die in Amerika hingerichtet werden soll, ist das ein zutiefst persönlicher Abschied. Deutschland hat mich gesegnet, weil Ihr mir erlaubt, Euch gegenüber mein Herz

auszuschütten und meine Seele zu öffnen. Ihr alle seid ein Segen für mich!

Während unseres Lebens schlagen wir viele Türen zu, sie führen zu Freundschaften, zur Familie, zur Verwandtschaft, zu Berufskollegen, in die Freiheit oder in die unmittelbare Umgebung.

Für mich persönlich ist es ein Abschied von der Liebe zum Leben. Ich wünsche mir die Welt als eine gesamte Einheit ohne Grenzen und Beschränkungen, in der alle Menschen liebevoll miteinander leben und mit ihrer Liebe zu Gott in einem ehrlichen und aufrichtigen Glauben vereint sind. Die Liebe ist das höchste Gut, das Gott uns Menschen gibt. Das ist meine große Hoffnung für Euch alle: Dass Ihr Euch an jemanden anlehnen könnt. Wenn ich mich müde und erschöpft fühle, lehne ich mich an Gott und an Euch an.

Abschied nehmen heißt, unsere Schmerzen und unsere eigene Geschichte zu erkennen, um dann beruhigt eine weitere Tür schließen zu können, einschließlich der Tür, die von Lügen, Selbstbetrug und Hass geöffnet wurde.

Abschied nehmen bedeutet, etwas Neues willkommen zu heißen.

Ich grüße Euch ganz herzlich als Eure Shawna aus der Todeszelle in Arizona/USA

(Aus dem Amerikanischen übersetzt von Henry Toedt, Hammelburg)

Ich freue mich über jeden Brief von Euch. Bitte schreibt mir an:

Shawna Forde  
#260830 Unit Lumley  
ASPC Perryville  
P.O. Box 3300  
Goodyear, AZ 85338  
USA

## Abschied ...

*Seit nunmehr acht Jahren schreiben wir uns mit Menschen im Gefängnis, weltweit. Es ist unsere Lebensaufgabe geworden, es gehört zum festen Bestandteil unseres Alltags. Kaum jemanden haben wir persönlich getroffen, und doch haben sich teilweise sehr starke emotionale Bindungen über die Zeit hin entwickelt.*

**Christine aus Dresden** schrieb: „Wenn ich entlassen bin, dann werde ich euch auf jeden Fall in Hammelburg besuchen.“ Das war vor drei Jahren. Sicher ist sie froh, nicht mehr an ihre Zeit in Haft erinnert zu werden. Sie war eine Tochter für uns in diesen drei Jahren, in denen wir sie begleiten durften.

**Jennifer** schickte uns zweieinhalb Jahre lang Fotos von sich und ihren drei Kindern, die sie in Texas während ihrer zehnjährigen Haft sehr häufig besuchten. Sie erzählte von Dallas, dieser so riesigen Stadt, aus der sie niemals herausgekommen war. Unseren letzten Brief an sie erhielten wir mit dem Vermerk ‚ENTLASSEN‘ zurück. Sie war wohl zu einem früheren Zeitpunkt in Freiheit ge-

kommen. Wie geht es ihr heute? Wird sie von dem weißen Gift loskommen?

**Tobias aus Landshut** berichtete uns etliche Jahre von seinen Therapieerfolgen. Er wolle sich mit seinem Lebensgefährten ein neues Leben in Salzburg aufbauen, eine Praxis eröffnen. Er bat um unsere Handynummer für die Zeit in Freiheit. Doch dann scheiterte seine Beziehung wenige Tage vor seiner Entlassung. Er zog zu seinem Vater in unsere Heimat Schleswig-Holstein. Wir denken oft an ihn.



**Marc aus München** schrieb vier Jahre lang Briefe, beendete sie immer mit: „Euer Sohn im Geiste ...“ Er war dreißig Jahre alt, hatte mindestens die Hälfte seines Lebens im Knast verbracht. Die Sucht nach dem Pulver der Träume war unbezähmbar und der Grund für immer wiederkehrende Gewaltausbrüche. Nach der Haft telefonierten wir mehrere Male miteinander. Er war

ständiger Gast auf irgendeinem Polizeirevier in Frankfurt.

Nachdem seine ebenfalls drogenabhängige Freundin ihn verließ, schickte er uns eine SMS: „Gehe nach Berlin für den letzten Schuss.“ Er konnte lange Briefe schreiben in seiner sehr lebhaften Art, schickte uns wunderschöne Zeichnungen. Doch mit dem Leben, mit seinem Leben kam er nicht zurecht.

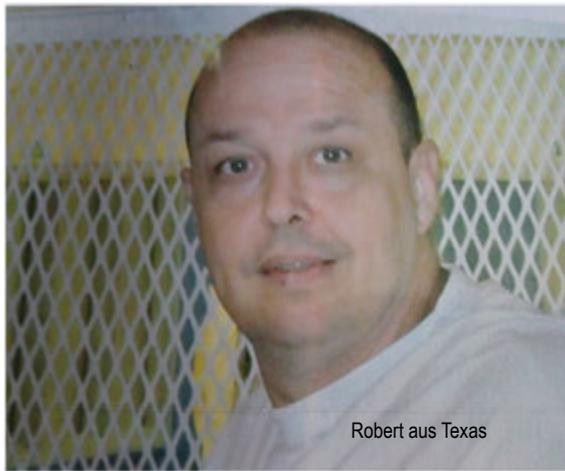
Drei Jahre verbrachten wir mit **Maria aus Nürnberg**, einer kleinen Kenianerin, die Drogen geschmuggelt hatte, und ihre zwei kleinen Jungen so sehr vermisste. Stolz berichtete sie von ihren guten Noten, die sie in den Prüfungen zur beruflichen Weiterbildung erhielt. Wir versuchten, mit ihr zusammen ihre Muttersprache Suaheli zu lernen. Seitenweise gab sie uns Unterricht. Beim Freigang trug sie die bunte Tracht ihrer afrikanischen Heimat. Sie zog in eine Großstadt zu ihrer Tochter. Der bürokratische Kampf um ihre Kinder setzte ihr immens zu.

Ist es ihr gelungen, wieder ihre Familie um sich zu haben? Wir wissen es nicht.

Vor einigen Jahren erhielte wir einen Brief von **Robert aus Texas**. Er begann mit den Worten: „Ich habe eine schlechte Nachricht für euch, ich soll hingerichtet werden.“ Stets beteuerte er seine Unschuld, seine kleine Tochter tot geschüttelt zu haben. Kein Brief von ihm mit weniger als acht Seiten. Dieser war bedeutend kürzer.

„Oh, Herr hilf ...!“ war unser erster Gedanke. Dann begannen wir zu beten und zu handeln. Wir schrieben im wahrsten Sinne

des Wortes Gott und die Welt an. Viele Politiker auf der ganze Welt, den Papst und sehr viele Prominente baten wir um Hilfe. Es begann ein Wettlauf mit der Zeit. Zwei Tage vor der anberaumten Hinrichtung schauten wir entgegen unserer sonstigen



Robert aus Texas

Gewohnheiten am frühen Morgen ins Internet und wir sahen das Wunder, das geschehen war: Die Hinrichtung war vom obersten Gerichtshof ausgesetzt worden. Inzwischen ist ein neuer Prozess angesetzt.

Ein Lied von Roger Whittaker heißt: „Abschied ist ein scharfes Schwert.“ Wenn eine Beziehung durch die Entlassung aus dem Gefängnis beendet wird, spüren wir manchmal dieses Schwert. Doch jedes Mal lässt Gott, der Herr, uns wissen, dass etwas sterben muss, bevor etwas neues geboren werden kann, nämlich das neue Leben in Freiheit.

**Monika und Henry Toedt aus Hammelburg**  
Eichendorffstr. 3  
97762 Hammelburg

## Gute Ausbildung - gutes Leben?

### *Uli B. erzählt von seinem Weg auf die Straße*

Nach erfolgreichem Maschinenbaustudium und abgeschlossener Ausbildung zum Sicherheitsingenieur kam ich hochmotiviert nach München. Über eine Zeitarbeitsfirma war ich bei Siemens als Leiter des Aquisitionssupport für 180 Außendienstmitarbeiter verantwortlich. Die feste Übernahme war garantiert, jedoch sprang der Kunde ab, und die Abteilung wurde geschlossen.

Nach verschiedenen Einsätzen wie Wirtschaftsingenieur bei AGFA und EDV-Service beim Ev. Landeskirchenamt kam ich als Krankheitsvertretung zu OCE nach Poing in die Qualitätsprüfung. Danach sollte ich zu Siemens in Laim. Doch ohne mein Wissen wurde ich durch moderne Sklavenhändler und OCE gezwungen, dort zu verbleiben, um als Hilfsarbeiter an einer Druckmaschine Versuche durchzuführen. Nach drei Tagen in dem Arbeitsraum hatte ich abends eine wahrnehmbare Benommenheit, die sich zunächst wieder gab. Dieses wiederholte sich täglich, wobei die Intensität stärker und die Zeiten länger wurden. Bevor ich zu einem Arzt gehen wollte (ich vertraue diesen nicht wirklich), wollte ich die genaue Ursache für die vorliegenden Gesundheitsbeschwerden kennen. Von einer anderen Abteilung wurde ich aufgeklärt. Eine Ozon-, Toner-, Schadstoffbelastung lag vor. Also zu einem Arzt. Völlig überfordert ordnete er aber richtiger Weise die sofortige Arbeitseinstellung für mich bei OCE an. Die OCE-Führungskräfte bestätigten die Schadstoffbelastung, drohten mir aber massiv mit Ärger, falls ich diese an die Öffentlichkeit bringen würde. Vom Sklavenhändler erhielt ich die sofortige

Kündigung. Egal, Hauptsache weg von denen.

Aufgrund der nun fehlenden Schadstoffbelastung ging es mir von Tag zu Tag schlechter. Nach heutiger Kenntnis ist dieses klar, weil die Hauptbeschwerden erst nach Tagen ohne Einwirkung der Stoffe auftreten und bei erneuter Belastung sogar verringert wurden. Eine Art Entzugerscheinung. Zweimal zum Krankenhaus. Die Ärztinnen - völlig überfordert, mit der Thematik kenne man sich nicht aus, ich sei nur erschöpft.

Weitere Ärzte ebenfalls überfordert. Man überließ mich mir selbst trotz einer Lungenfunktion von 30%, massiven Atembeschwerden und dadurch auch Todesängsten. Die Krankenkasse zahlte kein Krankengeld, da ich nicht krank sei. Es fehlte ein Tag Krankschreibung.

Nach drei Monaten sollte es mir besser gehen. Es war nicht so. Viele Arztbesuche folgten. Bei 20 Ärzten wurden 25 verschiedene Diagnosen erstellt. Von ‚Simulant‘ bis ‚todkrank mit wenigen Wochen zu leben‘ reichten die Befunde. Aber niemand kannte sich mit der tatsächlichen Erkrankung aus.

Erst nach **sieben** Jahren erhielt ich vom Landesamt für Umweltschutz die Gesundheitsdatenblätter, so dass mich nun mein Arzt verstand. Nach nunmehr 16 Jahren sind die Gesundheitsbeschwerden soweit verbessert, dass es mir ausreichend geht. Nach wie vor liegen Schäden des Nervensystems auch mit leichten Lähmungen vor.

Wegen der Krankenkasse kam ich zu ALG1 und dann zu Hartz IV. Den einzelnen Terror davon erspare ich mir hier. Nur soviel: Für den Umzug in die Stadt München umfasst die Auflistung der Verhinderung, der Schikanierungsmassnahmen einschließlich

Verlust der Wohnung alleine vier DIN A 4 Seiten.

Endlich in München Stadt wohnte ich in einem Hotel für 400.-€ pro Monat. Geht nicht! Das Job-Center steckte mich in ein Asylantenheim für 560.-€ im Monat! Für mich unerträglich die tägliche Gewalt, der Dreck und die fast völlige Schlaflosigkeit. Dadurch lebe ich seit zwei Jahren auf der Straße, bin frei und mir bleibt der Ärger mit den staatlichen Terrororganisationen erspart.

Wie die Behörden arbeiten, füge ich hier beispielhaft an:

Strafanzeige wegen Körperverletzung:

Die Polizei tut nichts. Der Hauptkommissar kennt sich mit Körperverletzung nicht aus! Aber weil ich mich weigerte, mit meinem damaligen Auto zu fahren, weil es gesundheitlich nicht ging, wollte man meinen Führerschein haben. Schikanierungen folgten und erst eine Beschwerde beim Polizeipräsidium, und das Gericht stoppte die Terrormaßnahmen.

Die junge Staatsanwältin tat nichts. Der Generalstaatsanwalt stufte es als Körperverletzung ein, tat aber sonst nichts, weil es ein hoher Arbeitsaufwand sei. Der wahre Grund ist, dass der OCE Chef ein guter Freund von Edmund Stoiber ist und somit ohnehin politisch gewollt nichts geschieht. Briefe vom Ministerium bestätigten dies.

Die Berufsgenossenschaft hat ebenfalls alles unternommen, um die Angelegenheit zu vertuschen. In einem Gespräch teilte man mir mit, dass sehr wohl eine Schadstoffbelastung bei OCE ist, jedoch hat man nicht gemessen, weil man nicht wollte.

Auch der Mitarbeiter des Gewerbeaufsichtsamtes, zunächst wollte er überhaupt nicht zuständig sein, erklärte mir, dass bei OCE alle Führungskräfte sehr nett seien. Deshalb kann (darf) dort nichts sein.

Was soll man von diesen Behörden noch halten? Polizei, Justiz und Behörden schützen Straftäter und treiben Opfer in den Ruin und auf die Straße. Es gelten weder Europäisches Recht, deutsch Gesetze, noch die bayerische Verfassung. Mollath lässt grüßen ...



Gute Ausbildung - gutes Leben? Nein!  
Was bleibt, sind schwere Enttäuschung  
und tiefer Hass auf Täter und Behörden.

*Uli*

Liebe Mama,

Du bist nun von uns gegangen und es verändert sich die ganze Welt. Doch wir sehen uns wieder hinter der Grenze des Sichtbaren.

In ewiger Liebe!

Deine Tochter

*In tiefer Trauer*

*Mit tiefer Traurigkeit verkünde ich, dass meine über alles geliebte Mutter heute morgen um fünf Uhr eingeschlafen ist.*

*Der Schmerz ist nicht in Worte zu fassen. Für diejenigen, die sagen, alle müssen mal sterben, sage ich: Das stimmt! Aber das lange Corona bedingte Besuchsverbot hat das Ganze beschleunigt. Keinerlei Empathie seitens des Heims oder des Krankenhauses.*

*Unverzeihlich, dass ich durch die drei Monate Besuchsverbot keine kostbare Zeit mit meiner Mutter verbringen konnte. Trotz zweier ärztlicher Atteste!*

*Es ist erwiesen, dass sich der Gesundheitszustand meiner Mutter durch diese drei Monate Besuchsverbot dramatisch verschlechtert hat.*

*Ich werde weiter und jetzt erst recht für die Rechte der an Demenz erkrankten Menschen kämpfen. Ich danke allen Unterstützern von Herzen.*

*Eine tief traurige Nicole*

## Trauerbriefe an verstorbene Freunde oder Angehörige

Hilfe zur Trauerbewältigung;  
aus einem Trauerportal im Internet

Mein lieber Schatz,

die Sehnsucht nach Dir tut immer noch so weh! Gerade jetzt, im Moment, der Zeit des großen "C"... Sei froh, dass Du nicht mehr erlebst, was sie mit uns anstellen...Hab die Kinder jetzt viele Wochen nicht gesehen. Bin so traurig darüber und habe das Gefühl, das wird sich alles NIE wieder ändern!!! Ich wünschte mir so sehr, dass Du jetzt an meiner Seite wärst, dann wär das alles nicht ganz so schrecklich. Dich in den Arm nehmen....Weisst Du, Kontakte und Termine hab ich genug, schon wegen meiner Eltern, aber innen drin bin ich so einsam und fast tot! Hab auch schon lange kein Zeichen mehr von Dir bekommen... Was soll ich nur tun? Dieses Haus, dieser Garten, ich wollte es für Dich weiterführen, aber es wird mir alles zu viel! Hatte mir auch die Hand gebrochen und wünsch mir nur, dass mir jemand das alles abnimmt.. Haus gegen Wohnung...Na ja, vielleicht hab ich ja irgendwann Glück, so lange wird mein Leben ja auch nicht mehr dauern... Das Fellmonster ist alles, was ich von dir noch hab, hoffentlich bleibt er noch lange gesund!!!! Gute Nacht, mein Schatz.

Lieber Opa,

Du fehlst mir sehr, ich denke jeden Tag an Dich. Dein Lachen, Deine stets gute Laune, Deine Witze und Dein Optimismus haben mir immer so viel Kraft gegeben. Ich wünschte, ich könnte Dich anrufen und Dir das alles sagen. Letztes Jahr um diese Zeit habe ich eine dumme Entscheidung getrof-

fen, denn ich bin nicht zu Dir gefahren, um Dir in der Woche im Krankenhaus Gesellschaft zu leisten, so wie Du das getan hast - jedes einzelne Mal. Es hätte meine Priorität sein müssen, sofort zu Dir in die Heimat zu fahren. In meinem Kopf warst Du unsterblich und die Vorstellung, Du könntest nicht mehr da sein, die gab es nicht. Das werde ich mir niemals verzeihen können. Ich hoffe, dass ich Dich irgendwann wieder sehen werde und Dir all das sagen kann, Dich in den Arm nehmen und mich entschuldigen kann. Opa, Du fehlst mir schrecklich.

*Deine Maren*

## **Liebe Berta!**

Wir alle sind schockiert. Du hast Dein Leben so abrupt auf Deine Art beendet. Das war für uns total unvorbereitet. Am Tag zuvor warst Du noch im Speisesaal beim gemeinsamen Abendessen. Du warst wie immer: Nachdenklich, in Dir verschlossen, wenig kommunikativ. Aber niemand konnte ahnen, dass Deine Verzweiflung so groß war, dass Du bei Dir selbst Hand anlegen würdest. Da war kein Abschied, kein gutes Wort, kein ‚Ade‘, wie Du als Schwabe zu sagen pflegtest. Du bist einfach gegangen! Weg! Aus! Tot! Und hast uns einen Scherbenhaufen hinterlassen. Wie sollen wir damit umgehen? Immerhin waren wir doch sowas wie Freundinnen. Bei Deinem letzten Schritt hast Du uns im Stich gelassen. Oder wir Dich?

Ich weiß nicht, was in Dir vorging. Das Leben hier im Altenheim ist natürlich gerade jetzt zur Coronazeit nicht sehr leicht: Quarantäne, kein Besuch, kaum Aussenkontakte, überfordertes Pflegepersonal, tödliche Langeweile ... und dann die ständige Angst vor dem kleinen unsichtbaren Feind, der auch uns infizieren könnte! Das Leben

scheint keine Zukunft zu haben, keine Perspektive, keinen Sinn! Nur Einsamkeit und Leere! Ich muss Dir gestehen, dass in mir auch schon Gedanken an einen solchen Schritt hochkamen! Aber meine Kinder und Enkelkinder! Was tue ich ihnen damit an! Da ist mir ein Gedicht aus meiner Kindheit eingefallen: ‚Wenn Du meinst, es geht nicht mehr, kommt irgendwo ein Lichtlein her!‘ Ich fing wieder an zu beten. Zwei Tage später kam ein Anruf von meiner Tochter: Wie sehr sie mich liebten und als Mutter und Oma bräuchten! ... Die Dunkelheit löste sich ein wenig auf. Ich habe wieder Hoffnung und lebe weiter.

Ich wünsche Dir, liebe Berta, dass Dir dieses Licht den Weg in die Ewigkeit leuchtet, Dich heimführt in die ewige Heimat. Ich selbst bleibe noch ein wenig hier, bis der Herrgott auch mich ruft. Ich warte auf meine Kinder und Enkel, die ja irgendwann wieder kommen dürfen. Wenn es dann bei mir so weit ist, komme ich nach.

*Deine Freundin Kathi*

## **Hallo mein geliebter Papa!**

Es rückt immer näher und bald ist Weihnachten. Dieses Jahr ohne dich zu feiern, ist für mich sehr schmerzhaft, du mein Papa, der du im Februar leise von mir gegangen bist. Das war sehr schmerzlich für mich. Du fehlst mir so sehr und ich muss oft an dich denken. Wo auch immer Du jetzt bist, ich hoffe, Dir geht es dort besser und Du bist ohne Schmerzen. Ich danke Dir für alles, was Du mir auf meinem Lebensweg mitgegeben hast. Und verzeih mir, dass ich vieles nicht gesehen und geachtet habe. Du wirst immer in meinem Herzen bleiben. Ich vermisse Dich und liebe Dich.

*Deine Tochter*

## Corona und der Tod

Die eindrucksvollsten Bilder seit Ausbruch der Corona-Pandemie waren für mich nicht die grafischen Kurven und Zahlenkolonnen, die die Ausbreitung der Infektionen darstellten, sondern zwei Fotos: Das eine mit dem Konvoi der Armee-Lastwagen in Bergamo, welche die Leichen nachts abtransportieren mussten, weil die Leichenfahrzeuge nicht

gefährdet und abhängig, nicht aus uns selbst heraus stark" (Hans Langendörfer, SJ).

Natürlich sehen das nicht alle so. Eine Vielzahl drückt den Gedanken beiseite und redet lieber von einem baldigen wirksamen Impfstoff. Eine Gruppe, verwirrt, aber lautstark, leugnet die Gefahr überhaupt. Eine andere feiert gegen alle Abstandsregeln und meint, sie könne es auf keinen Fall treffen.

Die Nachdenklicheren fragen sich aber: Wem dürfen wir denn vertrauen in unseren Ängsten? Sind es die Virologen? Sind es die Politiker? Sind wir es selbst? Oder lohnt es sich gar nicht, sich auf jemanden ganz zu verlassen?



mehr ausreichen; und das andere: Ein Patient, der in einer Intensivstation, angeschlossen an Beatmungsgeräte, hilflos auf dem Bauch liegt. Plötzlich hat es mich angesprochen: Das könnte auch deine letzte Fahrt werden; das könnte auch dein letztes Bett werden!

Corona hat das Sterben und den Tod nahe gebracht. Das kleine Virus in seiner Gefährlichkeit hat die vermeintliche Sicherheit, in der wir leben, durchbrochen. "Die Menschen haben einen tief gehenden Verlust der Kontrolle über ihr Leben hinnehmen müssen. Im letzten hat keiner das Leben selbst in der Hand"... Wir Menschen sind ...

Vielleicht sollten wir es in dieser Situation praktisch angehen: Zuerst einmal den Gedanken zulassen, dass auch unser Leben lebensgefährlich sein kann. Tod und Sterben nicht wegschieben als lästiges Thema. Wieder einmal einen Friedhof besuchen. Mit jemand Vertrautem darüber reden, wie wir unsere letzten Dinge geregelt haben möchten. - Als Christen dürften wir hinzufügen: beten. Nicht beten, dass uns der Tod erspart bleibe - das wäre naiv - , sondern uns im Gebet hintasten an DEN, der letztlich allein Vertrauen verdient.

Josef Six

# Auf der anderen Seite des Weges

Der Tod ist nichts.  
Ich bin nur in das Zimmer  
nebenan gegangen.  
Ich bin ich, ihr seid ihr.  
Das, was ich für Euch war,  
bin ich immer noch.  
Gebt mir den Namen,  
den ihr mir immer gegeben habt.  
Sprecht mit mir, wie ihr es immer  
getan habt. Seid nicht feierlich  
oder traurig. Lacht weiterhin  
über das, worüber wir gemeinsam  
gelacht haben.  
Betet, lacht, denkt an mich. Betet  
für mich, damit mein Name im  
Hause ausgesprochen wird, so wie  
es immer war, ohne irgendeine  
besondere Betonung, ohne die  
Spur eines Schattens.  
Das Leben bedeutet das, was es  
immer war. Der Faden ist nicht  
durchgeschnitten. Warum soll ich  
nicht mehr in euren Gedanken  
sein, nur weil ich nicht mehr in  
eurem Blickfeld bin?  
Ich bin nicht weit weg, nur auf  
der anderen Seite des Weges.

Charles Peguy  
(Franz. Schriftsteller 1873-1914)



*Ein Schwerkranker ergriff die Hand des Arztes, von dem er wusste, dass er gläubig war: „Mir ist so bange vor dem Sterben. Was erwartet mich auf der anderen Seite?“ „Das weiß ich auch nicht, sagte der Arzt, aber er öffnete die Tür zum Gang. Da lief sein Hund herein und sprang an ihm hoch, erfreut, seinen Herrn wieder zu sehen. Der Arzt lächelte den Kranken an: „Haben Sie das Verhalten des Hundes beobachtet? Er kannte diesen Raum nicht, wusste aber, dass sein Herr auf der anderen Seite der Tür ist. Darum sprang er fröhlich herein, sobald die Tür aufging.“ Der Arzt überlegte. Dann fügte er hinzu: „Ich weiß auch nicht, was nach dem Tod auf uns wartet. Aber es genügt mir, dass mein Herr und Meister auf der anderen Seite ist. Darum werde ich, wenn sich die Tür eines Tages öffnet, mit großer Freude hinübergehen.“ (Verfasser unbekannt)*



## Zwei Bäume im Park

*Ein Märchen zum Thema: Abschied und Tod*

Zwei große Bäume stehen dicht beieinander in einem Park. Sie kennen sich schon seit frühester Jugend. Die Äste des einen Baumes ragen in die Krone des anderen. Beide haben sich gegenseitig hervorragend einander angepasst. Im Frühjahr entfalten sich zur gleichen Zeit die ersten Blätter. Da, wo die einen Äste sich weiter ausdehnen, hält sich der andere Baum zurück. Beide nehmen Rücksicht aufeinander. Im Herbst machen sich beide für den Winter bereit.

Sie schützen sich gegenseitig vor starkem Wind. Der eine Baum gewährt dem anderen Schatten. Sie ho-

len sich aus dem Boden ihr Wasser und teilen es sorgfältig. So haben sich beide gemeinsam entwickelt, sind alt geworden und haben schon viele Jahresringe gemeinsam aufgebaut.

Eines Tages schlägt der Blitz in einen der Bäume ein und fällt diesen. Er wird wortlos von Waldarbeitern abtransportiert. Der andere Baum bleibt alleine zurück. Er kann einfach nicht glauben, dass sein geliebter, treuer Nachbar nicht mehr da sein soll. Wo sie sich doch für den nächsten Winter schon so viel vorgenommen hatten. Er wünscht, einfach nur einen bösen Traum geträumt zu haben, und morgen nach dem Aufwachen sei alles wieder in Ordnung. Doch am nächsten Morgen ist er immer noch allein. Er

schaut suchend umher, doch er kann seinen Nachbarn nirgendwo entdecken. Er fühlt sich nackt und hilflos. Jetzt erst wird ihm bewusst, dass er all die Jahre vom anderen Baum Schutz geboten bekommen hatte. Er bemerkt, dass er auf der Seite, die dem anderen Baum zugewandt war, schwächer entwickelt ist. Die Äste sind kürzer und weniger dicht mit Blättern übersät. Ja, er muss sogar aufpassen, sich nicht nach der anderen Seite zu neigen und umzufallen. Der Wind fährt ihm garstig in die schwache Seite.

Wie schön wäre es doch, wenn sein Nachbar noch da wäre. Er beginnt zu hadern, warum der Blitz ausgerechnet in seinen Nachbarn einschlagen musste. Es gibt doch noch mehr Bäume im Park. Er hat Angst vor dem langen, harten Winter, den er jetzt alleine durchstehen muss. Er seufzt, fühlt sich sehr einsam.

Warum konnte der Blitz denn nicht sie beide treffen? Nie mehr würde er so einen Nachbarn finden, mit dem er alles teilen könnte. Nie mehr könnten er und sein Nachbar über gemeinsame schöne Stunden sprechen, die sie beide erlebt hatten. Hätte er am Ende seine Äste weiter zu seinem Nachbarn hinstrecken sollen, dass der Blitz auch ihn hätte treffen können? So quält er sich mit Schuldgefühlen, Ängsten und Verzweiflung. Die Sonne scheint wie immer und sendet ihre wärmenden Strahlen, doch er verspürt sie nicht. Es wird Winter und er verbringt die

Zeit alleine. Er überlegt, ob dies wohl der Sinn des Lebens sei.

Eines Nachts, als er wieder einmal grübelte, kam ihm die Idee, dass er sich im nächsten Frühjahr sehr anstrengen könnte, besonders die Äste seiner schwachen Seite wachsen zu lassen. Er könnte versuchen, die leeren Stellen, die der Nachbar mit seinen Ästen ausgefüllt hatte, zu füllen. Er hatte ja jetzt mehr Platz, sich auszubreiten. Er musste keine Rücksicht mehr nehmen und hatte Nahung für zwei.

So begann er, all seine Energien darauf zu verwenden, die Lücke, die sein Nachbar hinterlassen hatte, allmählich auszufüllen. Ganz vorsichtig ließ er neue Äste wachsen. Es dauerte, aber er hatte ja Zeit. Und manches Mal war er sogar ein klein bisschen stolz darauf, alleine gegen die Kälte und die Winde anzukämpfen. Er wusste, dass es nie mehr so sein würde wie früher, aber wenn der Nachbar jetzt noch einmal kommen würde oder gar ein neuer Nachbar, hätte er nicht mehr so viel Platz zur Verfügung wie früher. Eines wusste er genau. Er würde den alten Nachbarn nie vergessen, denn er hatte ja die ersten 50 Jahresringe mit ihm gemeinsam verbracht. Zu jedem Jahresring konnte er gemeinsam erlebte Geschichten erzählen. Zu den letzten drei Jahresringen hatte er zu erzählen, wie er gelernt hat, allein zu leben, seinen Ästen eine neue Richtung zu geben und seinen Platz im Park neu zu gestalten.

(Verfasser unbekannt)

## Du bist so mutig!

*Die Krise als Chance des Neuanfangs  
(Brief an N. in der Haft)*

Erst mal muss ich Dir sagen, dass ich großen Respekt vor Dir habe. Du hast die Verhaftung überstanden und weißt Gott was noch alles. Komplett herausgerissen aus Deinem Leben, alles unbekannt, vieles so verletzend, all die ungeweinten Tränen und stummen Schreie...Aber Du hast es bis hierher geschafft und liest meinen Text!

Du bist nicht allein, Gott ist für Dich da! Jetzt ganz besonders. Er trägt Dich, wenn es Dir nicht gut geht, bis Du wieder selbst gehen kannst. So viele wertvolle Menschen und Heilige waren in Gefangenschaft, Paulus, Nelson Mandela und auch Jesus.

Beim Transport nach meiner Verhaftung fühlte ich mich wie Hannibal Lecter, als ich in die enge Einzelzelle des Wagens musste während die anderen Gefangenen "normal" beieinander saßen und sich unterhalten konnten. Bei mir geht es um einen Betrugsvorwurf.

Es fühlte sich an wie eine realgewordene Horror-Geisterbahnfahrt durch München, die Stadt, die ich bisher so liebte. Häuserfassaden, etwas Grün, etwas Himmel durch die Gitter des winzigen Fensters, oben an mir vorbei rauschend, ungewiss,

wann ich das je alles wieder sehen würde, auf dieser harten Holzbank, scheppernd durch die Stadt - Richtung Nirgendwo, herausgerissen von meinem alten Leben, "verschleppt" ins Ungewisse, ohne mich verabschieden zu können.

Beamte, die höchst unfreundlich im Befehlstone mit mir umgingen, als wär ich das Allerletzte, eher eine Sache als ein Mensch.

Doch Gott war für mich da. Als ich im Gefängnis mit der Krankenschwester sprechen konnte. Ich sagte: "Sie sind freundlich zu mir" Sie darauf: "Sie sind ja auch freundlich zu mir!" Ein allererster kleiner Silberstreifen am Horizont, nachdem ich mir - gedemütigt durch das Nacktausziehen



vor der Beamtin - nur noch wie eine Nummer vorkam.

Er war für mich da, als ich in die Einzelhaftzelle kam. Konnte mit niemandem sprechen - aber ich konnte beten. Und beim Beten konnte ich doch sprechen und

weinen. Dann fiel etwas Druck von mir ab und ich konnte etwas essen und schlafen.

Am nächsten Tag "durfte" ich duschen, was ich als Trost empfand - die Sonnenstrahlen brachen durch die Gitterstäbe und die Wasserperlen glitzerten auf meiner Haut.

In den Hof - viereckig eingekastelt durch dieses oxsenblutfarbige Gebäude - durfte ich einzeln nur mit einer Aufsichtsbeamtin. Am liebsten schaute ich nach oben - dort hatte ich Fernblick in den Himmel.

Niemanden erreichen zu können:

"Wie geht es der Familie draußen, die gerade ohne mich klar kommen muss - schaffen sie das ohne mich?" Ich war es gewohnt, mich ständig um alle zu kümmern, und habe dabei mich selbst vergessen.

Das Hausmädchen gab mir Kaffee. In meiner Zelle dachte ich, das ist wie ein Schatz von einem Engel.

Engel waren auch die Sozialpädagogin, die Psychologin und der Seelsorger. Die Gespräche taten so gut.

Wie durch ein Wunder wurde meine Einzelhaft nach ca. zwei Wochen aufgehoben. Endlich Hofgang mit allen - musste wieder weinen. Wollte aber nicht, dass die anderen es mitbekommen, aber vergebens.

"Ist vollkommen ok! Komm wir gehen eine Runde. Ich bin Claudia."

Am schlimmsten Ort die besten Gespräche. Und Umarmungen, die der ganze Reichtum der Erde nicht aufwiegen könnte.

Mein Leben davor war ein Teufelskreis, ständig funktionieren - negative Abhängigkeiten zu anderen, v.a. zum Partner, der mich ständig beeinflusste und triggerte (er war bei Scientology!). Aus Verzweiflung und Angst "glaubte" ich ihm alles. Zweifel an ihm duldet er nicht und rastete dann oft aus: Wenn was nicht rund laufen würde,

wäre ich daran Schuld, weil ich nicht genügend an sein Können und die positive (legale) Verwirklichung der Projekte geglaubt hätte. Zwei Seiten in ihm, einerseits so sympathisch, humorvoll, Charisma, andererseits so eine dunkle Seite, die stets anderen - inklusive mir - nur das erzählt, was sie hören sollen, damit sie ihm glauben. Das ist sehr gefährlich und verzerrt das Bild der Realität... Tausend kreisende Gedanken. Fühlte mich im Gefängnis sogar befreiter als zuvor. Hatte nicht genügend auf meine eigene Würde geachtet. Hatte es zugelassen, dass ich mich von ihm immer mehr von Freunden isolieren ließ.

Vor Gott sind wir wie Kinder. Er ist unser Papa. Maria wie eine Mutter. Jesus, mein bester Freund, der mich in den Arm nimmt. Den Heiligen Geist fand ich besonders genial, da er so mühelos durch alle Eisentüren hindurch wehen kann und meine Gedanken zu meiner Familie - wir waren ursprünglich eine große Familie - trägt, ohne dass ich einen Brief schreiben müsste.

Bei ihnen dürfen wir weinen und über alles reden. Sie hören immer zu und verstehen mich, weil sie mich kennen, direkt in mein Herz sehen können. Ihnen kann ich nichts vormachen. Sie wissen, warum ich was getan habe, warum ich wo gelogen habe, welche Ängste und Verzweiflung dazu führten. Was mir von anderen angetan wurde, dass ich diese Ängste entwickelte. Und Gott hat mir bereits vergeben, weil Er mich liebt. Das gibt Kraft, Stärke und die Energie, um diesen teilweise sehr respektlosen Umgang in der Haft zu bewältigen.

Endlich durfte ich an Gruppen und dem Gottesdienst teilnehmen, besuchte die Emmausgruppe, den Chor, Gitarrenstunden bei Paul, Sport, Yoga, Basteln - das tat alles so gut! Das Singen habe ich noch mehr entdeckt. Beim Chanten die Rück-

meldung: ‚Du hast ja ne schöne Stimme‘ - ging runter wie Öl - mein Vater hatte zu mir als Kind gesagt, ich könne nicht singen...

Beim Geburtstag, wenn die Freunde um einen Tisch mit Kaffee und Kuchen sitzen und "Happy Birthday" singen, vergaß ich wirklich kurz, wo ich war.

Die Verhandlung steht noch bevor, die größten Ängste habe ich vor den unbekanntesten Dingen, die ich nicht einschätzen und so nicht konstruktiv für die Zukunft planen kann. Doch wenn ich zurück schauen, sage ich mir oft: Mein Gott, so viel Angst hätte ich doch gar nicht haben müssen.

Selbstkonfrontation erfordert Kraft, v.a. diese Bloßstellung vor Gericht, den seelischen Striptease auszuhalten. Doch es ist der richtige Weg mit allen Konsequenzen.

Nicht die Welt schön reden, sondern die echte Schönheit erkennen! Das entstandene Chaos wieder ordnen, den Schaden wieder gut machen. Schritt für Schritt.

"Die Wahrheit tut vielleicht weh, aber sie macht uns frei. Darum sei mutig und steh zur Wahrheit. Die Menschen werden großen Respekt vor dir haben. Und auch das Gericht wird das honorieren. Bei uns bist du jedenfalls immer herzlich willkommen, egal wie deine Wahrheit aussieht. Nur ehrlich muss es sein." Vielen Dank, lieber Norbert, für diese Worte.

Möchte was Sinnvolles machen. Im Gefängnis könnte ich z.B. eine Ausbildung zur Köchin oder Bürokauffrau machen, wenn es mehrere Jahre werden. Das ist bodenständig, und man hat die besten Chancen, danach eine Arbeit zu finden.

So habe ich jetzt schon eine Perspektive, Vertrauen in Gott, dass alles einen Sinn ergibt und das nimmt mir die große Angst vor dem Urteil.

Wohin auch immer mich das Meer des Lebens bringen mag, wenn ich mit den Wellen schwimme, ein Gespür dafür entwickle, bin ich nicht einfach ein Stück Holz, das irgendwo hingespült wird, sondern kann es selbst aktiv und im Einklang mit der Natur um mich herum mitsteuern... man sollte sich natürlich auch mal treiben lassen..

In Deutschland ist für die Grundbedürfnisse, für die so viele andere auf der Welt hart kämpfen müssen, wie z.B. in den Flüchtlingslagern zu Corona-Zeiten, gesorgt.

Versuchen wir doch einfach mal, all das zu sehen, was wir haben und nicht, was wir nicht haben! Oder verloren haben.

Loslassen für einen Neuanfang!

Hier haben wir in der Krise die Chance, der Wahrheit und uns selbst näher zu kommen ohne die Störfaktoren draußen. Es ist radikal, doch so kann ein Schlusstrich unter das alte Leben gezogen werden!

Freiheit finden wir in uns selbst, im Herzen, in der Seele, der Vorstellungskraft. Draußen ist man vor lauter Pflichten und Stress manchmal sehr unfrei - auch wenn man mehr Türen auf und zu machen kann - die schlimmsten Gefängnisse schaffen wir uns selbst in unseren Köpfen, und nur, wenn wir selbst wollen und wahre Hilfe annehmen, können wir uns da auch selbst wieder befreien, davon Abschied nehmen und einen Neuanfang wagen!

Egal wo, egal was unsere Augen gerade sehen, denn:

"Man sieht nur mit dem Herzen gut. Das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar."  
*(Antoine de Saint-Exupéry "Der kleine Prinz")*

Du schaffst das, denn Du wirst geliebt! Für Dich habe ich diesen Text geschrieben, Du bist so wertvoll und wichtig! Und: Du bist so mutig!

*K. , ehem. JVA Schwarzenberg*

## Nehmt Abschied, Brüder!

1. Nehmt Abschied, Brüder,  
Ungewiss ist alle Wiederkehr.  
Die Zukunft liegt in Finsternis  
Und macht das Herz uns schwer.

*Der Himmel wölbt sich übers Land,  
Ade, Auf Wiedersehn!  
Wir ruhen all in Gottes Hand.  
Lebt wohl, Auf Wiedersehn!*

2. Die Sonne sinkt,  
es steigt die Nacht,  
Vergangen ist der Tag.  
Die Welt schläft ein und leis erwacht  
Der Nachtigallen Schlag.

*Der Himmel wölbt sich übers Land,  
Ade, Auf Wiedersehn!  
Wir ruhen all in Gottes Hand.  
Lebt wohl, Auf Wiedersehn!*

3. So ist in jedem Anbeginn  
Das Ende nicht mehr weit:  
Wir kommen her und gehen hin  
Und mit uns geht die Zeit.

*Der Himmel wölbt sich übers Land,  
Ade, Auf Wiedersehn!  
Wir ruhen all in Gottes Hand.  
Lebt wohl, Auf Wiedersehn!*

Text: Robert Burns / übersetzt v. Claus Ludwig Laue  
für die kath. Pfadfinderschaft St. Georg

Melodie: aus Schottland

## Neu geboren in Bernau

Ich war viel auf der Welt unterwegs auf der Suche nach Gott. Doch der beste Ort, Ihm zu begegnen, ist für mich das Gefängnis.

Der Knast ist das ehrlichste Kloster, das ich gefunden habe. Ja, der Körper schwächelt und schmerzt, das Herz sehnt sich und trauert, aber genau so öffnen wir uns für Jesus, Gott und den Heiligen Geist. Keine Handys, kein Alkohol oder andere Drogen, die uns ablenken. Keine Oberflächlichkeit, die uns in Kurzzeitbegegnungen so oft die Tiefe nimmt. Kein Familienbund, der uns vorgaukelt, geliebt zu sein. Keine falsche Hoffnung in die Zukunft, die es eh nicht gibt. Keine sinnlosen Fragen, wie: ‚Was esse ich heute oder was ziehe ich an?‘

Keine Schürzenjagd. Kein Umweltschutz, der sinnlose Sisyphusarbeit ist und sich meist selbst lächerlich macht. Keine Liebe zur Welt und ihren Freuden, sondern pures Streben nach himmlischen Genüssen. All das liegt vor euch. Macht das Beste draus. Seid ehrlich und praktiziert das wichtigste alle Gebote: Nächstenliebe! Und ihr werdet Seine Liebe spüren.

Kein Luxus und Schnick Schnack, und die Gewissheit, schuldig und ertappt zu sein, das sind doch super Voraussetzungen für die Erkenntnis. Daraus resultiert ganz natürlich die Achtung der Schöpfung, die Demut, die Geduld, die Genügsamkeit, wenn wir erkennen, wie sehr wir geliebt werden.

Ich bin erst zwei Monate in Haft und kann mir nun schon vorstellen, was nach Jahren passiert. Ich sehe auch die Schattenseiten, den Herzschmerz und den Druck. Doch genau da merkt man, ob man wahrhaft in Christus wiedergeboren ist, oder nur ein Heuchler. Dankt, dass Gott euch prüft.

So, nun genug geschwafelt! Hoffnung für alle auf ein Leben mit den Engeln!

*Jonas, JVA Bernau*

## Nur Absitzen geht nicht!

*Ben erzählt, wie er auch im Gefängnis die Zeit sinnvoll nützt und sich nicht unterkriegen lässt:*

Ich bin Ben, 37 Jahre alt, ich warte nun in Stadelheim seit etwa sechs Monaten auf meinen Prozess wegen einer einigermaßen schweren Straftat. Von dem katholischen Gefängnisseelsorger bin ich gebeten worden, etwas über meine Situation zu schreiben, wie ich über die Zeit komme und was mir hier in der Haft wichtig geworden ist. Die Situation ist natürlich nicht einfach, weil ich einerseits seit vier Jahren keinen Familienangehörigen mehr sehen konnte und andererseits nun in Haft sitze.

Hauptsächlich gehe ich mit der Haftsituation in der Weise um, dass ich so weit wie möglich aktiv meinen Alltag gestalte, weil ich glaube, dass ein reines Absitzen der Zeit mich nur weiter hinunterziehen würde. Ich mache bei verschiedenen Gruppenaktivitäten mit, die im Gefängnis angeboten werden – dem Kirchenchor, der Bibelgruppe, der Meditationsgruppe, einer Mal-Therapiegruppe – und ich versuche Leute zu finden, mit denen ich Gemeinschaft haben und zusammen sein kann, um auch ein soziales Miteinander zu leben. Zur Zeit bin ich auch dabei, ein Buch über mein Leben zu schreiben mit Themen, die meines Erachtens auch für andere Menschen wichtig sind; jeder hat doch eine Geschichte zu erzählen und wir können vom Leben Anderer sehr viel lernen.

Außerdem bin ich auch Musiker und Komponist und habe es geschafft, sechs Lieder fertig zu stellen, seit ich in dieses Loch eingesperrt wurde.

In diesem Sinne kann ich nur jedem raten, die negative Energie in positive Bahnen zu lenken, zum Beispiel auf künstlerische

Weise, wenn man die entsprechende Neigung hat, oder auch einfach durch Tagebuch-Schreiben. Das Führen eines Tagebuches ist eine gute Therapie und man nimmt etwas bei der Entlassung mit, in das man seine Zeit investiert hat; außerdem ist es natürlich auch eine sinnvolle Tätigkeit.

Mein Motto lautet: Bleib hier nicht untätig und nutze deine Zeit produktiv, denn nur, weil du deine Zeit hier verbringen musst, heißt das noch lange nicht, dass du aufhören sollst, das Leben zu leben.



Und darüber hinaus: Lerne aus deinen Fehlern. Und wie mir ein Mitgefangener sagte: "Gefängnis ist wie Schulunterricht, du kannst dich frei entscheiden, ob du etwas lernen willst oder nicht." In dieser Hinsicht kann ich nur raten: Verhalte dich hier nicht töricht und komm auch nicht wieder hierher.

Aber im Ernst, egal wie du dich entscheidest, dein Leben weiter zu gestalten, auch ich persönlich hatte viele Hochs und Tiefs hier, und am Ende des Tages kommt man nur so weit, wie einen die Hochs tragen.

Und man muss auch dranbleiben, nach diesen mystischen Momenten zu suchen, die das Leben bietet, aktiv zu leben und

weiter auf dieses Licht zuzusteuern. Diese Momente kann man auch hier drinnen finden.

Denke daran, dass du ein Mensch bist und somit mehr als die Straftat, die du begangen hast. Erlaube dir zu leben! Auf diese Weise wirst auch du, ebenso wie ich, erkennen, dass du hier mehr zu dem Menschen werden kannst, der du sein solltest, und somit besser sehen kannst, was für dich gut im Leben ist, in welche Richtung sich dein Leben nach der Entlassung entwickeln soll. Du kannst auch stärker darin werden, dich nicht mehr so sehr von anderen Menschen und dem Leben herumstoßen zu lassen. Vielleicht kannst du hier drinnen lernen, gut zu dir selbst zu sein und dadurch dein Leben in eine bessere Ausgangsposition dafür zu bringen, wie du es nach deiner Entlassung leben willst.

Das ist zwar alles leichter gesagt als getan, aber ich glaube, Gott ist stets bereit, dir zu helfen, sofern du dir helfen lassen willst und darum bittest.

Das da draußen ist eine sehr geschäftige, schwierige und destruktive Welt und sie wird immer schlimmer. Möglicherweise ist das einzig wirklich Gute am Gefängnis, dass wir alle Zeit dafür haben, unser Leben neu zu ordnen. Also sieh zu, dass du hier Aus- und Weiterbildungsangebote nutzt, bleib aktiv, lies Bücher, schreib Tagebuch, finde zu dir selbst und werde wieder klar im Kopf.

In spiritueller Hinsicht versuche, das Heilige in dir zu entdecken, löse dich von jeglichem Ballast und bestärke das Gute in deiner Seele, nimm dir die Photosynthese als Beispiel und wachse in Richtung Licht, bewege dich in Richtung Stärke und in Richtung auf alles, was DICH fördert.

*Ben, ehem. JVA Stadelheim.*

## November

(© Volker Harbecke)

*Der Regen prasselt auf den Asphalt  
Der Wind verbiegt die Bäume  
Die letzten Blätter fallen auf die Erde  
Es ist November*

*Es ist dunkel und trostlos  
Die Traurigkeit gesellt sich  
in meinen Kopf  
Die Kälte übernimmt meine Seele  
Die Heiterkeit des Frühlings  
und des Sommers  
hat der Herbststurm weggefegt  
Es ist November*

*Die Menschen gehen gebeugt  
durch die Straßen  
man sieht ihre Gesichter nicht mehr.  
Jeder für sich,  
niemand für den Anderen  
Es scheint als ob der Wind  
die Gedanken weggefegt hat  
Es ist November*

*Die Wärme ist verloren gegangen,  
die Herzen schlagen nicht mehr im Takt  
Bald kommt der Winter,  
der Winter des Lebens  
Man fragt sich:  
Kommt noch einmal der Frühling?  
Kommt noch einmal der Sommer?  
Wird es noch einmal warm?  
Oder bleibt es kalt?  
Es ist November*

## Viele Abschiede und Ermutigung in der Haft

**Abschied nehmen** vom Glauben an meine eigene Unschuld: Auch wenn mein Verstand sich gesträubt hat, das zu akzeptieren, auch wenn mein Unterbewusstsein das Ereignis zu großen Teilen aus meiner Erinnerung gelöscht hat, habe ich eine Tat begangen, zu der ich mich niemals für fähig gehalten hätte. Auch wenn ich weiß, was zu dieser Situation geführt hat, habe ich mich vom Gedanken verabschiedet, jemals völlige Klarheit über die Abläufe dieses Tages zu erhalten. Damit habe ich meinen Frieden gemacht, auch wenn das unheimlich herausfordernd war.

**Abschied nehmen** von der Torheit, alles alleine auf mich nehmen und mich mit all der Schuld und Last meiner Umwelt beladen zu wollen: Ich habe Hilfe abgelehnt, ich wollte niemals Schwäche zeigen, um für die, die mich brauchten, stark sein zu können, weil ich das Gefühl hatte, dies zu müssen. Ich habe mir eingeredet, dass mich nichts belasten kann und habe damit alle meine persönlichen Probleme verdrängt. Und genau das hat auch mit zu dem Kurzschluss geführt, den es niemals hätte geben dürfen.

**Abschied nehmen** vom verklärten Blick auf meine Kindheit und meine Jugend: Ich habe mir nicht eingestanden, wie schlimm und zum Teil traumatisierend manches war. Es gibt so viele abscheuliche Schicksale auf der Welt. Angesichts dessen hätte ich es schä-

big gefunden, mich zu beklagen. Doch die Wahrheit ist, dass ich, auch wenn es wirklich schöne Zeiten gab, in jungen Jahren mit Dingen konfrontiert und belastet wurde, mit denen ich einfach alleine nicht fertig werden konnte.

**Abschied nehmen** von meiner Mutter, die mich so vieles gelehrt hat: Ihr Tod hat mich aus der Bahn geworfen. Und auch wenn es sehr schwierige Momente mit ihr gegeben hat, werde ich sie immer dafür lieben, dass sie für mich stets nur das Beste wollte und für mich da war, so wie sie es konnte. All die schönen Augenblicke mit ihr werden sich niemals aus meinem Herzen verabschieden.



**Abschied nehmen** von meiner Partnerin, der Frau, ohne die ich die ersten Jahre in Haft nicht überstanden hätte: Sie war mir Trost und Halt in der düstersten Zeit mei-

nes Lebens. Doch hat sie der Kontrast zwischen der Form unserer Beziehung und ihrem Leben innerlich zerrissen. Sie war frei, doch ihr Glück schien mit mir gefangen und weggeschlossen. Und als sie an ihre Grenzen kam, war es unvermeidlich, dass sie trotz aller Schmerzen und Tränen Abschied von mir nahm, um sich von dieser andauernden psychischen Belastung frei zu machen und ihren Weg zu gehen - hoffentlich in eine freudige, unbeschwertere Zeit.

**Abschied nehmen** von der Zukunft, die ich vielleicht hätte haben können, wenn ich in der Lage gewesen wäre, alles zu verhindern: Und trotzdem freue ich mich auf das, was da noch kommt. Auch wenn jeder Schritt ungewiss ist, fühlt es sich gut und richtig an, vorwärts zu gehen.

Ich musste in Haft bereits von vielem Abschied nehmen und es warten sicherlich noch große Herausforderungen auf mich. Von einer Sache möchte ich aber genau an dieser Stelle Abschied nehmen: Von der Aussichtslosigkeit, etwas in dieser Welt zum Guten zu verändern. Denn vielleicht kann ich jetzt damit beginnen, indem ich Euch alle direkt anspreche, um Euch zu sagen: **LEBT!**

Gebt Euch nicht auf, nehmt nicht bereits vom Leben Abschied, solange Ihr atmet! Zieht Euch nicht zurück! Fürchtet Euch nicht! Fürchte Dich nicht vor dem Leben! Ja, die Realität kann grausam sein, ja, manchmal ist einem alles zu viel. Man kann nicht einfach mit dem Finger schnippen, und Lethargie, Kummer und Leid verabschieden sich aus dem eigenen Leben.

Und trotzdem darfst Du Dich nicht gänzlich verstecken, denn sonst kannst Du auch nicht gefunden werden. Es gibt immer jemanden, der/die Dich und Deine Sorgen

verstehen und Dir auch helfen oder zumindest beistehen kann und dies auch möchte. Egal wie oft man auch enttäuscht wurde, muss man sich öffnen. Ja, vielleicht wird man dabei auch verletzt, aber nur so findest Du jemanden, der mit Dir all die Wunden auf Deiner Seele verarzten kann. Ich weiß, das klingt leichter, als es womöglich ist. Vielleicht muss man sich davon frei machen, ein ewig währendes Happy End zu finden. Doch ich bitte Dich: Halte die Augen offen und sei bereit für die rettende Hand. Und wenn Du jemandem begegnest, von dem/der Du gebraucht wirst, spring über Deinen Schatten und strecke zumindest Deine Hand aus.

Es gibt Phasen im Leben voller Trostlosigkeit und Verzweiflung. Man fühlt sich in einer nicht enden wollenden Dunkelheit gefangen. Und egal, wohin man auch blickt, erkennt man nichts als Finsternis. Bist Du einmal in so einer Hoffnungslosigkeit gefangen, bedenke bitte eines:

Vielleicht schlagen unsere Herzen nicht im selben Takt oder Rhythmus, vielleicht sind ihre Lieder manchmal vollkommen gegensätzlich. Doch sie schlagen alle gemeinsam. Du bist nie alleine. Und solange es ein Morgen gibt, können Licht und Hoffnung zurückkehren. Egal wie lange und erdrückend die Nacht auch ist, verabschiedet sich die Sonne doch nicht für immer. Selbst wenn man gar nicht mehr damit rechnet, kann sie wiederkehren.

Bevor ich heute Abschied von Euch allen nehme, wünsche ich jedem einzelnen das Beste. Jeder von Euch ist einzigartig, auch Du. Genießt die guten Tage, übersteht die schlechten und findet immer wieder zu einem ehrlichen Lächeln zurück. Denn das hat jeder verdient.

*Ein Gefangener aus der JVA Straubing*

## Der Landstreicher

(©Volker Harbecke)

Es ist kalt und nass  
auf den Straßen der Stadt  
Der Herbst hat den Sommer  
abgelöst  
Die Tage werden erkennbar kürzer  
Die Wärme hat den Kampf gegen  
die ungemütliche Kälte verloren  
Die Menschen sind in Eile, um schnell  
ins gemütliche Heim zukommen.

Ein Landstreicher geht langsam die  
Straße hinunter  
Die Kälte macht ihm zu  
schaffen  
Man sieht ihm an, dass er all  
seine Illusionen und Hoff-  
nungen verloren hat  
Von anderen wird er  
ignoriert, weil andere zu viel  
mit sich selbst  
beschäftigt sind  
Er ist auf der Suche  
nach einem warmen Platz für  
die Nacht

Seine Sachen sind feucht,  
nicht gerade bequem,  
diese am Leib zu spüren  
Ein Blick in seinem Gesicht,  
spiegelt sein ganzes Leben  
wieder  
Seine Hände sind rot vor  
Kälte

Seine Schuhe haben Löcher  
Man sieht ihm an,  
dass er aufgegeben hat

Die Menschen gehen an ihm vorbei,  
ohne ihm einen freundlichen Blick  
zu schenken  
Niemand spricht ihn an  
und sieht seinen traurigen Blick  
Die Träume, die er hatte,  
sind einfach zerplatzt  
Man hat ihn einfach vergessen,  
den Menschen auf der Suche nach  
einem warmen Platz für die Nacht



## Die letzte Rose - versteckte Botschaft

(Heinz Müller)

Im Rosenstrauch hab ich sie noch belassen.  
Hoch aufgerichtet überragt sie alles.  
Stolz, sich ihrer Schönheit bewusst,  
den Herbststürmen trotzend,  
stand sie da und ich erfreute mich an ihrem Anblick  
und an ihrem Duft.  
Ja, sie duftete noch und ihr sattes Rot strahlte selbst  
in der untergehenden Abendsonne jungfräulich schön.  
Ich konnte sie für die Vase nicht schneiden,  
nein das konnte ich nicht.  
Als Sinnbild der Schönheit sollte sie bleiben.  
Die Jahreszeit schritt weiter voran  
und nachts kam der erste Frost.  
In der aufgehenden Morgensonne erstrahlte sie noch  
schöner.  
Wie mit hunderten Diamanten geschmückt,  
stand sie königlich erhaben  
im mit leuchtend blinkenden Reifkristallen  
übersäten Garten da,  
unberührbar, zerbrechlich und schön.  
Die noch wärmende Sonne stieg höher,  
müde senkte sie ihr Haupt und die Blütenblätter fielen,  
sie entkleidend, matt und welk zur noch froststarrten  
schattigen Erde.  
Schmerzlich musste ich erkennen:  
Alles Schöne vergeht, doch ich hatte das Glück,  
mich dankbar an meine Schöne  
noch lange und mit Freude zu erinnern.

*Das eigene Urteil gegenüber den Armen  
verabschieden: Schweige und höre!*

## **Menschenskind - Gotteskind**

**Patrizia Maria von den ‚Kleinen Schwestern  
Jesu‘ erzählt**

Wir sind eine Gemeinschaft von vier Schwestern, die in Berlin seit gut zehn Jahren versucht, den Menschen auf der Straße nahe zu sein und sie in unser Leben eintreten zu lassen. Immerfort kommt es zu Begegnungen, in denen sich uns der Andere durch seine Armut entwaffnet und verwundbar zeigt, und in denen auch wir uns als „entkleidet“ erfahren. Als entblößt von unseren Ideen, Überzeugungen und Prinzipien ... und - dies ist meine Hoffnung - ein wenig verwandelt und bekehrt. Nehmen wir die Einladung (oder je nach Umstand die Provokation) an, werden wir plötzlich dorthin geführt, wo wir uns nicht mehr auskennen: nah an den Schmerz, manchmal in die Wut oder sogar in die Freude. Immer aber hin zu einem verwundeten und leidenden, einem zähen und schöpferischen Menschsein, das von einer großen Widerstandsfähigkeit zeugt und das Beste schenkt, das ein Geschöpf zu schenken vermag: ein Lächeln, Vertrauen, Freundschaft. Zugleich jedoch bleiben wir im Raum unserer Ohnmacht und Begrenzung.

Wie zum Beispiel gestern. Es ist Abend. Es ist kalt. Ein Mann sitzt in Decken gehüllt in einem Rollstuhl. Seine Beine sind voller Wunden. Er hat in einer Ecke der U-Bahn-Station Zuflucht gefunden und hofft ganz einfach (wohl wissend, dass in einem solchen Dasein nichts einfach ist), dort bleiben zu können, im Schutz vor Kälte und Regen. Leider ist er weithin sichtbar, und schon bald kommt der Sicherheitsdienst.

Dieser fordert den Mann auf zu gehen. Um dies zu tun, gibt es viele Varianten: freundlich, barsch, gewalttätig ...Es handelt sich lediglich um einen Ortswechsel von ein paar Metern. Aber zwischen Taschen, die umfallen, und Decken, die auf dem Boden landen, wird der Umzug zu einer großen Unternehmung. Endlich draußen - entfernt aus unserem Standard, aus unserem Bedürfnis und unserer Idee von Ordnung -, findet sich der Mann auf dem Gehsteig wieder, dem einzigen öffentlichen Raum, der ihm bleibt. Wir sprechen einen Moment miteinander. Dann trennen sich unsere Wege. „*Sehen wir uns wieder?*“ fragt er, als wir uns verabschieden. Und er fügt einen Segen hinzu: „*Gott möge euch helfen.*“ Es ist die erste Begegnung mit ihm, und sie öffnet die Tür zu weiteren.

Oder wie vor ein paar Wochen. Ein Freund erzählt uns selbst von diesem Ereignis: „*Ich bin in der Bibliothek, als Polizisten - vier oder fünf, ich weiß es nicht mehr - auf mich zukommen, nach meinem Ausweis fragen und ihn beschlagnahmen. Sie sagen mir, dass ich weg muss.*“ (Grund ist, dass er über kein für Europa gültiges Visum verfügt.) Binnen weniger Minuten und wie mit einem Schlag ist er ungeschützt, viel verwundbarer, einsamer und seiner juristischen Identität beraubt, die ihm Rechte zusichert und ohne die er nicht einmal mehr die so nötige SIM-Karte für sein Handy kaufen kann. Natürlich, es handelt sich hier um einen legalen Akt, aber das macht die Tat nicht weniger brutal und ungerecht. Wer entscheidet, wo eine Person leben darf und muss? In vielen Fällen findet sich das diskriminierende Detail im Pass. Aber ist es etwa ein Verdienst oder eine Schuld, in einem bestimmten Land geboren worden zu sein? Tatsächlich werden hier Bürgerrechte verteidigt, nicht Menschenrechte.

Und da ist noch ein anderer Freund. Er hat keine Krankenversicherung. Auf der Suche nach einer Erklärung für die ihn plagenden Schmerzen irrt er lange von einer Straßenambulanz in die nächste. Endlich ist es möglich, dass er in einem Krankenhaus untersucht wird. Aber - und hier beginnen ganz neue Probleme - es reicht nicht aus, krank zu sein, um ein Anrecht auf die notwendige Behandlung zu haben. Die Möglichkeit für eine Therapie hängt in Wahrheit davon ab, wer die Kosten übernimmt. All das ist normal, legal. Wer denkt daran zu protestieren? Und doch ist es äußerst un-

nen, dass kein Mensch wählt, auf der Straße zu leben. Obdachlos zu sein, bedeutet das Ende eines langen Weges von Verlusten. Man lernt zu leben, zu ‚überleben‘, und sehr oft bleibt man, wo man ist. Denn der Aufstieg ist viel, viel schwieriger als der Abstieg. Es handelt sich um einen wirklichen Schiffbruch, um eine Verkettung von Verlusten (von Zuneigung, Beziehungen, Arbeit, Haus ... bis hin zum Verlust der Selbstachtung), wobei der Verlust der Wohnung nicht am schmerzlichsten ist.

Es scheint mir zudem verkehrt und ungerecht, Armut und Ausgrenzung auf einen



gerecht, ja skandalös: Warum erhalte ich medizinische Versorgung und du nicht? Müssten nicht reiche Länder wie das unsere sicherstellen, dass alle ein Anrecht auf ärztliche Behandlung haben?

In der Konfrontation mit solchen Situationen ist man eines Tages gezwungen zuzugeben, dass man Glück gehabt hat. Man erkennt, dass man zwar auf seine geografische, ökonomische und soziale Abstammung keinerlei Einfluss hat, diese aber die eigene Existenz entscheidend beeinflusst. Ich glaube, mit Sicherheit sagen zu kön-

nen, dass kein Mensch wählt, auf der Straße zu leben. Obdachlos zu sein, bedeutet das Ende eines langen Weges von Verlusten. Man lernt zu leben, zu ‚überleben‘, und sehr oft bleibt man, wo man ist. Denn der Aufstieg ist viel, viel schwieriger als der Abstieg. Es handelt sich um einen wirklichen Schiffbruch, um eine Verkettung von Verlusten (von Zuneigung, Beziehungen, Arbeit, Haus ... bis hin zum Verlust der Selbstachtung), wobei der Verlust der Wohnung nicht am schmerzlichsten ist.

„Die Armen haben immer Recht, auch wenn sie Unrecht haben.“ So lautet ein Wort des 1993 verstorbenen Bischofs Tonino Bello. Demnach sind wir uns z.B. alle einig, dass es nicht gut ist zu stehlen. Was aber antworten wir einem bereits alten

Mann, der uns seine Geschichte erzählt? Er ist ohne Vater aufgewachsen und hat mit acht Jahren begonnen zu stehlen, um für sich und seine kranke Mutter etwas Essbares aufzutreiben. Sind es nicht Menschen wie er, die zuerst beraubt wurden? Denen man ihre Sicherheit, ihr Vertrauen, ihren Schutz nahm, aber auch ihre Nahrung, ihre Bildung und ihre Gesundheit ... alles, was nötig ist, um wachsen zu können? Eine Gerechtigkeit, die sich nur auf die letzte Tat und damit das letzte Glied in der Kette konzentriert, ist in Wahrheit nicht gerecht. Gerechtigkeit zu üben bedeutet vielmehr, sich um eine ‚Wiederherstellung‘ und eine Wiedergutmachung zu sorgen. Dietrich Bonhoeffer schreibt: *„Wir müssen lernen, die Menschen weniger auf das, was sie tun und unterlassen, als auf das, was sie erleiden, anzusehen.“*

So wird die Begegnung mit den Menschen auf der Straße oft zu einer Einladung, das eigene Urteil zum Schweigen zu bringen, mein Nichtwissen anzunehmen und im Hören zu bleiben, um der Vielschichtigkeit und der Einzigartigkeit einer jeden Geschichte zu lauschen. Der Verzicht auf den Anspruch, wissen zu wollen, was für den anderen gut ist, ist die andere Seite der Medaille des Geheimnisses und der Heiligkeit des Lebens. Das Nichtwissen offenbart sich auf seine Weise, Schritt für Schritt, in der Annahme der Dunkelheit. So wird es zu einer anderen Art des Wissens. Und dieses Wissen nennt sich Barmherzigkeit, Solidarität, Mitgefühl. Um uns zu begegnen, hat Gott immer wieder diesen Weg gewählt. Und Er wählt ihn jeden Tag neu, damit jeder Mensch zum Menschen wird. Oder sogar und geradewegs zum Kind Gottes.

Aus: Nachrichten der Kleinen Schwestern 2019, S.20-23

## „Abschied“:

*Einer sagte zu Jesus: ‚Ich will dir nachfolgen, Herr. Zuvor aber lass mich Abschied nehmen von denen, die in meinem Hause sind‘. Jesus erwiderte ihm: ‚Keiner, der die Hand an den Pflug gelegt hat und nochmals zurückblickt, taugt für das Reich Gottes‘.*

*(Lukas-Evangelium 9,61-62)*

\* \* \*

*Abschiede sind kleine Tode,  
die zu Geburten überleiten.*

*Manfred Hinrich (1926-2015)*

\* \* \*

*Geliebte Menschen kann man  
nicht wegschicken.*

*Man muss sie gehen lassen!*

*Tommy Schmidle (\*1980)*

\* \* \*

*Ein Abschied verleitet immer dazu,  
etwas zu sagen, was man sonst  
nicht ausgesprochen hätte.*

*Michel de Montaigne (1533 - 1592)*

\* \* \*

*Auf einmal ist die Freude groß.  
Ich reise ab. Ihr seid mich los  
und werft mir Steine hinterher.  
So fällt der Abschied mir nicht schwer.*

*Frantz Wittkamp (\*1943)*

\* \* \*

*Wohlan denn, Herz,  
nimm Abschied und gesunde!*

*Hermann Hesse (1877-1962)*

## Abschied nehmen

### *Aus der Sicherheitsverwahrung in Werl*

Abschied kann Ende, aber auch Neubeginn bedeuten. Es kommt darauf an, in welcher Situation man steckt oder wofür man diese Worte benutzen möchte.

Als ich meinem brutalen Elternhaus entfloh, stand dieses Abschiednehmen für einen Neubeginn und dem Ende einer Jugend aus Gewalt und Missbrauch. Ich fühlte mich frei. Entscheiden zu können, was zu essen, dann, wenn ich hungrig bin, was zu trinken, wenn ich durstig bin - das waren Glücksmomente, die ich kaum beschreiben kann.

Doch andere mussten leiden für meine genommene Freiheit. Denn ich entkam meinem Zuhause nur, indem ich Straftaten beging und dadurch in Haft kam.

Ich nahm in dem Moment also Abschied von meiner Freiheit und meiner Unschuld, aber dennoch fühlte ich mich in meinem Innersten befreit.

Bereue ich es? - Ja, und zwar mehr, als ich es mit Worten, Tränen und Selbstverletzungen auszudrücken vermag. In dem Moment nahm ich Abschied von der Gesellschaft. Denn durch die imaginär gefühlte Brandmarke ‚Knacki‘ wusste ich, dass ich niemals wieder ein Teil der normalen Bevölkerung sein würde. Dieses Recht hatte ich verwirkt. Bitte denkt jetzt nicht an Resozialisierung oder Wiedereingliederung. Denn so etwas gibt es nicht wirklich.

In all den Jahren meiner Haft und jetzigen Sicherheitsverwahrung sah ich so viele Leute kommen und gehen. Viele wurden entlassen, und einige sah ich, wie sie vor sich dahinvegetierten und letztlich starben. Auch dort musste ich lernen, auf die eine

oder andere Weise Abschied zu nehmen, was mir mal leichter, mal schwerer fiel.

Immer gelang es mir, alles damit zu rechtfertigen, dass ich mir sagte: ‚Hätte ich keinen Mist gebaut, wäre ich jetzt nicht hier.‘ Das fällt mir aber von Tag zu Tag schwerer. Die Last der Schuld wird immer erdrückender, und das System der Sicherheitsverwahrung tut sein übriges dazu. Ich fühle mich wie im Treibsand gefangen. Denn umso mehr ich mache, desto tiefer sacke ich ein.

Hunderte Stunden Therapie liegen hinter mir, doch niemals ist es ausreichend oder genug, um mal etwas Positives über mich schreiben zu können. Doch ok., damit fand ich mich ab.

Nun nach fast 23 Jahren Haft und Sicherheitsverwahrung bin ich so endlos müde und ausgelaugt, dass ich der ganzen Diskussionen überdrüssig bin. So machte ich das einzig Richtige für mich und stellte mich dem schwersten Abschied, und zwar: Von der Hoffnung. Der Hoffnung, jemals wieder raus zu kommen und ein halbwegs glückliches Leben führen zu dürfen. Doch irgendwie fiel es mir sogar leicht, von der Hoffnung Abschied zu nehmen, da ich nach all den Haftjahren das Draußen-Sein gar nicht mehr kenne, es vielleicht sogar verlernt habe.

Hat das System mich gebrochen? - Ja, tief in mir schon irgendwie, und so verabschiedete ich mich von dem Teil in mir, der sich Hoffnung nannte.

Dennoch friste ich mein Dasein auch weiterhin hier und vielleicht sucht Ihr ja auch langjährige Freunde für's Schreiben. Ich für meinen Teil würde mich freuen, von Euch zu lesen.

**Michael Schaakxs**  
**Belgische Straße 4**  
**59457 Werl**

## Abschied von meinen Gefühlen?

Ich bin ein ungeduldiger Mensch. Mit anderen, aber am meisten mit mir selbst. Dazu kommt mein Blick für Dinge, die angegangen werden müssen: Hilfe für einen Mitmenschen in Not, notwendige Reparaturen, angebrachtes Umdenken, Möglichkeiten zum Umweltschutz in alltäglichen Abläufen, dringend zu treffende Entscheidungen usw.

Oft bleibt es bei diesen Blicken. Ich mache dann die Erfahrung, dass ich in diesem Moment nichts tun kann und sich nichts oder nur sehr wenig ändert. Manchmal sehe ich auch, wie sich Mitmenschen gegen Veränderungen stellen und verhindern, dass etwas angegangen wird. Ich kann nichts tun und bin mit meinen Gefühlen alleine: Ärger, Wut, Angst, Trauer, Schmerz, Fassungs- und Hilflosigkeit.

All diese Gefühle sind "schlechte" Gefühle in dem Sinne, dass sie mich belasten, mich runterziehen und sogar zu körperlichen Beschwerden führen. Sie bremsen mich aus und nehmen mir die Kraft, die ich für meine Aufgaben im Alltag brauche. Die Augen zuzumachen und wegschauen: Das kann und möchte ich nicht. Zugleich suche ich nach einem Weg, wie ich mit den beschriebenen Gefühlen gut umgehen kann. Aber kann man das überhaupt mit solchen Gefühlen?

### Ich und meine Gefühle ...

Die Sprache verrät uns, wie so oft. Als ich eine Videoaufnahme des indischen Jesuiten Anthony de Mello SJ (1931-1987) ansah, wurde mir klar, dass ich selbst mir mit jenen Gefühlen am meisten zu schaffen mache: **Ich** ärgere **mich** ... **Ich** rege **mich** auf ... Ich dachte eine Zeit lang über diese

Botschaft nach und trug diese nahe bei meinem Herzen. Ich bin es, der mich ärgert, der sich selbst aufregt. Die Sprache zeigt, dass ich selbst das Ziel meines Ärgerns und Aufregens bin.

In einem Buch geht de Mello auf eine weitere Form ein, wie wir Gefühle ausdrücken: Ich **bin** verärgert ... Ich **bin** wütend ... Ich **bin** traurig ... Ich setze mich und mein Sein also mit dem Ärger, der Wut, der Trauer usw. gleich. Aber stimmt das so? Bin ich wirklich meine Trauer, meine Wut, mein Frust? Oder bin ich als Salim nicht viel mehr und anders?

De Mello gibt ein Bild, das ich sehr schön finde und mir immer wieder hilft: Ich bin der Himmel und die Gefühle sind die Wolken. Sie ziehen unter mir vorbei, manche schneller manche langsamer. Ich sehe, wie eine große, dunkle Wolke an Trauer vorbeizieht, und dort zieht eine kleine, helle Wolke an Glück auf. Viele weitere Wolken entdeckte ich unter mir ...

Das Bild vom Himmel und den Wolken bietet Platz für eine dritte Form, wie ich meine Gefühle oftmals ausdrücke: Ja, ich **habe** Angst, ich **habe** einen Schmerz und ich **habe** ein Gefühl der Hilflosigkeit und der Hoffnungslosigkeit ... Aber ist es nicht genau genommen eine Wolke, die für eine begrenzte Zeit unter dem Himmel (mir) vorbeizieht, die ich nicht haben, d. h. festhalten oder besitzen, kann?

Es kommt auf die Perspektive an. Als Himmel bin ich über meinen Gefühlen. Ich bin ein Beobachter, der wahrnimmt, sich jedoch nicht vereinnahmen lässt; der auch spürt und (mit-)fühlt, aber nicht gleich ist mit dem Gespürten und dem Gefühlten. Das wäre eine Verkürzung meiner eigenen Person.

## Meine Erfahrungen

Obwohl bei manchen Dingen so offensichtlich ist, dass sie geändert werden müssen, bleiben sie so, wie sie sind. An dieser Unveränderlichkeit kann ich entweder mit meinen Gefühlen zerbrechen. Oder ich kann einen Weg finden, wie ich mit den Gefühlen umgehe. Ich entschloss mich, de Mellos Einladung zu folgen, und entdeckte ein Mehr an Freiheit in meinem Leben.

Denn wenn ich verstehe, dass ich es bin, der mich ärgert, mich aufregt; dass ich nicht meine Trauer und Wut bin; dass ich meine Angst nicht haben kann wie einen Besitzgegenstand; dass ich der Himmel bin und die Wolken von oben ansehe, dann werde ich frei von meinen negativen Gefühlen. Möglicherweise sind die Gefühle dann noch da. Aber ich bin ihnen nicht mehr ausgeliefert und kann selbst bestimmen, welchen Platz ich jedem Gefühl in meiner Wahrnehmung gebe. Und oft mache ich die Erfahrung, dass so manches Gefühl verschwindet, sich in eine Gelassenheit oder sogar Wohlwollen verwandelt.

An dieser Stelle möchte ich klarstellen, dass de Mellos Ansatz nicht im Runterschlucken von Gefühlen besteht. Besonders bei Traumata und anderen belastenden Erfahrungen kann eine seelsorgerliche oder psychologische Begleitung sinn- und hilfreich sein. Es hilft, wenn es möglich ist, Gefühle in Worte zu bringen – mündlich oder auch schriftlich auszusprechen z. B. in der Form eines Tagebuchs. Und auch die Aussprache im Sinne des „Auskotzens“ ist meinem Verständnis nach nicht verboten. Manchmal erleichtert das wirklich.

Gleichzeitig mache ich die Erfahrung, dass die gesellschaftlichen und kulturellen Muster und Vorgaben, mit welchen Gefühlen wir auf was zu reagieren haben, uns ganz unfrei

machen. Zum Beispiel kann ich fragen: Wer sagt das denn, dass ich traurig sein muss, wenn mich jemand ignoriert? Oder ich kann in Frage stellen, warum ich wütend werden soll, wenn mich jemand beleidigt, oder die Küche wieder nicht aufgeräumt ist. Oder ich kann fragen, ob meine Angst vor einer Situation gerechtfertigt ist. - De Mello macht darauf aufmerksam, dass wir viel effektiver die Dinge angehen, uns dem Leben stellen können, wenn wir uns von den negativen Gefühlen verabschieden, sie zurücklassen und uns dem Glück zuwenden, das in jedes Leben schon eingeschrieben ist – ganz egal, wie verloren es aussehen mag.

## Ein Mehr an Freiheit

Abschied von meinen Gefühlen – es geht nicht darum, meine Gefühle von mir abzuspalten. Das geht nicht und ist sehr ungesund. Wovon ich mich verabschiede, ist die Unfreiheit, die ich aufgrund meiner Gefühle immer wieder erfahren habe. Es geht um meine Freiheit.

Der Kontakt mit Strafgefangenen und -entlassenen zeigt mir, dass der eigentlich Gefangene ich selbst bin. Mich bewegt, wenn ich in einem Brief lese: „Salim, ist es nicht wunderbar, wie unglaublich schön die Welt ist, wenn wir entscheiden, unsere Augen mit dem Blickwinkel Gottes zu öffnen.“ Ich, Salim, der sich immer wieder hinter die Gitter seiner Gefühle bringt – ist das nicht verrückt?

Es ist dieser Blickwinkel, diese Perspektive des Himmels auf meine Gefühle, die mir Freiheit schenkt und mich offen macht für die Schönheit des Lebens. Ich darf so frei sein, wie Gott mich gedacht und gemacht hat. Meine „schlechten“ Gefühle wandeln sich und ich werde frei, wie es der Himmel über den Wolken ist.

*Salim Ahmad*

## Abschied

Wenn ich Abschied nehmen muss, fühle ich einen sehr starken Schmerz. Ich musste schon einiges erleben. Beerdigungen und Menschen verabschieden, die auf Zeit bei uns zu Besuch waren. Das ganze Leben ist von Abschied geprägt. ‚Wenn ein Leben geht, dann wird ein neues geschenkt‘, sagt man. Das ist der Kreislauf von uns Menschen. Ich habe schon von vielen Menschen Abschied genommen. Teilweise kannte ich die Menschen gar nicht. Als Ministrantin habe ich das Kreuz bei Beerdigungen getragen. Bei jeder Urne und jedem Sarg, die ich begleitet habe, war das immer ein anderer Abschied. Ich habe es für den Verstorbenen getan. Ich wusste nicht, wie er gelebt hatte. Es war mir auch egal. Es war ein Mensch, der unter uns gelebt hat.

Auch verbinde ich mit Abschied meine jetzige Haftsituation. Ich musste meine Freiheit verabschieden, ob ich das wollte oder nicht. Dieser Abschied fällt mir schwer. Lebensgewohnheiten von heute auf morgen aufzugeben und nicht zu wissen, was mit einem passiert! In eine ungewisse Zukunft gehen!

Es geht vielen Mitgefangenen hier so. Es gibt Frauen, die mir erzählen, dass sie gar nicht wissen wollen, was in der Zukunft passiert. Andere gehen mit dem Thema ‚Abschied‘ sehr salopp um, und sind dann für andere sehr verletzend. Teilweise stehe ich da und schüttele nur den Kopf. Ich kann natürlich keinem Menschen vorschreiben, was er zu fühlen hat. Doch manche sind durch ihre Lebensgeschichte sehr kalt und gefühllos geworden.

Einen Menschen, der mir sehr nahe steht, zu verlieren, tut sehr weh. Auch wenn Be-

ziehungen auseinander gehen, ist das für beide Partner nicht leicht. Oft merke ich bei Gesprächen, dass manche Frauen hier voller Hass und Trauer sind. Ich denke mir dann, warum reden sie nicht mit Personen, die helfen können, den Schmerz erträglicher zu machen: Seelsorgerin, Psychologin, Therapeutin ... Viele verdrängen ihren (Abschieds-)Schmerz und meinen, es geht auch so. Ich kann und will ihnen nichts vorschreiben. Wenn ein Mensch Abschied nimmt und sehr viele Schmerzen dabei empfindet, sollte man diesem Menschen zuhören und nicht noch mehr Schmerzen zufügen. Ein einfühlsamer Umgang wäre wichtig. Wir sollen und wollen uns doch mit Respekt und Würde behandeln und wollen auch so behandelt werden.



Gehen wir doch achtsam miteinander um und versuchen nicht, die andere zu ändern. Jeder Mensch hat einen guten Kern. Und jeder Mensch geht mit Gefühlen anders um. Lassen wir den Menschen so leben, wie er es gewohnt ist und versuchen wir nicht ständig, ihn zu ändern.

Ich wünsche uns allen ein friedliches Zusammenleben und einen nicht so schmerzhaften Abschied von lieb gewordenen Dingen und Menschen.

*Miriam, JVA Alchach*

## Unterschiedliche Abschiede

Abschied nehmen ist nicht gleich Abschied nehmen. Manche müssen leider für immer Abschied nehmen, z.B. durch Tod; andere müssen Abschied auf Zeit nehmen, weil vielleicht Mann oder Frau, Vater oder Mutter, Bruder oder Schwester ins Gefängnis müssen. Wieder andere nehmen Abschied, weil die Tochter/der Sohn ins Ausland gehen oder eine eigene Familie gründen.

Abschiede gibt es so viele. Jeder Abschied ist schwer, aber irgendwie geht es immer weiter, wenn auch anders als vor dem Abschied eines lieben Menschen.

Wir nehmen auch Abschied von Tieren, die wir in unser Herz eingeschlossen haben. Auch Tiere sind Lebewesen und haben einen Abschied verdient.

Was passiert bei einem Abschied mit uns? Jeder Mensch bewältigt einen Abschied anders. Darum bin ich schon ganz interessiert, im nächsten Tabor-Magazin Eure Erlebnisse zu lesen und wie Ihr damit umgegangen seid.

Abschied für mich: Ich lernte schon als Kind, Abschied zu nehmen. Es begann mit einem Wellensittich, Katze und Hund folgten. Klar war das noch ein anderer Ab-

schied. Doch als dann meine Oma, die mich großgezogen hatte, starb, als ich 15 Jahre alt war, wurde der Abschied schon schwerer, die Trauer länger, die Gedanken in mir anders. Aber auch da ging es wieder weiter mit mir und meinem Leben.

Dann war 2014 die Trennung von meinem Mann und 2015 die Scheidung. Wieder musste ich Abschied nehmen von einem Teil meines Lebens.

Dazwischen lagen noch Abschiede von meinen lieben Haustieren und Abschied von einer netten Nachbarin.

Das Leben ging für mich aber immer weiter, wenn auch nicht den von mir geplanten Weg.

Es ging und geht weiter. Nur nicht aufgeben! Jede/r muss seinen/ihren Abschied nur für sich und auf seine/ihre Art und Weise verarbeiten. Kluge Ratschläge kann man da nicht gebrauchen. Nur nicht hängen lassen bei einem Abschied, denn sonst wird man selbst zum Abschied für andere.

Abschied ist auch nicht immer traurig, Abschied kann auch Neuanfang heißen. Manchmal braucht man einen Abschied, um neu beginnen zu können.

**Sandra aus Bayern**

(siehe auch Briefkontakte, S.49)



Foto: Wojtek Majewski

## Meine Abschiede



**Anja Nitz  
ist 79 Jahre  
und seit  
etwa 50  
Jahren mit  
einem  
ehemaligen  
Strafge-  
fangenen  
verheiratet,  
mit dem sie  
drei Kinder  
hat.  
Sie  
schreibt  
über ihr  
Leben.**

Ich glaube, dass man Abschied in jedem Alter anders empfindet. Als Kind macht man sich keine Gedanken, wenn man sich verabschiedet, denn man ist der festen Ansicht, dass man zurück kommt. Als ich vor vielen Jahren meinen kleinen Sohn zum Zug brachte, da er in ein kirchliches Ferienlager an die Ostsee fuhr, kämpfte ich mit den Tränen, während Ruben sich mit seinen neu gewonnenen Freunden unterhielt und mir beim Abfahren des Zuges fröhlich zuwinkte.

Ähnlich ging es mir als Kind, als ich einmal in ein kirchliches Heim bei Berlin fahren durfte. Als ich sah, dass meine Mutti beim Abschied Tränen in den Augen hatte, tröstete ich sie, dass ich doch in drei Wochen wieder zu Hause sei. Ich verstand gar nicht, warum sie traurig war.

Später in meinem Beruf als Krankenschwester musste ich oft den Tod von Patienten miterleben, wenn es keine ärztliche Hilfe mehr gab. Ich versuchte die trauern-

den Angehörigen zu trösten und sagte ihnen, dass der Verstorbene von seinem Leiden erlöst sei und keine Schmerzen mehr erdulden muss. Natürlich gab es für mich Unterschiede, ob es sich um einen jungen oder einen alten Patienten handelte, der sein Leben gelebt hatte. Wenn junge Menschen starben, berührte es mich sehr. Ich fragte mich nach dem ‚Warum‘.

Von Kind an war ich sehr tierlieb und besaß immer eigene Tiere, die ich als Familienmitglieder betrachtete, egal ob Hund, Katze oder Meerschweinchen. Wenn ich mich von einem Tier verabschieden musste, war ich immer sehr traurig. Da schickte mir eine Freundin das Gedicht von der Regenbogenbrücke. Es beinhaltet, wenn ein Tier stirbt, dann geht es über die Regenbogenbrücke in eine andere Welt, wo es keine Leiden mehr gibt und jeder froh sein kann. Dort wartet es mit vielen anderen Tieren, bis der geliebte Mensch auch über die Regenbogenbrücke kommt, und sie wieder vereint sind.

Als erwachsener Mensch habe ich viele Reisen unternommen und vor jeder Reise gebetet, dass Gott mich behütet, damit ich wieder gesund zu meinen Lieben zurück kehren kann, weil sie mich brauchen. Ich habe mir auch später angewöhnt, dass ich niemals in Zank und Streit die Wohnung verlasse, denn es könnte mir unterwegs etwas zustoßen oder dem Menschen, von dem ich mich verabschiedet habe.

In meinem Leben gab es auch Abschiede, die mir sehr schwer gefallen sind. Dazu gehören der Tod meiner lieben Mutti, meiner lieben Freundin Edith in der Schweiz und der Tod meiner ältesten Tochter Esther, die nur 49 Jahre alt werden durfte.

Meine Mutti wurde 89 Jahre alt. Ich war jeden Tag bei ihr und habe mich abends

verabschiedet. Sie war ein ganz lieber und gläubiger Mensch. In diesem Alter war ich auf ihren Tod vorbereitet und war dankbar, dass ich sie so lange behalten durfte.

Anders war es bei Freundin Edith in der Schweiz. Als ich eines Tages von ihr Post und beigelegtes Fahrgeld für einen Besuch bekam, war ich schockiert. Sie hatte Krebs und bat mich noch einmal um einen Besuch. Am letzten Abend saßen wir lange in der Abendsonne am Rhein. Gesprochen haben wir wenig, wir hielten uns an den Händen und nahmen so Abschied. Am nächsten Tag fuhr ich mit dem Zug wieder nach Hause und erhielt ein paar Tage später die Nachricht von ihrem Tod.

Meine älteste Tochter Esther war ein lebenslustiger und fröhlicher Mensch. Als sie 1990 mit ihren drei Kindern und ihrem Mann nach Frankfurt/Main zog, telefonierten wir häufig miteinander und besuchten uns gegenseitig. Um so schockierter war ich, als sie mir weinend am Telefon sagte, dass die Ärzte bei ihr Krebs festgestellt hatten. Ich tröstete sie und sagte, dass heute die Medizin so fortgeschritten sei, und ich glaube, dass die Ärzte ihr helfen können. Doch trotz der ganzen Palette von medizinischen Leistungen war ihre Prognose schlecht. So beschlossen meine andere Tochter Judith und ich, sie so schnell wir möglich zu besuchen. Als wir sie sahen, mussten wir ganz tapfer sein, um nicht in Tränen auszubrechen. Man sah Esther ihre Krankheit sofort an. Sie versuchte, mit uns fröhlich zu reden und bereitete uns ein leckeres Essen zu. Trotzdem sahen wir, wie schwer ihr jeder Handgriff fiel. In einer Umhängetasche befand sich der Morphium-Tropf, den sie bedienen konnte, wenn die Schmerzen unerträglich wurden.

Beim Abschied wurde uns bewusst, dass wir sie nie wieder besuchen können. Es war ein schwerer Abschied. Wenige Tage später klingelte um 5.00 Uhr früh das Telefon, und ich wusste sofort, dass sie eingeschlafen war. Ich konnte es einfach nicht fassen, dass ich nie wieder ihre Stimme am Telefon hören würde: „Hi, Mum, hier ist Esther ...“

Seit dieser Zeit sind fünf Jahre vergangen. Wir reden viel von ihr, schauen uns Fotos an, und es kommt mir vor, als wäre alles erst gestern gewesen. Immer wenn ich eine Kirche besuche, dann zünde ich für meine Mutti und für Esther eine Kerze an und bete für sie.

Das waren traurige Abschiede. Aber ich glaube, dass es auch schöne Abschiede gibt. Ich habe es immer wieder erlebt, wie die Augen von Patienten strahlten, wenn sie geheilt waren und das Krankenhaus verlassen konnten, und sie sich glücklich von uns verabschiedeten.

Ich denke, dass auch Strafgefangene nach dem Verbüßen ihrer Strafe froh Abschied von der JVA nehmen und glücklich sind, wieder ein Leben in Freiheit verbringen zu können.

Jetzt bin ich 79 Jahre alt und in einem Alter, wo man mit sich selbst im Reinen sein möchte. Bei jedem Besuch, von dem ich mich verabschiede, wünsche ich mir, dass wir uns noch einmal wiedersehen werden. Aber das steht nicht in meiner Macht. Ich kann nur darum beten, dass sich meine Hoffnung erfüllt. Für meine lieben Verstorbenen hoffe ich, dass sie sich in Gottes Reich befinden, und wir uns einmal wiedersehen. Wie das sein wird? ... Darauf bin ich neugierig.

Anja Nitz

## Neues aus Maria Altenburg

In den letzten Monaten hat es in unserer WG doch einige Bewegung gegeben. Nachdem zwei langjährige Bewohner nach größeren Problemen ausgezogen sind, kamen auf einen Schlag drei neue Bewerber aus den JVA's Stadelheim und Landsberg daher, die einen Neuanfang suchten. Drei gestandene Männer mit ihrer je eigenen Geschichte, die es mit einem Neuanfang nach der Haft aber offensichtlich ehrlich meinen. Aus Platzmangel haben wir nun im Nachbarhaus auch noch ein Stockwerk dazu angemietet, damit wir alle unterbringen. Die Neuen stellen sich auf den nächsten Seiten selbst vor.

Zwei andere Bewohnerinnen, die sich seit einiger Zeit nicht in das Gemeinschaftsleben einfügen wollten, sind auf der Suche nach einer neuen Behausung und ziehen bald aus. Im Haus selbst herrscht nun eine bessere Luft.

Viele Schulbesuche und Treffen mit Firmingen mussten in der von Corona bestimmten Zeit abgesagt werden. Ab dem nächsten Jahr werden wir wieder den jungen Menschen von unserem Leben und einem Neuanfang (auch im Glauben und in einer Gemeinschaft) erzählen können.

Im Sommer hatten wir in der WG auch häufig längeren Besuch; schöne Begegnungen, die jedes Mal ein bereicherndes, gegenseitiges Geschenk waren.

Die Apfelernte liegt gerade hinter uns und wir genießen den eigenen Bio-Apfelsaft aus eigener Herstellung.

\* \* \*

**Carlos** beginnt nun damit, sich vorzustellen. Wir lernten uns schon in Stadelheim kennen. Da war er unser Mesner.



**DAS IST DAS ENDE, sagte die Raupe.  
DAS IST DER ANFANG,  
sagte der Schmetterling. (Laotse)**



## Fazit einer dunklen Zeit

Es sind zwei Jahre, 11 Monate, und 15 Tage, seitdem sich mein Leben für immer verändert hat... zum Guten? Zum Schlechten? Insgesamt wurde ich zu fünf Jahren Haft wegen Betrug verurteilt, nach zwei Jahren U-Haft und einem langen Kampf blieb die Haftzeit bei drei Jahren, zehn Monaten. Einfach war das nicht, doch es lohnt sich, Ausdauer in Justizstreitigkeiten zu haben, und es ist sogar Pflicht, vor allem, wenn die Justiz mit ungleichem Maßstab agiert. Ich bin Ersttäter, hatte vorher nie auch nur eine Verkehrsordnungswidrigkeit begangen! Meine - vielleicht selbstgesuch-

ten - Lebensumstände führten mich zu meinen Taten, Taten die ich jedoch erkannt und offen zugegeben habe, nicht nur vor Gericht selbst, sondern auch vor dem Richter der Welt, unserem Herrn.

Doch ich will nicht mehr über diese dunkle Zeit meines Lebens schreiben, auch nicht darüber, wieviel ich persönlich, materiell, und sogar vielleicht psychisch verloren habe, sondern vielmehr über den Ausgang dieser Zeit, denn nun bin ich endlich frei!

Ich wurde vor kurzem und nach mehreren Anhörungen entlassen, 11 Monate Reststrafe auf drei Jahre Bewährung, jetzt möchte ich gerne mein Fazit dieser Zeit mitteilen. In diesen fast drei Jahren habe ich vieles erlebt und durchgemacht: Einsamkeit, Trauer, psychische Folter, Schikane, Sachen, die viele von uns aus dem Justizsystem kennen. Ich war in zwei Anstalten, erst Stadelheim, dann Landsberg, und in Landsberg wiederum in verschiedenen Abteilungen, im Freigängerhaus Rothenfeld, dann in Spötting. Man kann sagen, dass jedes Haus seine eigene Art von Willkür entwickelt hat, was die Psyche eines Menschen belasten kann.

Ich hätte die Möglichkeit gehabt, weiter arrogant, materialistisch, egoistisch und egozentrisch zu bleiben, oder die Möglichkeit, tiefer in der „kriminelle Szene“ einzutauchen, ein waschechter Verbrecher zu werden. Aber ich habe eine Wahl getroffen: mich zu verbessern, mich zu ändern, meine Fehler und Defekte zu erkennen, an ihnen zu arbeiten. Vor allem habe ich entschieden, dass ich NIE wieder in so ein „Loch“ fallen wollte, es ist einfach unnötig...

Es war gar nicht einfach. Viele Leute haben mich unterstützt, vor allem die Seelsorger Stadelheims und deren ehrenamtliche Mitarbeiter. Ohne sie wäre ich sicherlich nicht

dort, wo ich jetzt bin. Ich fragte mich erst einmal selbst: Was möchte ich aus meinem Leben machen? Möchte ich wirklich immer wieder an so einem Ort landen? Was kann und soll und will ich ändern?

Andererseits habe ich die Kraft und die Hilfe, die ich so sehr brauchte, erstmals von Gott bekommen, ich habe ihn wirklich kennengelernt, wir sind jetzt Freunde, das ist jetzt mein Fundament. Er ist immer bei mir. Die größte Herausforderung für mich war: Werde ich nach meiner Entlassung noch so nah bei Ihm bleiben? Werde ich es schaffen, Ihn nicht einfach zur Seite zu stellen, sobald es mir wieder „gut“ geht?

Doch ich kann mir heute kein Leben ohne Ihn vorstellen. Nach fast drei Jahre entlassen zu werden, nachdem man alles verloren hat, wieder Fuß zu fassen, sich an die „Freiheit“ zu gewöhnen, ist nicht einfach. Ich brauche viel Kraft und Disziplin. Es kommen immer neue Herausforderungen, neue Situationen, in denen ich meine Kraft brauche, IHN brauche, dazu ist Er aber immer da. Somit ist für mich bewiesen, dass das Leben viel schöner und einfacher an Seiner Seite ist!

Ich will nie die Hoffnung verlieren, nie aufgeben. In meinem sehr schweren und langen Prozess habe ich Seinen Sieg erlebt, sogar auch als ich gedacht habe, dass alles verloren sei, so kannst du es auch erleben!

Nach so viel Leiden hat mir der Herr ein neues Leben geschenkt, echte Freunde, Leute um mich, die mich lieben sowie ich bin, und vor allem Seine Geborgenheit und Liebe, Er ist aber auch bei dir, öffne deine Tür zu ihm, sei geduldig, offen und liebe Ihn über alles, denn er ist dein bester Freund, der einzige, der dich nie verurteilen wird, nie verlassen wird!

**Carlos**

Lebenslänglich inhaftiert in Taiwan  
**NEU**  
bei TAVOR  
in MARIA ALTENBURG



Mein Name ist **Michael**, bin 47 Jahre alt und wohne seit 31. August in der Tavor-Wohnge-  
m e i n -  
s c h a f t. Ich komme aus L i n d a u ,  
mein Vater lebt noch

dort, meine Mutter ist nach meiner Geburt abgehauen, von ihr habe ich noch einige Halbgeschwister. In der Jugend habe ich sehr viel getrunken, bin dann auch oft schwarz mit dem Moped gefahren. Der Richter ermahnte mich eindringlich, entweder eine Entziehungskur zu machen oder in den Knast zu gehen. Ich machte mich auf den direkten Weg zum Reisebüro und buchte ein Ticket nach Thailand. Einfach weg, den Problemen entfliehen. So dachte ich mir. Das war 2001.

Das ging auch eine Zeit lang gut. Ich arbeitete als Englischlehrer, heiratete nach buddhistischem Recht, und es ging uns gut. Wir konnten sogar ein kleines Restaurant eröffnen, mit der Möglichkeit zum Karaoke-Singen für unsere Gäste, meist waren es Polizisten, die bei uns singend und trinkend zu Gast waren.

Doch dann nach drei Jahren kam die Krise: Ich hatte mein Visum überzogen und muss-

te für jeden Tag Überziehung 200.-Baht (=5,4€) bezahlen, meine Frau verlor ihren Job und ich musste das Restaurant schließen. Keine Kohle, kein Leben. Ich erlag der Versuchung, durch illegalen Drogenschmuggel von Bangkok nach Taiwan (Ich selbst konsumierte nie Drogen!) und Vermittlung von Kurieren schnelles Geld zu machen. Doch der Krug geht so lange zum Brunnen, bis er bricht: 2004 wurde ich mit zwei kg Heroin erwischt und verhaftet. Die Strafe war bombastisch: Knapp an der Todesstrafe vorbei bekam ich lebenslänglich. In Taiwan bedeutet das 30 Jahre Haft.

Ich sprach kein Wort Chinesisch und musste das erst lernen. Ich lebte mit 20 Mann auf einer Zelle, 18,3 qm groß. Geschlafen und gegessen wurde auf dem Fußboden. Essgeschirr wurde in den Toiletten gewaschen. Im Winter war es sehr kalt in der Zelle, weil die Fenster wegen des schlechten Geruchs, den wir Gefangene verursachten, ausgehängt waren. Bettwäsche und Schlafunterlage musstest du dir selbst kaufen. Wenn man Glück hatte, bekam man das von einem anderen Gefangenen, der gerade entlassen wurde, geschenkt. Die Wärter trennten alle Deutschen (wie auch die anderen Nationalitäten) voneinander, damit da keine subversive Eigendynamik entstand. So musste ich Chinesisch lernen.

Auch Klopapier, Zahnbürste, Kosmetikartikel, vitaminhaltige Nahrung musste ich mir selbst kaufen. Wer kein Geld hatte, musste es sich irgendwie verdienen, indem er z.B. seinen Zellengenossen die Wäsche wusch. Jeder Gefangene hatte 15 Minuten Zeit, sich im Freien zu duschen, nebenbei in Kübeln die Wäsche zu waschen und dann auch noch zu schleudern und aufzuhängen. Das musste also im Dauerlauf gehen. Und wenn du, um ein wenig Geld zu ha-

ben, die Wäsche auch noch für andere wäscht, wird das sehr knapp.

Erst nach über einem Jahr bekam ich über das deutsche ‚Konsulat‘ eine Art Sozialhilfe, 50.- € im Monat. Vo da an wurde es etwas leichter.

Die Verpflegung vom Vollzug aus bestand in 3x täglich einer kleinen Schüssel Reis, ab und zu einem kleinen Streifen mageren Fisches und einem, ein wenig ausgekochtem alten Gemüse. Es war immer zu wenig und auch nicht sehr nahrhaft. Da war es natürlich notwendig, sich nahrhafte Lebensmittel dazu zu kaufen. Auch Trinkwasser mussten wir in Flaschen dazu kaufen. Das kostenlose Wasser läuft durch Filter, wird abgekocht und schmeckt schmutzig und nach Chemie.

Die Krankheiten grassierten in dieser Enge des Gefängnisses. Hatte einer die Krätze oder Läuse, dann hatten sie alle. Die Toiletten waren für alle einsehbar: Du vollzogst dein Geschäft in der Zelle vor 20 Leuten, in der Arbeit später vor 160 Menschen.

Für ärztliche Versorgung, die nicht mehr als die Minimalversorgung war, sowie für einen Krankenhausaufenthalt muss man selbst aufkommen. Auch Medikamente muss man selbst zahlen.

So könnte ich noch viele schwer zu ertragende Haftbedingungen aufzählen. Es war ein Kampf ums Überleben, den ich aber geführt und gewonnen habe.

Nach mehreren Fehlversuchen über das Auswärtige Amt kümmerte sich eine Fernsehgesellschaft um uns Deutsche. Sie wollten einen Film drehen über Haftbedingungen für Deutsche in Taiwan. Dadurch kam einiges an die Öffentlichkeit. Nach 12 Jahren Haft in Taiwan wurde ich dann 2017 nach Deutschland überstellt. Ich kam in die

JVA Landsberg und dachte, ich sei im Paradies. Im Vergleich zu Taiwan war das hier der reinste Nobelvollzug. Ich kam ins Freigängerhaus Rothenfeld und kümmerte mich dort um die Hühner. Ich konnte plötzlich die Zeit positiv nutzen, indem ich an Schulungen teilnehmen durfte. So habe ich einige Computerkurse mit ‚sehr gut‘ abgeschlossen (SAP, Buchhaltung, Personalwesen) und fing - gesponsert durch das Arbeitsamt - mit einer Umschulung zum Büro/Industriekaufmann an. Ich konnte plötzlich an richtigen Resozialisierungsmaßnahmen teilnehmen, und musste nicht nur die Zeit totschiagen.

Jetzt wurde ich am 31.08.2020 nach 16 Jahren Haft entlassen. Über einen Mitgefangenen bekam ich die Adresse der Tabor WG, die mich auch aufnehmen konnten. Ich fühle mich hier wohl und gut aufgenommen.

Ich habe gleich begonnen, meine Sachen zu erledigen: Anmeldung, Arbeitsamt, Bankkonto, Arbeit suchen .... Ich will mein Leben wieder auf die Reihe bringen. Es sind genug Jahre durch meine Schuld verloren gegangen.

Mein nächster Schritt ist es, einen Führerschein zu machen und den alten Papa in Lindau zu besuchen.

Worauf ich mich nach der Entlassung besonders freute: Mal wieder einen richtigen Hamburger zu essen, Ruhe für mich allein zu haben, spazieren zu gehen, wieder selbständig über mein Leben entscheiden zu können.

Ich bin froh und dankbar, diese Hölle in Taiwan einigermaßen unbeschadet überlebt zu haben und will und werde jetzt mein Leben wieder in den Griff bekommen.

*Michael*



## Hallo Kalle!

### Abschied und Neuanfang

Ein Interview  
mit  
Karl-Heinz

*Du bist jetzt neu in unserer WG, seit dem 11. September wohnst Du bei uns. Du bist 64 Jahre alt und sagst, dass du die Hälfte Deines Lebens - ca. 17 x vorbestraft - in Haft warst. Du kennst viele der deutschen Gefängnisse, immer wieder Einbruchdiebstahl. Wann hat das angefangen?*

Ich habe das erste Mal gestohlen, als ich 14 Jahre alt war. Da entwendete ich unserem Bäcker ein großes Glas voll mit 5.- DM Stücken. Da ich aber sehr viel Angst und Scham wegen dieser Tat hatte, vergrub ich dieses Glas auf dem jüdischen Friedhof in unserem Dorf. Doch dann habe ich das Glas nie mehr gefunden. Das war der Start meiner Karriere.

*Kannst Du sagen, was der Auslöser für dieses Verhalten war, das Dein ganzes bisheriges Leben durchzog?*

Ich erinnere mich, dass mein Vater mich erstmalig geschlagen hat, als ich etwa neun Jahre alt war. Bei unserer Nachbarin war im Keller eingebrochen worden, und sie bezichtigte mich, dass ich der Täter gewesen sein sollte. Das war aber eine Lüge. Ich war es nicht! Aber mein Vater glaubte mir nicht und bestrafte mich zu Unrecht dafür. Das hat mich zutiefst ver-

letzt. In der Folge spielte ich mit Gedanken, von zu Hause abzuhausen oder mich selbst zu verletzen, um dadurch meine Eltern zu bestrafen. „Werden sie schon sehen, was sie davon haben, wenn es mir schlecht geht!“ So dachte und handelte ich.

Das war zumindest ein Erlebnis, das mich tief verletzte und mich prägte. Ob es jetzt die alleinige Ursache für meine jahrelangen Einbrüche war, kann ich nicht sagen.

*Wenn man mit einem Verhalten wie Deine Einbrüche ‚Erfolg‘ hat, dann lernt man ganz schnell, dass dieser Weg ein bequemer und vertrauter Weg im Leben sein kann.*

Ich habe in einer eigenen Welt gelebt: Viel Geld, schicke Autos, viele scheinbare Freunde... Es war eine Scheinwelt mit viel Glitzer und Show. Es war nicht die Realität. Und ich hatte kein schlechtes Gewissen bei meinen Einbrüchen. Es war immer harte Arbeit, eine Tür oder einen Tresor zu knacken. Dann hatte ich mein Erfolgserlebnis und meinen Kick. Ja, es war schon so etwas wie ein Suchtverhalten. Aber nach getaner ‚Arbeit‘ langweilte mich das alles wieder. Ich brauchte einen neuen Kick.

Aber ich muss sagen, dass ich nie irgendeine Person schädigen wollte. Ich habe nie bei Familien oder in Häuser eingebrochen, immer nur bei Geschäften und dort, wo ich viel Geld vermutete. Das war natürlich Selbstbetrug. Denn letztlich stecken immer Menschen dahinter, die geschädigt oder gar traumatisiert werden. Aber vor mir konnte ich so als ‚anständiger Mensch‘ bestehen.

*Du bist ja bei Deinen vielen Gefängnisaufenthalten mit den Beamten und dem System gut zurecht gekommen. Du hast in der Haft stets gut gearbeitet, wurdest bei sehr guter Führung oft vorzeitig entlassen und warst jetzt wieder im Freigängerhaus und*

*wurdest vorzeitig entlassen, trotz Deiner Latte an Vorstrafen.*

Ich möchte mit den Menschen gut auskommen, habe im Knast nie großen Kontakt zu den Mitgefangenen gehabt und dort (draußen nie) auch immer gearbeitet. Ich habe versucht, ein guter Mensch zu sein und die Einbruchstaten nie als moralisch verwerflich angesehen. Heute ist das natürlich anders. Ich weiß und spüre zutiefst, dass dies nicht in Ordnung war und ich den Menschen sehr wohl Schaden zugefügt habe. Ich bereue dieses Handeln zutiefst.

*Was war denn der Auslöser für Deinen Wandel, wodurch hat sich in Deinem Leben etwas geändert?*

Ich kann das nicht genau sagen. Vielleicht war ich lebensmüde, müde von diesem alten Leben, das nie gehalten hat, was es versprach. Immer wieder kam die Erfahrung von Sinnlosigkeit. Ich spürte, dass ich sehr einsam war und keine wirklichen Freunde hatte. Mir wurde bewusst, wie leer mein Leben war.

Eines Tages im Jahr 2018 in Stadelheim kam die katholische Seelsorgerin in unseren Gang zu einem Kollegen. Sie spürte wohl, dass auch ich großen Redebedarf hatte. So besuchte sie mich bald darauf in meiner Zelle und brachte mir eine Bibel und ein Gebet mit, in dem es darum ging, dass Jesus all unsere Sünden auf sich genommen hat und alles schon vergeben ist. Da fing ich an, das erste Mal darüber nachzudenken, was es bedeutet, dass Jesus auch für mich ans Kreuz gegangen ist. Ich erinnerte mich auch daran, dass Papst Benedikt bei seinem Deutschlandbesuch in Regensburg sinngemäß gesagt hatte: ‚Man kann es drehen und wenden, wie man will, aber ohne Gott geht das alles nicht.‘ Und ich dachte mir, wenn das ein so intelligen-

ter Mensch wie der Papst sagt, dann muß da was dran sein.

Immer wieder kamen in mir in Gesprächen mit der Seelsorgerin meine Schuldgefühle über meine Taten und meine versäumten Lebensmöglichkeiten hoch. Irgendwann sagte sie zu mir: „Mensch, jetzt check es doch endlich: Gott vergibt immer wieder!“

Als ich diese Botschaft Stück für Stück in mich einließ, wollte ich sofort anfangen, mein Leben zu ändern, nachdem ich schon so viel Zeit verloren hatte. Ich spürte eine tiefe Erleichterung und Befreiung (Ist das Erlösung?) und plante meine Zukunft Schritt für Schritt. Und ich machte eine sonderbare Erfahrung: Gott sorgt für die Seinen! Ich erlebte plötzlich von allen Seiten Unterstützung. So kam die Vollzugsinspektorin von sich aus zu mir und fragte mich, ob ich nicht ins Freigängerhaus wolle (nach so viel Haft!). Auch stellte sie für mich einen Antrag auf vorzeitige Entlassung - ohne mein Zutun. In dieser Erfahrung, dass Gott hier am Wirken ist, konnte ich aufhören, mich durch das System Gefängnis taktierend zu mogeln.

Zwei Jahre lang hatte ich mit der Seelsorgerin regelmäßige Gespräche, die mir sehr geholfen haben, mein Leben besser zu verstehen und anzunehmen. Dafür bin ich ihr und Gott sehr dankbar.

Dann erzählte mir ein Mitgefangener von der Tabor-Wohngemeinschaft. Das würde für mich passen. Ich verfasste ein Bewerbungsschreiben und so bin ich nun hier gelandet und kann von hier aus meinen Neubeginn weiter planen und begehnen.

*Danke für Deine Offenheit! Wir wünschen Dir Gottes Segen bei Deinem guten Abschied und Neustart!* (Interview: Norbert)

## Abschied ist ein bisschen wie sterben...



Meine ersten Erinnerungen bzw. Begegnungen mit dem Tod liegen sehr lange zurück. Ich war damals erst vier Jah-

re alt, als die Tochter unseres Nachbarn gestorben ist. Sie hatte die Tabletten ihrer Oma entdeckt, sie genommen und war daran gestorben. Zwei Jahre später starb ihre Oma. Mich selber hat das nicht sehr berührt, da ich mit beiden Menschen keinen näheren Kontakt hatte. Mein Cousin, mit dem ich während meiner Kindheit durch dick und dünn ging, und ich beobachteten nur die Leichenwagen, als sie den Nachbarhof verließen. Aber weitere zwei Jahre später - als ich acht Jahre alt war - begegnete ich dem Tod sozusagen von Angesicht zu Angesicht.

Mein Vater starb direkt vor mir an Herzversagen. Heute weiß ich, dass ich damals traumatisiert war, auch wenn ich keine intensive Beziehung zu ihm hatte. Aber, wenn der Vater vor den eigenen Augen stirbt, geht das nicht an einem Kind vorbei. Aber bei uns daheim gab es ein ungeschriebenes Gesetz: bloß keine Gefühle zeigen. Und heute denke ich oft, meine Geschwister haben gar keine mehr. Als damals meine Tante - eine Schwester meines Vaters, die in der Nachbarschaft wohnte - zu uns kam, war ihr erster Satz: Dass ihr mir ja nicht weint und schon gar nicht am Grab!!! Meine Mutter allerdings hielt

nicht mir ihrer Trauer zurück. Sie genoß in vollen Zügen das "Mitleid" der Leute. Sie war ja die wirklich Gefratte: mit neun unmündigen Kindern!

Ich selber habe mir alles eingepägt, ich habe kein Wort, keine Geste und kein Verhalten von den "Mitmenschen" von damals vergessen. Alles hat sich so tief in meine Seele eingebrannt und ich könnte heute noch sagen, wie sich der oder diejenige verhalten, was er/sie gesagt oder getan hat, obwohl das schon 50 Jahre her ist.

Mit 18 bin ich dann weg von zu Hause, habe angefangen zu studieren, dann gearbeitet und schließlich eine Sprachenschule begonnen. In dieser Zeit kam die zweite unmittelbare Begegnung mit dem Tod in meiner Familie. Eine Schwester meines Vaters, die bei uns auf dem Hof lebte (sie war körperlich etwas behindert) und die ich sehr sehr gern hatte, starb nach ein paar Tagen im Koma. Auch diese Umstände ihres Todes, das Verhalten meiner Verwandten (v. a. meiner Mutter und der Geschwister meiner Tante) hat sich auch tief in meine Seele eingebrannt: Ein genau so großes Entsetzen wie beim Tod unseres Vaters überwältigte mich. Als ich 8 Jahre alt war, war ich ein höriges Kind. Nun war ich 24 Jahre alt, lebte seit sechs Jahren weg von dieser heuchlerischen Gesellschaft und hielt meine Gefühle nicht mehr zurück. Bei der Trauerfeier war ich völlig am Ende. Ich konnte einfach nicht aufhören zu weinen und auch die vernichtenden Blicke meiner Geschwister, Mutter, Onkel und Tanten konnten meine Tränen nicht zurückhalten. Heute mit 60 Jahren erinnere ich mich an noch zwei Begebenheiten, bei denen ich zwei Tage ohne Unterbrechung heulte.

Während meiner ersten Therapie, als mir die Ausmaße des sexuellen Missbrauchs

durch einen meiner Brüder bewusst wurden. Das zweite Mal war im Knast von Neudeck, als mir klar wurde, wie viel unterdrückter Hass auf meine Familie und auf all die Menschen, von denen ich mich verletzt fühlte, in mir war. In allen drei Fällen heulte ich zwei Tage ununterbrochen!!!

Nach zwei Jahren hatte ich die Sprachenschule abgeschlossen und ging zum Auswärtigen Amt. Wieder ein knappes Jahr später hatte ich meinen absoluten Traumposten: Kampala in Uganda! Wie war ich glücklich, dorthin reisen zu dürfen und dort zu leben. Ich erinnere mich noch sehr gut daran, dass sich meine Geschwister fast kaputt lachten, als ich sagte, ich wolle zum Auswärtigen Amt. Als ich dann genommen wurde, kamen nur abfällige Bemerkungen. Als ich dann nach Uganda wollte, schlossen sie Wetten ab, wie schnell ich wieder vor der Tür stehen würde und um Asyl bitten würde. An dem Tag, als ich mein Elternhaus verließ, segnete mich meine Mutter am Abend zuvor (ich könne ja wohl nicht verlangen, dass sie morgens zum Abschied wegen mir aufstehen würde). Immerhin erklärte sich meine jüngere Schwester bereit, mich zum Bahnhof zu fahren (Ich solle bloß nicht den Zug versäumen!). Es gab nicht ein einziges freundliches Wort von meinen Geschwistern. Das war nichts Neues für mich: Ich kannte es nicht anders. Bis ich nach Uganda kam.

Dort änderte sich alles für mich. Nach kurzen Startschwierigkeiten war ich endlich - als ich in meine Dienstwohnung einziehen konnte - gut angekommen. In jeglichem Sinne des Wortes. Ich hatte meine Mamma Tereza! Sie war mein Hausmädchen, aber für mich war sie alles: meine Entschädigung für all die entgangene Liebe, Zuneigung, Wertschätzung - mit einem Wort: Sie verkörperte die bedingungslose Liebe für

mich. Es gibt nicht genug Worte im deutschen Wortschatz, um zu beschreiben, was sie für mich war. Und auch dafür, wie glücklich ich in Uganda war. All diese fremden Menschen konnten mich lieben! Meine Familie konnte es nicht, und ich war einfach nur glücklich!!!

Plötzlich meldete sich meine Mutter. Ob ich denn nun denken würde, dass ich was Besseres sei? Hallo, was war das denn? Ich verdiente gutes Geld, schickte weiterhin Schecks nach Hause, das sollte reichen. Nicht für meine Mutter. Leider kann ich nicht so viel Gutes über meine Mutter sagen. Nur so viel: Sie war auch Produkt ihrer Kindheit, Erziehung und ihres Lebens und das war alles andere als rosig. Meine Mutter war eine "Diktatorin". Leider hat sie all das an ihre Kinder weiter gegeben.

Jedenfalls war es nervig, ständig diese Vorwürfe zu hören. Und ich gestehe zu meiner Schande: Ich wollte immer eine gute Tochter sein - weil ich mich immer schuldig-sündig fühlte (wohlgemerkt: Ich fühlte mich schuldig wegen des Missbrauchs, nicht mein Bruder). Und das wusste meine Mutter zu nutzen. Es gehörte zu ihren Lebens- (Überlebens)- strategien, uns Kindern immer ein schlechtes Gewissen zu machen und sich selbst als Opfer (und uns als Täter - außer dem Sohn, der mich missbrauchte) darzustellen.

Tatsache ist, ich buchte einen Flug nach Deutschland, obwohl sich alles in mir sträubte. Und meine Mamma Tereze wurde drei Tage vor meiner Abreise krank. Das gefiel mir gar nicht. Sie war noch nie krank und plötzlich hustete sie und bekam keine Luft. Ich schickte sie sofort zum Arzt und sie meinte, sie hätte nur eine Erkältung und wenn Madame wieder aus Deutschland

zurück sei, sei alles wieder gut. Ich glaubte ihr kein einziges Wort.

Ich reiste ab (mit einem Bergwerk an Sorgen auf meiner Seele wegen Mamma Tereza) und der Abschied brach mir das Herz. Ich wollte nicht weg, aber das Pflichtbewusstsein als Tochter? Wem gegenüber eigentlich? Der Urlaub war wie erwartet, nicht der Rede wert und ich machte drei Kreuze, als ich mein Elternhaus ohne Abschied verließ. Ich bin mir sicher, meine Geschwister bekreuzigten sich auch.

Bei der Ankunft in Uganda, Entebbe Airport, nahm die Katastrophe ihren Lauf. Es war niemand am Flughafen, um mich abzuholen. Nun gut, ich nahm ein Taxi und bei der Ankunft vor meinem Haus war sie nicht da: Wo war meine Mamma Tereza? Mir wurde schon ganz schummrig, schwindelig, meine Knie wurden weich. Ich ging ins Haus, brachte meine Koffer nach oben und wollte dann nach ihr in ihrem Haus suchen. Als ich die Treppe runterkam, stand sie in der Tür zur Küche: meine Mamma Tereza!

Ich musste zweimal hinsehen, um sie einmal zu sehen. Meine Mamma Tereza - vorher breiter als lang - nur noch ein Strich in der ostafrikanischen Landschaft, graues Haar, glanzlose Augen ... Ich hörte es in meinem Herzen knirschen, ... ich kann das gar nicht beschreiben, ich zerbrach innerlich, .... doch Tereze strahlte mich an, ein Glanz von Leben? - trat in ihre Augen, und sie sagte nur: „Gott sei Dank, Madame, du bist wieder da. Jetzt wird alles gut. Du warst weg, und nichts mehr war gut. Aber jetzt bist du da, und ich kann endlich wieder für dich sorgen. Ich brachte sie noch ins Bett, fuhr zu meinem Kollegen, der mir meinen Verdacht bestätigte: Aids im Endstadium.

In dieser Nacht besoff ich mich mit voller Absicht. Ich wurde zur Alkoholikerin. Ich wollte nie wieder so leiden, wie beim Tod meiner Tante und dabei von den Menschen so verachtet werden. Alle sagten ja auch schon wieder zu mir: Sie ist doch nur dein Hausmädchen, eine Angestellte! Mir ist es völlig egal, wer oder was ein Mensch war oder ist: Ob ein reicher Schnösel, ein Arzt, Anwalt, Diplomat, Wirtschaftsboss oder eine körperlich behinderte Tante oder ein afrikanisches Hausmädchen! Für mich ist entscheidend meine Beziehung zu diesem Menschen.

Wie ich mit den Verlusten, Trennungen in meinem Leben umging und umgehe, habe ich euch ja geschildert. Nach Mamma Tereza kamen noch viele Trennungen. Dabei war ich es immer, die die Flucht ergriff (auch aus Uganda bin ich damals geflohen - ohne Mamma Tereze...). Und ich musste viele Menschen loslassen, weil Gvatters Tod ein Anrecht auf sie hatte. Heute finde ich Trost beim Verlust eines geliebten Menschen, wenn ich mich an das Gute erinnere und mich dankbar erinnere. Aber manche Verluste reißen tiefe Wunden, die nur schwer heilen - weil kein Ersatz für sie sichtbar ist- Ich weiß nicht, ob so eine Wunde der Abschied von meiner Familie ist. Eine Tante von mir - eine kluge und vom Leben geläuterte Frau - hat mir schon vor einigen Jahren gesagt: Sophia, für dich ist es besser, wenn du so lebst, als ob du keine Familie hättest. Ich denke, die Zeit ist gekommen, die Illusion los zu lassen, dass ich doch noch auf Verständnis von meiner Familie stoße - wenigstens Mitgefühl. Die Realität ist es aber, dass es das nie geben wird. Ich habe immer versucht, meine Familie für ihr Verhalten zu entschuldigen, doch zur Ehrlichkeit gehört auch, Tatsachen zu erkennen und anzuerkennen.

Tatsache ist, dass ich noch nie ein Wort des Verständnisses oder Mitgefühls erhalten habe. Auch keine Karten zum Geburtstag (Namenstag), auch wenn ich immer geschrieben habe, zu all meinen Geschwistern (inklusive Schecks). Das Wort "Danke" scheint ein Fremdwort in ihrem Wortschatz zu sein und als mein Lebensgefährte starb, kam auch nichts. Im Knast gab es es keine Karte und keinen Besuch. Die letzten zwölf Monate war ich oft sehr krank (u. a. Verlust von zwei wichtigen Bezugspersonen) - sie wussten das, aber wieder nichts!

Da denke ich mal, es ist Zeit, den Rat meiner Tante zu befolgen. Wie es mir damit geht, wird sich zeigen. Aber der andere Weg, auf Verständnis und Mitgefühl zu hoffen und immer alles zu entschuldigen, ist ja auch gescheitert.

Also, ihr müsst schauen, wie ihr mit Tod, Trennung und Abschied umgeht. Aber eines ist immer gut : dankbar zu sein, für die Zeit, die man mit dem/derjenigen hatte.

Sophia

*PS: Das Thema "Abschied" passt ja wie die Faust aufs Auge zu meinem kleinen Nachgang: Im Frühjahr 2008 habe ich meinen ersten Beitrag zum Tabor Magazin geschrieben. Seitdem habe ich - bis auf ganz wenige Ausnahmen - regelmäßig meinen "Senf" zu all den folgenden Themen beigegeben. Ich wollte schon letztes Jahr aufhören, aber bestimmte Themen reizten mich dann doch wieder. Nun ist die Zeit endgültig gekommen, um Abschied von der Tabor-Gemeinschaft zu nehmen. Euch danke ich für Eure Aufmerksamkeit, Euer Interesse und noch eines: **Gelassen kann nur jemand sein, der mit Gelassenheit auf all das zurückblickt, das er in seinem Leben schon (los) gelassen hat!** In diesem Sinne: Servus, macht es gut!!!*

Sophia

## Stufen

Wie jede Blüte welkt und jede Jugend  
Dem Alter weicht, blüht jede Lebensstufe,  
Blüht jede Weisheit auch und jede Tugend  
Zu ihrer Zeit und darf nicht ewig dauern.  
Es muß das Herz bei jedem Lebensrufe  
Bereit zum Abschied sein und Neubeginne,  
Um sich in Tapferkeit und ohne Trauern  
In andre, neue Bindungen zu geben.  
Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne,  
Der uns beschützt und der uns hilft zu leben.

Wir sollen heiter  
Raum um Raum durchschreiten,  
An keinem wie an einer Heimat hängen,  
Der Weltgeist will nicht fesseln uns  
und engen,  
Er will uns Stuf' um Stufe heben, weiten.

Kaum sind wir heimisch  
einem Lebenskreise  
Und traulich eingewohnt,  
so droht Erschlaffen,  
Nur wer bereit zu Aufbruch ist und Reise,  
Mag lähmender Gewöhnung  
sich entrafen.  
Es wird vielleicht auch noch die Todesstunde  
Uns neuen Räumen jung entgegenenden,  
Des Lebens Ruf an uns wird niemals enden ...

**Wohlan denn, Herz,  
nimm Abschied und gesunde!**

Hermann Hesse



*Abed Aimen, JVA Straubing*

## WANDLUNG

*Kein Wort, keine Zeile hinterlassen  
Ich konnte es lang nicht fassen*

*Bei den Verwandten  
Unverständnis und Gleichgültigkeit  
Zum Nachdenken oder Weinen  
keine Zeit*

*Banale, nichts sagende Worte  
am Telefon*

*Sprüche- was bedeuten die schon?  
Niemand reichte mir  
eine tröstende Hand*

*Ich stand mit dem Rücken zur Wand  
Nur über die Beerdigung  
wollten sie sprechen  
Ich dachte,*

*die wollen mich zerbrechen  
Viele Stunden lief ich  
durch Feld und Wald*

*Die Verwandten interessierte nur,  
wer das Begräbnis bezahlt  
Noch ein Besuch am Grab,  
ganz allein*

*Die Lähmung hörte auf ...  
die Trauer setzte ein ...*

*Die Tränen haben den schlimmsten  
Schmerz weggespült  
Nach vielen Wochen war ich nicht  
mehr so sehr aufgewühlt*

*Mit der Zeit eine komplett neue  
Aufgabe gefunden  
Und damit auch die Leere,  
die Trauer überwunden.*

Rita, JVA Alchach

## BRIEFKONTAKTE

Älteres Ehepaar sucht Brieffreunde und Brieffreundinnen für einen ehrlichen und aufrichtig gemeinten Briefkontakt. Seit acht Jahren schreiben wir an gefangene Menschen weltweit. Gern auch in englischer Sprache. Wir sehen immer nur den Menschen, der hinter der Tat steht.

(siehe S.10/11 im Heft) Wenn ihr Lust habt, so schreibt bitte an:

Monika und Henry Toedt,  
Eichendorffstr. 3  
97762 Hammelburg

Liebe Tabor-Leser und Leserinnen!

Ich würde gerne auf diesem Wege neue Brieffreundschaften kennen lernen. Mit einem lieben Menschen aus der JVA in Werl komme ich so gut klar, dass ich mir dachte, ich versuche es mal über das Tabor-Magazin, dass ich mit einem von Euch bald schöne und lange Briefe schreiben kann.

Ich bin 43 Jahre alt, habe zwei Kinder und ein Enkelkind, ich schreibe gerne Briefe, liebe die Natur und koche gerne.

(siehe S.34 im Heft)

Wenn Ihr Lust habt und noch mehr erfahren wollt, dann schreibt an:

Sandra Hilburger  
Pfarrer-Dickinger -Straße 12  
94244 Teisnach

## 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 19 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 besuchten wir Gefängnisse, um den Menschen dort im Gottesdienst mit Liedern und persönlichen Lebenszeugnissen und in einer anschließenden Gesprächsrunde Mut zu machen.

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

## **Unser nächstes Tabor-Magazin erscheint im März 2021:**

Thema: **Warum denn immer ich?**

**Aus meiner Opferrolle aussteigen !?**

Du kennst sicherlich Situationen, in denen Du Dich darüber ärgerst, wieder mal zu kurz zu kommen. Das ganze Leben lang geht das schon so? Die Geschwister, die Nachbarn, die MitschülerInnen, die ArbeitskollegInnen, die Sozialschmarotzer, die Ausländer, die Flüchtlinge ... immer geht es den anderen (vermeintlich) besser als mir !? - Wie gehe ich damit um? Wie komme ich aus dieser Neid- und Wuthaltung raus, damit ich leben kann? Will ich das überhaupt? Oder sind Opferrolle und Selbstmitleid die bessere Lebenshaltung?

**Abgabeschluss: 15.02.2021**

Redaktion Tabor-Magazin, Altenburg 33, 85665 Moosach

# 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 Straßenseite bis zur Maßmannstraße laufen!

Oder: direkt mit den Straßenbahnlinien 20/21/22 bis zur Sandstraße fahren, die Straße in Fahrtrichtung rechts überqueren. Die Maßmannstr. 2 ist das erste Haus auf der rechten Straßenseite. Davor biegst Du rechts ab zur Tiefgarage hinunter. Vor der Tiefgarage unten links bitte bei der Glastüre läuten.

Ingrid Trischler 0160/3631367

## IMPRESSUM

Herausgeber:

Redaktion:

Anschrift:

Telefon:

E-Mail:

Homepage:

Auflage:

Fotos:

Erscheinungsdatum:

TABOR e.V.

Josef Six, Norbert Trischler

Altenburg 33, 85665 Moosach

08091-558615

[info@tabor-ev.de](mailto:info@tabor-ev.de)

[www.tabor-ev.de](http://www.tabor-ev.de)

1500 Stück

N. Trischler

November 2020

**An diesem Heft haben mitgearbeitet:** Josef Six, Norbert Trischler, Miriam, Monika & Henry Toedt, Rita, Sophia, Rudolf, Herbert, Shawna, Uli, Jonas, Ben, Michael, Salim, Sandra, Anja, Carlos, Michael, Kalle, Abed

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.

- Ich unterstütze TABOR e.V. als Förderer mit einer einmaligen Spende von € .....
- 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

## Abendrot am See

*(Titania, Pseudonym der Kaiserin Elisabeth von Österreich, genannt Sissi)*

Es wirft die Sonne vor dem Niedergehen  
Noch einen Blick auf die geliebte See.  
Nun kann kein menschlich Aug' mehr auf sie sehen.  
Es tut die rote Glut ihm dort zu weh.  
Und dennoch muss gebannt ich lange stehen  
In dieses lodernden Altares Näh'.  
Die besten Nachtgebete meiner Seele  
Leg' ich hier nieder an Gottes Schwelle.

