

## EIN PUZZEL STÜCK DES MYSTERIUMS



Die Wahrnehmung von Raum und Zeit sind innerhalb einer JVA konzentriert. Emotionale Wahrnehmungen gleichen sich dem Filter an. Die Möglichkeit anderen zu dienen, ist jederzeit greifbar. Dies gilt zumindest für meinen überschaubaren Aufenthalt innerhalb mehrerer Anstalten.

Der Weg zur Gefängnisstrafe war einer, auf den ich mich schon lange vorbereitet habe. Physisch sowie psychisch. Ein unausweichliches "Ziel" der zum Zuwachs des so gepflegten Egos einkalkuliert war. Die emotionale Achterbahnfahrt, die bevor stand, und dessen langfristigen Ausmaß, war unabsehbar.

Die extrem kleinkarierte Perspektive des Egos begann schon relativ schnell zu bröckeln. Unbewusst. Den Schmerz, den meine Liebsten mit sich tragen in der "freien" Welt. Die Vorwürfe, die sie sich machen. Schuldgefühle, dass Sie mich nicht vor meiner Situation bewahrt haben. Egal wie sehr ich mich als tapfer dargestellt habe, zurück in meiner Zelle war der Gewissensbiss unumgänglich. Das meine Liebsten Ihren ganzen Tag aufopfern, um mich eine Stunde zu sehen. Eine Tat der bedingungslosen Liebe. Eines Tages während der U-Haft betrat ich den Besucherraum. Ich sah meine Partnerin. Dieses kleine, schüchterne, unsichere Wesen. Sie war ohne Begleitung erschienen. Ohne Führerschein, ohne Auto, wie hat Sie den weiten Weg vom Rheinland bis nach Amsterdam auf sich genommen? Sie offenbarte mir, dass Sie seit früh morgens unterwegs sei mit öffentlichen Verkehrsmitteln, da Sie es nicht ertragen könne, wenn ich heute keinen Besuch bekomme. Stille. Eine simple doch paralyisierende Information für meinen Verstand. Es traf direkt ins Herz. Ich bemühte mich, die Tränen behutsam zu verstecken. In der Haft nicht gerade angebracht vor anderen Häftlingen.

Ich befand mich in einer extrem privilegierten Lage, Unterstützung von meinen Liebsten zu erhalten. Ganz besonders von meinen Eltern, Geschwistern und Partnerin. Emotional sowie finanziell. Das Gefühl in der JVA einkaufen zu dürfen, war identisch dessen, welches im Hollywood Klassiker "Goodfellas" in der Knastszene darstellte. Im niederländischen Vollzug wurde eine tägliche Mahlzeit ausgehändigt. Gerade genug um am Leben zu bleiben. Weitere Nahrung, sowie eigene Kleidung war ein Stück Freiheit.



### **(Afdeling B PI Zwaag nördlich von Amsterdam)**

Die Anstalt im Norden von Amsterdam war ein Treffpunkt internationaler "Krimineller". Englisch war eine gängige Unterhaltungssprache nach dem heimischen Niederländisch.

Mir fiel eines Morgens ein Mithäftling auf, polnischer Abstammung. Gerade mal die Klamotten, mit denen er verhaftet worden war, inklusive der täglichen Knastmahlzeit waren sein Hab & Gut. Wir bekamen unsere Mahlzeit an die Zelle geliefert. Die kurzen Momente ergriff ich, um ein paar schnelle Schritte zu seiner Zelle zu machen. Ich übergab ihm meine Mahlzeit. Die doch so trägen Augen aufleuchten zu sehen, gefolgt von einem warmen Lächeln war etwas, was mich wenige Momente später in meiner Zelle beschäftigte. Tatsächlich war da ein umarmendes Gefühl bei der Ansicht seiner Reaktion. Barmherzigkeit, ich bereicherte mein Ego die letzten Jahre nur vom Gegenteil. 2012 kreuzten sich die Lebenswege mit meiner Partnerin. Ich bewunderte immer ihre Selbstlosigkeit. Ihre Achtsamkeit in Situationen, wo Menschen oder Tiere notdürftig waren. Eine Achtsamkeit, welche bei mir zu der Zeit betäubt war. Fünf Jahre später, inhaftiert, gab mir diese Situation einen flüchtigen Eindruck des Verstehens. Ein Klopfen an seiner Zelle, mit Tabak und Nahrung blieb eine reguläre Routine für die Dauer unseres Aufenthaltes auf "Afdeling B".

Ich traf auf einen Marokkaner auf meiner Abteilung. Wir tauschten uns über das Thema Ernährung aus. Ich hatte bereits eine pflanzliche Ernährung in mein Leben etabliert. Ich hatte mir die Zeit genommen alle Information, die ich über das Thema in den letzten Jahren, sowie meine körperlichen Reaktionen darauf aufzulisten. Während er einige Tage aufgrund einer disziplinären Maßnahme nicht aus seiner Zelle durfte, schob ich die Zettel unter seiner Türe hindurch. Als er wieder an der täglichen Routine teilnehmen durfte, war seine Dankbarkeit im Gesicht abzulesen. Es entwickelte sich eine sehr herzliche Verbindung während unserer Zeit auf der Abteilung. Wir teilten Essen und tauschten Kleidung aus. Er übergab mir eine englische Version des Koran's, während ich ihm im Gegenzug ein Buch von Eckhart Tolle gab. Wir hatten wohl beide in Betracht uns mit der geliebten Literatur zu bereichern. Unbewusst auf der Suche nach geistlicher Befreiung.

Weiterhin auf der B Abteilung, war ein Neuzugang indischer Abstammung bei uns. Er sah fehl am Platz aus. Gehörte nicht in ein Gefängnisklima rein optisch betrachtet. Er hatte eine sehr ruhige Art an sich. Bei einem kurzen Austausch hatte sich herausgestellt, dass er auf der Durchreise am Flughafen in Amsterdam verhaftet wurde. Durch sein Import-Export Unternehmen einer Mangofarm in Indien gab es wohl einen Rechtskonflikt mit einem Kunden. Weiterhin hat sich eine Gemeinsamkeit entdeckt. Wir genossen beide tägliche Meditationen. Er fing bereits sehr früh am Morgen an, wo die Häftlinge noch alle im Schlaf waren. Ich nutze die Praxis der Meditation schon einige Jahre zu dem Zeitpunkt. Mittel zum Zweck, um Stress zu bewältigen. Was Meditation wirklich bedeutete, war überschaut worden. Ich entschuldigte mich kurz und ging in meine Zelle, wenige Momente später überreichte ich ihm verdeckt eine Guthabekarte. Dies ermöglichte ihm, seine Familie zu kontaktieren, die ahnungslos war. Ich spürte eine enorme Dankbarkeit und Erlösung. Er versprach mir, umgehend diesen Gefallen zu begleichen. Ich vergewisserte ihm, dies sei nicht nötig. Die Erleichterung nach dem ausgiebigen Kontakt mit seiner Familie war ihm von Weiten anzumerken. Ca. eine Woche später hörte ich ein Klopfen an meiner Zelle. Die Zellentür öffnete sich und ich sah den Mann in Begleitung mit einem Beamten. Sein Fall hatte sich geklärt und er war im Begriff der Entlassung. Wir wünschten uns alle Gute. Es war ein warmer Abschied.

Es dauerte keine 3 Monate, bis ich Erfahrungen machen durfte, die kein Zweifel an einem universellen Karma ließen. Ein "Boomerang" umgangssprachlich. Selbstlose Gabe, bewirkt ein Echo, in unerklärbarer Art und Weise. In so einer kurzen Zeit könne man auch meinen, alles Zufall. Dennoch sei in Betracht gezogen, in einem Gefängnis nehmen die Dinge in konzentrierter Form Ihren Lauf.

Alle Häftlinge haben Anspruch auf eine seelische Unterstützung. Diese stellt sich als Sonntagskirche, Imam, Freitagsgebet, oder Buddhistischer Meditation zu Verfügung. Paradoxerweise, wird von vielen Häftlingen dieser Treffpunkt der gesamten Anstalt als Umschlagplatz genutzt. Ein Mithäftling hatte ohne meines Wissens dem Buddhistischen Seelsorger erwähnt, dass ich mich mehr seiner Richtung orientiere. Eines Tages klopfte es an meiner Zelle. Ich durfte mit dem Mann mitgehen, in seinen "Tempel". Ein gemütlich eingerichteter Raum, in dem wir Gespräche über das Leben führten, mit abschließender Meditation. Das besondere war, dass ich ganz alleine war. Das ständig unterschwellige Gefühl eingesperrt zu sein, war in der Stunde aufgelöst. Er kam so oft er konnte, da er auch andere Gefängnisse im Land besuchte. Er brachte mir Bücher mit, für die ich sehr dankbar war. Die Meditation hielt ich ohne Ausnahme aufrecht, Tag für Tag. Die Bücher waren mir nach einiger Zeit zu eintönig. Es deutete immer auf das "Eine" hin, welches ich nicht begriff. Schließlich wand ich mich wieder an meine geliebten Krimi-Biografien. Dort hatte das Ego zumindest etwas Greifbares.

Ich war auf "Afdeling A" verlegt worden. Ein junger Niederländer, antillischer Abstammung bewohnte die Zelle gegenüber. Schnell fiel auf, dass der Junge eine enorme emotionale Schutzmauer um sich aufgebaut hat. Er hat in seinen jungen Jahren schon einige Zeit hinter Gittern verbracht. Ein Segen war es, den Posten des Hausarbeiters aus unerklärlichen Gründen zu besetzen. Als ich die Duschen reinigte, stolperte ich über ein kleines Stück Haschisch. Es war in blaue Frischhaltefolie gewickelt. Später auf dem Gang äußerte der junge Mann seinen Verlust. Ohne Worte griff ich in meine Tasche und öffnete meine Hand vor ihm. Ungläubig äußerte sich der Blickkontakt, mit dem, was offenbart wurde. Er nahm es dankend an. Eine weitere Freude durfte ich ihm einige Tage später mit Tabak bereiten. Familiäre Unterstützung war keine zu erkennen. Als Hausarbeiter hat man einen schnellen Überblick wer von

außen unterstützt wird, oder auch nicht. Es war erstaunlich zu beobachten, dass unerwartete, bedingungslose Hilfeleistungen kurzzeitig seine Mauer schmelzen ließen. Leider dauerte es nicht lang bis eines Tages das Sturmkommando in seine Zelle gerufen worden war, nachdem er kochendes Wasser auf einen Beamten geworfen hatte. Ich sah ihn nie wieder.

Eine Begegnung ergab sich mit einem Jungen meines Alters aus Litauen. Wir drehten gemeinsam unsere Runden auf dem Hof während der Stunde, die uns an der frischen Luft gewährt worden war. Im Austausch äußerte sich Verzweiflung bezüglich seiner Anklage. Ich teilte mit ihm die beruhigende Perspektive der Achtsamkeit. Seine Gedanken zu beobachten, einen gewissen Abstand zu halten, anstatt in ihnen zu baden. So oft doch hat das Leben schon erwiesen, dass Sorgen der Zukunft, meist nicht so kommen wie befürchtet. Zumal Akzeptanz der jetzigen Situation erforderlich war, da offensichtlich kein Weg nach "außen" führte. Die Basis dieser Perspektive ließ mich wiederum auf das Buch "Jetzt! Die Kraft der Gegenwart" hinweisen. Am nächsten Tag sahen wir uns wieder. Er reflektierte unseren Spaziergang und teilte mir mit, dass es ihm ein wenig Ruhe verschafft hat. Er bedankte sich sehr herzlich dafür. Kurze Zeit später wurde er entlassen. Es erfordert nicht immer materielle Hilfeleistung. Die in etwa gleiche Konversation und Hilfeleistung inklusive ein paar Kleidungsstücke erfolgte kurze Zeit später mit einem russischen Insassen. Die Sprachbarriere war etwas schwieriger. Durch die Beobachtung anderer Anklagen und deren Konsequenzen konnte ich grober Einschätzung nach eine beruhigende Wirkung erzielen. Die Zukunftssorgen des Mannes waren massiv. Sein Glück war, dass er in Amsterdam war, wo Drogendelikte relativ schonend bestraft werden. Wir verbrachten kurze Zeit miteinander auf der Abteilung, ich sah ihn später hin und wieder in der Anstalt aus der Ferne, wir begrüßten uns herzlich!

Aus persönlicher Ansicht hatte ich ein sehr angenehmes Verhältnis mit den Beamten, auch "Schließer" genannt. Wir sind alles Menschen, die je nach Beruf einige Stunden täglich Uniformen tragen. Inwiefern wir uns mit der Uniform identifizieren, und in welcher Art und Weise wir unseren Dienst ausüben, bleibt individuell. Selbstbereicherung durch Unterdrückung, oder tatsächliche Hilfeleistung stehen als Option bereit. Ich denke, dass man sein Gegenüber meist auf einer menschlichen Ebene erreichen kann. Auch, wenn es bei dem ein oder anderen länger dauert. Ich war Zeuge einer verbalen Auseinandersetzung zwischen einem Beamten und Häftling. Der Beamte ließ sich einige schwere verbale Attacken gefallen und blieb gelassen. Als sich später die Möglichkeit ergab, sprach ich den Beamten unter vier Augen auf den Vorfall an. Ich zog mein Hut ab vor seiner Gelassenheit. Er sagte mir, dass er alle Menschen respektiere, auch wenn es zeitweise nicht einfach sei. Er erklärte, dass er Verständnis hat. Falls jemand seiner Familie etwas tue, und er denjenigen zur Rechenschaft zieht. Dann sei er morgen kein Beamter mehr, sondern auf der anderen Seite der Zellentür.

Nach knapp 8 Monaten und unzähligen Begegnungen, erhielt ich vom Gericht mein Urteil. 21 Monate Freiheitsstrafe. Angesichts der Anklage war dies ein Geschenk. Ich war absolut gesegnet. Einige Tage später stand meine Verlegung in eine andere Anstalt an.



**(der Blick aus meiner Zelle in PI Zwaag die ersten 8 Monate)**

Es klingt zwar skurril, doch beim Verabschieden der Mithäftlinge und Beamten machte sich ein gewisses Heimweh bemerkbar. Auf der Autobahn im Gefangenentransport blickte ich aus dem kleinen Fenster in Autos hinein. Ich sah die Menschen in Ihren teuren Autos, schicken Klamotten, in der "Freiheit". Die Gesichter und deren Ausstrahlungen waren überwiegend nicht der glücklichen Menschen. Deutlich wurde, dass Frieden und Glückseligkeit, aus einer tieferen Ebene wuchs. Sie ergab sich nicht aus der oberflächlichen Erscheinung, welches das da Sein bietet. Hier schaute ich mit einer Gelassenheit aus einem Käfig in die sogenannte "Freiheit" und hatte das Gefühl ich war der Freie.



**(Gefangenen Transport)**

Geplant war meine Verlegung nach Roermond. Da die Anstalt doch keine freien Plätze hatten, blieb ich 1 Monat in der PI Zutphen nahe Arnheim. Dort kam ich erstmalig in eine Abteilung für Strafgefangene, die verurteilt waren. Menschen mit lebenslangen Strafen, die seit Ewigkeiten keine Außenwelt mehr gesehen haben. Ich lernte einige kennen, und hatte bereichernde Gespräche geführt.

Schließlich kam ich dann auch nach Roermond, um die Distanz für die Besuche zu verringern. Ich kam auf Abteilung D, auch "der Jungle" genannt. Vom Kleinkriminellen zu Mördern & Drogenbossen. Dies war mein bevorstehendes Erlebnis für die nächsten 7 Monate.



**(PI Roermond)**

Die Begegnung, die mir am einschlägigsten in Erinnerung blieb, fand in Roermond statt. Ben war schon 15 Jahren inhaftiert. Ohne Aussicht auf eine Entlassung. Bzw. sie stand in den Sternen. SV (Sicherungsverwahrung). Seine Jahre in Gefangenschaft haben ihn schwer gezeichnet. Eine Krebskrankheit fing an, Teile seines Gesichts zu verfaulen. Besuche und Telefonate, existierten für ihn nicht. Die Qualität der Gespräche mit ihm war Tagesform abhängig. Oftmals war eine Unberechenbarkeit in seinen eiskalten Augen zu spüren. Einige Tage waren seine Zustände sehr benebelt und unklar. An anderen Tagen schien er aus reinem Herzen zu sprechen. Einen Menschen mit solch einer düsteren Aura, die zugleich angesichts der Situation traurig war, habe ich selten erlebt. Über einige Monate offenbarte er seinen Werdegang. Rückblickend ist er zutiefst unglücklich und empfand eine absolute Sinnlosigkeit seiner Entwicklung. Glückseligkeit und Frieden waren verloren. Er bat mich wiederholt diesen Ort nicht wieder zu besuchen. Einmal entlassen, solle ich Jugendlichen helfen, die gefährdet sind, ebenfalls einen kriminellen Weg einzuleiten. Er äußerte einen Tag einen Wunsch, den er hat. Als freier Mann, wolle er nichts anderes, als ein Baum. Sich darunterzusetzen und in die Ferne zu blicken. Wieder einmal war unmissverständlich klar, dass Glückseligkeit, Frieden, nichts mit materiellen Gütern zu tun hat. Kein "Status", kein krimineller Coup, schafft wahren Frieden und Gelassenheit. Sein Wunsch war so wesentlich wie die Existenz an sich.

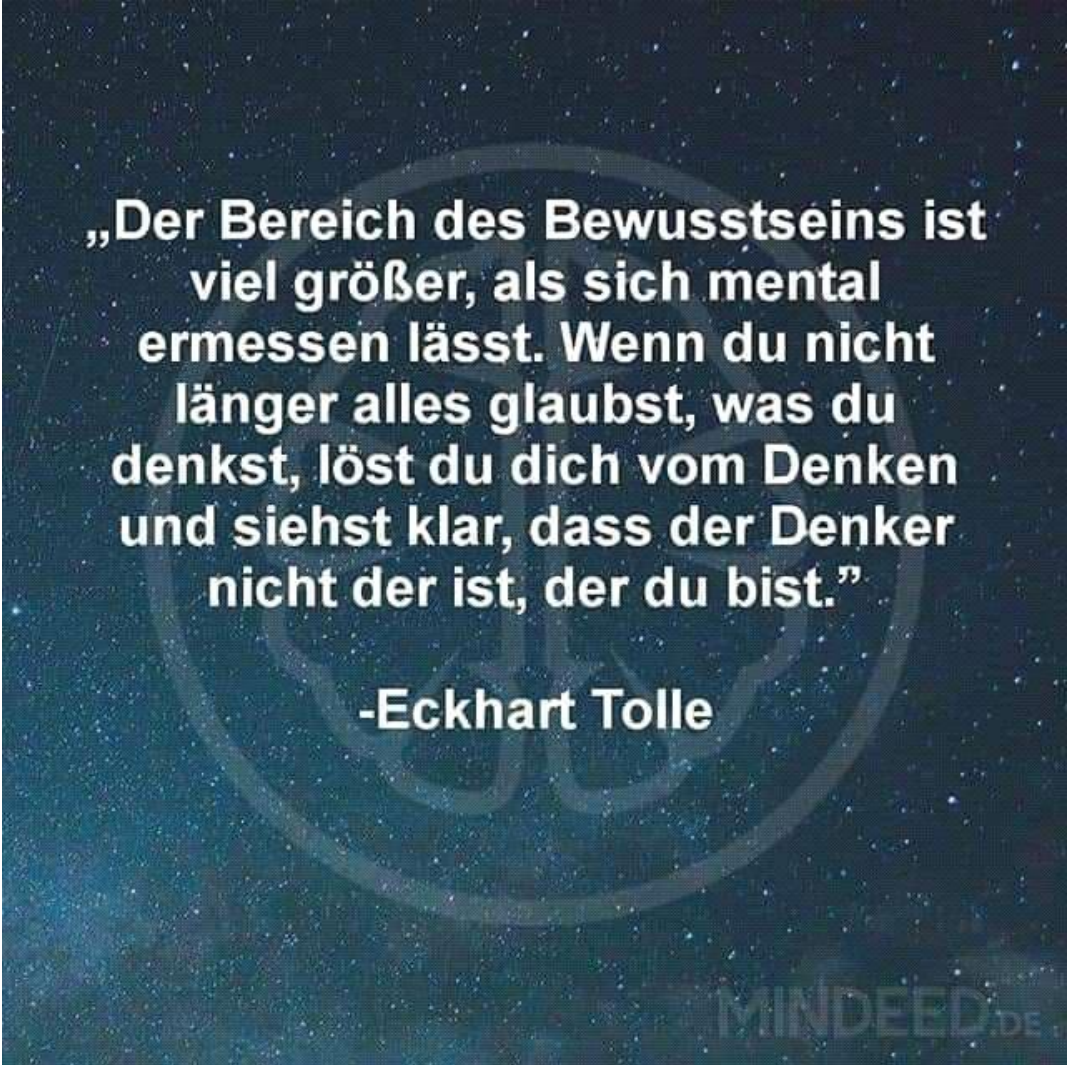
Auf der Arbeit kamen wir auf einen Wunsch seinerseits, der doch greifbar war. Er erzählte mir, dass er liebend gerne Udo Lindenberg höre. Ich telefonierte mit meiner Liebsten, und bat Sie doch eine CD zu bestellen. Mir diese bei nächster Gelegenheit zu schicken. Kurze Zeit später klopfte ich an Benny's Zelle. Ich übergab ihm ein Radio mit CD Abspieler, inklusive einer neuen Udo Lindenberg "Best-of" CD. Er traute seinen Augen nicht. Seine Ausstrahlung war die eines Kindes an Weihnachten. "Für mich?", fragte er. Die Betonmauer fiel in sich zusammen, aus seinen Augen liefen Freudentränen. Dies wäre das erste Geschenk, was er in über 15 Jahren von jemanden erhalten habe, fügt er hinzu. Ich war selbst den Tränen nah, überwältigt von dieser Beobachtung.

Einige Wochen später holten Sie Benny nachts aus seiner Zelle raus. Am nächsten Tag war seine Zelle leer geräumt. Ich sah ihn nie wieder.

Nach ca. einem Jahr Gefängnis kam ich an einen Tiefpunkt in meiner Zelle. Ich stellte alles infrage. Was ist der Sinn des Lebens? Warum bin ich überhaupt am Leben? Was mache ich mit meinem Leben? Alles, was ich bisher in meinem Leben tat, führte auf kurz oder lang in eine Sackgasse. Eine Last, die ich mit mir unzählige Jahre mehr oder weniger unbewusst rumtrug. Ständig auf dem Weg irgendwo hin. Ständig in der Zukunft "ankommen" zu wollen. Eckhart Tolle sagte eins **"Die Chance in einer Gefängniszelle zu erwachen, ist deutlich höher als in einem Privatjet"**. Wenn wir in diese Dimension geboren werden, haben wir keine Sehnsucht "jemand" zu sein. Weder haben wir irgendwelche Begierden. Keine Wünsche uns zu bereichern. Wir sind im absoluten Frieden des jetzigen Momentes. Reines Bewusstsein, ungefiltert. Mit der Zeit tritt die Konditionierung ein. Uns wird ein Name gegeben, auf den wir reagieren. Eine Identifikation mit dem Körper, und weiteren Eigenschaften häufen sich an. Wir werden belohnt für gewisse Handlungen (meist Erwartungen), die wir erfüllen. Wir jagen diesem Ursprungsfrieden, der bedingungslos Liebe hinterher. Natürlich war mir dies zum Zeitpunkt der in Fragestellung in der Zelle nicht bewusst. Ich tauchte nicht tief genug in die Fragestellung hinein, schaute nicht tief genug in mich selbst. Ich hielt doch wieder schnell an dem Fest, was ich doch all die Jahre aufgebaut habe. Meinen Identifikationen der Gedanken.

Nach 16 Monaten wurde ich entlassen. Die letzten Monate wurden zur Bewährung ausgesetzt. Ich wurde ins Rheinland abgeschoben, mit der Vereinbarung, dass ich die Niederlande nicht mehr besuchen darf. Ich gab am Abend zuvor all meine Güter weg, sodass ich mit einer kleinen Tasche am nächsten Morgen die "Freiheit" antreten durfte. Die Segnungen, die ich während meiner 16 Monate erhalten habe, würden ein Buch erfordern. Die Zeit im Gefängnis hat mich nicht um 180 Grad gedreht, wie man so schön sagt. Die geschilderten Erfahrungen in dieser Auffassung waren ein Stück des "Mystischen Puzzles". Es hat nach der Entlassung noch einiges an Zeit gebraucht für einen Perspektivwandel. Die letzten 13 Jahre hatten eine dichte Schicht des egozentrischen Selbstbildes aufgebaut. Die Gefängniserfahrung war zudem ein innerliches Tauziehen der Polaritäten. Die nächste Zeit in der "Freiheit" führte relativ schnell zu einem erneuten Tiefpunkt. Der keinen Weg zurück mehr zu bieten hatten. Erlösung, geistliche Befreiung, "Erleuchtung", war der einzige Ausweg. Psychedelika, u.a. DMT und Pilze sollten mir diesen Ausweg ermöglichen. Nach einiger Zeit der Experimente, so unbeschreiblich & bedeutsam sie auch waren, wurde klar, dass diese auch Erfahrungen sind, die kommen und gehen. Parallel zu den Experimenten befasste ich mich der "Non Dualität" Lehre. Selbstuntersuchungen angeleitet von verschiedenen "Realisierten" ließen mich eines Tages das offensichtliche Entdecken. Die

Ent-deckung des wahren Selbst. *Rupert Spira* äußerte es einmal zutreffend. Die genauen Worte fallen mir nicht mehr ein, trotzdem zitiere ich "**Selbsterkenntnis, ist nicht ein dauerhafter exotischer Nirvana Zustand der so oft glitzernd beschrieben wird. Diese Ent-deckung, ist das Werkzeug, welches dichte Schichten der Konditionierung auflöst. Welches eine Lebensaufgabe sei**". Wir denken, jemand zu sein, der dieses Mysterium erfährt. Dabei sind wir das Mysterium, was sich selbst erfährt.



**„Der Bereich des Bewusstseins ist viel größer, als sich mental ermessen lässt. Wenn du nicht länger alles glaubst, was du denkst, löst du dich vom Denken und siehst klar, dass der Denker nicht der ist, der du bist.“**

**-Eckhart Tolle**

MINDEED.DE